



Philippe REY

022 348 76 86

prey@infomaniak.ch

Processus de démarrage

Concerne : Réunion d'informations et processus de démarrage d'un groupe de partage

Cher Homme,

si tu reçois ce message, c'est que tu as manifesté ton intérêt pour une démarche dans un groupe de partages pour hommes du Réseau Hommes Suisse romande.

Aujourd'hui, il y a 9 hommes intéressés par une séance d'informations et, éventuellement, par vivre un processus de démarrage de groupe. 15 mois se sont écoulés depuis la demande du premier homme, et moins de 5 semaines pour que se manifestent les quatre derniers. Je remercie chacun pour sa patience (surtout les premiers de la liste) et son intérêt.

Je suis heureux de te proposer les dates suivantes pour vous accompagner dans cette découverte de la co-animation de groupe :

Soirée d'information : 7 avril 2009 (soirée n°1)

Processus de démarrage : 21 avril (soirée n°2),
12 mai (soirée n°3) et
2 juin 2009 (soirée n°4)

Soirée autonome : 23 juin 2009 (soirée n°5)

La première soirée est une soirée d'informations. Elle n'engage pas d'adhésion pour une suite. Elle permet de partager tes attentes, et permet aussi de cerner ce que peut-être un processus de groupe. Elle permet également d'identifier ce que n'est pas un groupe d'hommes du RHSR.

Pour vraiment comprendre ce que peut apporter une aventure dans un groupe, la soirée d'informations ne suffit pas. Un processus de groupe ne peut se résumer, il se vit, s'expérimente. Ainsi le RHSR propose un cursus de soirées de démarrage. Ce cursus est formé par les quatre premières soirées. Elles sont **conçues comme un tout** pour permettre à chacun de vivre le processus de rencontres et de partages en groupe, de s'imprégner de l'ambiance et de la technique et d'expérimenter la saveur d'un tel groupe. Je vous guide dans la découverte des règles du jeu des groupes, écoute vos questions, indique des pistes, des thèmes... Les soirées n°2 à n°4 se vivent sur le mode de fonctionnement habituel d'un groupe de paroles. C'est par la pratique que je présente un peu la "technique" qui donne à nos groupes leur puissance et leur qualité

A la fin de la quatrième soirée, chacun aura un aperçu de ce que peut apporter un groupe. Ce sera aussi le moment de choisir si cette démarche te convient, ou pas.

Si elle te convient, la cinquième soirée, celle du 23 juin, concerne ceux qui souhaitent poursuivre l'aventure de manière autonome, sans mon accompagnement. Cette soirée leur permettra de décider de la suite, celle de l'aventure du groupe n°6 ! Je t'invite à réserver dès maintenant ces 5 soirées dans ton planning, même si tu change d'avis par la suite.

Les soirées n°1 à n°4 ont lieu au Centre de bien-être "**Au Bonheur de Vivre**" situé à Thônex (10 avenue Tronchet, à côté de la Salle des Fêtes de Thônex, Genève).

Je t'**accueille à 19h45**. L'animation et les partages commencent à 20h00. Je te prie de bien vouloir m'annoncer ta présence, et aussi de prendre bien soin d'être à l'heure pour permettre à chacun de vivre cette soirée avec qualité. La soirée se termine vers 22h15.

Je reste à ta disposition pour toute information complémentaire et me réjouis de faire ta connaissance le 7 avril prochain.

Chaleureusement,

Philippe

<u>Annexes</u>	page
A./ Un bref descriptif des groupes d'hommes du RH.	3
B./ Un texte sur le Bâton de paroles , outil de communication dans les groupes	5
C./ Un courrier que j'ai adressé à un directeur de liste de diffusion après qu'il ait fait passer un message "classique" du type " Mais où sont les hommes... ? "	7
D./ Une petite bibliographie et autres ressources	9



Philippe REY

022 348 76 86

prey@infomaniak.ch

Groupe de partages

Un groupe d'hommes, qu'est-ce que c'est ?

C'est un espace protégé dans lequel des hommes explorent leur identité et partagent leur vécu.

A quoi ça sert?

A partager des expériences, des émotions, des réflexions, des interrogations sur notre identité masculine. A sortir du silence et de la solitude qui sont trop souvent le lot des hommes, conditionnés à être "**forts**", à "**ne rien devoir à personne**", à refouler leur sensibilité pour être plus performants et plus compétitifs. A expérimenter de nouvelles manières d'être et de faire, respectueuses de soi-même et d'autrui, afin de mieux vivre nos relations amoureuses, amicales, familiales et professionnelles.

Concrètement comment ça se passe?

Nos groupes sont composés de cinq à huit/neuf hommes qui se rencontrent toutes les trois semaines environ.

Après un temps d'accueil, le groupe échange sur un thème choisi à l'avance ou pendant la séance, ou encore la parole est laissée à ceux qui désirent s'exprimer à partir de leurs préoccupations du moment.

A tour de rôle, chacun parle, dit ce qu'il ressent, témoigne de son vécu mais est aussi libre de ne pas s'exprimer. Chacun écoute et peut ensuite réagir à ce qui a été dit, mais sans émettre de jugement moral ni se muer en donneur de conseils car il est d'usage de respecter les règles de base d'une bonne communication :

- Parler de soi en se servant du "je";
- Éviter d'interrompre la personne qui parle;
- Éviter de juger et de donner des conseils;
- Respecter la confidentialité de ce qui se dit (ça reste à l'intérieur du groupe);
- Parler de nos sentiments, ne pas raconter juste des faits;
- Respecter le rythme de chacun.

Il n'y a pas de leader, de gourou ou de thérapeute. Les groupes sont autogérés, chaque homme anime une réunion à tour de rôle. Ceci permet à tous les membres du groupe de prendre la responsabilité du bon fonctionnement de celui-ci. Un groupe de parole n'est donc pas un groupe de thérapie et il ne s'agit pas, pour l'animateur de "jouer au thérapeute".

Il n'y a pas de "règlement" écrit émanant du réseau. Des chartes de principes sont parfois élaborées en commun par un groupe et mentionnent, la plupart du temps, la complète autonomie du groupe, l'engagement et la loyauté de chacun envers les membres de son groupe, la présence régulière aux rencontres, la nomination d'un représentant pour le groupe afin que les contacts avec le Réseau soient maintenus ...

De quoi parle-t-on?

De tout, en toute liberté.

Par exemples : la relation avec le père, la sexualité, la tendresse, le deuil, la compétition, la colère, la violence, la peur... L'important est de pouvoir laisser affleurer ses émotions, en prendre conscience et accepter celles des autres. Dire "ce que cela me fait" plutôt que "ce que j'en pense". Parler avec son cœur, avec ses tripes, plutôt qu'avec sa tête.

On ne fait pas forcément que parler, d'ailleurs. Des exercices corporels peuvent permettre de dépasser les mots pour retrouver la spontanéité des gestes, le plaisir du jeu. Il y a aussi des moments récréatifs, des balades dans la nature, des fêtes.

Quelle est l'origine des groupes d'hommes?

Les premiers groupes semblables aux nôtres sont nés en Amérique du Nord vers la fin des années 1970. Pour les pays francophones, c'est l'analyste jungien Guy Corneau qui, à la suite d'une longue réflexion sur son propre vécu, a fondé les premiers groupes québécois, depuis lors organisés en réseau (RHQ : Réseau Hommes Québec).

Le succès du RHQ (200 groupes totalisant près de 1 800 membres) a inspiré dès 1993 la création de groupes dans les pays francophones européens (Réseau Hommes France, Réseau Hommes Belgique, Réseau Hommes Suisse Romande).

Le Réseau Hommes Suisse Romande (RHSR) est une organisation composée uniquement de bénévoles. Ses buts sont la promotion, la formation et l'aide au fonctionnement des groupes d'hommes. Il organise des rencontres intergroupes. Il assiste les nouveaux groupes pour les premières réunions en leur fournissant un accompagnement pour quatre séances de "démarrage".

Comment prendre contact ?

Très simplement, en écrivant ou en téléphonant au coordinateur du Réseau (voir adresse ci-dessous) ou encore en s'adressant directement au répondant du groupe en activité dans votre région. En pratique, un nouveau groupe démarre quand il y a, dans une région, suffisamment d'hommes intéressés.

De nouveaux membres peuvent aussi se joindre à un groupe existant. A noter encore qu'une cotisation est perçue pour divers frais de fonctionnement (actuellement Fr. 40.- par an) et pour l'abonnement au journal d'informations RH-Infos des régions romande et Rhône-Alpes. Il n'y a pas d'autres frais, sauf ceux que le groupe décide lui-même d'engager (location d'une salle de réunion, etc.).

Il existe des groupes à : La Chaux-de-Fonds, Fribourg, Genève, Lausanne, Yverdon.

Réseau Hommes Suisse Romande



Coordination

Philippe REY

022 348 76 86

prey@infomaniak.ch

Bâton de Paroles

François Camus, du RHQ, a écrit un texte sur le bâton de parole (voir aussi RHB-Infos n°23). Ce qu'il dit à propos du bâton de paroles confirme ce que j'ai dû clarifier aux hommes d'un groupe que j'ai aidé à démarrer.

L'un d'eux, après la première séance de démarrage, me téléphone pour m'annoncer qu'étant occupé par son travail, il ne pourra pas venir à la rencontre n°2. Profitant de ce qu'il m'a au bout du fil, il me conseille, d'une manière assez paternaliste, d'être moins sérieux avec les règles de fonctionnement du groupe. Il trouve que ça coince tout le monde. Surtout cette histoire de bâton de paroles... Il me dit qu'il prévoit de venir à la soirée suivante (la troisième) avec du champagne et l'intention de dire aux hommes de se décoincer !

Lors de la soirée, alors qu'il est absent, le bâton de parole fait un miracle. C'est une nouveauté, pour les hommes présents, de l'utiliser. Ils apprennent à s'écouter entre eux et aussi à écouter en eux-mêmes, car je présente le bâton comme un double symbole. D'une part, il autorise celui qui le tient à parler ; d'autre part, il autorise tous ceux qui ne l'ont pas en main à être "Gardien du Silence", à se taire, à être dans le silence de leur voix vocale pour être à l'écoute, pour devenir oreille... Oreille avec sa tête, mais surtout avec son coeur, son ventre. Ce silence permet à la musique de la parole de l'homme qui parle de résonner dans les corps et dans les coeurs de ceux qui écoutent.

Pendant mon tour de parole avec le bâton, l'un d'eux est pris dans une résonance et m'interrompt pour exprimer spontanément son ressenti, sa surprise, sa joie.

Pour moi, c'est merveilleux de le voir s'exprimer avec l'énergie de celui qui vient de découvrir un trésor.

Et en même temps, j'observe l'impact de son intervention chez les autres hommes car chacun sait qu'il vient de prendre une parole à laquelle il n'avait pas droit. Quand il se tait, je demande aux autres hommes comment ils vivent ce moment de "transgression" de la règle du Bâton de paroles.

Ce qu'ils partagent est génial et prouve, pour moi, la nécessité du bâton de paroles. Ils disent que leur attention s'est soudain défocalisée : elle est passée de l'écoute de ma voix, de ce qu'ils percevaient en eux à partir de ma parole et de mon corps-parlant à l'interaction entre cet homme et moi. Et c'est comme si, au lieu de pouvoir se centrer uniquement sur une seule personne, sur une seule parole, les hommes doivent maintenant trier entre plusieurs sources différentes d'énonciation-communication au lieu d'une seule :

- a. moi,
- b. l'autre homme,
- c. le lien entre lui et moi ;
- d. l'agitation intérieure que cela crée en eux.

J'entends ces hommes me dire qu'il leur devient impossible de rester centré sur ma parole et sur leur intériorité. Ils perdent leur concentration et l'écoute des résonances que ma parole crée en eux.

Certains témoignent aussi se sentir inquiets de cette interruption et se demandent comment je vais réagir...

C'est beau et riche d'entendre à quel point le bâton de parole autorise (rend auteur) non pas uniquement la parole intime de celui qui parle mais aussi et simultanément une écoute personnelle intérieure de ceux qui écoutent. Le bâton rend chaque homme auteur à la fois de sa parole et de son silence intérieur.

Philippe Rey
Genève



Philippe REY

022 348 76 86

prey@infomaniak.ch

Où sont les hommes ?

8 Mars 2008

Sourya souhaite une belle journée à toutes les femmes

Où sont les hommes ?

Inscrites au week-end Sourya du 8 au 14 mai

Danièle, Christiane, Jenny, Sylvie
Claudine, Virginie, Catherine...

Des femmes sensibles à leur développement...
se posent la question..

<http://www.sourya.org>

Où sont les hommes ?

Bonjour Christian, merci pour le message "Où sont les hommes ?" que tu as diffusé dans ta liste.

En parallèle de mon travail de massages sensuels - à Genève - avec des hommes et des femmes, je coordonne le Réseau Hommes Guy Corneau de Suisse romande. Alors "où sont les hommes ?" : pour moi, ils sont partout. Mais une chose que j'ai remarqué, ils ne sont pas là où on les attend avec attentes. Car ces attentes ferment l'énergie de l'accueil et la mutent en énergie de capture. Cette remarque est d'ailleurs vraie pour n'importe quelle "attente" sur n'importe qui (homme sur femme, femme sur homme, parents sur enfants...).

Comme je pratique l'aïkido, je sais aussi que les arts martiaux sont des lieux et des cadres de rencontres/partages/actions qui plaisent aux hommes (et à certaines femmes)... On peut les y rencontrer.

Dans ma pratique de massages sensuels/sexuels, je reçois des femmes en attentes d'hommes... Et plus précisément, en attente de l' "*Homme*" ! Ce qui me permet de constater aussi que le mode de relation fondé sur l'attente de l'autre n'est pas vitalisant: L'attente ne vitalise ni la personne elle-même car elle passe son temps à... attendre !, ni les autres, coincés par ces attentes non désirées...

L' "*Homme*" ainsi attendu est souvent la projection d'un fantasme de présence élaboré à partir du besoin de combler les manquements de présence ...paternelle ? ... Même si c'est souvent plus complexe que cette caricature (père manquant, fils manqué, fille manquée... mère envahissante ? femme frustrée, abandonnée... ?), je suis frappé par la répétition de ce schéma d'attente, et sa proportion élevée parmi les personnes "seules" (tant les femmes que les hommes, car le symétrique marche bien pour les hommes en attente de la "*Femme*").

Ainsi, pour moi, les hommes sont partout, il suffit de les considérer. Et de les considérer là où ils sont déjà, à la place où ils se trouvent et les y rencontrer. Les rencontrer sans chercher à les déplacer, à les déporter, à les séduire, ou à les agresser. Pour faire bref, à la question *où sont les hommes ?*, le proverbe "quand l'élève est prêt, le maître arrive" me vient à l'esprit comme piste de réponse.

Je te remercie de l'excellent travail que tu fais avec Sourya, c'est magnifique.

Chaleureuses salutations,

Philippe REY – Genève

Arts sensuels et Massages : www.pourquisaime.ch

Réseau hommes Suisse romande: www.rhsr.com



Philippe REY

022 348 76 86

prey@infomaniak.ch

Bibliographie

Livres

WELZER-LANG Daniel

Nous, les mecs - Essai sur le trouble actuel des hommes, Payot, 2009

GUILLOT Patrick, Éditions Le Souffle d'Or, 2002

Quand les hommes parlent..., Enquête dans les groupes d'hommes (1993-2000)

Le premier livre sur le Réseau Hommes et les groupes d'hommes autogérés. L'auteur a rencontré quinze participants, issus de neuf groupes différents. S'appuyant sur leurs témoignages, il décrit de l'intérieur le processus des groupes, les événements qui les traversent et les thèmes qu'ils abordent.

DE RIDDER Guido, Du côté des hommes, L'Harmattan, 1982

DALLAIRE Yvon, *Homme et fier de l'être*, Option Santé Édition, 2001

CORNEAU Guy *Père manquant, fils manqué, que sont les hommes devenus ?*

Éditions de l'Homme, 1989

GIDDENS Anthony, *La transformation de l'intimité. Sexualité, amour et érotisme dans les sociétés modernes. Essai*, Le Rouergue / Chambon 2004

DUMAS Didier, *Sans père et sans parole*, Hachette Littératures, 1999

VECCHIALI Hélène,

Ainsi soient-ils ! Sans de vrais hommes, point de vraies femmes..., Calmann-Lévy, 2005

TISSERON Serge, *Tintin chez le psychanalyste*, Aubier, Paris 1985 et *Tintin et les secrets de famille*, Aubier, Paris 1992

KAUTH Bill, *A Circle of Men - The original manual for men's support group*,

St. Martin Press, New York 1992

(Livre en anglais) Au début des années 80, trois hommes, Ron Hering, Bill Kauth et Rich Tosi ont imaginé le premier "New Warrior Training Adventure - NWTA" (Aventure Initiatique des Nouveaux Guerriers).



Ressources - DVD

DVD

KOHLER François, *Le Souffle du Désert*, long métrage documentaire.
Une production de XL production (<http://www.lesouffledudesert.com/fr/>)

François Kohler porte son regard sur l'identité masculine telle qu'elle est vécue aujourd'hui. Au cours d'un périple de 15 jours dans le désert tunisien, 13 hommes en quête de sens interrogent leur rôle de père, leur relation aux femmes, leur façon d'appréhender le pouvoir, leur sexualité, leurs peurs...