

Sachez ménager les susceptibilités de votre homme

Hier encore réservée aux femmes, la susceptibilité gagne de nouveaux territoires. Les hommes aussi se vexent et deviennent hyper réactifs, parfois de manière tout à fait imprévisible. Avec Florence Escaravage, coach et fondatrice de Love Intelligence, découvrez ce nouveau comportement et les meilleurs moyens de ménager votre Jules !

"Tu n'aurais pas un peu grossi ?", "Dis donc le mari de Jeanne a eu une sacrée promotion !". A peine avez-vous prononcé ces petites phrases anodines, et le voilà qui se rembrunit, voire qui se vexe, ou pire qui "boude" ! Loin d'être un comportement isolé, la susceptibilité de nos hommes tend à se généraliser. "Une remarque ou une action ont tôt fait d'être interprétée de façon négative, souvent à tort, entraînant crispation ou bouderie de leur part. Comme si on les avait attaqués personnellement, ou bien montré peu de considération !" a remarqué Florence Escaravage.

Besoin d'être regardé

Les hommes, qu'ils soient métro sexuels avérés ou pas, ont gagné la faveur d'être regardés, adulés, voire critiqués rapport à leur plastique, dont ils s'occupent davantage. Le physique est devenu un élément de séduction important, et non plus accessoire, pouvant entraîner chez eux une fragilité narcissique quand ils ne répondent pas exactement aux codes en cours. "Ils contrôlent davantage leur image, celle qu'ils produisent et renvoient. Du coup, ils en attendent, plus ou moins consciemment, un retour sur investissement, c'est-à-dire à leur avantage" développe Florence Escaravage.

Les remarques qui blessent les hommes

Selon un sondage effectué (sept 2009) par le site "amour de rencontre" sur une base de 6 050 personnes. A la question, "je peux me sentir blessé par des remarques sur" les hommes répondent :

- Mon physique : 29 %
- Ma façon d'être en public : 18 %
- Mes opinions (politiques, religieuses) : 11 %
- Mes choix professionnels : 32 %
- Mes connaissances : 10 %

Là où une femme pouvait prendre la mouche pour un manque d'attention autour d'une nouvelle coiffure ou l'acquisition d'une lingerie coquine, l'homme prend le relais et peut lui aussi s'offusquer facilement.

Besoin de confiance en soi

Toujours chasseur, avec comme principale fonction de ramener à la grotte de quoi nourrir sa nichée, l'homme place son amour-propre essentiellement dans l'évaluation de ses compétences, à savoir professionnelles, plus que dans sa qualité d'être. Le travail étant souvent le lieu où il se surpasse et mène ses plus beaux combats. Encore aujourd'hui !

Peu émues par ses joutes quotidiennes, les femmes valorisent peu cet aspect. Naturellement taquines, il leur arrive de surcroît de noter combien le chéri de leur meilleure amie, lui, ne cesse de gravir les échelons de l'échelle sociale... De quoi faire monter en flèche, sans le vouloir vraiment, les susceptibilités dudit "chasseur". D'autant plus que n'ayant pas appris à s'affirmer sur les domaines de l'être, ceux du faire restent, pour lui un moyen essentiel de montrer qu'il existe.

Besoin de mettre en veilleuse son ego

Certaines susceptibilités peuvent également provenir d'une forme d'orgueil. "Elles touchent les hommes très sûrs d'eux, plutôt fantasques, brillants et très à l'aise en société" souligne Florence Escaravage. S'ils sont habitués à certains égards à l'extérieur, le moindre manque d'attention dans l'intime est aussitôt mal perçu. Ce qui ne manque pas d'arriver dans le sens où le masque social tendant à se fendiller à l'épreuve du quotidien... leur douce et tendre ne les brosse pas toujours dans le sens du poil.

Ménager les susceptibilités

Identifier les susceptibilités ! Pour sortir du terrain miné, il est nécessaire d'en avoir le désir mais aussi de reconnaître qu'il existe. Si on reste campé sur un "mais non, je ne suis pas susceptible", modifier ce comportement risque d'être difficile. Au contraire, "avouez ces tendances à l'être est très libérateur" assure Florence Escaravage...

Il est alors tout à fait possible de l'amener à se confier sur ce terrain et d'essayer de cerner ensemble les zones sensibles.

De la bienveillance avant tout. "Sans forcément jouer à la psy avec lui, il est toutefois important de se dire que les accès d'humeur d'aujourd'hui datent souvent d'hier. Une des pistes est de percevoir les risques éventuels de dérapage pour les éviter ou les atténuer" suggère Florence Escaravage. Quand on se rend compte que le message a été perçu de manière négative, on a toujours le choix de reformuler pour le rassurer.

Le valoriser. La meilleure façon de court-circuiter un état émotionnel négatif consiste à se mettre dans un état d'esprit constructif voire positif. Se vanner ou se lancer des piques, pourquoi pas, à condition toutefois que cela ne devienne pas un mode relationnel chronique. D'autant plus si la crise menace fréquemment. Dans ce cas, peut-être serait-il judicieux de changer de registre de communication et de chercher à mettre son homme en valeur ? Pointez plutôt ces singularités, et encouragez ses choix, qu'ils soient professionnels ou autres.

Quant à lui, votre nouvelle attitude devrait l'inciter à prendre conscience de sa sensibilité à l'opinion des autres, et à s'en dégager. Plus qu'un comportement agressif, il serait plus bénéfique de se recentrer sur ses atouts, et de mettre en mots ses émotions, pour s'éviter bien des tracasseries inutiles.