

Bonjour,

*"La perversité de nos sociétés est de nous bombarder d'injonctions à l'hétérosexualité tout en éduquant et en socialisant méthodiquement les hommes et les femmes de façon à ce qu'ils soient incapables de s'entendre. Ingénieux, n'est-ce pas ? Des partenaires qui se conforment à la lettre à leurs scripts de genre respectifs ont toutes les chances de se rendre très malheureux. Ces scripts produisent d'un côté une créature sentimentale et dépendante, aux demandes tyranniques, qui surinvestit la sphère affective et amoureuse, et de l'autre un escogriffe mutique et mal dégrossi, barricadé dans l'illusion d'une autonomie farouche, qui semble toujours se demander par quel dramatique manque de vigilance il a bien pu tomber dans ce traquenard."* Mona Chollet - Réinventer l'amour

Par ces mots qui ne manquent pas d'humour et de prise de distance, Mona Chollet pose les bases d'un constat malheureux : si chacun des partenaires d'un couple hétérosexuel n'a pas fait l'effort conscient de déconstruire ce qu'il a intériorisé pendant l'enfance (mais aussi ce qu'il vit tous les jours dans notre société), il y a un risque important pour que naissent des tas de frustrations, de colères et de ressentiments de part et d'autre. Certaines personnes en prennent leur parti en imaginant que "c'est comme ça" ou que les hommes viennent de Mars et les femmes de Vénus et qu'on ne peut rien y faire - comme si c'était une loi de la nature. D'autres personnes au contraire ont décidé de retrousser leurs manches et d'essayer de trier l'inné de l'acquis afin de dépasser ce schéma conjugal récurrent.

Nous connaissons tous et toutes des couples qui ressemblent de près ou de loin à cette image d'Épinal - peut-être en avons-nous même formé un. Et évidemment, nous connaissons également des couples hétérosexuels qui sont très éloignés de ce "modèle". Et donc, si certaines personnes ont réussi à y échapper, il y a des chances que ce ne soit pas une règle immuable.

Il paraît normal (dans le sens d'habituel ou de fréquent) de rencontrer des hommes qui ne pleurent pas ou qui soient incapables de parler entre eux de leurs émotions. J'insiste sur le terme "entre eux" parce que souvent ces mêmes hommes peuvent parler de ce qu'ils ressentent à des femmes. Par contre, ils se révèlent totalement démunis lorsqu'il s'agit de les partager avec leurs amis hommes. Quand ce genre d'homme souffre, il va souvent chercher un dérivatif dans la force virile (aller faire du sport avec ses copains), dans l'activité (travailler plus, s'absorber des heures dans la construction d'un ordinateur...) ou essayer de tout simplement oublier ce qu'il ressent par le biais de substances plus ou moins légales. De l'extérieur, rien n'affleure parce qu'on lui a dit (avec des mots mais aussi avec des images plus ou moins subliminales ;-)) depuis tout petit qu'un vrai bonhomme ne pleurerait pas, ne devait rien ressentir et qu'il devait être fort coûte que coûte. Et évidemment, à force de se taire et d'intérioriser ce genre d'idioties, il arrive un moment où ça casse. Et la nature est ainsi faite qu'au début, ce n'est pas forcément la santé mentale qui s'en ressent (sic) mais le corps. Les symptômes du stress accumulé s'inscrivent dans le corps et c'est souvent le début de longues errances médicales...

Mais revenons à nos moutons : ce type d'homme qui ne sait pas communiquer va souvent charger sa compagne de se débrouiller avec tout ce qui concerne la sphère "affective" au sens large. C'est elle qui rassure les enfants qui ont peur, c'est elle qui pense aux anniversaires (y compris ceux de sa belle-famille), c'est elle qui sollicite les confidences si elle a l'impression que l'autre a passé une mauvaise journée au travail... et enfin, c'est elle qui va devoir prendre la responsabilité de faire en sorte que le couple (et la famille) tienne. On attend de la femme d'un couple hétérosexuel qu'elle fasse des efforts

---

de communication, qu'elle comprenne tout et en particulier les failles narcissiques et émotionnelles de son conjoint. Et pourquoi ?

Parce qu'elle a été élevée pour ça ! Depuis toute petite, les adultes et la société ont renforcé certains de ses comportements et de ses attitudes : parler de ce qu'elle ressent (pleurer quand elle en a besoin), laisser la place aux garçons dans la cour (des études très sérieuses montrent l'utilisation de l'espace des cours d'école par les enfants et c'est édifiant), pouponner gentiment, s'occuper des autres (leur apporter soutien et assistance)... A contrario, on lui a laissé entendre qu'avoir de l'ambition, parler et rire fort, jouer les gros bras, résister à l'autorité et être autonome n'étaient pas des qualités très enviées pour une femme. Progressivement, elle a appris ce qu'on attendait d'une femme "féminine" (re-sic). On a fait donc de certaines femmes des êtres dépendants qui ne peuvent plus se penser en dehors des autres, en dehors de leur regard, en dehors de l'aide qu'elles peuvent apporter...

Il n'est donc pas étonnant de rencontrer des femmes qui ont tellement investi la sphère privée qu'elles refusent que leur partenaire masculin fasse le moindre effort ("ce sera mieux et plus vite fait que je le fasse moi-même") tout en leur reprochant de ne pas participer aux tâches, les reléguant à l'état de grand enfant (qu'ils sont peut-être). D'ailleurs, on entend souvent certaines femmes dire que leur conjoint est un gosse (certaines s'attendrissent même de ce manque d'autonomie domestique). C'est ce même genre de femme que l'on rencontre à 50 ans et qui, après s'être oubliée au profit de ses enfants, de son partenaire, de sa famille, se réveille un beau jour en se disant qu'elle est passée à côté de sa vie et de ses rêves d'adolescente. Là encore, comme son conjoint, la prise de conscience peut se révéler désastreuse si elle n'est pas accompagnée.

Mais, parce que le couple peut aussi être un espace de responsabilités partagées (qu'elles soient logistiques, émotionnelles, culturelles ou sociales), il y a de l'espoir dans ce tableau qui paraît bien noir. Ce que nous avons appris, nous pouvons le désapprendre et c'est tout l'enjeu d'un travail sur soi-même.

Si vous vous questionnez sur votre chemin de vie et que vous avez besoin de pistes, réservez donc un rendez-vous avec moi ([je vous offre cet entretien de 45 minutes sans engagement](#)).

En attendant, je vous souhaite une très bonne semaine et vous retrouve vendredi prochain,

Marie