

SOIS UN HOMME !

19 novembre – Journée québécoise pour la santé et le bien-être des hommes

La production agricole est de toute évidence un monde majoritairement composé d'hommes. C'est aussi un monde où l'on retrouve beaucoup de défis - des problèmes au quotidien - mais aussi, statistiques à l'appui, plus de détresse qu'ailleurs. En effet, il y a à peine quelques années des chiffres mentionnaient que le taux de suicide était deux fois plus élevé dans le monde agricole que dans la population en général. Par ailleurs, nous savons tous que les exploitants agricoles sont prompts à vouloir trouver des solutions, alors arrêtons-nous à l'une des clés du problème : l'éducation des hommes.

Lorsqu'on écrit éducation des hommes, ce n'est pas d'instruction dont on parle ici, mais de la façon dont ceux-ci se sont « construits » dans les milieux où ils ont grandi et vécu. Des impératifs invisibles ont fini par s'imprimer dans leur esprit et des pensées finissent par prendre forme. En voici quelques exemples :

« Il ne faut surtout pas que je me montre vulnérable devant les autres »

« J'ai appris à me débrouiller seul. J'ai été capable de m'organiser seul jusqu'à maintenant alors pourquoi je changerais? »

« Je ne vais pas bien, mais ça va s'arranger, ça va se passer (même si mon corps m'envoie des signaux qui vont au-delà de la simple fatigue physique.) »

Sans surprise, bien des hommes se reconnaîtront à divers degrés dans ces paroles. Nous nous rendons toutefois compte que des qualités comme l'autonomie, la vaillance et la ténacité dans certaines situations peuvent devenir des défauts dans d'autres. En effet, l'entêtement, pousser la machine à bout et la rigidité peuvent jouer des tours sur notre état physique et surtout mental. Mais pourquoi plus les hommes en milieu agricole?

Divers facteurs expliquent ce phénomène dont celui de la construction du genre masculin ou, en d'autres termes, comment nous avons appris à nous comporter et à penser parce que nous sommes nés avec un sexe masculin. Les milieux dans lesquels nous avons vécu – la famille, l'école, la société en général – nous ont souvent dicté comment un homme doit se comporter, ce qu'il est admis ou préférable de faire et ce qui ne l'est pas. Et il ne fallait surtout pas y déroger! Du côté du monde agricole, les modèles masculins ont souvent été des hommes qui ne comptaient pas les heures travaillées et qui ne s'ouvraient pas trop à leurs proches (surtout pas au sujet de leur état émotionnel). C'est ce qu'on appelle le modèle de l'homme traditionnel.

Souvent dans cette construction masculine deux émotions sont généralement admises par les principaux concernés : le contentement et la colère. Un homme a déjà dit : « Moi, avant, je vivais deux choses : soit que j'étais content, soit que j'étais en cr**** ». Ça résume parfois assez bien.

Les émotions n'ont cependant pas de sexe. La peur, la peine, la frustration, la joie, l'étonnement ou la vulnérabilité ne sont ni féminin ni masculin. Ils sont simplement des messages, des avertisseurs de ce qui fonctionne bien ou non en nous-mêmes. Selon notre éducation, la honte ou le malaise lié avec le fait de sentir une émotion en particulier (la peine par exemple) est un tabou appris. Cela risque de bloquer certaines avenues comme celle de satisfaire le besoin de parler, d'être écouté ou de recevoir du soutien par exemple.



Les enjeux du monde agricole d'aujourd'hui et ceux d'hier ne sont plus les mêmes, et tout le monde se met d'accord sur une chose : les productions apportent un lot de stress et de préoccupations que les générations précédentes n'ont pas connu avant.

Alors, soyons des hommes; ayons le courage de demander de l'aide quand nous en avons besoin.

Le service de Travailleur de rang est **confidentiel** et **gratuit**. Profitez-en.

Carl Tournier, BTS
Travailleur de rang / FUPAL



Si vous avez besoin d'aide ou de soutien :

Travailleurs de rang dans Lanaudière (confidentiel et gratuit)
579-960-1142

Centre de prévention du suicide de Lanaudière (confidentiel, gratuit et 24/7)
450 759-6116

Info-social (confidentiel, gratuit et 24/7)
811, option 2