

# Ces hommes en quête d'une nouvelle masculinité

Ils sont de plus en plus nombreux à remettre en cause la vision traditionnelle de la virilité.

SEGOLENE BARBÉ

**PSYCHOLOGIE** Dans son récit confessionnel intitulé *Je ne suis pas viril* (First, 2021), le youtubeur Ben Névert, 29 ans, explique : « J'écris pour tous les hommes qui ne se retrouvent pas dans ce que la société attend d'eux. J'écris le livre que j'aurais aimé lire adolescent et jeune adulte, quand tout me laissait penser que je ne deviendrais jamais un homme épanoui parce que j'étais trop différent, trop maigre, pas assez viril, trop imberbe, pas assez dominant... » Comme lui, les humoristes Laurent Sciamma avec son spectacle *Bonhomme*, ou Alex Ramies (*Sensiblement viril*) remettent en cause les codes traditionnels d'une virilité dans laquelle ils ne se reconnaissent plus.

Derrière ces quelques exemples, c'est toute une génération qui s'interroge. « L'émergence médiatique des débats sur la masculinité toxique, les abus sexuels ou les violences domestiques a joué un rôle important ; beaucoup d'hommes ne veulent plus être associés à des comportements brutaux et machis-

tes », analyse le psychiatre et psychologue Alexis Burger, auteur de l'ouvrage *Le Défi masculin* (Favre, 2017).

Qu'est-ce qu'être un homme aujourd'hui ? « Ce qui a changé, c'est qu'on se pose désormais cette question, poursuit le psychiatre. Avant, on ne se la posait pas car les hommes étaient définis par leur rôle social : gagner de l'argent, avoir un certain statut social, une belle voiture... Aujourd'hui, ces rôles ont volé en éclats et ne suffisent plus à définir les genres. »

## Libérer du carcan

Les sciences sociales se penchent aussi sur le conditionnement des garçons, sur la manière dont les injonctions sociales (véhicules par l'école, les copains, les médias...) influencent leur développement dès le plus jeune âge, les incitant souvent à cacher leur sensibilité et leur désir de nouer des liens forts avec les autres. On naît garçon, mais on le devient aussi, affirme ainsi Judy Y. Chu, maître de conférences à l'université de Stanford et auteur de *Quand les*



La difficulté, c'est de sortir du modèle du macho sans se castrer.

ALEXIS BURGER, PSYCHIATRE

garçons rejoignent le club des garçons (First, 2022), qui a mené l'enquête pendant deux ans auprès de garçonnets âgés de 4 à 5 ans dans une école maternelle de Nouvelle-Angleterre. « La découverte principale de mon étude est que ce que l'on perçoit et décrit souvent comme naturel chez les garçons n'est pas une manifestation de leur nature profonde, mais un mécanisme d'adaptation aux cultures qui exigent d'eux qu'ils soient froids, agressifs et compétitifs pour être considérés et acceptés comme de « vrais garçons », conclut-elle.

Aider les hommes à se libérer de ce carcan et à se définir par eux-mêmes, c'est l'objectif d'associations qui essaient un peu partout dans le monde occidental : Réseaux hommes, fondé au Québec en 1992 par le psychanalyste Guy Corneau, ou encore Mankind Project, créé en 1984 par trois Américains dont le psychologue Ron Hering. Affichant aujourd'hui 3000 membres en France (et 70 000 dans le monde), le MKP propose des week-ends

d'initiation d'une quarantaine d'hommes en pleine nature, mais aussi des groupes de parole organisés chaque mois un peu partout en France.

« Ces groupes m'aident à lâcher mes émotions, à être plus authentique. Je peux y exprimer ma colère dans un espace sécurisé mais aussi essayer de comprendre ce qui se cache derrière », explique Thomas, 40 ans, adhérent parisien depuis cinq ans. Loïc, 44 ans, membre du MKP depuis dix ans, a vécu lui aussi une transformation intérieure importante. « Ma femme m'a trouvé très changé : je suis moins taiseux, je partage davantage mes émotions, mes doutes... J'y ai aussi envoyé mon père de 70 ans, ce qui a totalement modifié nos rapports », raconte-t-il.

Ces groupes changent aussi la relation entre pairs, permettant d'expérimenter une nouvelle fraternité. « J'ai toujours considéré que j'avais des amis, mais je me suis rendu compte que je ne leur parlais de mes problèmes qu'après les avoir résolus, poursuit Loïc. Depuis, j'ai

appris à demander de l'aide en temps réel. Le MKP m'a réconcilié avec ma puissance comme avec ma vulnérabilité. »

Au terme de virilité, trop axé sur la performance et la force physique, beaucoup préfèrent celui de masculinité, qui laisse davantage de place à l'interprétation. « Les hommes contemporains se cherchent entre ce qu'ils ne sont plus et ce qu'ils ne sont pas encore. Certains se sentent déboussolés, ne savent plus, par exemple, comment séduire les femmes... Il peut y avoir un certain désarroi mais c'est aussi une formidable liberté qui leur est offerte de se remettre en question et d'essayer de nouvelles choses », assure Alexis Burger, qui organise, lui aussi, des groupes de parole entre hommes dans le désert (surladune.ch). « La difficulté, conclut-il, c'est de sortir du modèle du macho sans se castrer, de reconnaître à quel point nous avons été conditionnés par notre histoire et notre culture sans pour autant renoncer à notre énergie masculine. » ■



DESSIN PINEL

## En 1945, une expérience de famine volontaire menée aux États-Unis

SOLINE ROY @so\_sroy

Le 12 février 1945, trente-six jeunes Américains en pleine forme s'attablent dans une salle de l'université du Minnesota. Au menu : un petit bol de bouillie, deux tranches de pain grillé, des pommes de terre frites, de la gelée, un peu de confiture et un petit verre de lait. Ils entament six mois d'une diète drastique. Objectif : leur faire perdre 25 % de leur poids. S'ils ne maigrissent pas assez, on supprime du pain ; et s'ils dépassent l'objectif on en ajoute. Et ils sont volontaires...

« Allez-vous vous affamer pour qu'ils soient mieux nourris ? », leur a demandé quelques mois plus tôt une brochure diffusée par le Dr Ancel Keys, professeur de physiologie à l'Université du Minnesota et consultant auprès du ministère de la Guerre. Le médecin a mis au point la ration de combat des troupes alliées qui vont libérer l'Europe. Il veut savoir comment les habitants de ces territoires exsangues après des années de guerre sont affectés par des mois de privation alimentaire, et comment les aider. Il propose alors une expérience : affamer des volontaires tout en les soumettant à une batterie de tests pour surveiller leurs fonctions corporelles, leur endurance, leurs capacités cognitives et leur santé mentale.

Ses cobayes, Keys les trouvera chez les objecteurs de conscience. « Nous étions pleins d'idéalisme. Tous ceux qui nous entouraient détruisaient le monde, nous voulions le construire », racontera des années plus tard l'un de ces pacifistes, Samuel Legg, cité en 2005 dans le *Journal of Nutrition* par deux membres de l'école de médecine Johns Hopkins (Baltimore). Plus de 400 seront candidats.

Le 19 novembre 1944, les trente-six sélectionnés s'installent dans un bâtiment de l'université : un dortoir sans fenêtres avec des lits de camp, une série de douches sans cloisons, une salle de clas-



Le Dr Ancel Keys a mis au point ce menu type pour étudier les fonctions corporelles et cognitives des volontaires soumis à un régime de 1600 Kcal pendant six mois. DOMAINE PUBLIC

se, un salon et une bibliothèque. Pendant trois mois, ils reçoivent une ration normale de 3200 kcal par jour, puis pendant six mois un peu moins de 1600 kcal en deux repas réduits à leur portion congrue et essentiellement constitués de ce qui fait l'ordinaire des Européens en guerre : pommes de terre, navets, rutabagas, pain noir et macaronis. Outre des tâches ménagères et administratives, ils sont invités à suivre des cours à l'université et doivent marcher quelque 35 km par semaine, et courir sur des tapis de course bardés de capteurs.

Au fil des semaines, l'enthousiasme s'émousse... Ils deviennent léthargiques, « ont peu d'intérêt pour la conversation ou le sexe », rapporte *Life* à l'été 1945. Ils se sentent « vieux », peinent à conserver la chaleur (leur température tombe à 35,4 °C) et réclament des couvertures au beau milieu de l'été. En moins de six mois, « ils ont perdu 22 %

de leur poids, leur fréquence cardiaque est tombée à 35 (contre une normale entre 55 et 85 chez un adulte au repos, NDLR), leur cœur a rétréci et leur volume sanguin a chuté de 10 % », écrit le magazine. Ils souffrent d'œdèmes, de

## HISTOIRE DE MÉDECINE



vertiges, perdent leurs cheveux et ont des difficultés de coordination. Dans un magasin du centre-ville, raconte Jasper Garner, l'un des participants, en 2005, « il y avait une porte tournante. Je n'arrivais pas à la pousser. J'étais coincé. J'ai dû attendre que quelqu'un arri-

ve ». Ces pacifistes deviennent irritables. Lors d'une promenade, Samuel Legg aperçoit un jeune garçon à vélo : « Je me suis dit : "Je sais où il va. Il va rentrer chez lui pour le dîner. Et pas moi." Et pendant un très bref moment, enfin, j'espère qu'il était bref... J'ai détesté le garçon. » La nourriture devient une obsession, à tel point que certains collectionnent les livres de cuisine...

Deux volontaires quittent l'expérience pour avoir acheté, volé ou ramassé de la nourriture dans une poubelle. Les autres tiennent bon. « Passer devant une boulangerie, c'était comme passer devant une banque. On se dit que ce serait bien d'avoir ce qu'il y a là-dedans, mais c'est hors de question », s'amuse Harold Blickenstaff, un autre participant. Pour leur éviter de craquer, un système de compagnonnage est mis en place : personne ne sortira sans un camarade. Ils le savent, leur expérience, aussi dure soit-

elle, est moins que celle des peuples pour qui ils se privent : « Ils avaient probablement moins de nourriture que nous, nous étions dans les meilleures conditions médicales possibles, et surtout nous savions le jour exact où notre torture allait prendre fin », racontera Samuel Legg. Ils sont aussi à l'abri des maladies infectieuses et des bombes, se rassure le promoteur de l'étude, pourtant moins serein : « Le Dr Keys a traversé des moments terribles pendant l'expérience, alors que nous perdions du poids et devenions décharnés », se souviendra l'un des participants. « Il rentrait à la maison et disait : "Qu'est-ce que je fais à ces jeunes hommes ? Je ne pensais pas que ce serait aussi dur." »

## Conséquences psychologiques

Après six mois de privation vient le temps du retour à la normale. Les hommes sont répartis en quatre groupes et chacun reçoit, en sus de sa ration de 1600 kcal, 1970 à 3200 calories supplémentaires pendant six semaines, puis 3200 à 4000. Certains ont aussi des compléments en protéines ou vitamines. « J'ai eu faim pendant longtemps. Lors d'une promenade, Samuel Legg aperçoit un jeune garçon à vélo : « Je me suis dit : "Je sais où il va. Il va rentrer chez lui pour le dîner. Et pas moi." Et pendant un très bref moment, enfin, j'espère qu'il était bref... J'ai détesté le garçon. » La nourriture devient une obsession, à tel point que certains collectionnent les livres de cuisine...

Deux volontaires quittent l'expérience pour avoir acheté, volé ou ramassé de la nourriture dans une poubelle. Les autres tiennent bon. « Passer devant une boulangerie, c'était comme passer devant une banque. On se dit que ce serait bien d'avoir ce qu'il y a là-dedans, mais c'est hors de question », s'amuse Harold Blickenstaff, un autre participant. Pour leur éviter de craquer, un système de compagnonnage est mis en place : personne ne sortira sans un camarade. Ils le savent, leur expérience, aussi dure soit-