

# FACTEUR M



# Masculinité et radicalisation.



## Un cadre de référence pour la pratique.



Par Markus Theunert

Berne/Zurich, janvier 2024.



**Le facteur M** est un projet réalisé par le centre de compétence maenner.ch avec le soutien de l'Office fédéral de la police (fedpol). Il s'inscrit dans le cadre du Plan d'action national de lutte contre la radicalisation et l'extrémisme violent 2023-2027 et consiste en une analyse des dynamiques de radicalisation idéologiques masculines. Ce document est conçu comme une base de connaissances globale utile aux pratiques. Il peut être téléchargé gratuitement sur le site [www.maenner.ch/radicalisation](http://www.maenner.ch/radicalisation).

Pour conceptualiser la radicalisation idéologique masculine, nous avons développé dans cette expertise le facteur M qui illustre les différentes facettes de la masculinité qui favorisent la radicalisation et l'extrémisme. Le facteur M se compose de cinq dimensions, avec chacune trois caractéristiques auxquelles sont attribués cinq aspects.

Le présent document propose un condensé visuel de cette expertise. Au recto, une illustration présente les 75 aspects du facteur M, ainsi que les mesures de prévention comportementales et structurelles qui permettent de lutter contre la radicalisation idéologique masculine. Au verso, se trouve un résumé des principaux résultats issus de l'expertise ainsi qu'une présentation ciblée du «Cadre de référence pour la pratique» – qui reprend en légèrement abrégé les éléments du chapitre 5 de l'expertise.

### Impressum

Auteur: Markus Theunert, directeur de männer.ch ([www.maenner.ch](http://www.maenner.ch))  
Traduction: Gilles Crettenand, maenner.ch (F) et Andrea Siclari, maenner.ch (I)  
Mise en page: Simone Fluri, Nadine Gschwend, Neue Sicht ([www.neuesicht.ch](http://www.neuesicht.ch))  
Proposition de citation: Theunert, Markus (2024). Le facteur M. Masculinité et radicalisation – un cadre de référence pour la pratique. Berne/Zurich

Un projet inscrit dans le cadre du Plan d'action national de lutte contre la radicalisation et l'extrémisme violent 2023-2027. Avec le soutien du Réseau national de sécurité ([www.svs.admin.ch/fr/home.html](http://www.svs.admin.ch/fr/home.html)) et réalisé grâce aux fonds de l'Office fédéral de la police.



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Avec le soutien financier de

Département fédéral de justice et police DFJP  
Office fédéral de la police fedpol

# Résumé



## Situation initiale

Les hommes approuvent significativement plus souvent que les femmes des attitudes extrémistes et des normes de masculinité légitimant la violence. La question de savoir comment la prévention de la radicalisation et la lutte contre l'extrémisme peuvent intégrer cette réalité de manière professionnelle et différenciée dans la pratique n'a pas encore trouvé de réponse.

## Problématique

L'expertise «Le facteur M - masculinité et radicalisation» analyse l'émergence de la radicalisation et de l'extrémisme en prenant en compte la dimension du genre et en portant un regard critique sur la masculinité. Elle cherche à exploiter les potentiels qui permettent de mieux comprendre les dynamiques de radicalisation, de les identifier plus tôt et de les contrer plus durablement. Elle contribue ainsi à la mise en œuvre du Plan d'action national de lutte contre la radicalisation et l'extrémisme violent 2023-2027, qui exige explicitement des «analyses et des mesures spécifiques au genre» qui «mettent en relation» la compréhension des dynamiques de radicalisation avec les processus de socialisation et normes culturelles de genre.» (SVS 2022, 15)<sup>1</sup>.

## Méthodologie

Dans les études genre, la «masculinité» désigne l'ensemble des exigences culturellement transmises qu'un homme doit remplir pour être considéré comme «masculin» (Kimmel & Bridges 2011). Les hommes doivent donc développer un rapport masculin à eux-mêmes, c'est-à-dire se référer aux exigences de masculinité en vigueur (ce qui est généralement lié à une forte aspiration à les satisfaire au mieux). Le point de départ est la constatation empiriquement bien étayée que la radicalisation et l'extrémisme sont corrélés de manière plus que fortuite avec des variables de masculinité. Avec lesquelles exactement? Et dans quelles constellations et dynamiques? Pour répondre à ces questions, cinq dimensions ont été identifiées sur la base d'une recherche dans la littérature scientifique disponible dans les pays germanophones et anglo-saxons, dont la somme constitue le «facteur M». Ce facteur M représente les différentes facettes de la masculinité qui favorisent la radicalisation et l'extrémisme. Le facteur M est plus un concept didactique qu'un instrument de diagnostic. Il doit faciliter, dans la pratique, la prise en compte, la description, la classification, la réflexion et le traitement des éléments spécifiques au genre et à la masculinité dans les processus de radicalisation. Le facteur M peut également être utile pour le diagnostic de cas individuels. La validité de la méthode n'a toutefois pas encore été étudiée et prouvée empiriquement.

A chaque dimension du facteur M sont associées trois caractéristiques dont le contenu idéologique principal est résumé dans les titres correspondants. Dans l'illustration au recto, chaque caractéristique est affinée par cinq aspects.

## Résultats

Les recherches sur le genre et la socialisation montrent que dès l'âge de deux ou trois ans, les enfants intériorisent les exigences culturelles spécifiques à leur genre concernant la manière dont les garçons ou les filles doivent se comporter. Au nom de l'acceptation et de l'appartenance, les garçons s'abstiennent par la suite de tout ce qui pourrait être interprété comme «non masculin», par exemple de montrer des sentiments de faiblesse. La surreprésentation statistique des hommes dans les groupes extrémistes est indissociable de la socialisation masculine et de l'alignement avec certaines de ces exigences de masculinité transmises par la culture.

L'expertise propose de regrouper la diversité complexe des déterminants de la radicalisation idéologique masculine en cinq dimensions comportant chacune trois caractéristiques:

### L'essentialisme. Entre sécurité et peur de la perte (Système de croyance)

A1	«Le sexe est un don de la nature et/ou de Dieu»
A2	«La nature de l'homme est de se battre, celle de la femme est de prendre soin»
A3	«La diversité est contre-nature, la tolérance un signe de faiblesse»

En synthèse, concernant la dimension A (► chap. 3.1) les représentations de la masculinité agissent d'autant plus fortement comme un moteur de radicalisation qu'elles sont interprétées comme une idéologie de la masculinité...

- où le genre est considéré comme prédéterminé par la nature et/ou par Dieu et n'admet aucune remise en question ou relativisation – par exemple en se référant à des influences culturelles, à des changements historiques ou à la capacité individuelle de se façonner,
- qui essentialise ainsi la masculinité et la féminité, en attribuant aux hommes le principe du combat et aux femmes celui du «care», et en déduit:
  - des impératifs auxquels un homme doit satisfaire pour être reconnu comme un «vrai homme» (p. ex. auto-suffisant, dur, puissant, etc.),
  - des impératifs auxquels une femme doit satisfaire pour être reconnue comme une «vraie femme» (p. ex. attentionnée, tendre, dévouée, etc.),
  - des idées tranchées avec une distinction entre les tâches sociétales respectivement domestiques qui incombent aux hommes respectivement aux femmes,
- qui crée ainsi un ordre binaire des sexes qui ne reconnaît que les «vrais hommes» ou les «vraies femmes» comme membres à part entière de la communauté,
- qui exclut et dévalorise ainsi toutes les variations du corps, de l'identité et de l'expression de genre,
- qui dénie fondamentalement aux personnes trans, non binaires et intersexes leur humanité, encourageant et justifiant ainsi la violence à leur encontre,
- qui organise l'ordre binaire des sexes de manière hiérarchique,
- qui permet d'expliquer et de justifier les inégalités de répartition (valeurs, droits, libertés, ressources, richesses).

<sup>1</sup> Réseau national de sécurité (2022). Plan d'action national de lutte contre la radicalisation et l'extrémisme violent 2023-2027. Berne

<sup>2</sup> Kimmel, Michael & Bridges, Tristan (2011). Masculinity. Oxford Bibliographies. Oxford University Press Online

### **L'hypermasculinité.** Entre héroïsme et refoulement des émotions (Identité)

B1 «La masculinité, c'est avoir le contrôle de soi et des autres»

B2 «La masculinité détermine le statut»

B3 «La masculinité est une question d'honneur»

En synthèse, concernant la dimension B (► chap. 3.2, les représentations de la masculinité agissent d'autant plus fortement comme un moteur de radicalisation qu'elles sont interprétées comme une idéologie de la masculinité...

- qui autorise et justifie la prétention à la disponibilité sexuelle des femmes,
- qui interprète la violence et la prise de risque comme une preuve de virilité,
- qui préconise l'usage de la violence pour protéger sa famille et son honneur,
- qui déclare que l'autosuffisance, la dureté, les muscles, l'homophobie, l'hypersexualité, l'agressivité et le contrôle sont des éléments fondamentaux de l'identité masculine,
- qui insiste, dans chaque situation de la vie, sur le respect des normes de masculinité,
- qui rejette fondamentalement toute remise en question critique,
- qui impute les conséquences négatives de cette construction de la masculinité à un système soi-disant hostile aux hommes, dans lequel les hommes représentent en réalité le sexe défavorisé.

### **Misogynie.** Entre désir et haine (Relation hétérosociale)

C1 «Les femmes sont inférieures et impures»

C2 «Les femmes ont besoin d'être dirigées et doivent servir les hommes»

C3 «Les femmes sont de plus en outrancières»

En synthèse, concernant la dimension C (► chap. 3.3), les représentations de la masculinité agissent d'autant plus fortement comme un moteur de radicalisation qu'elles sont interprétées comme une idéologie de la masculinité...

- qui considère les femmes comme inférieures et/ou les idéalise,
- qui exige des femmes qu'elles travaillent pour les hommes sans être payées et qu'elles leur fournissent, entre autres, de l'attention, de l'amour et du sexe,
- qui dissuade les femmes de revendiquer ce qui est censé revenir aux hommes (pouvoir, statut, argent, etc.),
- qui rejette foncièrement tout questionnement sur des privilèges masculins et des formes de misogynie structurelle,
- qui ne reconnaît pas la nécessité de se confronter à la question de l'internalisation de la misogynie,
- qui combat les revendications émancipatrices des femmes, les considérant comme des agressions et de l'insolence,
- qui encourage une logique comparative selon laquelle chaque avancée des femmes se fait au détriment des hommes.

### **Fraternité.** Entre appartenance et rejet (Relation homosociale)

D1 «Bro before Hoe»

D2 «Ce sont les hommes qui décident de ce qui est masculin»

D3 «Plutôt mourir que faillir»

En synthèse, concernant la dimension D (► chap. 3.4), les représentations de la masculinité agissent d'autant plus fortement comme un moteur de radicalisation qu'elles sont interprétées comme une idéologie de la masculinité...

- qui affirme la prééminence fondamentale des relations homosociales; qui valorise davantage le principe de camaraderie que celui d'amitié,
- qui rejette et nie catégoriquement tout homoérotisme,
- qui favorise les comportements compétitifs masculins qui procurent un sentiment habituel de sécurité, quoi que fragile,
- qui lie promiscuité sexuelle et statut élevé dans le classement de la masculinité,
- qui impose d'être prêt à prouver et défendre sa «virilité», si nécessaire par la violence physique,
- qui refuse la peur de l'échec et n'accepte aucune faiblesse face aux autres hommes,
- qui compense une éventuelle position sociale inférieure par une virilité exacerbée,
- qui dévalorise tous les hommes qui ne veulent ou ne peuvent satisfaire à ces critères en leur attribuant le statut de «non-masculins».

### **Autoritarisme.** Entre soumission et rébellion (Dimension psychologique)

E1 «Il faut bien se conformer»

E2 «Moi d'abord»

E3 «Il ne faut pas faire confiance aux puissants»

La dimension E (► chap. 3.5) systématise en conclusion les caractéristiques psychosociales qui favorisent la radicalisation et l'extrémisme violent. A cet égard, la section E1 met en lumière le «syndrome autoritaire» et le concept de domination sociale. Cette combinaison particulière qui associe conformité, soumission à l'autorité, revendication de supériorité sociale et agressivité envers tout ce qui est étranger est fortement corrélée à l'extrémisme (de droite) et à la xénophobie. En analysant différentes enquêtes quantitatives auprès de la population, la section E2 propose de considérer l'égoïsme, l'absence de distance et la peur comme des catégories psychologiques qui favorisent particulièrement les tendances extrémistes. Enfin, la section E3 montre à quel point l'extrémisme est lié à l'hostilité à l'égard de la démocratie, au manque de confiance dans les institutions et à de faibles attentes vis-à-vis de l'efficacité intrinsèque de la politique.

## Groupes cibles

Pour une approche adaptée aux groupes cibles, il est recommandé de différencier dans chaque projet de prévention et d'intervention au moins deux types de masculinité:

- La masculinité dominante de type traditionnel qui se maintient surtout dans les milieux peu instruits et qui est défendue par des hommes ayant un statut social faible et peu de perspectives. Cette masculinité a donc une fonction fortement compensatoire. Dans ce groupe, ce sont les dynamiques de radicalisation proactives qui prédominent (► chap. 3.6).
- La masculinité pragmatique et contradictoire qui est répandue en particulier dans les milieux de la bourgeoisie cultivée. Elle est caractérisée par une discrédance entre des déclarations égalitaires et la persistance de comportements qui s'opposent à remettre en question les revendications liées à la domination sociale et aux privilèges masculins. Dans ce groupe, ce sont les dynamiques de radicalisation réactives qui prédominent (► chap. 3.6).

## Prévention

► Le chapitre 4 montre quelles approches tenant compte de la masculinité sont ou seraient efficaces en matière de prévention structurelle (► chap. 4.1) et de prévention comportementale (► chap. 4.2). L'accent est mis sur la promotion:

- de la justice distributive et de l'égalité des chances,
- de l'équité en matière de formation,
- des approches qui tiennent compte de la dimension du genre en tant que tâche transversale à décliner dans l'ensemble des domaines aussi bien politiques que des soins - psychosociaux en particulier,
- des approches qui intègrent le travail avec les garçons et les hommes en tenant compte du genre, notamment dans les domaines du conseil aux hommes et de la formation à la paternité.

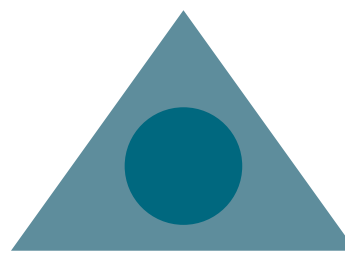
## Intervention

► Le chapitre 5 énonce certains principes de base concernant la posture nécessaire pour effectuer un travail sur le terrain avec des hommes à risque de se radicaliser ou déjà radicalisés. Il propose un cadre de référence professionnel pour aider à la pratique du travail avec les hommes en tenant compte du genre. Ce cadre de référence (cf. Theunert & Luterbach 2021)<sup>3</sup> postule que les professionnel·les devraient tenir compte – de manière égale et simultanée – de trois aspects distincts dans leurs interventions:

- la notion de «soutien» qui se focalise sur la compétence du client à se libérer des attentes générées en matière de «care» et à renforcer son autonomie (émotionnelle, sociale, sexuelle et dans la vie quotidienne),
- la notion de «délimitation» qui se concentre sur la compétence du client à identifier les pulsions agressives et violentes puis à apprendre à gérer de manière non violente la confrontation et le conflit,
- la notion «d'ouverture» qui se concentre sur la compétence du client à développer et à stimuler une image de soi en tant qu'homme qui renforce l'estime de soi et l'efficacité personnelle, cela sans avoir à recourir à des représentations basées sur la domination masculine.

## Ouvrir

«ce qu'il veut (vraiment)»



## Soutenir

«ce dont il a besoin (maintenant)»

## Délimiter

«ce qu'il doit (apprendre)»

*Concept du triple développement (Theunert & Luterbach 2021, 117)*

## Conclusion et recommandations

► Le chapitre 6 fait le lien entre la thématique de la masculinité et de la radicalisation et les grands débats de société actuels. Les combats culturels qui y sont associés représentent désormais dans de nombreux pays une menace sérieuse pour la démocratie, l'État de droit et la cohésion sociale. Afin d'éviter que la Suisse ne se retrouve confrontée à de tels défis, il est recommandé en conclusion:

- de traiter beaucoup plus activement la thématique de la masculinité et de la radicalisation et d'utiliser le plus systématiquement possible une approche basée sur les questions de masculinité et de genre,
- d'intensifier la recherche sur les liens entre masculinité, radicalisation et extrémisme violent et de prendre davantage en considération la population adulte dans tous les milieux et couches sociales,
- d'évaluer de manière représentative la sensibilité de la population suisse aux idéologies essentialistes de la masculinité,
- de distinguer (au moins) deux groupes cibles dans la prévention sélective (et d'éviter ainsi que l'accent ne soit indûment mis sur les jeunes marginalisés et sans formation),
- de sensibiliser les autorités de sécurité compétentes, les services spécialisés et les institutions pédagogiques aux liens entre la masculinité et la radicalisation et de leur fournir des outils de détection et d'intervention précoces,
- de sensibiliser les parents, les professionnel·les, les politiques, l'administration et les médias aux risques de radicalisation associée aux injonctions liées à une masculinité virile,
- d'intensifier la collaboration interprofessionnelle et interdépartementale,
- de faire face à la radicalisation dans la manosphère virtuelle en proposant des offres (pilotes) de travail social de proximité,
- de promouvoir l'éducation politique (en tant qu'élément de prévention de l'extrémisme),
- d'ancrer davantage dans les cantons le travail avec les garçons, le conseil aux hommes et la formation des pères en tant que piliers d'une prise en charge psychosociale de base adaptée à notre époque.

<sup>3</sup> Theunert, Markus & Luterbach, Matthias (2021). Fachlicher Orientierungsrahmen für die geschlechterreflektierte Männerarbeit. Weinheim: Beltz Juventa

# Cadre de référence à l'attention des professionnel·les

Le facteur «masculinité» est un moteur des dynamiques de radicalisation. C'est pourquoi il doit être pris en compte de manière conséquente aussi bien dans le travail de prévention que dans le travail de déradicalisation et de désengagement. Le travail qui tient compte du genre avec des hommes radicalisés et extrémistes doit être compris comme un accompagnement dans la confrontation et la transformation des rapports

(dysfonctionnels) aux (autres) hommes et à eux-mêmes. C'est pourquoi la posture professionnelle réflexive autour de la question du genre doit être la résultante d'un équilibre dynamique à trouver dans un champ de tension entre trois axes de travail qu'il faut aborder de manière égale et simultanée par une intervention «soutenante», «délimitante» et «ouverte».

Soutenir	
Tâches de développement liées à la masculinité	Tâches et rôle des professionnel·les
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Devenir conscient de ses besoins et les prendre au sérieux. Vouloir et pouvoir se guider (avec bienveillance).</li> <li>• Reconnaître les menaces (y compris contre soi-même).</li> <li>• Comprendre quelles expériences et quelles privations ont façonné sa propre image d'homme. (Ce qui nécessite une certaine expérience de la vie et n'est pas adapté aux hommes de moins de 20 ans dans le cadre du travail pédagogique).</li> <li>• Réfléchir à l'image des hommes dans les biographies ou dans la société.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Accueillir et prendre au sérieux l'homme avec ses positions et ses déclarations contradictoires.</li> <li>• Lui manifester estime et acceptation en tant que personne et homme (indépendamment de ses actes).</li> <li>• Soutenir l'affinement du sens de ce qui fait du bien (durablement) – et de ce qui n'apporte que soulagement (à court terme).</li> <li>• Aider à identifier les signaux d'alerte en cas de menace de mise en danger (de soi) et à les utiliser comme guide en situation.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trouver une voie d'accès aussi libre que possible à ses propres ressentis (sans jugement, sans médiation).</li> <li>• Garder le contact avec soi-même et les autres, même dans les situations de stress et de tension. Ne pas se laisser distraire. Apprendre à faire avec les interruptions du lien à soi-même. Savoir (re)prendre contact avec ses propres ressentis.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Stimuler avec précaution et de manière adaptée au contexte la confrontation avec les sentiments : en particulier les émotions «non masculines» comme la faiblesse, la détresse, le sentiment d'impuissance, la peur, l'indigence, la tristesse, etc. Pour cela, il est important de maintenir et d'entretenir, même lors d'épisodes de rupture avec soi ou de dévalorisation de soi, un «lien en résonance» avec le client.</li> <li>• Mettre en valeur les moments de partage émotionnel ou donner aux hommes la possibilité de formuler eux-mêmes à quel point il est soulageant de communiquer de manière authentique dans une atmosphère libre de tout jugement.</li> <li>• «Mettre en évidence les bénéfices liés aux compétences psychosociales comme la réflexivité, l'empathie, la régulation des émotions, etc.» (Möller 2011)<sup>5</sup> et soutenir leur développement.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Travailler sur sa propre biographie, notamment celle en lien avec la radicalisation/violence.</li> <li>• Développer une compréhension des conditions et des expériences qui ont contribué à ce que la radicalisation a été perçue comme attrayante, porteuse de sens, etc. (cela présuppose un travail sur la biographie en lien avec la radicalisation/violence et n'a donc qu'un sens limité dans le contexte pédagogique).</li> <li>• Développer une image réaliste de soi-même comme assise d'une estime de soi solide.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Accompagner le client pour qu'il puisse approcher les racines émotionnelles de son processus de radicalisation. Il est particulièrement important d'aborder le sentiment de honte.</li> <li>• Une des tâches professionnelles consiste à clarifier, respectivement à être attentif·ve en permanence à la question de savoir dans quelle mesure des approches traumatothérapeutiques sont indiquées.<sup>6</sup></li> </ul>

<sup>4</sup> Un détenu, par exemple, ne peut guère «se permettre» d'exprimer des sentiments de honte ou de peur. Le·la professionnel·le doit donc tenir compte du contexte de son intervention avant de déclencher des processus et d'aborder des thèmes car le contexte peut invalider le client dans sa capacité à pouvoir aborder un processus ou un thème.

<sup>5</sup> Möller, Kurt (2011). Konstruktion von Männlichkeiten in unterschiedlichen Phänomenbereichen des Rechtsextremismus. In: Birsl, Ursula (Hrsg). Rechtsextremismus und Gender, 129-146. Opladen: Barbara Budrich

<sup>6</sup> Le point sur le débat: Lewis, James & Mardsen, Sarah (2021). Trauma, Adversity, and Violent Extremism. Centre for Research and Evidence on Security Threats

<ul style="list-style-type: none"> <li>• S'interroger sur les besoins que la participation/proximité avec des groupes extrémistes a satisfaits et sur ceux qui sont restés en suspens.</li> <li>• Clarifier quel type de relations aux hommes ou aux groupes d'hommes serait nécessaire pour pouvoir expérimenter ces qualités d'une autre manière (que dans des groupes extrémistes) et pouvoir satisfaire les besoins non remplis. Clarifier les besoins associés à une relation amoureuse intime (avec le sexe opposé) et découvrir comment une telle relation peut être atteinte.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Encourager l'homosociabilité horizontale, questionner la verticale.</li> <li>• Encourager la création de nouveaux contacts en dehors de l'ancien milieu. (Cela est souvent très difficile à mettre en œuvre dans la réalité, car il ne suffit pas de sortir, il faut aussi offrir des alternatives où aller. Quelles sont concrètement les possibilités?).</li> <li>• Identifier les besoins à satisfaire dans le cadre de relations amoureuses intimes (p. ex. sexe, tendresse, compassion, sécurité, être pris en charge, etc.) et vérifier s'ils sont réalisables (individuellement et en tant que «paquet»).</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Apprendre à percevoir le monde dans sa complexité et ses contradictions. Savoir y faire face de manière productive et devenir/rester capable d'agir.</li> <li>• Apprendre à percevoir les différentes attentes (p. ex. les attentes concurrentes entre la maison et l'école) et à les mettre en balance.</li> <li>• Apprendre à faire avec la différence de besoins (notamment dans les relations intimes).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aider à gérer les ambivalences. Montrer et pratiquer des alternatives aux stratégies simplistes.</li> <li>• Fournir des outils pour «démêler» les messages, attentes, exigences contradictoires.</li> </ul>

## Délimiter

Tâches de développement liées à la masculinité	Tâches et rôle des professionnel·les
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Développer une compréhension de sa situation de vie et de ses problèmes sous l'angle de la masculinité. Par là-même, se forger une idée réaliste des domaines dans lesquels on ne pouvait pas faire autrement face aux pressions de la société – et ceux dans lesquels on ne voulait pas faire autrement.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Contextualiser la souffrance dûe à la pression et montrer comment elle est liée à la socialisation masculine.</li> <li>• Apporter du soulagement: tous les hommes se voient confrontés au défi de devoir faire avec des exigences contradictoires et en fin de compte inconciliables, imposées par la masculinité. Tous les hommes ont peur de ne pas être à la hauteur. Et tous les hommes doivent trouver un moyen de composer avec cet échec inévitable.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Travailler à une compréhension de ce qu'est le privilège masculin. Cela implique quatre étapes: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. (Apprendre à) Reconnaître que les hommes sont structurellement privilégiés.</li> <li>2. (Apprendre à) Admettre que de nombreux privilèges masculins génèrent également des coûts élevés (pour l'homme, son environnement et la société).</li> <li>3. (Apprendre à) Distinguer quels privilèges peuvent être commués.</li> <li>4. Clarifier en quoi consiste une gestion responsable des privilèges commuables et immuables.</li> </ol> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Soutenir la reconnaissance du positionnement de la parole masculine en tant que perspective particulière.</li> <li>• Fournir des informations (p. ex. sur les discriminations structurelles telles que le «Gender Pay Gap» et le «Gender Care Gap»).</li> <li>• Encourager les changements de perspective.</li> <li>• Orienter vers l'abandon de la prétention masculine à détenir la perspective «universelle» (autrement exprimé: la prérogative à prendre toujours la «plus grande part du gâteau»).</li> <li>• S'exercer à traduire cela concrètement dans le quotidien (notamment comment repérer les «rechutes», respectivement comment les traiter).</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Assumer la responsabilité de ce qui a été fait (en particulier les actes de violence).</li> <li>• Apprendre à voir ce qui s'est passé du point de vue des personnes directement concernées (victimes) et indirectement concernées (p. ex. les enfants); vivre et supporter les émotions générées.</li> <li>• Apprendre à supporter la confrontation et le conflit. Ne pas se sentir dévalorisé en tant que personne en cas de critique. Conserver un lien avec soi-même.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Encourager et exiger la prise de responsabilité (sans dénigrer l'auteur dans son humanité).</li> <li>• Favoriser la stabilisation de l'estime de soi et le renforcement de l'efficacité personnelle. Ce faisant, choisir un rapport approprié entre agacement et validation, réassurance et réconfort. (Dans les processus de transition, il convient d'utiliser l'agacement de manière bien dosée).</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconnaître avec bienveillance, mais avec fermeté, les conceptions essentialistes et leur opposer des idées plus réalistes.</li> <li>• Comprendre qu'être un homme ne légitime aucun privilège ni aucune position dominante (même vis-à-vis de sa propre sœur, p. ex.).</li> <li>• Développer et affiner sa propre capacité de jugement: reconnaître les injustices, les inégalités de pouvoir (liées au genre) et les violations des limites. Y réagir de manière appropriée.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Accompagner avec bienveillance et attention le processus de «déconstruction» de la masculinité.</li> <li>• S'exercer à trouver une «bonne» approche pour réussir la confrontation avec des déclarations essentialistes («Les femmes aiment bien être soumises», «Tous les enfants savent que les hommes ont moins de sentiments», etc.). Cela implique de savoir remettre en question les déclarations discriminatoires sans dévaloriser la personne.</li> <li>• Reconnaître le dénigrement, l'exclusion et la violence, les thématiser et ne pas les utiliser soi-même.</li> <li>• Présenter des alternatives à l'exercice du pouvoir et à la domination (p. ex. poser la relation sur la bienveillance et la présence).</li> <li>• Être conscient-e du fait que les modèles de masculinité sont souvent utilisés parce qu'ils sont disponibles (la domination, p. ex. n'est pas exercée en raison de convictions essentialistes, mais simplement par manque d'alternatives).</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Apprendre à composer avec les limitations: <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ dans la vie privée: apprendre à accepter le fait d'être dépendant des autres. Trouver un moyen de gérer le fait que la relation avec les personnes aimées limite sa propre indépendance.</li> <li>◦ dans la vie sociale: apprendre à reconnaître que certaines choses ne sont pas acceptables (domination, agression, violence, etc.). Apprendre à reconnaître que certaines choses sont indispensables (intervenir en cas de violence). Apprendre à respecter les lois et les règles et assumer la coresponsabilité du respect des limites/règles.</li> <li>◦ au niveau existentiel: apprendre à faire avec les limites de l'existence humaine («Je ne vaudrais ni plus ni moins que tous les autres»; «Même si je travaille dur, je ne pourrai pas m'offrir tout ce que je désire»; «Moi aussi, je mourrai un jour»). Cette expérimentation des limites englobe également les processus thérapeutiques qui prennent du temps et dont les changements ne peuvent être «réalisés» de manière rationnelle que dans une certaine mesure.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Être prêt-e à ne pas limiter la fonction thérapeutique à remettre le client «en forme» ou «conforme».</li> <li>• Être ouvert-e aux questions de sens.</li> <li>• Maintenir le lien tout particulièrement dans les phases sensibles de passage/crise associées à la peur du vide du «no longer not yet» qui est caractéristique des transitions. Cela implique de faire face à ses propres peurs existentielles.</li> </ul>

## Ouvrir

Tâches de développement liées à la masculinité	Tâches et rôle des professionnel·les
<ul style="list-style-type: none"> <li>Se construire une image de soi qui correspond à un homme non radical/non violent. Chercher des alternatives pour ce à quoi il est difficile de renoncer (p. ex. les expériences de camaraderie).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Développer la capacité de ressentir les types d'énergie dont le client a besoin pour tenir en respect les désirs (encore) inconscients/menaçants/inaccessibles.</li> <li>Proposer des rôles modèles – et se proposer soi-même comme rôle modèle (par ex. dans la gestion des émotions, des tensions, des conflits).</li> <li>Dans les groupes: organiser des jeux de rôle pour explorer des pistes de développement et entraîner des comportements alternatifs.</li> <li>Être ouvert·e également à des propositions d'activités de développement non conventionnelles ou déconcertantes à première vue.</li> <li>Encourager à penser la vie à partir de la fin: stimuler le dialogue avec «le moi» plus âgé et plus expérimenté (à condition que «le moi» soit suffisamment stable).</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Renforcer la perception du corps et le lien avec son intériorité. Pour cela, il faut pratiquer une activité physique sous une forme ou une autre (mais pas orientée performance).</li> <li>Faire régulièrement, au quotidien, des expériences sensorielles et en conscience.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Stimuler les expériences corporelles. Proposer des exercices physiques accessibles à tous.</li> <li>Inciter l'homme à ressentir. (Inciter à ressentir (plus) consciemment les sensations est plus simple qu'inciter à apprendre à ressentir!)</li> <li>Accompagner les étapes du processus menant vers une relation la plus libérée possible avec son propre corps et ses perceptions physiques.</li> <li>Faire des propositions de sports ou d'activités physiques qui ne sont pas dominées par les hommes et qui renforcent des compétences encore peu développées (parce qu'elles sont pratiquées par des équipes mixtes, qu'elles encouragent la sensorialité et/ou qu'elles éduquent à la perception corporelle).</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Faire un travail de deuil et de réparation (aussi bien pour ce qui a été vécu et dont on est responsable que pour ce qui n'a pas été vécu et qui a été manqué).</li> <li>Apprendre à intégrer comme point de départ d'un processus d'apprentissage les sentiments de honte et de culpabilité.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Créer un espace pour le travail de deuil et de réparation. Être prêt·e à avoir à supporter des émotions violentes (sans vouloir les faire éclater ou les faire taire).</li> <li>Limiter les processus émotionnels lorsqu'ils menacent de submerger l'homme.</li> <li>Encourager et accompagner la confrontation avec d'éventuelles victimes.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Explorer les perspectives de développement et les attentes dans un schéma de masculinité moins rigide.</li> <li>Permettre des attirances jusqu'ici ignorées ou réprimées (aussi mais pas seulement sexuelles et érotiques).</li> <li>Développer une conception égalitaire des relations.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Demander, proposer, suggérer – plutôt avec une certaine légèreté mais sans dérision.</li> <li>Avoir en vue tous les niveaux de l'expression de genre: postures et mouvements, style, intérêts, singularités, rôle social, orientation sexuelle et affective (cf. Theunert 2023, 171/172).<sup>7</sup></li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Apprendre et comprendre que «l'ouverture», «la tolérance» et le «dévouement» ne sont ni un processus linéaire, ni une performance.</li> <li>Apprendre à gérer les «revers», «le manque d'enthousiasme» et les «résistances».</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Travailler sur les résistances en se basant sur les ressources.</li> <li>Encourager le client à faire primer le «oui sur le non».</li> </ul>

<sup>7</sup> Theunert, Markus (2023). Jungs, wir schaffen das. Ein Kompass für Männer von heute. Stuttgart: Kohlhammer