



L'intervention auprès des hommes

PIERRE L'HEUREUX
ANDRAGOUE



L'intervention auprès des hommes 101

- Cet atelier propose une exploration de la construction de l'identité masculine et des dynamiques influençant la demande d'aide des hommes.
- En tenant compte des différences générationnelles et culturelles, nous identifierons les principaux obstacles et facilitateurs dans l'offre de services.
- À travers des repères concrets, les participant·e·s pourront mieux comprendre les attitudes et réactions des hommes afin d'adapter leurs interventions.

Contexte ou pourquoi s'intéresser à l'accueil des hommes



- ADS et Responsabilité populationnelle
- Adaptation des services au cœur du *Plan d'action ministériel en santé et bien-être des hommes 2017-2022* et des plans régionaux
- Parce que les hommes représentent la moitié de la population québécoise avec des caractéristiques et des besoins particuliers (MSSS, 2017)
- Parce que le taux de suicide chez les hommes est trois fois plus élevé que chez les femmes (Roy *et al.* 2015)
- Parce qu'ils adoptent plus souvent des comportements à risque et ont de moins bonnes habitudes de vie (Roy *et al.* 2015)
- Parce qu'au Québec, l'espérance de vie des hommes est de 3,9 ans inférieure à celle des femmes (MSSS, 2017)

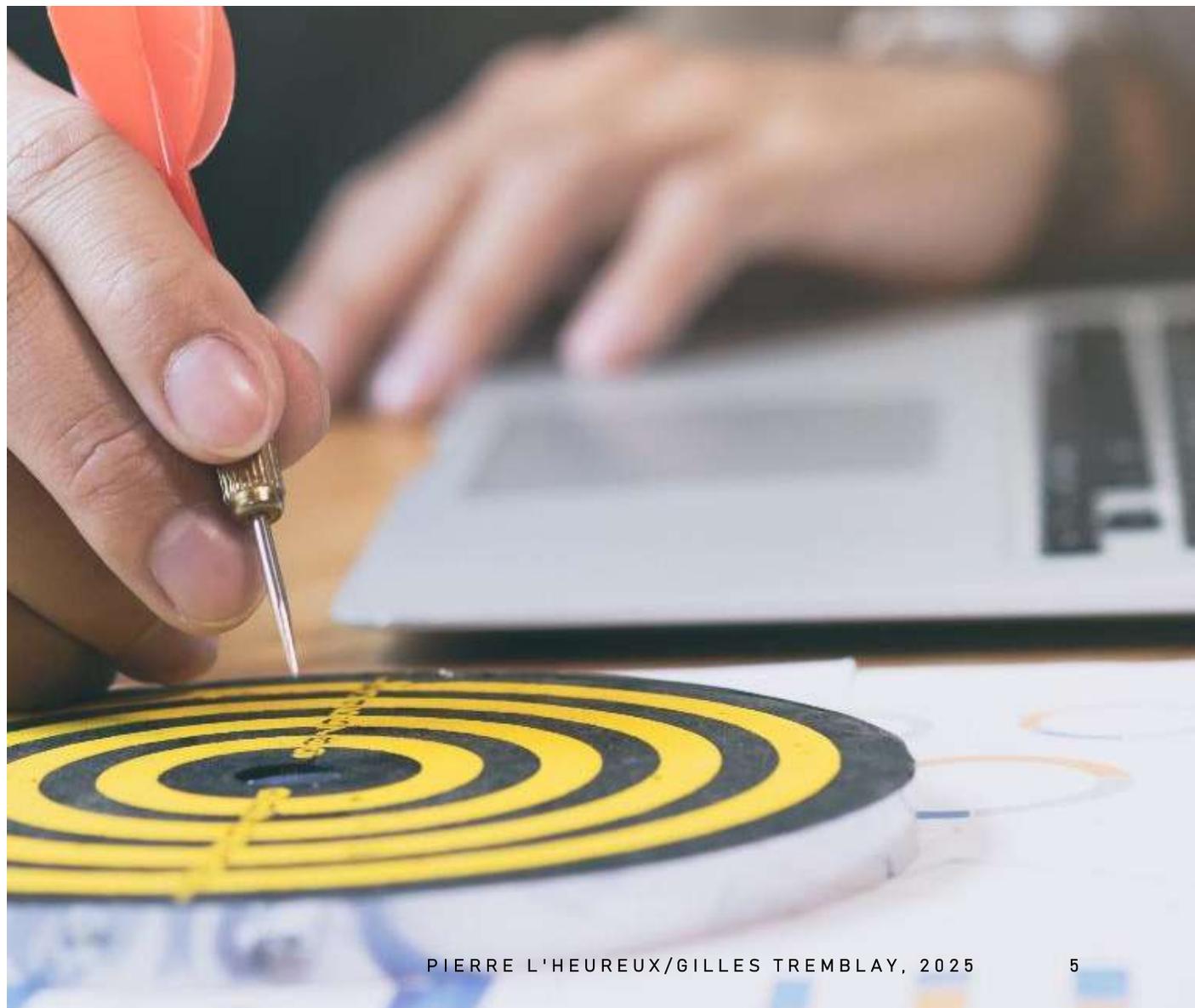
Contexte ou pourquoi s'intéresser à l'accueil des hommes



- Parce que les hommes sont en surnombre en matière d'alcoolisme, de toxicomanie, d'itinérance, de délinquance et de criminalité (MSSS, 2017)
- En surnombre pour l'ensemble des traumatismes : accidents de la route, dans le sport ou au travail (MSSS, 2017)
- Deux fois plus de garçons décrochent sans avoir terminé des études secondaires (Roy *et al.* 2015)
- Ils consultent en moins grand nombre, souvent tardivement, ont moins souvent un médecin de famille, adoptent moins de comportements préventifs
- Ce qu'ils vivent affectent tout le monde. Il y a nécessité de mieux les rejoindre

2 thèmes majeurs aujourd'hui

- Socialisation
- Demande d'aide

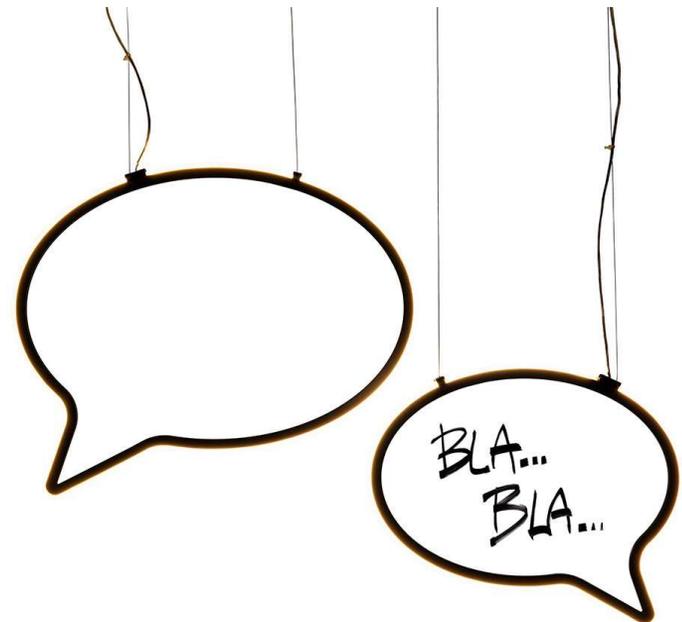


A photograph of a man with a serious expression, wearing a white t-shirt, blue jeans, and a green cap. He has extensive tattoos on his neck and arms. His hands are clasped together in front of his chin, suggesting a state of deep thought or contemplation. The background is a soft-focus outdoor setting.

Le petit « Mâle 101 »
ou la construction de la masculinité

Exercice brise-glace

- *Brainstroming* :
- La pire chose que j'ai pu entendre ou dire à propos des hommes, c'est...



Deux perspectives

CONSTRUCTIVISTE

- Rôle important des interactions sociales
- + de ressemblances H/F, beaucoup de différences entre H et entre F
- Masculinités plurielles

ESSENTIALISTE

- Biologie détermine la psychologie
- Physiologie /hormones / cerveau créent des différences fondamentales H/F
- Masculinité est unique

An iceberg floating in the ocean. The tip of the iceberg is above the water line, while the much larger base is submerged. The sky is blue with light clouds, and the water is a deep blue. The iceberg is white with some blue shadows on its slopes.

DIMENSION PUBLIQUE

- Indépendant
- Doit toujours être capable
- Jamais peur; Succès, conquêtes
- Doit mener, diriger ; Aimer le pouvoir

DIMENSION PRIVÉE

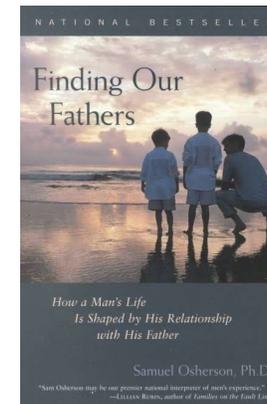
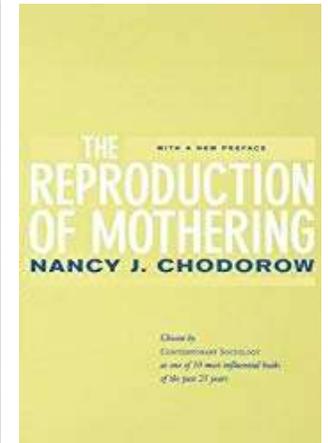
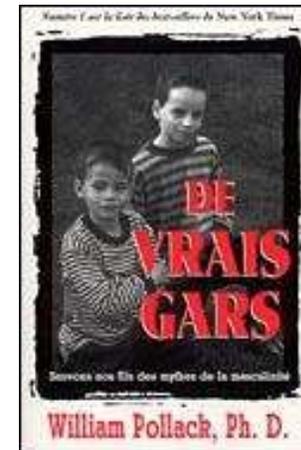
- Besoin d'être rassuré
- Dépendant de sa conjointe
- Vit des doutes, confusion
- A peur des fois
- Manque de confiance en lui
- Est sensible

De Mars vs Vénus à la planète Terre
Le Iceberg des hommes

PIERRE L'HEUREUX/GILLES TREMBLAY, 2025

Construction complexe de l'identité

- Rejet des identifications maternelles primaires
- Parfois non-disponibilité du parent de même sexe et autres modèles masculins significatifs
- Modèles masculins négatifs dans les médias
- Survalorisation de l'autonomie
- Injonctions contradictoires
- « Être un vrai homme »



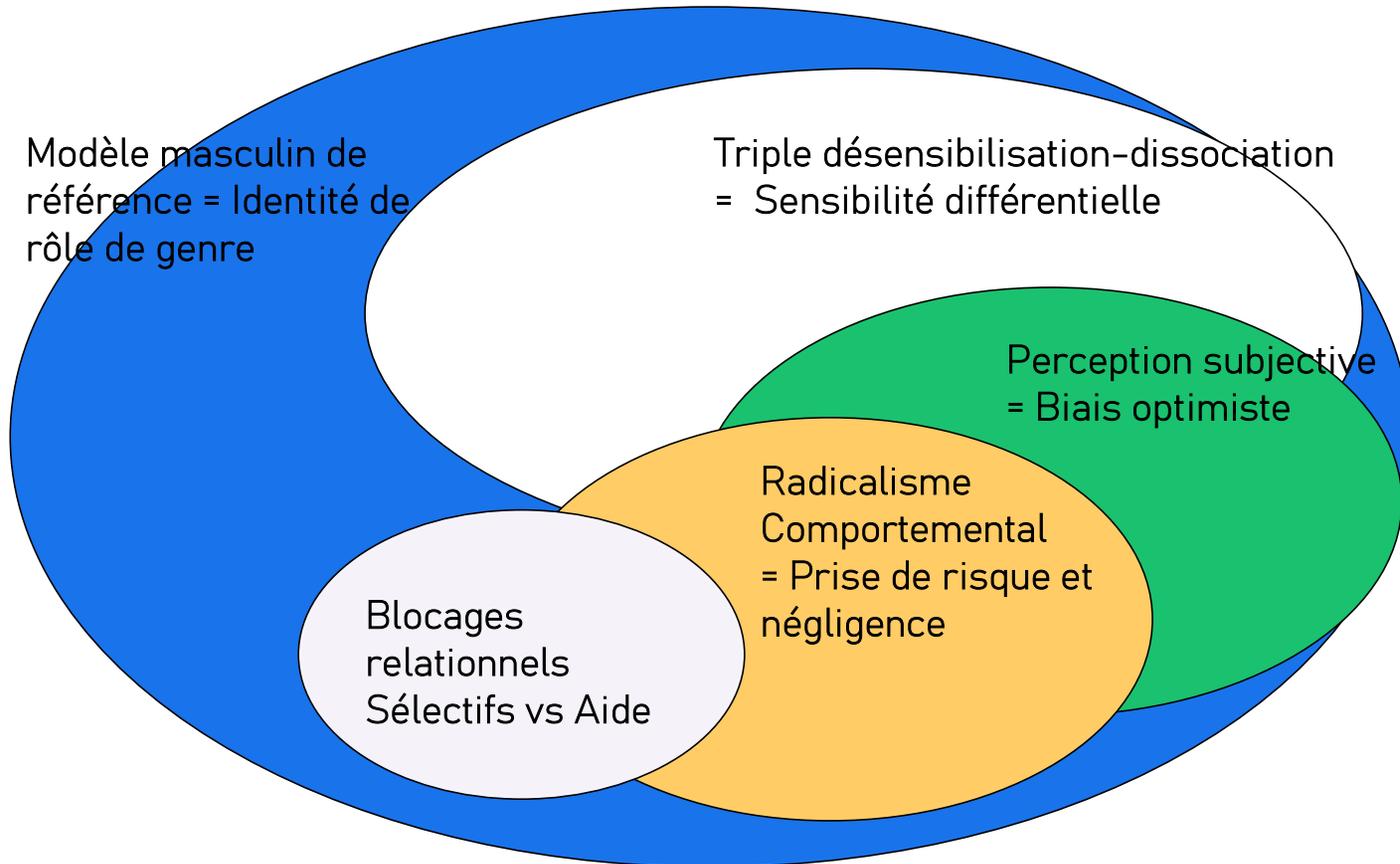
— Triple désensibilisation / dissociation (L'Heureux; 1994)

- Désensibilisation / Dissociation physique.
 - Ne pas ressentir les symptômes physiques
 - « Armure d'acier »
- Désensibilisation / Dissociation émotionnelle.
 - « Un gars, ça pleure pas »
 - Répression des émotions
- Désensibilisation / Dissociation relationnelle.
 - Homophobie ou compétition avec les autres hommes
 - Séduction ou domination avec les femmes
 - Pas trop proche ni trop loin



Homme-santé: modèle explicatif...

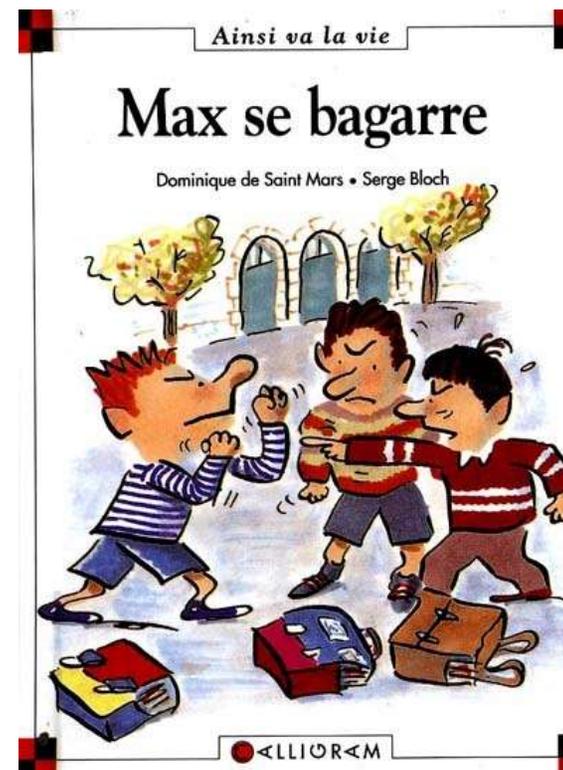
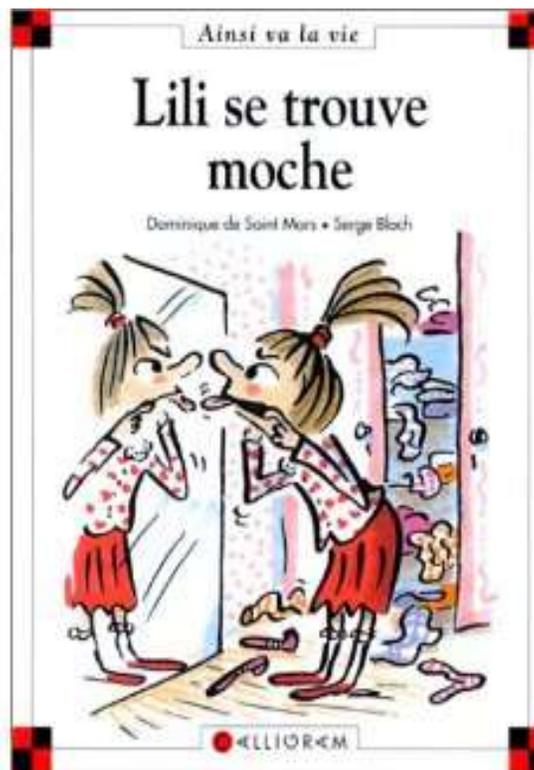
(Gilles Tremblay; Université Laval, Québec - © 2005)

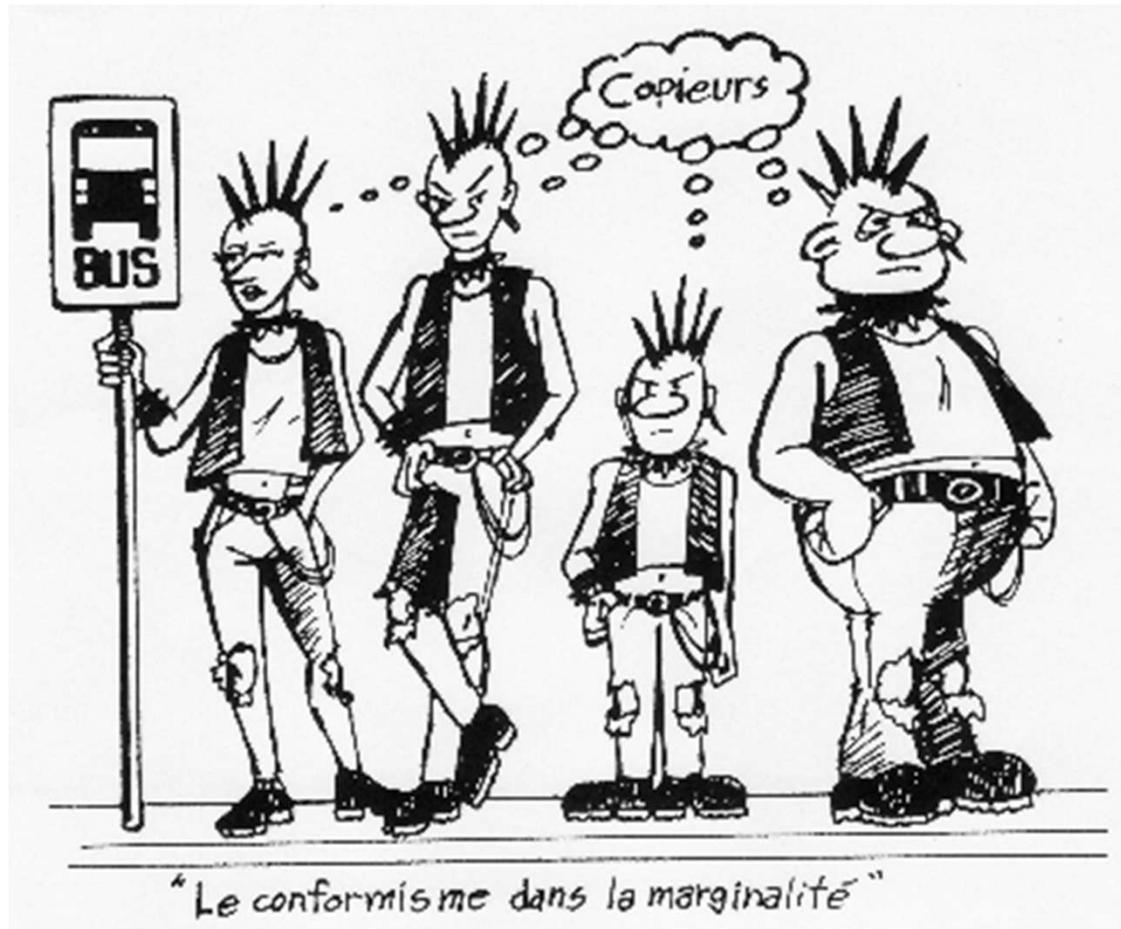


Socialisation masculine

- Les hommes sont préparés/contraints dès le jeune âge à se couper d'une partie de leurs qualités humaines pour intégrer le rôle de dominant... ce n'est pas toujours un choix conscient, ni serein...
- Un long conditionnement (« ne te laisse pas faire; casse lui la gueule ; gagne ta médaille ») définit le modèle social... et valorise encore souvent les comportements à risques, et les dissociations « nécessaires » pour y arriver.
- Consommation et ... récompenses (privilèges: golf) servent à maintenir les hommes dans le modèle.

Un processus qui commence jeune et persiste dans le temps...



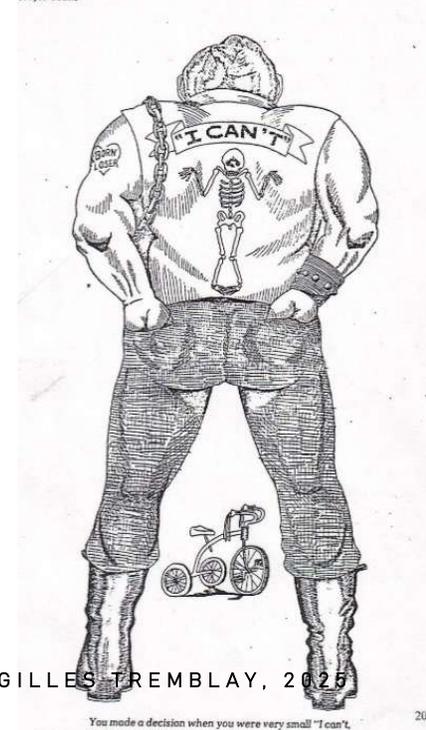


Effets de la socialisation

- Éviter le féminin en soi
- Chercher à démontrer sa masculinité.
- Cacher sa vulnérabilité
- Miser sur l'autonomie et non l'affiliation
- Maintenir un sentiment d'insécurité
- Se débattre avec l'intimité



TA for Teens



PIERRE L'HEUREUX/GILLES TREMBLAY, 2025



Nombreux deuils et pertes dans la vie des hommes

- Les deuils connus et communs à toutes et tous: perte d'un proche (compagne-compagnon, parent, enfant, ami, etc)...
- Des deuils plus fréquents pour les hommes: perte d'amis prématurément et deuils traumatiques (accidents, accidents du travail, suicides), ... ???
- Des deuils plus difficiles culturellement: pertes du statut de pourvoyeur, du permis de conduire, de la force physique (pour tâches manuelles à la maison), de l'autonomie physique... lorsqu'en besoin de soins, ...

L'émotion dominante : la honte

- Sentiment d'origine sociale, d'être invalidé
 - « Je suis un minable, de la merde »
- Psychanalyse : effondrement de l'idéal du moi
 - « J'ai honte de ce que je suis »
- Touche l'existence même du sujet
 - Lien avec suicide
- Intériorisation (perception) du regard d'autrui comme quoi je ne suis pas ce que je devrais être
- Émotion qui suscite le + de mécanismes de défense



Les nouveaux rôles sociaux des hommes...





Des idées/messages sur la masculinité qui sont encore très présents dans la société



- Des influenceurs ouvertement misogynes qui ont une certaine influence notamment auprès des jeunes
- Des vedettes dénoncées mais aussi défendues par d'autres personnes
- Des hommes politiques /leaders controversés
- Avec parfois des conséquences extrêmes, dont la hausse des féminicides depuis la pandémie
- Ces modèles de masculinité demeurent très présents dans nos sociétés occidentales



Même si la palette de représentations de masculinités s'élargit

- Les jeunes sont plus souvent en opposition avec les modèles traditionnels de masculinité
- Certains hommes prennent une distance importante de ces modèles, d'autres les adoptent ou encore les reconstruisent à leur façon adoptant parfois des distances mais d'autres fois s'y accrochant fortement (masculinités hybrides)
- Alors que d'autres cherchent des voies alternatives (masculinités possibles), plus humaines, axées sur les forces (masculinités positives)



Des changements... mais pas à des années lumières

- Distance des jeunes générations d'hommes d'avec le modèle plus traditionnel
- Généralement moins de constriction des émotions
- Plus de comportements d'intimité entre hommes
- Moins d'homophobie
- Plus d'implication auprès des enfants
- Plus de partage des tâches domestiques
- Mais la violence demeure omniprésente, même si fortement dénoncée
- La demande d'aide demeure aussi difficile que pour les plus âgés
- Aussi un désir très fort de tout régler ses problèmes seuls

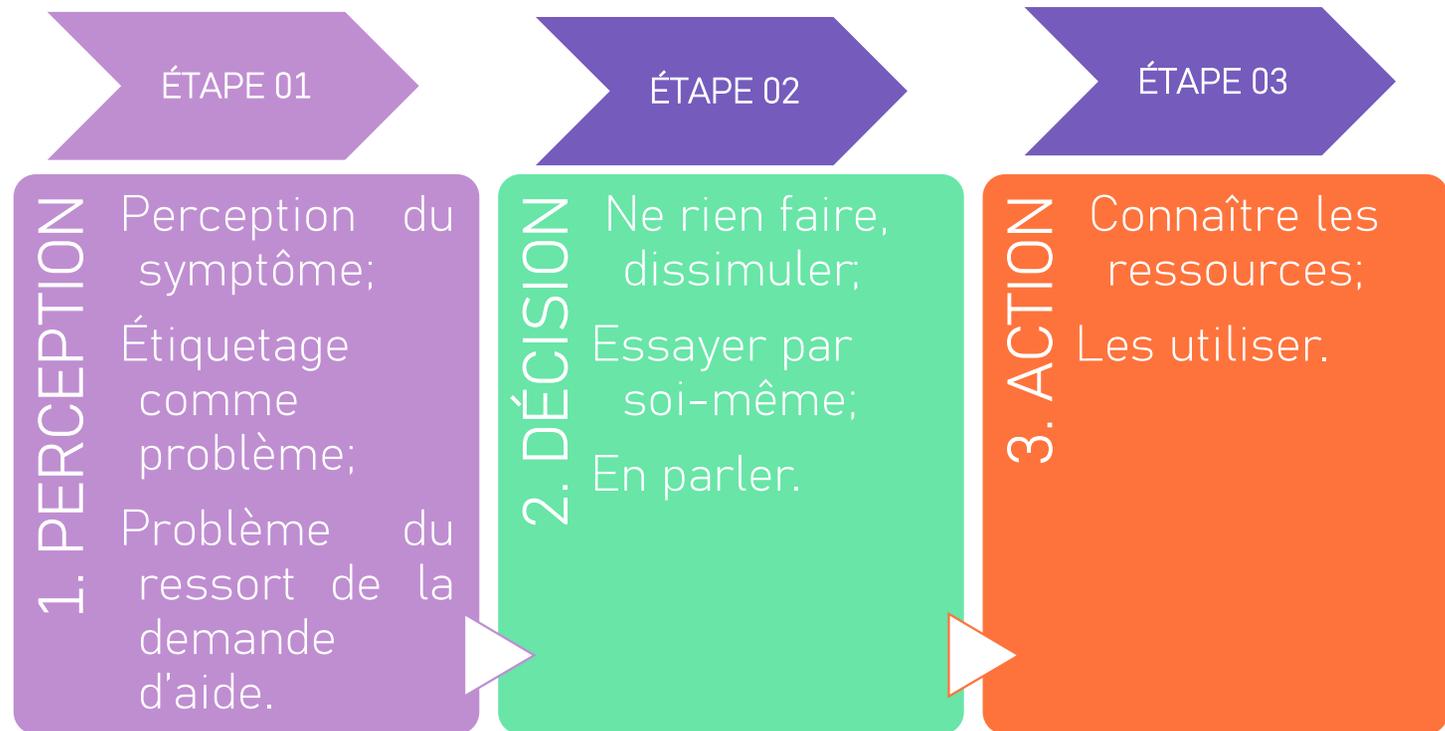


- Comment réagissez-vous à cette première partie?
- Est-ce que cela vous aide à mieux comprendre avec quoi se débatta pas mal d'hommes?

La demande d'aide et le recours aux services



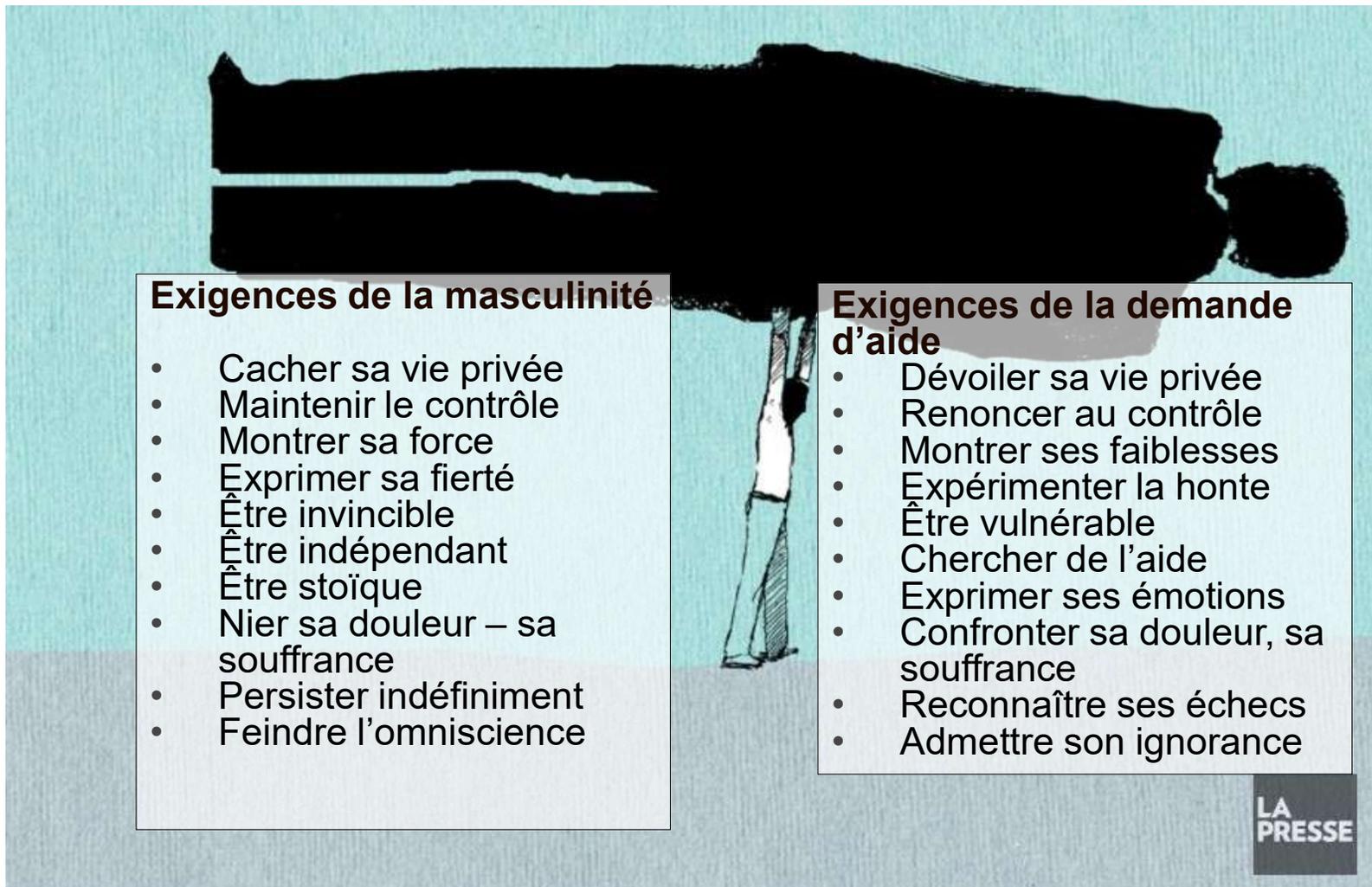
PROCESSUS DE DEMANDE D'AIDE



Source : Dulac, G. (2001). *Aider les hommes ...aussi*



Paradoxes du processus d'aide (Brooks, 1998)



Des éclairages venus de la recherche



Processus sinueux

- Détection tardive des signes précurseurs
- Attente avant de consulter
- Recherche à s'en sortir tout seul
- Consulte lorsqu'il est impossible de faire autrement, souvent en situation de crise ou sur pression d'un tiers (conjoint/e, cour, employeur)
- Demande parfois non conforme à la norme usuelle, avec attente d'une réponse et d'une guérison rapides

Bref... problème d'**acceptabilité** de la demande d'aide

Processus sinueux

84,6 % PRÉFÈRENT RÉGLER LEURS PROBLÈMES PAR EUX-MÊMES;

67,8 % PRÉFÈRENT NE PAS EN PARLER, « GARDER CELA POUR EUX »;

57,8 % HÉSITENT À DEMANDER DE L'AIDE MÊME S'ILS SAVENT QUE CELA LES AIDERAIT;

35,1 % DISENT QUE LEUR FIERTÉ « EN PREND UN COUP » LORSQU'ILS DOIVENT DEMANDER DE L'AIDE

38,3% N'ONT AUCUNE IDÉE DE L'AIDE QUI POURRAIT LEUR ÊTRE DISPONIBLE

Des services pas toujours adaptés

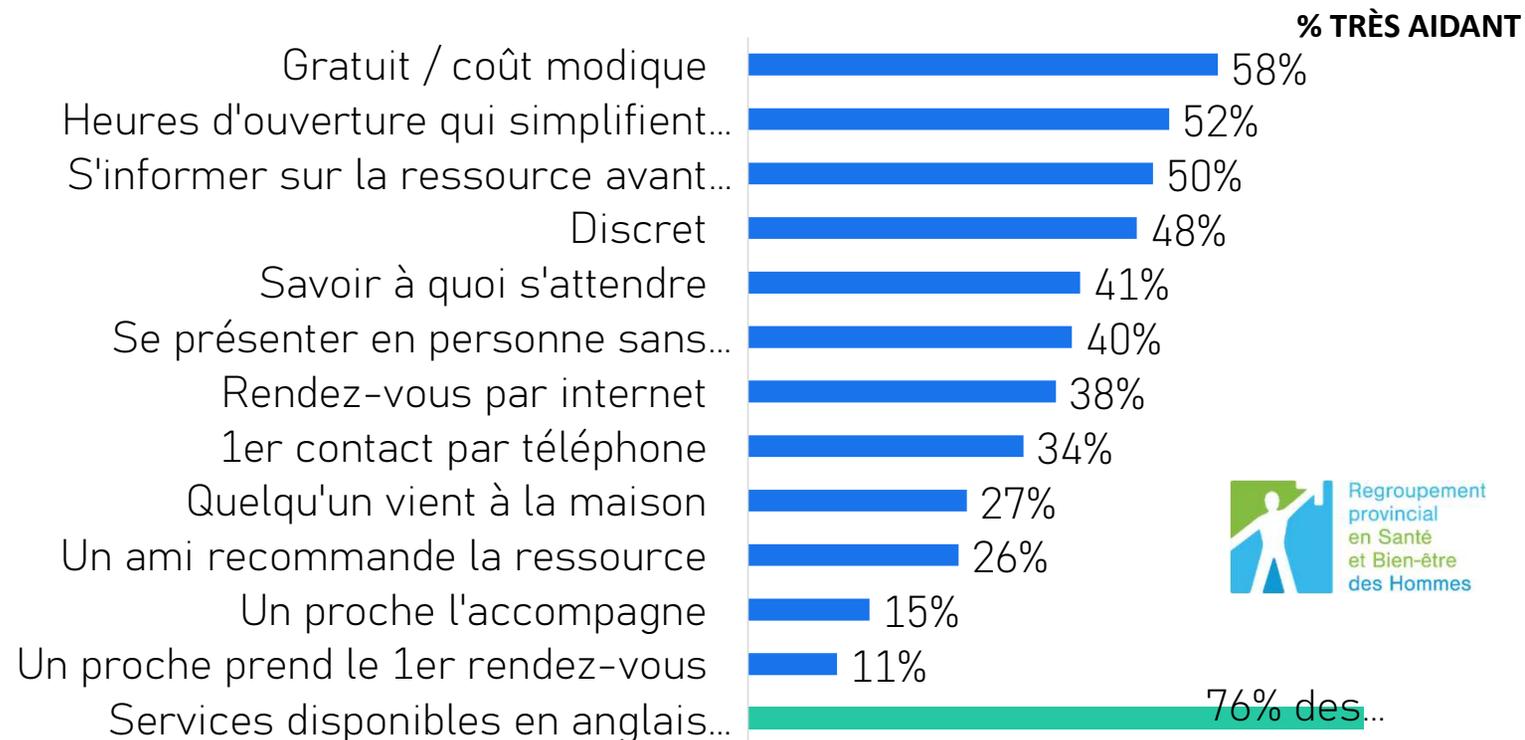
- Peu de services spécialisés ou souvent basés sur des problèmes à connotation négative (violence, toxicomanie, etc.)
- Difficultés d'accessibilité :
 - Heures d'ouverture
 - Langage utilisé par les professionnels
 - Hiérarchie, procédures complexes
 - Nécessité de répéter son histoire plusieurs fois...
- Salles d'attente peu adaptées où les hommes se reconnaissent souvent peu
- Difficulté pour plusieurs professionnels d'entendre la détresse masculine ou à décoder le langage masculin
- Stéréotypes sous-jacents qui demeurent très présents : homme fort, femme faible



© Can Stock Photo

Facteurs aidant la consultation (SOM, 2018)

Si vous viviez des difficultés émotionnelles importantes, est-ce que les possibilités suivantes vous aideraient à aller vers une ressource ou un intervenant?

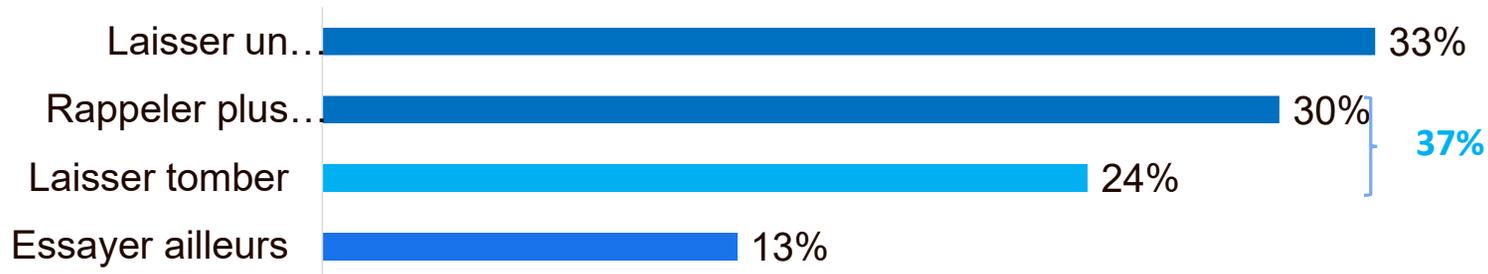


Critères dans le choix d'une ressource (Tremblay et al., 2015)

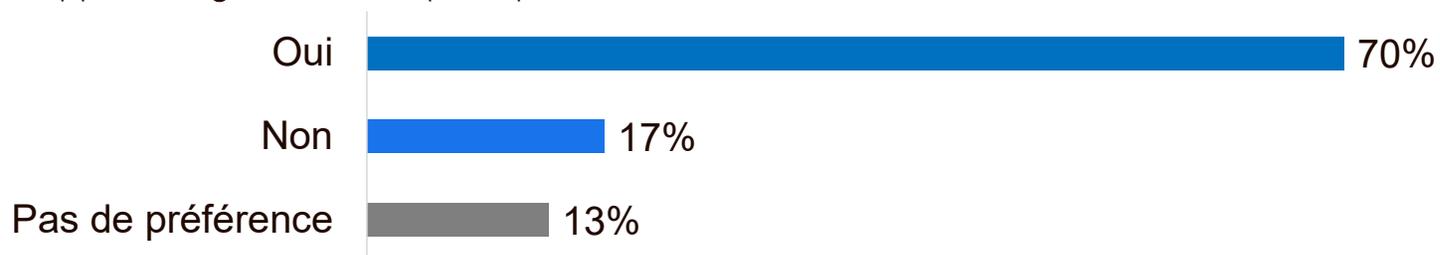
CRITÈRE	% de répondants Ayant noté « important » ou « très important »
Professionalisme	96,4
Climat de confiance	97,4
Me sentir écouté, pris au sérieux	97,4
Confidentialité	92,0
Ne pas se sentir jugé	89,3
Qualité de l'accueil	91,9
Délais d'attente	88,8
Réputation de l'organisme	84,7
Gratuité ou faible coût	69,9
Proximité du service	72,6
Disponibilité de soir et de fin de semaine	65,5
	PIERRE L'HEUREUX/GILLES TREMBLAY, 2025

Accès à l'intervenant (SOM/RPSBEH, 2018)

Q6. Si vous communiquez avec une ressource parce que vous avez besoin d'aide et que vous tombez sur une boîte vocale, allez-vous...?

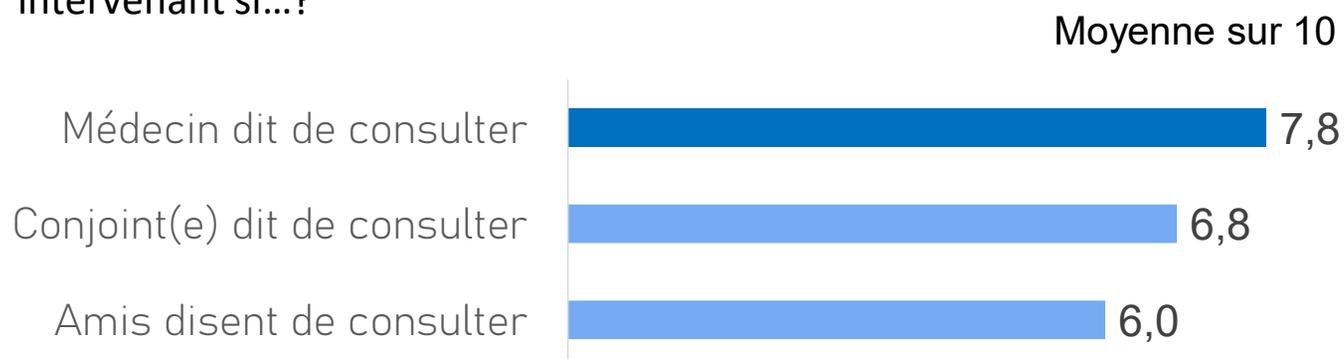


Q7. Si votre demande était placée sur une liste d'attente, aimeriez-vous qu'on vous rappelle **régulièrement** pour prendre de vos nouvelles?



Probabilité de consultation selon la personne qui recommande de consulter

Q. Sur une échelle de 1 à 10, quelle serait la probabilité que vous consultiez un intervenant si...?



45% des hommes évaluent comme aidant le fait qu'un proche les accompagne au premier rendez-vous (58% chez les 18-24 ans)

Des modèles d'intervention à revoir

- Importance de tenir compte des dimensions de genre
- Biais de genre
- Plusieurs images préconçues :
 - Agresseur potentiel, Père incestueux, Batteur de femmes, Mâle toxique, « Ugly male »
- Approche sociojudiciaire dès qu'il y a marque d'agressivité
- Approche verticale des professionnels de soins et d'aide
- Modèle d'intervention psychosociale beaucoup axée sur l'expression des émotions et la ventilation, procédés peu efficaces avec les hommes plus traditionnels



PIERRE L'HEUREUX/GILLES TREMBLAY, 2025

Les services aux hommes

Un équilibre à développer

Une complémentarité

Réseau public et Réseau communautaire

Intersectorielle Santé, Services sociaux,
Éducation, Services correctionnels,

Ressources diverses (SM, toxico,
dépannage, itinérance, etc.)

Un maillage étroit à établir

Dont urgence et suivi (soutien)



Se mettre ensemble

- Plusieurs éléments de la socialisation masculine nuisent à la demande d'aide et peuvent générer une grande détresse
- D'autres sont plus aidants et peuvent servir d'appui en intervention
- Demander de l'aide pour de nombreux hommes demeure quelque chose de difficile
- D'où l'importance d'adapter les services, nos interventions, faire preuve d'initiative et de proaction

Quelques pistes à avoir en tête

- Valider la demande d'aide
- S'ajuster au style d'homme devant vous – Les hommes ne sont pas tous pareils
- Prendre le temps de bien évaluer le niveau de risque, de « creuser » avec le client pour bien saisir sa situation et établir la priorisation en conséquence
- Établir un rapport horizontal (non vertical)
- Assurer un soutien concret dans la référence et un suivi
- Éviter la multiplication des démarches et des acteurs
- Miser sur les forces
- Utiliser des ressources qui pourront briser l'isolement
- Considérer les proches (pour accompagner et la prise de rendez-vous)

Intervention hommes: 10 clés (Tremblay & L'Heureux, 2002)

1. Être sensible aux dimensions de genre
2. Voir les hommes comme étant d'abord des êtres humains
3. Porter une attention particulière aux réactions contre-transférentielles
4. Reconnaître l'inconfort dans la demande d'aide des hommes, porter une attention particulière à la prise de contact.
5. Soutenir et responsabiliser, donner du pouvoir et protéger.
6. Proposer un cadre d'intervention clair, structuré et concret tout en gardant l'accent sur les émotions.
7. Capitaliser, miser sur les forces, contrecarrer la honte.
8. Briser l'isolement affectif.
9. Adapter les services, agir rapidement et au besoin être proactif.
10. Prendre soin de soi comme intervenant/e.

En résumé: stratégies éprouvées (Tremblay & L'Heureux, 2002)

- Objectif 1: créer un contact, un lien pour bien débuter.
- Partir des faits, du rationnel pour aborder les émotions: C'est dur, « Racontez moi, Expliquez moi, Qu'est-ce qui arrive? ».
- Rappel de situations: Anecdotes (*Contextualiser*).
- Reconstruction d'évènements (faits, pas à pas).
- Intégrer des moyens visuels: dessins-images-photos.
- Expliquer, donner information de base: deuil, besoins, maladie, blessure, etc. Normaliser (surtout émotions).
- Explorer-intégrer son univers de référence, son « dialecte »: parler plombier, camionneur, gérant, etc.
- Chercher succès et exceptions: « comment êtes-vous passé à travers ça ? Y-a des fois où ça a bien été... »
- Définir/négocier un contrat de travail.
- Confrontation-Interprétation-Alliance. Non 2 temps.
- Enquête collaborative: donner des tâches d'enquête, d'observations (échelles, listes, ...)
- Ligne de vie. Autobiographie (pour se comprendre).
- Techniques d'impact; imager (ex: billet froissé, verre perçé, chaise haute-basse, etc.
- Schémas de dynamique familiale, relationnelle.
- Être inventif... PIERRE L'HEUREUX/GILLES TREMBLAY, 2025

Grille - Accueil et plan de suivi (Pierre L'Heureux,2005;2015)

1. Difficultés / problèmes / demandes (demandeurs) et contre-transferts	A. Histoire : états et événements (inclue Blessures)
2. Modes d'adaptation (modèle)	B. Qualités et forces du client
3. Enjeux systémiques Stratégies d'intervention (Contradictions)	C. Directions / défis / devoirs (pour le client) (pour le système client)

Ligne de vie - modèle 2

Évènements/situations Positifs

Globaux-sociaux-familiaux

Personnels

Jos 1926 (naiss.) 1953... 1958...1959...1961...1971...1989... 2014...

Jea. 1928 (naiss.) 1953...1958...1959... 1961...1971... 1989... 2012

Pierre 1 1952 (naiss.-décès) ...

Pierre 2 1953 (naiss.) 1958...1959...1961...1971...1989 2014

François 1958(naiss.) 1961... 1979... 2014

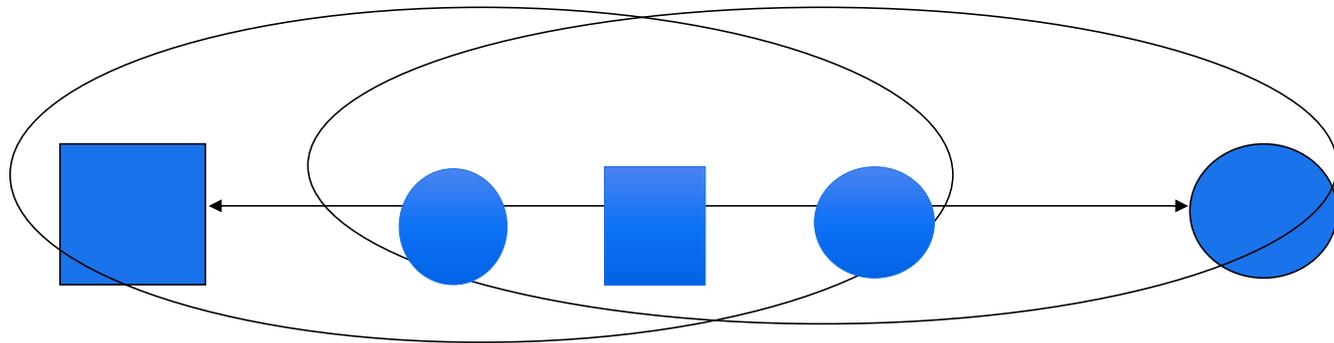
Personnels

Globaux-sociaux-familiaux

Évènements/situations Négatifs

Cartographie familiale

Les feux croisés : enfants otages du conflit parental





Coffre à outils pour hommes

1. Faciliter l'accès aux services
2. Maximiser la première rencontre
3. Manifester de la proactivité par rapport au suicide
4. Briser l'isolement de l'homme
5. Reconnaître la différence entre la colère et la violence pour mieux les gérer
6. Respecter la dignité de l'homme
7. Adapter son intervention à la diversité culturelle
8. Adapter son intervention à la diversité sexuelle
9. Utiliser un langage adapté

Outil pour l'intervention

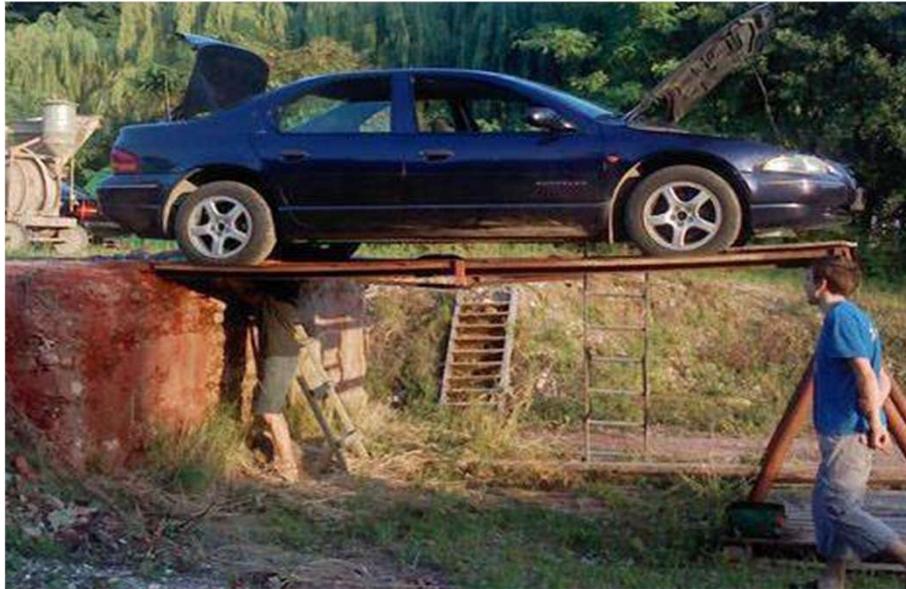
Bonnes pratiques en intervention auprès des hommes

https://www.polesbeh.ca/sites/solesbeh.ca/files/uploads/Coffre_Outil_Hommes-Bonnes_pratiques.pdf

Objectif

Présenter les éléments spécifiques à l'accueil et à l'accompagnement des hommes en difficulté afin de réviser les pratiques, de reconnaître celles qui sont déjà adaptées et de sélectionner des cibles d'amélioration.

— LA RÉFÉRENCE



COMMENT RÉFÉRER UN HOMME?

Comment rejoindre et référer un homme ?

(Synthèse de Dulac par G. Landry; L'Entraide pour hommes (2000), remaniée P. L'Heureux 2012)

- Aller aux devants
- Être relax, détendu dans les 1ers contacts

- Apprendre à parler le langage du client (niveau, images)

- Respecter l'anonymat et la confidentialité
- Rassurer le client

- Reconnaître la honte et l'anxiété
- Valider les forces
- Être empathique à petites doses
- Accepter les limites du client
- Faire part de ses limites personnelles/professionnelles

- Le rassurer sur votre référence...
- Assurer des références attachées et complétées



Et vous ?

Est-ce que vous observez les mêmes difficultés dans la demande d'aide des hommes ?

Qu'est-ce que vous observez qui est plus aidant dans la manière de faire et d'organiser les services ?