

La détresse silencieuse des hommes

Normand PROVENCHER, *Le Soleil*, 2 janvier 2017

<http://www.lapresse.ca/le-soleil/actualites/societe/201701/02/01-5056130-la-detresse-silencieuse-des-hommes.php>

Douze ans après le rapport Rondeau, qui brossait un portrait de la santé des hommes et des lacunes dans les services leur venant en aide, le gouvernement québécois prépare pour le printemps un plan d'action sur la santé et le bien-être au masculin. Comment se porte aujourd'hui le moral de l'*homo quebecus* ? Pour le savoir, *Le Soleil* est allé à la rencontre de quelques spécialistes et s'est glissé dans des groupes d'entraide où les hommes osent parler en toute franchise de leurs problèmes. La suite à lire mercredi.

En ce midi de semaine, dans le grand amphithéâtre du Complexe G, le sociologue Jacques Roy prononce une conférence autour du thème « Pourquoi les hommes ne veulent pas être aidés ? Et comment les soutenir. » Dans la salle, une soixantaine de personnes, dont beaucoup de... femmes.

Que les hommes ne se bousculent pas aux portes pour un sujet aussi sensible les concernant n'étonne pas Jacques Roy, professeur associé à l'Université du Québec à Rimouski et intervenant social au groupe *Autonhommie*. Il a appris à connaître « la bête », comme il le dit si bien, et sa façon bien particulière de se mettre la tête dans le sable lorsque souffle la tempête entre ses deux oreilles.

Père de deux garçons, l'ancien professeur en travail social au cégep de Sainte-Foy est l'auteur d'une enquête exhaustive sur les besoins psychosociaux des hommes. Ses conclusions montrent qu'il reste beaucoup à faire pour convaincre les hommes en détresse d'aller chercher de l'aide. Pour expliquer leur réticence, 92 % d'entre eux, peu importe leur âge ou leur scolarité, disent ne pas vouloir se sentir contrôlés.

« Quatre-vingt-douze pour cent, c'est énorme, ces chiffres-là n'existent pas chez les femmes; on est dans deux galaxies différentes, lance M. Roy, en entrevue au Soleil. Le contrôle, c'est antinomique avec les hommes. Dès qu'ils se sentent contrôlés, ça ne marche pas. Une femme qui se fait aider n'est pas menacée dans son identité. L'homme qui se fait aider y voit une menace potentielle. La valeur masculine la plus forte, c'est l'autonomie. L'idéal d'un homme, c'est d'être autarcique. J'ai un problème, je m'organise tout seul. »

« Les gars n'ont pas de problème à se promener tout nus dans un vestiaire de hockey, mais parler de choses intimes avec d'autres gars, c'est beaucoup plus menaçant », illustre André Beaulieu, directeur général d'*Autonhommie*, un organisme du quartier Limoilou qui vient en aide aux hommes depuis 32 ans.

Honte et colère

Des hommes en désarroi, incapables de composer avec leur mal à l'âme, des hommes sur le bord du précipice, André Beaulieu en a vu défiler chez *Autonhommie*. « Quand un colosse de 6'3", 275 livres entre dans ton bureau et qu'il ne veut pas s'asseoir, c'est pas le temps d'appeler la sécurité pour le sortir. Il faut l'accueillir comme il est. Il n'y a pas un gars qui est fier de venir ici. Il a honte, il est en tabarnac. »

Derrière la décision de venir consulter, on retrouve le plus souvent une conjointe qui n'en peut plus de son comportement : ou il se prend en main, ou elle le quitte.

Au sous-sol de l'édifice d'*Autonhommie*, sur la 3^e Avenue, André Beaulieu a fait installer un petit local avec des sacs de boxe. À l'occasion, lorsque l'homme devant lui bout de rage, André Beaulieu descend avec lui. Histoire de se défouler, il lui offre de frapper sur les sacs. « C'est une minorité qui a besoin de ça, mais il y en a pour qui il faut que ça sorte. Le gars enlève son veston et tape pendant 15 minutes. Après ça, tu peux t'asseoir avec lui. »

Nerf de la guerre

« Venir ici, c'est déjà un sacré compromis que ces hommes font sur leur identité, enchaîne Jacques Roy. Ils ne savent pas qui ils sont. Ils sont impulsifs mais ignorent pourquoi. Il faut alors déconstruire les mécanismes de socialisation, c'est le nerf de la guerre. »

« Des données et des recherches sur la santé des hommes, ça fait 40 ans qu'on en a, déplore M. Beaulieu. Qu'est-ce qu'elles nous disent ? Que les troubles de comportement sont plus fréquents chez les garçons, qu'ils consomment plus de Ritalin, que le décrochage scolaire, c'est l'affaire de 60 % des gars, que 80 % des troubles de dépendance, c'est l'affaire des hommes, qu'ils se suicident davantage... Qu'est-ce qu'on n'a pas encore compris ? Pourquoi on ne fait toujours rien ? Me semble que lorsque tu as besoin d'aide, tu devrais en avoir, que tu sois une fille ou un gars. »

De l'aide ici et maintenant

Si davantage d'hommes en difficulté vont chercher de l'aide, les moyens financiers ne sont pas au rendez-vous pour les organismes communautaires. Ils sont plusieurs à espérer que le gouvernement consacre davantage d'argent à leurs besoins dans son plan d'action sur le bien-être masculin attendu au printemps.

« On a créé un bon réseau pour les femmes, mais il faudrait aussi que la corne d'abondance coule pour les hommes », souhaite Guy Dubé, directeur de *Partage au masculin*, sur la Rive-Sud de Québec.

« Les ressources pour hommes sont très peu nombreuses par rapport à celles pour femmes, soutient le sociologue Jacques Roy, précisant du même souffle que le jeu de l'offre et de la demande est à considérer dans l'équation, les hommes étant moins portés sur la revendication. »

« Depuis douze ans, on n'a pas arrêté de dire que ça prend un plan d'action global. Heureusement, il s'est fait de bonnes choses, ce n'est pas le vide », soutient Gilles Rondeau, professeur à l'École de travail social de l'Université de Montréal et chef de file d'un groupe de travail sur la santé masculine qui a remis son rapport à Philippe Couillard, en 2004, alors ministre de la Santé.



Figure 1 Jacques ROY
Photo : Le Soleil, Jean-Marie
VILLENEUVE

« Bien souvent, poursuit-il, la cause attire moins la sympathie du public parce que la tendance naturelle des hommes est de ne rien demander, de se débrouiller tout seul dans un coin. Il n'y a pas de marche organisée dans les rues pour eux. C'est plus facile de les ignorer. »

Beaucoup de préjugés

Après plus de trois décennies d'existence de l'organisme, le directeur général d'*Autonhommie*, André Beaulieu, déplore que celui-ci éprouve autant de mal à obtenir du financement. Sur un budget de 436 000 \$, la moitié provient du ministère de la Santé et des Services sociaux; à lui et à son conseil d'administration de se débrouiller pour trouver le reste. Une contribution minimale est demandée aux hommes qui fréquentent les groupes et les services individuels.

« On est frileux à s'associer à un groupe d'aide pour hommes parce qu'il y a des préjugés, avoue-t-il. Promenez-vous dans le coin et demandez aux gens qui on est. On va vous répondre : "un groupe de batteurs de femmes, d'abuseurs d'enfants, de pédophiles", la liste est longue. »

Au-delà de l'aspect financier, il y a une façon d'aborder les hommes en relation d'aide. Encore trop d'intervenants d'organismes gouvernementaux font fi du « manuel d'emploi » lorsqu'il s'agit d'aider un homme en crise, croit Jacques Roy.

« À *Autonhommie*, ça fonctionne très bien parce que l'homme est à égalité avec l'intervenant. Aussitôt que tu établis une hiérarchie, ça ne marche pas, tu perds le contrôle. »

Le sociologue est aux premières loges pour décortiquer la situation qui prévaudrait, par exemple, à la Direction de la protection de la jeunesse, un organisme avec lequel doivent composer beaucoup d'hommes en difficulté. *Autonhommie* est souvent appelé à jouer les médiateurs entre les deux parties.

« Les intervenants [de la DPJ] sont souvent des femmes, parfois de très jeunes femmes parce qu'il y a un fort roulement de personnel. Quand un homme rentre dans le bureau, c'est la psychologie du boss qui prévaut. Si le gars l'appelle par son prénom, elle demande à être appelée madame. Ça commence bien une rencontre... »

« Avec un homme, si tu commences à faire de la psychanalyse, ça n'ira nulle part », ajoute Gilles Rondeau.

Ici et tout de suite

« J'ai une collègue à Montréal qui accepte de faire des rencontres de thérapie dans un hôtel plutôt que de les faire venir à son bureau. Les hommes préfèrent que les gens pensent qu'ils ont une maîtresse plutôt que de laisser croire qu'ils consultent », explique Éric Arsenault, coordonnateur clinique des services d'intervention au Centre de prévention du suicide de Québec.

« Il faut amener les hommes à mettre des mots sur des "sentis". Souvent, les hommes ont une seule émotion : la colère. Ça ne laisse pas beaucoup de place pour les nuances. »

Les organismes gouvernementaux doivent apprendre à s'adapter aux besoins des hommes en crise, croit M. Arsenault. Il donne l'exemple d'un CLSC de Montréal,

implanté près d'un quartier industriel, qui fermait ses portes à 16 h 30, laissant en plan les travailleurs susceptibles de demander de l'aide. La clinique a vu ses hommes venir plus nombreux lorsque ses portes sont restées ouvertes jusqu'à 18 h 30.

« Le gars qui se présente pour avoir de l'aide, c'est maintenant, sinon il ne revient pas. L'homme qui souffre n'arrêtera pas de travailler pour aller à son rendez-vous. Il se dit : "De quoi je vais avoir l'air si je ne travaille pas ?" »

Rive-Sud: hausses importantes des demandes d'aide

Les hommes en détresse sont de plus en plus nombreux à réclamer de l'aide sur le territoire de Chaudière-Appalaches. Le groupe *Partage au masculin* s'attend à ouvrir quelque 180 dossiers de plus par rapport à l'an dernier, pour un total de plus de 800 demandes dans les fichiers.

« Ça témoigne d'un gros changement de mentalité. On sent que le message commence à passer », explique Guy Dubé, directeur de cet organisme qui possède neuf bureaux sur la Rive-Sud, de Lévis à Saint-Georges de Beauce, en passant par Montmagny et Thetford Mines. Au total, une douzaine d'intervenants sont à pied d'œuvre pour répondre aux besoins.

« On est partis de rien, explique M. Dubé, un résident de Saint-Georges, instigateur de *Partage au masculin*, il y a 22 ans. Au début, l'Agence de santé et des services sociaux de Sainte-Marie ne savait même pas où classer les demandes d'aide. À l'époque, beaucoup d'hommes, dans les postes de pouvoir, se moquaient du psychologue qui nous appuyait. C'était de l'orgueil de mâle un peu mal placé... »

Guy Dubé est heureux de constater que les jeunes hommes ne sont plus prisonniers des stéréotypes, n'hésitant pas à réclamer de l'aide en cas de coup dur. Les 18-35 ans forment 32 % de la clientèle de *Partage au masculin*. « C'est extrêmement encourageant. Un jour, un jeune m'a dit ne pas vouloir attendre d'avoir mon âge pour régler ses problèmes... » illustre l'intervenant de 73 ans.

Confidences entre hommes

Un modeste appartement du quartier Duberger, un lundi soir avant les Fêtes. Près du seuil de la porte, dans le couloir, les bottes s'accumulent. Une dizaine d'hommes sont réunis au salon. La lumière est tamisée. Sur la table, un pichet et des verres d'eau. À l'extérieur, des lumières de Noël égaient le balcon. Comme ils le font à intervalles réguliers, ces hommes sont rassemblés pour partager leur vécu, douloureux, avec des compagnons d'un soir.

Loin d'être un club social, ce groupe de parole et d'écoute au masculin fait partie du *Réseau hommes Québec*, fondé en 1992 par le psychanalyste Guy Comeau. À la différence d'*Autonhommie*, qui aide les hommes en crise, le regroupement est réservé à ceux qui veulent poursuivre un cheminement personnel. On vient échanger sur différents thèmes : le rôle de père, de fils ou de conjoint, le courage, la maladie, l'amitié, le travail, la colère, la sexualité, l'estime de soi...

D'entrée de jeu, le « parrain » du groupe, Vincent, rappelle les règles aux quatre nouveaux venus. La plupart en sont à leur deuxième ou troisième rencontre. Les autres sont des habitués, des « vieux de la vieille ».

« Fermez vos cellulaires. Ce qui se dit dans le groupe reste dans le groupe. Je parle au "je". Écoutez les autres avec intérêt, avec respect et sans jugement. Ne donnez pas de conseils, c'est le "senti" qui est important. »

Vincent se lève pour mettre un CD, *Heroes* de Peter Gabriel. *We can be heroes, just for one day / We can be us just for one day.*

Les hommes, âgés de 34 à 71 ans, ont les yeux fermés, les mains jointes ou déposées sur les cuisses. L'appartement respire le recueillement. Le chat de la maison en profite pour venir faire son tour parmi les visiteurs.

Puis, à tour de rôle, chaque participant est invité à ouvrir son sac. Aucun ordre n'est établi, chacun plonge comme il le sent. Celui qui le fait est invité à prendre «le bâton de parole», qui trône sur la table.

Savoir qui je suis

Pendant plus de deux heures, tous les hommes se mettront à nu à tour de rôle, confessant un mal intérieur qu'ils ne peuvent plus endurer, une solitude qui leur pèse de plus en plus, une incapacité à communiquer avec leur entourage, une envie irréprouvable de partager leurs émotions.

Michel, 71 ans, un ancien fonctionnaire, brise la glace. Séparé depuis cinq ans, élevé par une mère seule, un père absent, il avoue avoir été « beaucoup en fusion » avec son ex-conjointe, au sein d'une relation qui ne lui convenait plus. « Là, je me retrouve seul pour m'apercevoir que je ne me connais pas. J'apprends à m'écouter, à me connaître. »

Le sportif du groupe, Jean, 56 ans, en est à sa deuxième visite au *Réseau hommes Québec*. D'une voix déterminée, il avoue être à la recherche « d'un groupe de gars capables de parler de ce qu'ils vivent sans partir à courir à la première émotion ». Ses compagnons lors de ses multiples activités sportives, de moins en moins nombreuses en raison d'une vilaine blessure, ne le comblent pas dans sa «quête de vérité».

« J'ai vécu mes souffrances dans un silence maladif, c'est pas vrai que je vais continuer à vivre ça en secret », confie-t-il. Plus loin, lors d'une seconde intervention, il ajoute avoir fait une croix sur sa famille, dont son frère jumeau. « Nous ne sommes pas sur la même longueur d'onde. Émotivement, entre nous, c'est le vide total et je ne veux pas ajouter du vide au vide. Le vide me tue. Ça me met en furie. »

Clément a passé une trentaine d'années dans le monde des assurances, « un travail très solitaire », à s'occuper de « la crise de paperasse ». Il avoue souffrir d'un manque de confiance en lui, d'une incapacité à s'affirmer face à ses frères. « Je passe pour un bizarre quand je donne mon opinion. Ça ne les intéresse pas, on me dit de me fermer la gueule. »

Les confessions se succèdent. On sent l'émotion et la douleur derrière chaque mot. Quelques larmes sont réprimées. Les maux de l'un font écho à ceux de l'autre.

Après plus de deux heures de témoignages, la rencontre tire à sa fin. Les hommes se regroupent en rond, épaulé par-dessus épaulé, pour un moment de silence. Poignées de mains et accolades précèdent le départ. La plupart disent avoir hâte à la prochaine réunion.

« Ici, on peut être soi-même. Il n'y a pas de jugement; même si on pleure, ce n'est pas souffrant », conclut Clément.

En chiffres

92 % des hommes disent ne pas aimer se sentir contrôlés par les autres

85 % tentent de résoudre leurs problèmes seuls

60 % hésitent à recourir à de l'aide même si cela peut les aider à s'en sortir

45 % se disent agacés quand quelqu'un cherche à les aider s'ils sont tristes ou préoccupés

35 % disent que leur fierté en prend un coup quand ils sont forcés de demander de l'aide

Source: Perception des hommes québécois de leurs besoins psychosociaux et de santé ainsi que leur rapport aux services, Jacques Roy, sociologue chercheur de l'équipe Masculinité et société de l'Université Laval