



PREMIER CHAPITRE

Auteur : **Samuel SHEM , Janet SURREY**

Titre : ***Il faut que l'on se parle***

ISBN : **2-266-14493-6**

N°**12294**

Prix : **7,80 €**

Pourquoi la femme est-elle souvent à la recherche de plus de dialogue ?

Pourquoi l'homme aspire-t-il généralement à davantage de silence ?

Psychothérapeutes, spécialistes du couple, en formant eux-mêmes un à la ville, Samuel Shem et Janet Surrey expliquent que ce manque d'échange constructif est dû à une profonde méconnaissance des différences de mode de communication des hommes et des femmes. L'originalité de cet ouvrage consiste à mettre l'accent sur l'importance des préférences et des peurs de chacun des deux sexes en matière relationnelle. Grâce à de très nombreux exemples, les auteurs nous donnent les clés pour instaurer une véritable réciprocité au sein du ménage. Il est ainsi possible de dépasser les obstacles et de dénouer les conflits que traversent nombre de couples.

CHAPITRE PREMIER

De la différence
entre hommes et femmes

Quand le dialogue dévoile ce qui est invisible

Notre voyage dans la jungle des relations hommes-femmes a commencé pendant l'été 1986, à Cape Cod dans le Massachusetts. À l'époque, les cliniciennes du Stone Center (dont Janet Surrey, Judith Jordan, Alexandra Kaplan, Irene Stiver et Jean Baker Miller) dirigeaient depuis des années des séminaires sur le Modèle relationnel tel qu'il s'appliquait à la psychologie féminine. À la fin d'une des sessions, les organisateurs demandèrent à Janet si elle voulait faire un séminaire supplémentaire l'année suivante.

Les participantes à ces séminaires d'été demandaient souvent : « Et les hommes dans tout cela ? » Jusque-là, Samuel n'avait pas enseigné au Stone Center et nous n'avions jamais travaillé ensemble sur le plan professionnel. Nous y voyions

une merveilleuse occasion d'explorer la pertinence du Modèle relationnel pour les hommes et comme moyen d'affermir la relation hommes-femmes. C'est donc avec un mélange de curiosité, d'audace et d'appréhension que nous nous sommes mis d'accord pour organiser un atelier qui aurait pour objectif de réunir hommes et femmes autour de ce modèle. Cet atelier fut proposé, parmi d'autres, à des professionnels de la santé mentale de différentes disciplines et de toutes les régions du pays.

Quinze personnes répondirent à l'appel (neuf femmes et six hommes, dont quatre couples). Notre atelier, programmé sur un week-end, se tint sous les combles d'un hôtel par un mois d'août caniculaire. Nous découvrîmes rapidement que nous allions étouffer si nous ne mettions pas en marche la climatisation mais que le bruit de l'appareil nous empêcherait de nous entendre. Certains hommes semblaient être venus contre leur gré, comme en témoignait leur maintien empreint de méfiance : thorax enserré dans les bras, jambes croisées, tête en arrière. Leur corps semblait dire : « J'ai envie de ficher le camp ! »

Les femmes, penchées en avant, se montraient, de leur côté, impatientes de commencer. Elles avaient probablement consenti beaucoup d'efforts pour amener leur compagnon à s'intéresser à leurs problèmes relationnels, et étaient heureuses de pouvoir enfin y travailler. Tout leur corps semblait dire : « Allons-y, commençons ! »

Nous fîmes un tour de salle pour permettre à chacun de présenter. Il s'avéra que les six hommes avaient effectivement été entraînés par leur compagne. L'une des femmes avait dit à son mari qu'il s'agissait d'un week-end de perfectionnement au tennis. Ce ne fut que quand ils eurent franchi le pont conduisant à Cape Cod qu'elle lui avait appris la vérité. Il n'était pas du tout content.

Le groupe était très mélangé : les participants venaient de toutes les régions du pays, avaient entre dix-neuf et soixante-douze ans, appartenaient à des couches sociales diverses, mais aussi à différents groupes ethniques. Ils étaient tous blancs et hétérosexuels. Beaucoup de ces hommes et de ces femmes travaillaient dans le domaine de la psychologie et la plupart étaient travailleurs sociaux, psychologues ou conseillers pédagogiques. Ils s'intéressaient aussi bien à la psychanalyse qu'à l'enseignement supérieur, au traitement de l'alcoolisme et de la toxicomanie qu'à l'hypnose. Un des participants, un géophysicien, présenta son épouse dans les termes suivants : « Voici ma femme, Charlotte. Heu ! Comment appelles-tu au juste ton métier ? »

« Je suis psychanalyste jungienne, chéri. »

Qu'il fût obligé de lui poser cette question nous avait étonnés.

Le vendredi soir, nous avons parlé du Modèle relationnel en expliquant comment nous pensions l'appliquer aux relations hommes-femmes. Nous avons milité dans le Mouvement pour la paix des années quatre-vingt pour essayer d'amener Soviétiques et Américains à dialoguer de façon constructive, et nous avons décidé d'utiliser la même méthode entre les sexes. Car si elle avait porté ses fruits sur le plan des relations internationales, pourquoi ne marcherait-elle pas entre les hommes et les femmes ? Si nous pouvions aborder franchement la différence sexuelle, est-ce que cela nous permettrait d'aboutir à de meilleures relations ?

Le samedi matin, nous nous sommes répartis en deux groupes : un groupe d'hommes travaillerait avec Samuel et un groupe de femmes avec Janet. Puis nous avons demandé à chaque groupe de se diviser en sous-groupes de trois

personnes, coiffés chacun d'un rapporteur, et d'élaborer une réponse collective à quelques questions simples sur les hommes et les femmes. Nous les avons engagés à éviter les caricatures puisque personne n'y correspondait ; nous avons souligné plutôt que, même si aucun des participants ne se reconnaîtrait entièrement dans les portraits tracés, il pouvait être utile d'identifier les forces culturelles qui s'exercent sur l'homme et la femme. Tout le monde se mit au travail.

Dès que les groupes furent constitués, l'ambiance changea du tout au tout. Quel soulagement pour chaque sexe d'être séparé de l'autre ! Ce changement plut à tout le monde. Aussitôt, les hommes se serrèrent la main et les femmes commencèrent à parler bruyamment en petits groupes, avec force gesticulations et éclats de rire. Bientôt les hommes se mirent eux aussi à rire des réponses qu'ils proposaient, alors qu'ils se lançaient pourtant dans des questions de fond comme leur perplexité devant les femmes ou leur chagrin de ne pas avoir de relations plus profondes avec leur père, leurs amis, leur compagne ou leurs enfants. Les échanges étaient si enthousiastes et si bruyants qu'ils couvraient le ronronnement de la climatisation.

Quand les petits groupes eurent terminé leur tâche, tous les hommes se retrouvèrent avec Sam et les femmes avec Janet pour discuter des réponses des sous-groupes. Les hommes étaient surtout étonnés de la ressemblance de leurs réponses ainsi que de leur sérieux.

Au bout d'une heure, les deux groupes se réunirent de nouveau. C'était comme si les hommes avaient subi une transformation. Les êtres renfermés, renfrognés et sceptiques de tout à l'heure étaient devenus animés, curieux, presque joyeux. L'une des femmes déclara : « Mon Dieu ! Vous avez tous l'air d'avoir pris tellement de hauteur ! »

Puis, à la surprise générale, nous avons demandé aux hommes de s'asseoir d'un côté de la salle en demi-cercle, face à un autre demi-cercle formé par les femmes. Ils s'exécutèrent à contrecœur : pourquoi, si notre but était de rapprocher les deux sexes, fallait-il les séparer ?

Dès que les groupes se retrouvèrent face à face, la tension du début se fit de nouveau sentir. Nerveusement, l'une des femmes dit : « On se croirait au bal. »

« Oui, renchérit un homme, un bal où les danseuses choisissent leur cavalier. »

Un des hommes avait l'air particulièrement crispé. Nous lui demandâmes ce qu'il ressentait. « J'ai peur », dit-il en regardant sa femme et les huit autres femmes qui fixaient leurs yeux sur lui.

Peur de quoi ? Il répondit : « J'ai peur... qu'il se passe quelque chose, voilà ! » Tout le monde, lui compris, se mit à rire.

Sa femme dit : « J'espère bien qu'il se passera quelque chose, chéri ! »

Nouveaux éclats de rire. Ce fut le point de départ du dialogue.

(Note : dans le passage qui suit, nous reproduirons non seulement la voix des participants à ce dialogue initial, mais les voix de dialogues ultérieurs structurés de la même façon. Les remarques que nous avons faites et les conclusions que nous en avons tirées sur la dimension invisible des rapports entre hommes et femmes viennent de centaines d'autres dialogues. Le contenu et le fonctionnement de ce premier dialogue se sont avérés typiques de ceux qui ont suivi, bien que nous soyons aujourd'hui mieux à même de les comprendre qu'à l'époque.)

Afin de conserver un certain anonymat et sans désigner la personne qui devait s'exprimer en premier, nous demandâmes que l'un des rapporteurs de sous-groupe lise la réponse collective que son groupe avait trouvée à la première question : « Citez trois points forts que l'autre sexe apporte à une relation. »

Les femmes hésitèrent, se consultant des yeux et regardant les hommes. Elles avaient du mal à décider si elles devaient ou non s'exprimer en premier. Enfin, l'un des hommes se proposa de mauvaise grâce en disant : « Bon, d'accord, je vais être beau joueur et me lancer. »

C'était un bon exemple de la différence d'attitude des hommes et des femmes envers le pouvoir : se tenant à l'écart, les femmes avaient laissé les hommes prendre l'initiative, puis leur en avaient voulu. L'homme qui s'était porté volontaire l'avait fait sans vraiment se rendre compte de ce que les autres hommes éprouvaient, ni de ce qui s'était passé du côté des femmes ni de l'impact de son intervention sur l'équilibre des rapports de force. Il avait eu l'impression de faciliter la vie aux autres, et ce en assumant un risque considérable. Les femmes, en restant à l'arrière-plan, avaient fait en sorte que les hommes « abattent leurs cartes » et avaient gardé ainsi un certain pouvoir. Dès le début, il est apparu clairement que les relations hommes-femmes impliquent la notion de pouvoir ; on ne saurait parler des sexes sans l'aborder. Dans les groupes mixtes – couples, écoles, lieux de travail –, les rapports de force fonctionnent de façon complexe et parfois invisible.

Question n° 1 : Citez trois points
forts apportés par l'autre sexe
à une relation

Réponses des hommes

Les hommes s'accordèrent à dire que c'était là la plus facile des questions. Les rapporteurs lurent chacun la réponse de leur groupe. Voici, selon eux, les points forts des femmes :

L'affection, l'empathie, la capacité d'aimer, la sensibilité. Elles ont le don du parler vrai sur le plan des sentiments, elles dégagent une énergie affective inspirée. Parmi leurs traits, on trouve l'authenticité, la capacité de parler d'elles-mêmes, la volonté de travailler les relations, le courage de soulever les vrais problèmes, l'aptitude à s'occuper de deux choses à la fois, une incroyable mémoire des incidents passés, la capacité de demander de l'aide, celle de voir les deux aspects d'une situation, la chaleur, la tendresse, des compétences en matière d'échanges non compétitifs. Les femmes sont celles qui réveillent les relations, elles ont plus de patience avec les enfants, plus de souplesse dans les relations, elles savent écouter sans jugement, elles tissent des liens sociaux et créent un sentiment de communauté. Elles savent, mieux que les hommes, travailler en réseau.

Une fois que les hommes eurent terminé, les femmes restèrent immobiles, frappées de stupeur. Elles avaient rarement eu l'occasion d'entendre les hommes énumérer les qualités qu'ils appréciaient chez elles, de sentir qu'on les voyait. Elles s'animent alors, posant aux hommes des questions sur leurs réponses, car elles voulaient les approfondir. « Qu'entendez-vous par énergie affective inspirée ? Dans quel sens réveillons-nous une relation ? Comment se fait-il que vous y résistiez ? »

Les hommes, convaincus d'en avoir assez fait, se retranchèrent dans un silence défensif. Ils semblaient ressentir ce questionnement des femmes comme une menace. C'est alors que nous les avons incités à exprimer ce qui se passait, et ils avouèrent que les questions des femmes leur faisaient l'effet de « flèches » ou de « balles de revolver ». Ils se sentaient critiqués, attaqués, jugés insuffisants. Et quand les femmes demandèrent qu'ils s'étendent sur ce dernier point, le malaise ne fit que s'aggraver. Les hommes se renfrognèrent. Le groupe s'immobilisa et se replia dans un silence plein de gêne et d'hostilité.

L'homme et sa peur des relations

Il se passait quelque chose d'invisible entre les deux groupes et qui avait pour origine la différence sexuelle. C'est ce que nous appelons la **dimension invisible des relations**.

Comme Sam écoutait, il se rendit compte que les hommes avaient fait allusion à ce même phénomène dans leurs sous-groupes de discussion. Quand on demande à un homme ce qu'il pense ou ce qu'il ressent dans sa relation intime avec une femme, il peut être submergé par une sorte de peur des relations propre aux hommes.

Mais, pour l'instant, murés dans le silence du face-à-face, ni les uns ni les autres ne comprenaient réellement la nature de ce phénomène. La crainte des hommes était essentiellement invisible pour les femmes et les hommes eux-mêmes n'en n'avaient guère conscience, car, même s'ils la ressentaient confusément, ils n'avaient pas encore mis un nom dessus.

Nous demandâmes aux hommes ce qui se passait, et l'un d'eux prit la parole :

« Mon sentiment est que je ne gagnerai rien à mettre mon nez dans tout cela. Le tout est de savoir jusqu'où cela peut dégénérer avant de finir. »

« Et d'ailleurs, ajouta un autre, cela ne finira jamais. »

Le groupe se mit à rire. Sam admit avoir déjà constaté cette réaction – cette peur relationnelle – de la part d'hommes sommés par des femmes de donner « plus ».

Les hommes et les femmes s'en rendirent compte et commencèrent à en parler. La tension retomba. Tout le monde plaisantait désormais sur ce qui venait de se produire et affirmait que ce type d'incident était fréquent dans leur couple. Quelqu'un l'appela la « grande peur ».

Janet fit remarquer que c'est le désir des femmes d'instaurer une relation plus profonde qui provoque la peur des hommes : c'est le produit du rapport entre deux personnes, pas le fait de l'individu isolé. Par ailleurs, la situation n'était pas symétrique. Tandis que l'exigence féminine avait été exprimée et rendue apparente

aux deux sexes, la peur masculine était restée largement invisible, masquée par le silence et des visages impassibles.

C'était notre première percée. Des différences invisibles, expliquions-nous, mènent souvent à des **ruptures de communication**, et leur mise à nue peut aider hommes et femmes et reprendre le contact. Nous avons eu l'impression que nous étions en train de découvrir tout cela ensemble : une différence invisible pour l'un ou l'autre sexe risque d'entraîner ruptures et souffrances. Chacun en conclut en silence qu'il doit personnellement avoir un problème. La visibilité des différences sexuelles peut donc apporter un soulagement : elle permet d'en rire et d'entamer la marche vers le rétablissement de la communication.

C'est ce que les thérapeutes essaient de faire, séance après séance, entretien après entretien : aider l'individu à comprendre que ce qu'il prend pour un défaut personnel, sa honte ou sa maladie, n'est pas séparé de l'humaine condition mais en fait bel et bien partie.

Réponses des femmes à la question n° 1 : Citez trois points forts apportés par l'autre sexe à une relation

C'était pour les femmes la plus difficile des trois questions. Une participante déclara : « Nous avons vraiment eu du mal à trouver trois points forts. »

Comme les hommes avaient su répondre avec tant de facilité à cette question, ils ressentirent une telle réponse comme une remise en cause. L'un d'eux s'exclama : « Vous n'avez même pas trouvé trois points forts ? »

— Tout dépend de l'utilisation que l'on en fait.

— Même pas trois sans y mettre de réserve ? »

Les hommes n'étaient pas contents. Ils venaient d'exprimer leur appréciation des femmes sans restriction, et voilà qu'ils apprenaient que les femmes avaient du mal à leur trouver ne serait-ce que trois points forts. Là encore, la tension monta. Une fois de plus, le groupe semblait bloqué. Nous aussi, nous étions perplexes.

« Bon, allez-y, dit un homme, donnez-nous vos réponses ! » Les rapporteuses des sous-groupes des femmes lirent :

Gardiens, capables d'un loyalisme durable, dotés d'humour – le vrai sens de l'humour, quand c'est drôle et pas quand ils s'en servent pour rabaisser l'autre ou fuir une situation. Ils établissent des relations à travers l'action et les projets, minimisent les liens profonds (ce qui est parfois très destructeur) ; soulèvent des objets lourds ; débarrassent le grenier d'animaux morts, tuent les araignées. Ils font preuve d'objectivité (mais cela peut être terrible quand on essaie de communiquer), d'honnêteté, de franchise, d'une capacité de lâcher prise et d'aller de l'avant. Ils savent se concentrer sur une chose à la fois et prendre une vue d'ensemble des choses. Ils pourvoient aux besoins du ménage, sont protecteurs, savent gérer la peur, servir d'intermédiaires et de tampons face à des figures d'autorité, comme les plombiers. Ils ne se laissent pas tellement ébranler par les émotions, taillent dans le vif, ont l'esprit stratégique, fabriquent des choses, agissent avec méthode, peuvent plus ou moins stabiliser une relation. Par leur désir sexuel, ils arrivent à éveiller le nôtre. Leur corps possède un système de

chauffage nocturne. Ils ne se noient pas dans le « marécage » des sentiments et peuvent surnager à la surface, cette distance étant, bien sûr, une force et une faiblesse à la fois. Ils sont gamins, dans le meilleur sens du terme.

Ces réponses n'ont pas enchanté les hommes. L'un d'eux lança avec humeur : « Cela me fait vraiment plaisir de me savoir capable de soulever des meubles lourds et de me débarrasser d'animaux morts. »

« Ouais, renchérit un autre, à vous entendre, on se sent ennuyeux, dépourvus d'émotions, d'intelligence et de profondeur. »

Le dialogue se poursuit pendant un moment sur ce ton irrité et plein de rancune. Puis un homme affirma : « Mais peut-être n'avons nous pas été capables d'utiliser nos points forts avec les femmes et c'est pourquoi elles ont du mal à les énumérer. Nous n'avons jamais véritablement eu l'autorisation de le faire. »

Une femme demanda : « Vous voulez dire dans vos relations avec les femmes ? » Ce à quoi un homme répondit : « Avec vous, avec les hommes, avec les enfants et également avec les parents. » Cela nous aida à mettre en lumière l'un des principaux problèmes des hommes : les qualités masculines doivent désormais faire partie intégrante des relations, elles doivent se mettre au service du renforcement ou du développement des relations. Voilà pourquoi les femmes avaient eu tant de mal à dresser la liste des points forts des hommes.

Le contexte relationnel

Chaque point fort, ou presque, évoqué par les femmes ne l'était qu'à condition d'être utilisé d'une certaine façon dans une relation. La définition de bon nombre des atouts cités s'accompagnait de réserves : « Le vrai sens de l'humour, quand c'est drôle », ou l'« objectivité (mais cela peut être terrible quand on essaie de communiquer)... » En effet, l'objectivité se transforme en handicap dès lors qu'on attend des sentiments et l'humour peut permettre d'éviter l'approfondissement de la relation.

Une force peut se révéler une faiblesse : tout dépend du contexte relationnel.

Là encore, nous étions en train de découvrir une différence importante entre les sexes qui était apparente aux femmes mais que les hommes ne voyaient pas. Les femmes se plaçaient d'emblée dans le contexte relationnel, envisageant l'effet de quelque chose non seulement sur chaque individu, mais aussi sur la relation.

Face à la question n° 1, les hommes n'avaient pas modulé leur réponse en fonction du contexte relationnel. Par exemple, ils avaient rapidement intégré la « sensibilité » comme un des points forts des femmes, même si l'un des plus graves reproches qu'ils leur adressaient (et dont ils se moquaient d'un ton accusateur) était d'être « trop sensibles ». Les hommes n'avaient pas pensé : « La sensibilité peut être un point fort ou un point faible, selon la façon dont on s'en sert dans une relation. » Et ils ne s'étaient pas rendu compte d'être passés à côté de ce point. D'un autre côté, les femmes avaient de toute évidence conservé en tête le contexte relationnel comme paramètre de la réponse.

Si l'on se reporte aux réponses des hommes à la question, on découvre que l'on pourrait transformer n'importe laquelle des qualités énumérées en faiblesse, selon le

contexte relationnel. Mais la plupart des hommes n'y songent pratiquement jamais, car, de leur point de vue, c'est sans pertinence.

Tandis que nous faisons remarquer cet aspect, un des hommes s'anima et raconta cette histoire :

Un soir, le mois dernier, ma femme et moi recevions un couple. Ils détonnaient un peu par rapport aux gens que nous fréquentons habituellement. La femme, Catherine, une de nos amies, est homéopathe et son compagnon est acupuncteur. Après un très agréable dîner, un psychiatre distingué se joignit à nous, accompagné de sa femme, une spécialiste des maladies organiques. Le psychiatre s'assit à côté de moi sur le canapé, face à nos deux autres invités. Sur le ton du défi, il les questionna sur leur activité professionnelle, de toute évidence pour déprécier leur travail. Quand tout le monde fut parti, je dis à ma femme : « Je ne m'étais jamais rendu compte que Catherine était aussi maladroite et, je ne sais pas, lourde. Elle avait l'air confuse et même bête. » Ce à quoi ma femme répondit : « Tu ne comprends donc pas que c'est sa façon à lui de communiquer avec elle qui l'a fait apparaître comme telle à tes yeux ? » Cela changeait la façon de voir les choses. Est-ce que c'est cela que vous voulez dire ?

Nous répondîmes par l'affirmative. Les autres hommes et femmes reconnurent ce phénomène et commencèrent à en discuter. Le dialogue avait permis de mettre au jour cette dissemblance. Invisible pour les hommes, elle avait suscité colère et amertume et enrayé le processus de communication. Dévoilée, elle devint non seulement source de soulagement, mais aussi le moyen de renforcer le dialogue. Plus personne n'y voyait un défaut des hommes ou un exemple de l'animosité des femmes à leur rencontre : c'était de toute évidence une donnée de notre apprentissage de la différence sexuelle : ce pour quoi les filles sont formées et valorisées, et ce pour quoi les garçons, au contraire, ne le sont pas.

Une fois révélé, ce fait avait été compris. Une fois compris, il avait permis aux hommes et aux femmes de se rapprocher. On a souvent tendance à oublier les connaissances superficielles, mais on n'oublie jamais ce que l'on voit et que l'on comprend véritablement. Forts de cette nouvelle compréhension, nous avons peu à peu acquis la conviction que les femmes valorisaient les hommes pour des traits de caractère clairement définis (la capacité d'accéder à une vue d'ensemble et de viser des résultats concrets, de rester calme pendant les crises affectives, etc.).

Le groupe se mit alors à discuter de l'impératif culturel (renforcé par Bly et Gray ainsi que d'autres et endossé avec un enthousiasme aussi considérable que prévisible par la culture dominante) qui pousse les hommes à devenir plus masculins : forts, puissants, « héroïques », par opposition à « doux » et vulnérables. Mais l'essentiel n'est pas de modifier l'identité des hommes ni de les rendre plus virils. *Il s'agit de développer les points forts des hommes de manière à les transformer en atouts relationnels propices non seulement au bonheur de l'homme ou de la femme, mais également à l'épanouissement de leur relation.* La solution – celle que ces hommes et ces femmes voulaient trouver, si toutefois ils avaient la possibilité de se parler – ne consistait pas à renoncer à leur force et à leur puissance. Il fallait pleinement assumer cette force et cette puissance en prenant conscience de l'effet

qu'elles avaient à la fois sur la femme et sur leur relation : les hommes devaient être avec les autres, au lieu d'être seuls dans leur coin. De plus, nous entrevoyions l'idée que le pouvoir véritable, une fois insufflé dans une relation, renforce les femmes tout autant que les hommes.

Progressivement, les participants se détendirent et décidèrent de passer à la deuxième question, les femmes s'exprimant cette fois-ci les premières.

Question n° 2 : Quel aspect
de l'autre sexe aimeriez-vous
le plus comprendre ?

Réponses des femmes

Voilà, au dire des femmes, la plus facile des trois questions. L'une d'elles déclara : « Tout ! Je veux tout comprendre des hommes. Cela fait longtemps que j'attends cette occasion. »

« Notre question principale, dit une autre femme, est : Qu'est-ce qui se passe ici ?

— Et, qu'est-ce qui ne se passe pas ? ajouta une troisième.

— Et pourquoi cela ne se passe pas... »

À nouveau, il y eut des rires.

Dans le même esprit, un homme répondit : « Vous voulez vraiment savoir ce qui se passe à l'intérieur d'un homme ? J'étais en train de prendre mon petit déjeuner l'autre jour quand ma femme me demande : "À quoi penses-tu ?" Je lui pose à mon tour une question : "Tu veux vraiment le savoir ? — Oui, me dit-elle, tu as l'air tellement pensif." Je lui réponds : "Bon, eh bien, je me demandais si j'allais tondre la pelouse dans le sens de la longueur ou dans le sens de la largeur." »

Un homme : J'ai lu l'autre jour dans le journal que si tous les hommes du monde se mettaient soudain à raconter aux femmes à quoi ils pensaient, le monde s'écroulerait.

Un autre homme : Mais mes idées les meilleures, les plus pénétrantes, je les trouve en parlant avec ma femme. Quand je suis seul, je pense des choses comme : « Qu'est-ce qu'on va manger à midi ? » ou « Quelle équipe va gagner ce soir ? » Parler à ma femme me stimule vraiment.

Une femme : Alors pourquoi est-ce que vous évitez cela ?

Un homme : Moi aussi, j'aimerais bien le savoir.

La vie intérieure des hommes était un grand mystère pour les femmes, qui exprimaient leur curiosité de différentes façons :

Êtes-vous conscients de ce qui se passe en vous, et y attachez-vous de l'importance ? Que vivez-vous entre le moment où vous recevez un message et le moment où vous y répondez ? Qu'est-ce qui vous émeut profondément ? Est-ce que les hommes ressentent quelque chose ? Et si c'est le cas, comment et quoi ? Que signifient au juste les blagues ? Quelle est la signification du sport ? Qu'est-ce que vivre dans un corps d'homme ? Les hommes sont-ils solitaires ? Pourquoi sont-ils si secrets ? Qu'éprouvez-vous

quand vous ne pouvez répondre à une question ? Pourquoi vous taisez-vous quand on arrive au cœur d'un problème ? Que faudrait-il pour que les hommes s'ouvrent ? Pourquoi les hommes sont-ils tellement taciturnes ? Comment interpréter votre silence ?

Les femmes présentes partageaient en fait cette idée erronée selon laquelle la vie intérieure des hommes est invisible aux hommes eux-mêmes. C'est d'ailleurs un sujet de plaisanterie entre ces derniers. Or leurs réponses montraient clairement que ce n'était pas tout à fait vrai :

Un homme : Mon silence peut signifier différentes choses selon les circonstances. Il faut me le demander.

Un autre homme : J'attends que ma femme devine, comme par magie.

Un autre homme : Mais quand la mienne me le demande et que je réfléchis à ma réponse, une autre question surgit : « Pourquoi es-tu si silencieux ? » Et je perds mes moyens.

: Le silence traduit ma peur de ne savoir répondre ; il me donne un sentiment de sécurité. Je crains d'aggraver la situation si je me mets à parler. Mieux vaut donc ne rien dire.

Un autre homme : Je n'oserai jamais entamer une discussion sur les sentiments, car je ne pourrai jamais assurer la suite. Par contre, les conséquences sont encore pires si je ne dis rien. À mon grand étonnement, chaque fois que j'ai engagé la conversation, ma femme en a été ravie ! Je me suis demandé : « Est-ce donc si facile que cela ? » Mais ce départ était vraiment effrayant !

Un autre homme : Quand il y a quelque chose qui ne va pas et qu'elle en parle, je me tais si j'ai l'impression de ne pas pouvoir résoudre le problème. C'est presque comme si le problème disparaissait. C'est pour cela que je garde le silence.

Un autre homme : C'est comme une question difficile dans un cours d'algèbre que l'on n'a jamais suivi.

Une femme : Vous voulez dire qu'il peut y avoir une réponse juste ?

Un homme : La réponse que j'estime juste ne semble jamais convenir à une femme. Si je dis ce que je ressens vraiment, il y aura une autre question, et puis une autre et encore une autre. Mais je ne peux pas m'exprimer quand je subis une telle pression. Je commence à éprouver une certaine crainte et je cesse de parler.

Un autre homme : La communication est difficile dans un domaine dont l'issue nous échappe. Si nous nous lançons là-dedans, nous craignons la fin de la relation. Nous avons l'impression d'aller droit au désastre. Nous gardons donc une certaine distance pour sauver la relation, pour empêcher le pire.

Un autre homme : J'ai peur de me perdre si je m'aventure là-dedans avec elle. Et si je n'ai plus moi-même, je n'ai plus rien.

Un autre homme : Ouais, je me dis moi aussi que si je me mets à la place de l'autre, je vais me perdre moi-même, et cela ira trop loin. Du coup, je n'exprime pas ce qui se passe vraiment au fond de moi.

Un autre homme : Mais y a-t-il une autre solution ?
(*Longue pause dans la discussion.*)

Une femme : La prochaine relation ne sera pas mieux, non ?

Une autre femme : Je dis à mon mari : « Je n'aimerais pas être dans ta tête, avec ta solitude ! »

À mesure que les participants progressaient, il apparaissait que les hommes avaient souvent conscience de ce qui se passait en eux-mêmes, sur le plan des sentiments ainsi que sur celui des idées. Le problème n'était pas qu'ils n'étaient pas à l'écoute des femmes ou de leur propre vécu : il résidait dans leur façon de réagir.

La mise à nue de ce trait de caractère permit d'amorcer un dialogue fructueux au sein du groupe. Tout le monde essaya de comprendre pourquoi les hommes avaient tellement de mal dans ce domaine. Les femmes, fascinées, écoutaient tandis que les hommes – probablement pour la première fois de leur vie – évoquaient leur volonté de réagir et leur incapacité de le faire. La peur jouait un rôle important dans ce mécanisme, tout comme la dévalorisation du relationnel chez les garçons et les hommes.

Non que tout se passât sans accroc. À mesure que des divergences se faisaient jour, elles donnaient lieu à des éclats de colère et à des silences renfrognés. Mais, juste au moment où hommes et femmes étaient accablés par la colère, par la crainte et par l'amertume de se sentir bloqués, l'un des participants dit : « On ne va nulle part comme ça. Mais on pourrait trouver un moyen de sortir de cette impasse. » Le groupe allait et venait entre luttes de pouvoir, attitudes polarisées ou défensives, tentatives d'évitement, désespoir, sarcasmes, souffrance et impuissance.

C'étaient là, expliquions-nous, des traits de caractère pour lesquels les hommes et les femmes avaient été valorisés dans la culture « normale » et qui n'avaient rien de « pathologiques ». Les différences que nous discernions relevaient des deux « territoires » attribués à l'homme et à la femme par notre société. À chaque blocage, nous attirions l'attention sur le rôle que pouvaient jouer dans ce cas les identités sexuelles et nous leur demandions si ces blocages particuliers leur étaient familiers. Les participants évoquaient souvent le caractère répétitif des pièges dans lesquels ils tombaient avec leur partenaire. Nous les aidions à envisager cette idée : il y a un Nous – le Nous du groupe – et Nous pouvons trouver un moyen de dépasser la rupture de communication. Un travail commun, disions-nous, peut aider à établir une meilleure relation.

Et c'est ce qui s'est passé. Chaque fois que le groupe retournait au sentiment du Nous, il avançait de nouveau.

Les femmes avaient une longue liste de questions pour les hommes :

Quelles sont les peurs des hommes ? Comment pouvez-vous séparer vos sentiments de vos actes, comme sur le plan sexuel ? Pourquoi cette insistance sur les rapports sexuels ? En quoi consiste le devoir pesant de réussite ? Pourquoi les hommes ne consultent-ils pas de médecins ? Pourquoi un homme ne s'arrête-t-il jamais pour demander son chemin ? Quel est le moyen le plus efficace de souligner les dangers du patriarcat ? Comment apprendre aux hommes à dialoguer ? Que se passe-t-il entre les hommes qu'ils préfèrent dissimuler aux femmes ? Que faudrait-il pour que les hommes s'intéressent davantage au relationnel, sans effusion de sang ? Pourquoi ne demandez-vous pas d'aide lorsque vous souffrez ? Pourquoi vous accrochez-vous à votre

pouvoir au prix de votre santé et de vos relations ? Pourquoi les hommes sont-ils si violents ? Comment vous laissez-vous éblouir par l'autorité rationnelle, par le poids de la rationalité ? Quelle impression cela fait-il d'être craint ? Pourquoi êtes-vous incapables d'appeler un ami au téléphone ?

La discussion se concentra ensuite sur l'une des questions des femmes : « Dans l'amitié entre hommes, que se passe-t-il ? »

Un homme (plaisantant) : Nous sommes des êtres très sensibles entre nous. Je dis à mon copain : « Hé ! Manu ! Et si nous allions boire une tasse de thé pour parler de notre relation ? »

Une femme : Pourquoi plaisantez-vous là-dessus ?

Une autre femme : Nous voulons vraiment entendre les réponses. L'amitié des hommes entre eux est un mystère pour nous.

Une autre femme : Mes relations avec mes amies constituent pour moi un bon modèle de ce que j'attends d'une relation. Je n'entends pas des hommes dire cela de leur amitié avec d'autres hommes. Pour moi, c'est avoir un attachement fort, cultiver notre écoute, l'empathie, l'apaisement de l'âme, c'est trouver un puits dans un désert. N'est-ce pas pour cette raison que les hommes aiment la compagnie des femmes, parce que c'est ainsi que nous faisons ? Eh bien, j'attends désormais ces qualités de la part des hommes.

Une autre femme : Pour les femmes, c'est fondamental, c'est l'essence de la vie, l'essentiel. Si je ne partage pas cela avec la personne que j'aime le plus au monde, je ne veux pas vivre. Cette relation cristallise autour d'elle un désir, un sentiment primordial.

Une autre femme : Nous vivons dans cette culture guerrière qui porte au pinacle le soldat. L'idéal pour les hommes n'est pas la foi ou l'amour, c'est John Wayne.

Un homme : Avec mes amis hommes, j'ai de bonnes relations, mais elles sont très différentes de celles que je vis avec des femmes. Je peux bricoler ma voiture tout un après-midi avec un ami sans dire un mot, mais nous serons quand même en communication. Ou quand nous allons à la pêche. Ce n'est pas pire qu'avec les femmes, c'est tout simplement différent.

Un autre homme (en colère) : Je ne suis pas d'accord, mais alors pas du tout ! Tous les dimanches de mon enfance, je les ai passés avec mon père à travailler sur la voiture familiale dans notre garage, et je ne connais toujours pas mon père. Mais pas du tout, et ça me rend furieux ! Ce type d'amitié n'a aucune valeur pour moi. Ce discours sur les hommes qui restent à pêcher en silence toute une journée, c'est du baratin. Nous les hommes, nous devons nous parler !

Un autre homme : C'est vrai. J'aime passer du temps avec mes amis hommes, bien sûr. Mais si je veux communiquer et me sentir compris, je cherche plutôt la compagnie d'une femme.

Un autre homme : Depuis près de dix ans, je joue au golf avec le même groupe de quatre amis et c'est génial. Mais si on avait un enregistrement vidéo

de nos échanges, de nos conversations, la bande de notre première partie ressemblerait exactement à la dernière en date. Il n'y a pas de progrès.

Un autre homme : Je suis allé à des ateliers organisés par Robert Bly. Nous avons joué des percussions et chanté dans les bois. C'était chouette et je me sentais proche des autres hommes, en particulier le fait de parler de tout ce que nos pères ne nous ont jamais donné. Mais, au sortir de l'atelier, cela ne m'a pas aidé dans ma relation avec ma femme ni avec d'autres hommes et femmes. J'ai démarré un groupe d'hommes et nous avons fait des percussions, chanté et un peu parlé, mais cela n'a débouché sur rien. Un jour, j'ai proposé que chacun d'entre nous appelle les autres au téléphone entre deux réunions mensuelles. Eh bien, c'est comme si je leur avais demandé de porter une jupe ou quelque chose dans ce genre-là. D'entrée de jeu, l'un des gars m'a répondu : « Le téléphone, ce n'est pas mon truc. » Un autre m'a dit : « Je suis très occupé en ce moment. » Il ne s'est jamais rien produit. Nous nous moquons du temps que les femmes passent au téléphone, mais elles ont une communication plus profonde entre elles que les hommes. Il ne suffit pas de faire du canoë ou de se déshabiller ensemble au sauna, d'autant que je le fais au vestiaire depuis que je suis tout petit. Il a raison : il faut que nous apprenions à parler, à échanger, à poser des questions et à écouter, comme nous le faisons en ce moment. Je regrette de le dire, mais nous, les hommes, nous devons apprendre à rester assis sur notre derrière et à parler. Pour être capables de le faire le jour où notre vie en dépendra.

Un autre homme : Je suis d'accord. C'est vraiment triste. Depuis quinze ans, je vais m'entraîner dans un gymnase et j'y rencontre quelques amis. Si l'un d'eux me demande comment je vais, chose assez rare d'ailleurs, je réponds toujours : « Très bien. » Et si je lui pose la même question, il me répond pareillement. Il pourrait très bien avoir un cancer ou son fils pourrait avoir été arrêté pour trafic de drogue, mais il me répondrait toujours qu'il va bien. Les amitiés entre hommes existent, mais si j'ai vraiment besoin de chaleur et d'intelligence, je cherche la compagnie d'une femme. Ne vous méprenez pas sur mes propos : pour moi, il est fondamental d'être avec d'autres hommes, mais j'ai aussi besoin des femmes. Le mieux c'est d'avoir les deux.

Alors que la communication s'approfondissait entre les participants, la question principale à laquelle les femmes revenaient sans cesse concernait la solitude des hommes :

Comment pouvez-vous passer une journée sans liens serrés avec autrui ? Qu'est-ce qui les remplace ? Si les hommes n'expriment pas leurs sentiments, qu'en font-ils ? Quelle impression cela fait de ne pas laisser d'espace aux relations ? Comment vous en sortez-vous dans la vie sans de fortes amitiés avec d'autres hommes comme nous en connaissons entre femmes ? Vous sentez-vous seuls ? Voulez-vous vraiment que nous vous laissions tranquilles ? Comment pouvez-vous vous arroger tout le temps la première place ? Est-ce que les hommes ont l'impression qu'il leur manque quelque chose ? Que la vie vaut la peine d'être vécue ?

Les hommes, qui se sentaient désormais plus en sécurité avec les femmes, commençaient à décrire la manière dont ils s'ouvraient parfois, au sein d'un groupe de discussion non mixte, sur les deuils qu'ils avaient connus : deuil d'une relation avec leur femme, avec leurs enfants et en particulier avec leur père. Ils évoquaient la difficulté qu'ils avaient à parler ouvertement de ce deuil et de cette douleur devant des femmes, et pourtant, c'est exactement ce qu'ils se sont mis à faire !

Tandis que les échanges fusaient entre les hommes, les femmes se penchèrent vers eux avec une attention exquise. Un homme déclara : « Vous les femmes, vous écoutez vraiment sérieusement, et il s'en dégage un grand calme, comme si vous aviez du mal à croire que nous, les hommes, nous puissions éprouver du chagrin ou de la solitude. »

Une femme : Les hommes se sentent-ils seuls ?

Un homme : Mais enfin ! Ne le savez-vous pas ?

Une autre femme : Je m'en doutais bien, mais cela fait longtemps que nous attendons que vous en parliez – en fait, environ mille ans.

Une autre femme : Je suis attirée par vous, mais, en même temps, je freine des quatre fers parce que je ne veux tout simplement plus vous mater.

Un autre homme : Je peux comprendre cela. Mais nous ne vous demandons pas de nous mater. Il suffit de nous écouter.

Sur ce, le silence s'installa dans le groupe. Plus personne ne dit rien pendant un bon moment. Un changement palpable se fit sentir dans la pièce.

Puis, tandis que les participants se remettaient à parler, il devint clair que quelque chose s'était passé. Il y avait désormais la sensation intense que les gens étaient vraiment là, vraiment présents. Au bout d'un moment, nous leur avons demandé de décrire ce qu'ils ressentaient. Quelques réponses :

Une impression de détente, le réconfort, l'affection, la sécurité, le partage, la paix, le sentiment d'apprécier des façons d'être différentes, l'espoir, l'espace, l'intérêt bienveillant pour l'autre, la vitalité, le mouvement, les idées, l'adoucissement, une confrontation juste, la reconnaissance claire de l'expérience de l'autre.

Avec le temps, nous avons compris que de tels changements surviennent invariablement au cours des ateliers hommes-femmes (de façon plus ou moins marquée selon la durée de l'atelier). Nous appelons ce mouvement le **passage à la réciprocité**. Le groupe était passé dans une autre dimension de l'« être-en-relation ». À ce stade, le groupe affirma sa volonté d'entendre les réponses des hommes à la question n° 2. Et c'est alors que quelqu'un remarqua que le dialogue durait depuis quatre heures ! C'était le moment de faire une pause pour le déjeuner. La réunion reprit avec une grande énergie.

*Réponses des hommes à la question n° 2 :
Quel aspect de l'autre sexe aimeriez-vous le plus comprendre ?*

Les hommes commencèrent par dire que c'était pour eux la question la plus difficile (pour les femmes, rappelons-le, c'était la plus facile). Pendant qu'ils parlaient, il devint évident que les raisons en étaient nombreuses : les femmes sont éduquées et valorisées pour être « tournées vers l'autre », alors que les hommes sont appréciés pour des réflexions, des questions et des actes qui les concernent directement plutôt que pour un quelconque souci du relationnel ou de l'expérience intérieure de l'autre. Les hommes hésitent à poser des questions aux femmes parce qu'ils redoutent les réponses possibles ou les autres questions qu'elles pourraient leur renvoyer. D'où la difficulté qu'ils éprouvaient à formuler des questions. La première fut : « Qu'est-ce que les femmes attendent de moi ? »

Les hommes approfondirent ainsi :

Que voulez-vous de nous, et comment êtes-vous si certaines de le vouloir ? Pourquoi est-ce que je n'en fais jamais assez à vos yeux ? Est-ce réaliste ce nous demander d'être à la fois forts et sensibles ? Comment puis-je être intime avec vous sans me perdre ? Pourquoi y a-t-il tant de « pourquoi » pour nous ? Pourquoi exiger que je sois vulnérable et ensuite considérer cela comme une faiblesse ? Pourquoi dites-vous que vous recherchez des hommes sensibles, alors que, en fin de compte, vous sortez avec des machos débiles ? Que voulez-vous vraiment ? On aborde une question, et puis il s'avère que la discussion porte sur un sujet complètement différent. Pourquoi évoquez-vous sans arrêt le passé ?

Les femmes commencèrent à répondre :

Une femme : Ce que je veux, c'est être comprise, écoutée. Nous, nous écoutons les hommes, et cela doit être agréable pour eux. Qu'ils nous rendent la pareille !

Une autre femme : Je veux plus de présence affective, pas que l'on consacre davantage d'argent au problème.

Un homme : Y a-t-il quelqu'un qui soit suffisamment à la hauteur de ces exigences pour nous servir de modèle ?

Une autre femme : Notre modèle, ce sont les autres femmes. Nous voulons que vous fassiez la même chose pour nous.

Un autre homme : Autrement dit, vous nous demandez de devenir plus féminins ?

Une autre femme : Non ! Nous voulons que les hommes – et aussi les femmes – développent leurs compétences relationnelles. Si on comprend que cela signifie plus « féminin », alors le monde est en péril.

C'était une révélation pour les hommes. Ils croyaient que les exhorter à élargir le champ de leurs compétences « relationnelles » revenait à leur demander de devenir plus « féminins ». Mais le dialogue entre les sexes n'a pas pour but de pousser les hommes à devenir plus féminins et les femmes à devenir plus masculines. Il s'agit d'amener les uns et les autres à enrichir de leurs points forts la communication et de l'approfondir, tant avec les hommes qu'avec les femmes.

La deuxième question des hommes provoqua un échange intense :

Qu'est-ce que la communication a de si important pour les femmes ?

Les hommes exprimèrent cette question de différentes façons :

Comment font les femmes pour avoir des rapports aussi intenses entre elles sans être submergées ou s'ennuyer ? Comment parviennent-elles à être tellement à l'aise avec leurs sentiments ? Comment obtenez-vous satisfaction en utilisant l'empathie plutôt que l'analyse ? Comment en arrivez-vous à être tellement touchées par les échecs relationnels ? Comment parvenez-vous à y attacher tant d'importance, sans vous y perdre ? À quoi correspondent toutes ces aspirations ?

Les femmes répondirent avec la dernière énergie :

Une femme : Il y a beaucoup de souffrance sous ces aspirations.

Une autre femme : Et parfois cela nous rend folles et nous met trop en colère pour vous écouter.

Une autre femme : Vous pourriez aussi bien demander pourquoi nous avons un tel besoin de vivre.

Une autre femme : Si je n'ai pas de relations profondes, je ne vis pas.

Une autre femme : La vraie réponse est : « Et pourquoi les hommes n'ont-ils pas, eux aussi, besoin de vraies relations pour vivre ? »

Un homme : Comme nous l'avons dit auparavant, nous ne vivons pas très bien. Au fond, malgré le cliché à la noix du gars qui s'en sort en solitaire, je me sens très seul.

Une autre femme : Pour nous, les relations ne sont pas aussi compliquées qu'elles semblent l'être pour vous, les hommes. Vous pensez que c'est toute une affaire affreusement compliquée, quelque chose qu'il faut « faire ». Or, pour nous, cela « existe », cela se fait tout seul.

Une autre femme : Vous, les hommes, vous semblez avoir l'impression que si vous vous rapprochiez trop d'une femme, vous seriez engloutis. Vous ne comprenez pas que moi aussi cela me barbe de discuter de cela tout le temps. Il ne s'agit pas de parler de sentiments, il s'agit d'établir une vraie relation. Être en relation vous permet de vous sentir mieux. J'aurais plus d'énergie à consacrer au reste de ma vie si ma relation avec Michael était meilleure. Il prétend que je veux parler de notre couple jusqu'à ce que mort s'ensuive, mais ce n'est pas du tout le cas.

Un autre homme : Mais pourquoi avez-vous besoin d'une relation aussi profonde ?

Une autre femme : Ce terme « profonde » ! Pourquoi ne pas avoir épousé une femme idiote qui se serait contentée de se taire et de te faire plaisir ? Mais je sais que ce n'est pas ce que tu veux.

Une autre femme : Cela n'a rien d'amusant de harceler un homme pour qu'il communique. La seule solution réalisable consiste à en faire un souci partagé qui incite les deux protagonistes à prendre en charge la relation.

Une autre femme : L'absence de communication vraie dans un couple, c'est ce qui peut arriver de pire. On est tout à la fois avec un autre et complètement seul.

Une autre femme : Mon mari ne veut pas partager mon chagrin parce qu'il craint que cela multiplie le sien par deux. Moi, j'ai plutôt le sentiment que le partager le réduirait de moitié.

Une autre femme : Pour moi, le partage rend la souffrance supportable. C'est la différence qu'il y a entre souffrir et être anéanti.

Une autre femme : Est-ce que vous, les hommes, comprenez de quoi nous parlons ?

Un homme : Oui. Je viens de vivre notre meilleure année en vingt-sept ans de mariage. Depuis peu, les bons moments sont vraiment formidables, et nous avons l'impression d'être extrêmement unis. Dès que cet élan se relâche un instant, nous frôlons la catastrophe, mais plus je communique et plus je suis convaincu que je peux y arriver.

Une autre femme : Pendant les premières années de notre mariage, j'avais l'impression d'être en voyage à l'étranger. J'éprouvais une absence de communication vraie, je me sentais isolée et je me reprochais d'être trop exigeante.

Une autre femme : Quand il me montre et m'explique ses sentiments, sa colère et ses larmes prennent une telle importance que chacune de ses larmes est pour moi un trésor. Elles me permettent d'éprouver la même chose que lui, de me sentir en phase avec lui.

Un autre homme : Alors, pourquoi cette manie de poser constamment des questions ?

Une autre femme : Parce que nous n'obtenons jamais de réponses. (*Rires.*)

Un autre homme : Pourquoi les femmes tiennent-elles à examiner sans cesse les sentiments ?

Une autre femme : Parce que c'est agréable, je me sens vivre.

Une autre femme : Et que l'on se sent mal si on ne le fait pas.

Une autre femme : Examiner les sentiments, c'est avoir une discussion où chacun est partie prenante. Si vous ne répondez pas, un abîme se creuse entre nous.

Un autre homme : Vous voulez donc que nous avancions plus vite ?

Une autre femme : Non, pour autant que vous nous expliquiez pourquoi vous n'avancez pas.

Un autre homme : Mesdames, laissez-moi vous poser une question : est-ce que vous vous amusez en ce moment précis ?

Les femmes (en chœur, et très enthousiastes) : Oui ! Oui !

Un autre homme : Eh ! c'est pourtant facile !

(*Tout le monde rit.*)

Un autre homme : Oui, nous pouvons y parvenir, même si c'est vous les experts en la matière.

Une autre femme : Je vais vous confier un secret : nous ne savons pas toujours quoi faire. (*Avec passion*) Pas plus que vous, nous ne sommes des spécialistes « ès relations ».

Conforté par la conviction croissante de se livrer à un véritable travail collectif, le groupe passa à d'autres questions posées par les hommes :

Qu'est-ce qui vous met tellement en colère ? Pourquoi vos analyses se développent-elles à l'infini ? Pourquoi les femmes parlent-elles trop ? Quand vous

vous trouvez avec vos amies, comment savez-vous à quel moment mettre fin à une conversation ? D'ailleurs, vos discussions aboutissent-elles quelquefois ? Pourquoi êtes-vous tellement attachées à l'expression verbale ? Qu'est-ce qui vous soutient ? Quel effet cela fait-il d'être dépendantes des cycles de votre corps ? Pourquoi le partage des sentiments revêt-il tant d'importance à vos yeux ? Comment vos émotions peuvent-elles être aussi fluides ? Comment parvenez-vous à faire trois choses à la fois ? Pourquoi faites-vous semblant d'avoir des orgasmes ? Comment pouvons-nous comprendre votre attention extrême aux indices subtils, verbaux et non verbaux ? Pourquoi les femmes montrent-elles généralement une sorte de tolérance pour le comportement des hommes ? À quoi cela ressemble-t-il de mettre au monde un enfant ? Quel est le but des rapports sexuels pour les femmes ? Comment les femmes maintiennent-elles leur niveau d'énergie quand elles font les magasins ? Pourquoi les femmes vont-elles aux toilettes en groupe ?

Cette dernière question est également posée par bon nombre de garçons dès l'âge de six ou sept ans. Au cours d'un dialogue, une femme y a répondu ainsi :

Une femme : C'est un endroit où les femmes peuvent parler en sécurité, loin des oreilles des hommes.

Une autre femme : On peut y bavarder tranquillement.

Une autre femme : Si je suis au restaurant et que je vais aux toilettes avec l'autre femme, je découvre ce qui se passe vraiment à table, ce que personne ne dit ouvertement.

Une autre femme : On se sent plus en sécurité pour traverser la salle avec une autre femme. On a moins l'impression que les autres vous regarde.

Une autre femme : J'en apprend plus sur une femme avec qui je fais la queue aux toilettes pendant cinq minutes que sur mon mari en cinq ans de vie commune.

Une autre femme : Est-ce que les hommes se parlent aux toilettes ?

Un homme : Jamais. On peut se retrouver au milieu d'une conversation animée en pleine réunion, et quand on fait une pause pour aller aux toilettes on est les uns à côté des autres devant l'urinoir, mais en silence. Personne ne dit mot.

Une autre femme : Ah bon ? Pourquoi ?

Un autre homme : On n'a pas vraiment envie de parler avec le zizi à l'air !

Une autre femme : Je vois – c'est exactement comme dans le couple (*Rires*).

Une autre femme : Vous ne vous regardez pas ?

Un autre homme : Se regarder le zizi ? Et puis quoi encore !

Le déroulement de ce dialogue est instructif et exemplaire. Pendant que les hommes posent des questions et que le dialogue se poursuit, hommes et femmes écoutent avec attention et réagissent avec authenticité. Quelque chose commence à s'installer, quelque chose d'invisible aux participants.

La curiosité relationnelle

Les hommes posaient aux femmes leurs questions, et les femmes commençaient à répondre. Mais ensuite, inévitablement, l'attention générale se reportait sur les hommes. Les femmes se remettaient à les questionner sur leurs réactions à la discussion, même lorsque les questions s'adressaient aux femmes. Tout se passait comme si un puissant courant entraînait à chaque fois l'intérêt de tous vers ce que ressentaient les hommes. D'une part parce que les femmes ne cessaient de poser de nouvelles questions, et d'autre part parce que les hommes ne le faisaient pas.

Entre les uns et les autres, il s'instaurait une collusion subtile pour que l'attention du groupe se concentre sur les hommes. Cette collusion formait un obstacle au développement de la réciprocité dans le dialogue. Les hommes rechignaient à se placer du point de vue de la relation et se montraient peu enclins à explorer le vécu féminin par des questions qui auraient permis à la relation de s'épanouir. Les femmes sacrifiaient, de leur côté, leur besoin de parler de leur expérience personnelle pour chercher à faire sortir les hommes de leur réserve.

En effet, elles étaient déjà rompues à la méthode qui consiste à « endosser les sentiments » de l'autre comme moyen de le connaître et de nouer un lien avec lui, alors que les hommes en ignoraient tout. Sans s'en rendre compte, donc, les femmes essayaient d'aider les hommes à utiliser cette méthode et se niaient elles-mêmes dans l'intérêt de la relation.

Voyant le phénomène, nous l'avons fait remarquer au groupe en l'appelant la « curiosité relationnelle ». Nous avons émis l'hypothèse que, dans notre culture, la curiosité à l'égard de l'autre était plus prisée chez les femmes que chez les hommes. De ce fait, l'intérêt se reportait invariablement sur les hommes. Si les femmes entrevoyaient par moments que cette curiosité relationnelle était à sens unique, les hommes, eux, n'en étaient pas conscients. Ils n'avaient aucune idée du temps et de l'énergie prodigieuse que les femmes consacraient à les tirer hors de leur coquille.

Nous avons demandé si cela se produisait aussi en dehors du groupe, dans la « vie réelle » :

« Bien sûr, nous répondit une des femmes, nous le faisons tout le temps. C'est l'une des astuces secrètes que nous apprenons dans l'enfance, celle de tirer les vers du nez des garçons. Ils ne se rendent compte de rien.

— Vous ne pouvez jamais vous tromper avec un homme si vous lui posez des questions sur lui-même, ajouta une autre femme.

— Et si nous n'obtenons rien en échange, cela nous met en colère. »

Surpris, un homme dit à sa femme : « Tu as toujours l'air de t'intéresser tellement à ce que je ressens. C'est génial.

— Vous voyez ? Ça marche, dit sa femme. D'ailleurs, le plus souvent, je m'y intéresse réellement. »

Cette pratique a, bien sûr, des conséquences pour le déséquilibre de pouvoir entre hommes et femmes : dès lors que les uns reçoivent plus d'attention que les autres, leur pouvoir est renforcé. Dans notre atelier, le groupe socialement dominé (les femmes) se rendait parfaitement compte que toute son attention était concentrée sur le groupe socialement dominant (les hommes), alors que les dominants l'ignoraient. Mais, même si l'on atteint une plus grande authenticité en explicitant ce phénomène, il n'est pas certain que les hommes veuillent bien abandonner le pouvoir qu'ils en tirent.

À plusieurs reprises, nous avons poussé les hommes du groupe à interroger plus à fond les femmes sur leurs expériences. Ils avaient beaucoup de mal à le faire.

Question n° 3 : Quel côté de vous
aimeriez-vous le plus
que l'autre sexe comprenne ?

Réponses des hommes et des femmes

Tout à coup, nous avons vu qu'il était bientôt 17 heures : le temps pressait. Nous avons donc décidé de nous borner, pendant les quinze dernières minutes, à lire les réponses à cette troisième question, à les écouter sans en discuter.

Les femmes s'étaient exprimées du fond du cœur, avec clarté et conviction. Elles souhaitaient maintenant que les hommes comprennent les points suivants :

Nous ne sommes pas l'ennemi à abattre. Même si je ne m'exprime pas clairement, j'ai mon idée. Qu'il comprenne ce que je ressens quand nous perdons le contact au sein du couple ; qu'un conflit est une invitation à l'engagement, capable d'apporter intimité et détermination, qu'il n'annonce pas la dissolution de la relation. La capacité de violence des hommes peut limiter à un degré effrayant l'action des femmes. Ne banalisez pas ce que j'éprouve ; mettez-vous plutôt en phase avec ma sensibilité féminine. Qu'ils comprennent notre sentiment d'injustice dans la vie professionnelle. Ma façon de faire n'est pas mauvaise, elle est juste différente. Nous sommes en colère parce que nous sommes blessées. Ma sexualité dépasse de loin la dimension physique. Je veux tout simplement que tu sois là. J'existe moi aussi. Nous voulons le partage, pas la prise du pouvoir. Nous ne sommes pas non plus des experts en relations.

Il nous est apparu, en écoutant cette série de réponses, que la plupart de ces thèmes avaient déjà été évoqués au cours des échanges de la journée. Nous avons donc le sentiment d'adhérer tous à cette liste de desiderata.

Les hommes affirmèrent alors, eux aussi avec plus de force qu'au départ, les côtés d'eux-mêmes qu'ils voulaient voir mieux compris :

Je ne suis pas votre ennemi. Nombre de mes actes sont des actes d'amour. Mes difficultés à communiquer mes sentiments ; mon besoin de solitude ; le mal que j'ai à admettre ma faiblesse et à demander de l'aide. J'ai besoin d'espace ; j'ai besoin de temps. J'ai peur moi aussi. Je ne vois pas pourquoi je censurerais ma masculinité. J'aime la compétition et le jeu. Ce que j'éprouve au sujet de la responsabilité. Le lourd fardeau placé sur les épaules des hommes, qui consiste à devoir réussir et à ne pas avoir l'air bête. Qu'être un homme est souvent difficile. Mon sentiment qu'une relation oblige à empiéter sur l'espace de l'autre, et la honte que j'ai à éprouver cela. Je veux changer. Les relations ont autant d'importance pour nous que pour les femmes. Les hommes ont peur eux aussi des autres hommes. Ils ont des priorités différentes. La complexité de ce qu'est être un homme ; nos aspirations en matière de relations ; le chagrin éprouvé

quand nous perdons quelque chose ou quelqu'un ; que je reviendrai après mon départ.

Silence absolu. Certaines femmes et un homme ou deux avaient des larmes aux yeux. Personne ne voulait dire quoi que ce soit. Enfin, une des femmes déclara : « Merci. Il y a comme une lueur désormais. Vous nous avez tendu l'autre bout de la ficelle et maintenant nous pouvons faire un nœud. »

Dix ans de dialogues hommes-femmes : les leçons

Ce premier dialogue houleux a confirmé notre volonté d'utiliser le Modèle relationnel pour réunir les hommes et les femmes. En donnant un nom au « troisième élément » – la « relation », le Nous – puis en précisant ses attributs et son impact sur les deux sexes, hommes et femmes avaient fait basculer leur centre d'intérêt, progressant de leurs préoccupations et de leurs rancœurs personnelles à des préoccupations communes, à l'authenticité les uns envers les autres, à l'empathie et au respect de l'autonomie réciproque. Nous avons été étonnés de constater la force de ce modèle simple et la possibilité de tirer parti des différences sexuelles révélées dans le dialogue pour créer de meilleurs rapports. La pertinence de cette découverte pour les thérapies de couple sautait aux yeux.

En retournant à nos notes sur le premier dialogue, nous avons compris que, alors qu'il nous avait été facile de mettre le doigt sur les qualités nées des différences de conditionnement entre les deux sexes, nous n'avions fait qu'effleurer la question de ce qui arrive à ces différences quand les hommes et les femmes essaient de communiquer véritablement. La clé de notre travail dans ce domaine était donc de détourner l'attention des qualités spécifiques des hommes et des femmes et de la recentrer sur les qualités de leur communication.

Ce premier atelier a mis au jour les idées suivantes :

-
- dans notre culture, et dès le début de leur existence, les hommes et les femmes sont valorisés pour des qualités différentes, et cette différence a un effet considérable sur leurs rapports ultérieurs ;
 - la peur relationnelle manifestée par les hommes et le désir déchirant de communication qu'éprouvent les femmes constituent un aspect fondamental de l'expérience de la plupart des individus ;
 - la notion de différence sexuelle est utile pour parler de la communication entre hommes et femmes ;
 - l'idée d'un Nous est utile aux hommes et aux femmes, surtout au cours d'un conflit ;
 - il existe plusieurs « traits invisibles » fondés sur l'appartenance sexuelle qui, une fois mis à nu, ont aidé les participants à l'atelier, hommes et femmes, à passer du conflit à la collaboration.

Enfin, nous avons appris une grande leçon : que l'on donne aux hommes et aux femmes l'occasion de participer, dans un environnement sécurisant, à un dialogue

respectueux des différences, et ils évolueront vers une réciprocité accrue. Dès lors, les uns et les autres communiqueront mieux et seront davantage eux-mêmes.

Ce développement de la réciprocité peut être vécu comme une ouverture profondément spirituelle. Ada-Maria Isasi-Diaz le décrit ainsi : « Si je m'assieds aux côtés d'une personne pour parler et que j'ai l'impression que je suis prise au sérieux, j'en tire un profond sentiment du divin. Dans l'intérêt réciproque que deux individus se portent, ils se dépassent eux-mêmes. »

La vitesse à laquelle notre premier atelier s'est fait largement connaître nous a étonnés. Les gens – ou plutôt les femmes, car elles se sont révélées les organisatrices des ateliers – ont sauté sur cette chance de dialoguer avec les hommes. Les femmes se sont chargées du travail « relationnel » consistant à nous appeler, à mettre sur pied les ateliers et à assurer la participation des hommes. En fait, l'un des gros problèmes suscités par ce travail a été : « Comment inciter les hommes à s'y intéresser ? » Des moyens différents ont été mis en œuvre, depuis les rabais consentis aux hommes par le biais du « Pas de frais supplémentaires pour tout homme amené avec vous », jusqu'à notre recherche active de quelques hommes suffisamment courageux pour tenter l'expérience (comme en témoigne l'atelier organisé à Istanbul).

Nous avons réédité l'expérience à Cape Cod l'été suivant : dans cet atelier mouvementé, enflammé, on sentit la colère des femmes envers les hommes, dont plusieurs avaient de l'expérience dans des groupes d'hommes et tenaient à affirmer leur masculinité. Par la suite, il y a eu des ateliers aux Pays-Bas et des réunions d'étudiants américains qui nous ont frappés par l'énergie et la fraîcheur qu'ils amenaient à l'entreprise, ainsi que par la rapidité avec laquelle ils passaient de l'état de sous-groupes fragmentés et prompts aux reproches à une grande équipe de travail axée sur l'échange. Enfin, nous avons réuni des groupes de professionnels (psychologues, psychiatres, assistants sociaux), tantôt au sein des structures locales de leurs associations de métier, tantôt de façon moins officielle, au domicile de l'un ou l'autre participant.

Au fil des ans, et en conservant toujours les trois mêmes questions et la même structure, nous avons vu confirmer les enseignements du premier atelier de Cape Cod. Et si les détails et l'efficacité des dialogues ont varié selon les circonstances, l'essentiel est resté inchangé : le rassemblement d'hommes et de femmes dans un atelier de dialogue débouche inévitablement sur une certaine dynamique de réciprocité où les ruptures de communication peuvent faire place à une communication meilleure.

Les caractères invisibles des deux sexes resurgissent à chaque fois : la peur des hommes, les aspirations des femmes, le contexte relationnel, le vécu des hommes, la curiosité relationnelle. De plus, nous avons maintes fois remarqué trois autres aspects invisibles que nous aborderons plus tard et qui ont trait au pouvoir, à la permanence de la communication et au tempo relationnel.

Au fur et à mesure que nous commençons à comprendre ce que nous voyions et à travailler sur les aspects invisibles que nous avons identifiés, il nous est apparu qu'il fallait élever la conception du Nous à l'échelon supérieur. Aider les hommes et les femmes à instaurer de bonnes relations passe avant tout par un autre élément que nous avons découvert au cours de ce premier atelier en

observant les ruptures de communication et les impasses dans lesquelles elles menaient.

Le Modèle relationnel portait à croire que les problèmes relationnels découlaient non pas des difficultés propres à l'un ou l'autre individu, mais de la façon dont ils se rencontraient. Nous en sommes venus à cette conclusion : tout comme les participants à nos ateliers, nous devons recentrer notre attention sur cet « espace » relationnel.

Nous avons souvent constaté que les hommes et les femmes se retrouvaient bloqués, que le dialogue tombait en rupture. On en voit un exemple évident dans le rapport entre les aspirations des femmes et la peur des hommes : le retrait affectif de ces derniers provoque les tentatives redoublées des femmes pour nouer le contact, qui ne font qu'aggraver la tendance des hommes à se renfermer dans leur coquille. Hommes et femmes connaissaient bien ce blocage pour l'avoir vécu dans leur couple : chacun sait ce que c'est que de se sentir piégé, ensemble, sans issue, sans même l'amorce d'une ouverture.

Alors que nous ne savions pas tout à fait comment vaincre ce blocage, nous étions néanmoins convaincus qu'il s'agissait avant tout d'en comprendre la nature. Nous avons intitulé ce lieu où les deux partenaires cessent de communiquer – où se déroule le blocage – l'*espace relationnel*. Quant au processus par lequel hommes et femmes essaient de renouer le contact – mais se trouvent bloqués et en rupture de communication tout en éprouvant des sentiments de rage, de honte ou d'humiliation – l'*impasse relationnelle*.

Avant de poursuivre la description de notre travail sur les impasses relationnelles, nous devons répondre à une question soulevée à la fin de l'un de nos ateliers. Un homme, voyant les différences flagrantes entre les hommes et les femmes et le rôle qu'elles jouaient au cours des échanges, demanda : « Mais comment est-ce possible ? Comment en sommes-nous arrivés là ? »

C'est en tournant notre attention vers les enfants des deux sexes que nous allons explorer cette question.