

PSYCHOLOGIES

NUMÉRO
Spécial
FEMMES

Olivia Ruiz, Isabelle Carré,
Nina Bouraoui

"Comment je suis devenue femme"

TEST

Comment vivez-vous
votre féminité ?

ÉGALITÉ, IVG...

Continuons
le combat !

COUPLE

Les femmes
donnent-elles
trop en amour ?

MISOGYNIE

Freud était-il
macho ?

DOSSIER

IMPARFAITES, LIBRES ET HEUREUSES!

S'affranchir des normes et oser être soi





Comment vivez-vous
votre féminité ?

Il existe de multiples façons de revêtir son identité de femme. Toutes racontent notre héritage familial et nos désirs inconscients. Découvrez quelle est la vôtre grâce à ce test.

Par Flavia Mazelin Salvi, avec Malvine Zalberg, psychanalyste

CHOISISSEZ VOTRE ENSEMBLE

Lisez attentivement les quatre ensembles de couleur ci-dessous, sélectionnez celui qui vous correspond le mieux, puis reportez-vous à votre profil p. 62.

- La séduction est un jeu pour moi.
- Je préfère user de mon charme plutôt que de mon autorité.
- J'aimerais être davantage aimée pour ce que je suis.
- Je sais jouer avec mon image et la modeler en fonction des circonstances.
- Les femmes sont plus manipulatrices que les hommes.
- Je souffrirais de ne plus, ou de moins, inspirer de désir.
- Je me sens souvent jalouée ou envinée des autres femmes.
- Au fond de moi, il y a toujours la peur d'être quittée, abandonnée.
- Il y a des attitudes (agressivité, humour graveleux) qui ne vont pas du tout aux femmes.
- Il faut donner aux hommes l'impression qu'ils décident.
- « Qu'est-ce qu'une femme », « Qu'est-ce qu'un homme ? » Ces questions me passionnent.
- Je me sens bien femme mais j'aurais très bien pu être un homme.
- Les femmes, les hommes, je n'emploie jamais ces généralités.
- Je trouve plus confortable que les différences se soient assouplies entre les deux sexes.
- Les femmes très femmes et les hommes très hommes ne m'attirent pas en général.
- Je n'ai pas été spécialement éduquée comme « une petite fille ».
- Les notions de yin et de yang me parlent plus que celles de féminin et de masculin.
- Je me sens « individu » bien avant de me sentir « femme ».
- Je suis bien plus à l'aise avec le « je » qu'avec le « nous ».
- J'ai déjà vécu plusieurs « féminités » dans ma vie.
- Je suis plutôt grande gueule.
- Les femmes sont trop dépendantes du regard des hommes.
- En amour, je n'aime pas faire de concessions.
- Enfant, j'étais plutôt garçon manqué.
- La guerre des sexes est loin d'être terminée.
- Je sais me faire respecter des hommes.
- J'apprécie peu d'être draguée.
- Accepter mon corps de femme m'a pris du temps.
- Les femmes sont à la fois plus subtiles et plus fortes que les hommes.
- Je suis parfois dans un rapport de force avec les hommes.
- Pour moi, féminité rime avec vulnérabilité.
- Les conflits ou les tensions me font perdre tous mes moyens.
- Je devine facilement les besoins et les manques des autres.
- Je ne supporte pas les cris.
- J'admire les femmes qui ont de l'autorité.
- J'évite les looks trop sexy.
- Je trouve plus confortable d'être un homme.
- Pour avancer, j'ai besoin de me sentir soutenue et validée dans mes choix.
- Me sentir aimée, c'est me sentir protégée.
- J'ai souvent peur d'être agressée.

VOTRE PROFIL

VOUS AVEZ CHOISI L'ENSEMBLE...



... VERT

Une féminité en mode séduction

Susciter le désir d'un homme et se faire aimer de lui font partie d'un parcours de vie au féminin. Si le garçon dispose de la présence d'un membre comme appui imaginaire pour se forger son identité virile, la fille aura besoin des divers voiles qui l'aideront à construire la sienne. Les mères savent que pour aider leur enfant à se constituer une image d'un corps au féminin, il faut la parer (des jolies robes, un ruban dans les cheveux), lui parler (« Que tu es belle ! »). Ce regard et ces paroles, qui lui confirment qu'elle a un corps féminin et qu'il ne pose pas problème à la mère, lui permettent d'emprunter les premiers pas vers la féminité. Le regard du père va aussi être très formateur : la fille y apprendra le besoin pour une femme de séduire un homme pour se faire aimer de lui. Plus tard, pour le vivre à son tour – pour pouvoir lire dans le regard d'un homme son désir pour elle, recevoir ses mots d'amour –, elle usera, comme toutes les femmes, du jeu de la séduction. Mais lorsque ce jeu est là non pas comme moyen d'établir un rapport avec un homme mais uniquement pour les faire tomber les uns après les autres, contrairement aux apparences, on est face à une femme à la féminité mal assurée. Ce qu'elle veut, c'est pouvoir susciter le désir des hommes plus que n'importe quelle autre, afin de réaliser le plus cher des souhaits : être l'unique femme.

Les conseils : s'assurer que le jeu de la séduction se passe dans le cadre d'une relation à l'autre (son partenaire) au lieu de chercher à capter le regard de tous les hommes. Car tester continuellement son pouvoir de séduction finit par être très stressant – et ouvre la voie à une maturité peu épanouie : comment imaginer prendre de l'âge si on ne mesure sa « valeur » qu'à l'aune de son allure et de son pouvoir de séduction ?



... JAUNE

Une féminité en mode questions

L'existence semble ici vécue comme un questionnement sur l'identité, sur ce qu'est l'être féminin. Toute femme a du mal à le définir. Cela est d'autant plus vrai dans une société qui a tellement vu changer le statut de la femme et qui lui offre aujourd'hui tant de possibilités. La femme moderne est assaillie de questions de toutes parts (avoir un seul enfant ? L'avoir seule ? Ne pas en avoir ?) tout en travaillant et en étant souvent moins payée que les hommes. Certaines se sentent davantage « individus » que « femmes », cela peut traduire un quasi-refus du corps sexué, ce qui est une façon radicale de dépasser une bonne fois pour toutes les zones d'ombre de l'identité féminine. Mais l'énorme majorité des femmes qui se questionnent sont des funambules, qui doivent se démener entre maternité, profession, amour, amis, temps libre (ou ce qu'il en reste)... Ce sont des êtres flexibles, pleins de créativité, qui s'inventent tous les jours un peu, qui savent qu'on doit vivre plusieurs vies en une seule. D'où ce questionnement en permanence. En réalité, la question n'est pas tant « Qu'est-ce qu'une femme ? » mais « Quelle femme dois-je être à cette période de ma vie ? »

Les conseils : à chacune de trouver, d'exprimer et de valider sa propre féminité. En gardant à l'esprit que les concepts de masculinité et de féminité sont mutuellement dépendants et que le dialogue entre les sexes demande à rester ouvert en permanence. Certaines adoptent une identité plus masculine que féminine, d'autres une identité d'un troisième genre, et la grande majorité jongle avec plusieurs facettes et s'adapte selon les besoins du moment.



... BLEU

Une féminité en mode opposition

L'élaboration de l'identité féminine se fait ici à rebrousse-poil, à savoir « contre » et pas « avec » un homme. Ce positionnement conduit parfois à adopter des postures viriles, à se mettre en compétition avec les hommes. Il se fait en opposition non pas à ce que l'homme est en réalité, mais à ce qu'il représente de façon fantasmée (quelqu'un d'entier, à qui rien ne manque, qui n'a pas de problèmes d'identité). Ce positionnement est en partie dû à un flou né de la lutte pour l'émancipation sociale des femmes. Beaucoup ont cru, et croient encore, que les questions auxquelles elles sont confrontées en tant que femmes seraient résolues dès lors qu'elles atteindraient des positions sociales semblables à celles des hommes dans un monde égalitaire. Or, la construction psychique féminine se distingue (même si elle en dépend aussi) de la construction sociale féminine. La femme doit accomplir un parcours complexe et délicat pour constituer son identité. La figure féminine de la mère et la façon dont la fille perçoit son père interagissent avec le monde féminin (le respecte-t-il, se laisse-t-il séduire, l'ignore-t-il?) influenceront la façon dont la femme se positionnera face à l'homme et l'importance qu'elle accordera à sa présence dans sa vie.

Les conseils : se forger une version personnelle, singulière, de sa féminité; on ne devient pas femme, on devient « une » femme. Ce cheminement se fait souvent à partir d'un manque assumé : « Je n'ai pas eu une mère très féminine », « Mon père n'a jamais regardé ma mère », « On ne m'a jamais dit que j'étais jolie »... Regarder son propre parcours avec le plus d'objectivité possible aide à comprendre comment on s'est construite et permet aussi de changer ce qui nous est inconfortable ou nous pose problème.



... ROUGE

Une féminité en mode protection

Fragilité, besoin de protection... C'est une féminité de « femme-enfant ». Il y a de fortes chances pour qu'à l'intérieur de cette femme demeure une fillette qui n'a pas trouvé auprès de sa mère la réponse à la question qui nous taraude toutes : qu'est-ce qu'être une femme ? Dans un développement « normal », la fille observe comment la mère a réussi à résoudre la question féminine à sa façon – et la mère l'aide à comprendre qu'il faut qu'elle vole petit à petit de ses propres ailes, et trouve, loin d'elle, ses propres réponses à cette question. Le père tient son rôle en se faisant aimer de sa fille : il lui permet ainsi de se décoller de l'amour maternel. Quand cette transition de fillette à femme ne se fait pas – soit parce que la mère l'a trop retenue, soit parce qu'elle n'a pas réussi à trouver son propre chemin –, elle passera sa vie à chercher une réponse qui la satisfasse. Il y a des chances pour qu'elle reste très proche (trop) de sa mère. Et qu'avec les hommes elle use du même procédé : faire de sa fragilité une « colle » pour s'attacher un partenaire dans les yeux duquel elle espère enfin pouvoir lire qui elle est comme femme. Mais l'insatisfaction la guette : le regard de l'homme ne lui sera d'aucun secours, elle se sentira toujours sans « consistance propre ».

Les conseils : la liberté est une conquête. Si « maman » ne nous a pas aidée à voler de nos propres ailes, peut-être trouverons-nous maintenant la force pour le faire, et même contre son avis ? Cela n'est pas facile, on pense parfois ne pas pouvoir réussir. On peut toutefois essayer de s'autonomiser petit à petit, en cessant de faire valider toutes ses initiatives et ses décisions, et en apprivoisant des moments d'indépendance.

Malvine Zalberg est l'auteure notamment de *Ce que l'amour fait d'elle* (Odile Jacob).