

S'orienter dans la diversité.

Comprendre les différences culturelles et sexuelles des adolescents

I Coming out et identités

Mais qu'est-ce qui lui a pris de parler du club de sport à Jan? Et le pire, c'est qu'il est venu, en plus. A cause de Jan, il ne sait plus du tout où il en est, il aurait mieux valu qu'il ne soit jamais venu à Amsterdam. Au début, Mark était tout content de voir arriver un autre fondu de natation bourré de talent dans sa classe, heureux de ne plus être le seul.

Deux mecs traînent devant sa maison dans la cité, faisant les cent pas d'un air nonchalant. Ils l'attendent, c'est évident. Cela fait des jours et des jours qu'ils le suivent à la trace, en lui lançant des insultes. Je ferai comme s'ils n'étaient pas vraiment là. Il traverse la rue, feignant l'indifférence, et se dirige vers sa porte. Peter lui bloque le chemin, un mauvais sourire sur les lèvres. Mark a la gorge serrée, ne se rend pas compte que Peter est là et lui fonce dedans sans faire exprès.

« Espèce de sale pédé, tu crois pas que je vais te laisser me tripoter, non? » lâche Peter, en faisant un pas vers Mark.

« Ta gueule, connard! » hurle Mark. Peter et Freek reculent, sidérés. Il ne faut pas deux secondes à Mark pour tourner la clef et ouvrir sa porte. Furieux, il la claque après lui.

« Mark, qu'est-ce qui se passe? Ton père vient de rentrer de l'usine, il essaie de se reposer. »

Mark ne prend même pas la peine de regarder sa mère. Est-ce que le monde entier pourrait le laisser en paix?

(A suivre sur les pages 8 et 9)

Cadre du problème

Avant tout

L'une des différences les plus importantes entre l'homophobie et d'autres formes de discrimination telles que le sexisme et le racisme réside dans le fait que les sentiments homosexuels ne sont pas visibles tant qu'une personne ne les montre pas ouvertement. Les sociologues appellent cela un « stigmat invisible », par opposition à un « stigmat visible », tel que le sexe ou la race par exemple. Pour éviter d'éventuelles discriminations, les gays et les lesbiennes doivent donc en permanence décider ou non de montrer leur homosexualité.

Le terme de « coming out » désigne le moment où les homosexuels et bisexuel(le)s révèlent ouvertement leur orientation sexuelle. Le coming out est considéré comme partie intégrante d'un processus plus important de gestion de l'identité, au cours duquel les individus apprennent à composer avec la stigmatisation sociale liée à leurs sentiments et attirances, et qui a une importance déterminante pour le développement de l'estime de soi des lesbiennes, gays et bisexuels. Ce processus interactif complexe se déroule entre la personne et la société en tant qu'entité.

Il est important de préciser que le coming out n'est pas une décision unique, prise une fois pour toutes. Il s'agit plutôt d'une série ininterrompue de décisions qui commence en règle générale à l'adolescence, au moment où quelqu'un reconnaît l'attirance qu'il éprouve pour le même sexe et où il l'accepte. Chaque fois qu'ils / elles rencontrent une nouvelle personne, les homosexuel(le)s doivent décider d'effectuer ou non un nouveau coming out.

La puberté est un moment crucial dans le développement d'un être humain. Alors que les adolescents hétérosexuels expérimentent pour la première fois de leur vie leur sexualité et les sentiments romantiques avec des représentants du sexe opposé, les jeunes homosexuels se sentent mis à l'écart. La pression sociale concernant les rôles de genres est extrêmement forte à cette période de la vie et ceux et celles dont l'identité ne correspond pas au modèle ont l'impression qu'ils n'ont pas de place dans le monde qui les entoure quotidiennement et se sentent seuls, perdus, « anormaux ». Ces ressentiments peuvent même, dans certains cas, conduire au suicide. C'est souvent à partir de ce moment-là en tous cas que les gays et les lesbiennes sont obligés de choisir entre cacher leur homosexualité, quitte à mener une double vie, et un coming out public.

Quelques informations

Ce processus du coming out est influencé par une série de variables : sexe, origine ethnique, environnement (urbain ou rural), valeurs et comportements du groupe social dont le sujet est issu et qualités individuelles.

La façon dont les filles et les garçons sont préparés à une vie sociale dans des rôles de sexes traditionnels influence notablement leur coming out. De nombreux conseillers constatent ainsi que les filles découvrent souvent leur penchant vers le même sexe après une amitié particulièrement intime ou romantique avec une autre fille alors que les garçons ressentent ceci plutôt après la découverte d'émotions ou d'expériences sexuelles plus explicites.

Les modèles d'identification pour les lesbiennes, les homosexuels et les bisexuels sont peu nombreux en général, mais ce problème est encore plus complexe pour les personnes d'origine étrangère. En effet, il n'existe pratiquement pas de personnages de la vie publique issus de minorités ethniques qui vivent ouvertement leur homosexualité et auxquels de jeunes gens pourraient s'identifier. Chez les homosexuels et les lesbiennes – par ailleurs nombreux – appartenant à ces minorités, cela contribue à aggraver

le manque d'estime de soi et le sentiment d'isolement. En tant qu'homosexuel / lesbienne et, en même temps, membre d'une minorité ethnique, la personne prend à double titre un statut socialement minoritaire. Une lesbienne de couleur doit, par exemple, à la fois se battre contre l'influence du racisme, du sexisme et de l'hétérosexisme.

Il existe en outre une différence entre le statut minoritaire lié à l'orientation sexuelle et celui lié à l'origine ethnique. Les gays et les lesbiennes naissent et grandissent dans des familles qui non seulement ne pouvaient pas prévoir leur penchant sexuel, mais qui réagissent souvent à cette évolution par l'expression de sentiments négatifs (peur, dégoût, haine, culpabilité). En fait, les parents d'homosexuels doivent faire le deuil de la vie hétérosexuelle qu'ils avaient imaginée pour leur enfant. Un enfant appartenant à une minorité ethnique, en revanche, partage cette différence avec sa famille, qui peut même montrer une fierté particulière d'appartenir à ce groupe : elle soutient alors l'enfant et renforce son estime de soi.

Ce que cela veut dire pour moi

Educateurs et conseillers doivent être conscients que le coming out est à la fois un choix personnel et un processus continu. Il est donc important de considérer avec respect la décision d'un individu, fût-il jeune. Pour fournir le soutien approprié, il est préférable d'instaurer une relation sécurisante et empathique, dans laquelle l'adolescent se sentira libre d'exprimer ses besoins. Il doit être soutenu et encouragé à prendre en charge ses émotions et l'identité qu'elles construisent.

Il est important de respecter les sentiments de l'adolescent(e) et d'accepter chacun(e) tel(le) qu'il / elle est. Conseillers et éducateurs doivent accepter, sans les remettre en question, les définitions que le sujet donne de lui-même. Il faut aussi garder à l'esprit que certaines personnes ont des relations sexuelles avec des personnes du même sexe sans se désigner eux-mêmes comme homosexuels. Il est donc important de comprendre ce qu'elles veulent dire avec les mots qu'elles choisissent pour se définir, et pourquoi, par exemple, elles ne s'identifient pas comme homosexuelles.

Quelques pistes de réflexion

- Demandez-vous ce que vous pensez des adolescents qui avouent leur homosexualité dans la salle de classe. Demandez-vous si vous pensez que c'est important pour eux, si cela vous fait peur, si vous soutiendriez un élève dans cette situation.
- Un(e) élève ne devrait pas être poussé(e) à se révéler à ses camarades de classe. Ce doit être une décision personnelle de l'adolescent, car elle modifiera profondément sa vie.
- Tenez compte des difficultés particulières auxquelles sont confrontées des personnes ayant grandi dans un environnement culturel différent du vôtre pendant le processus du coming out.
- Demandez-vous comment, selon vous, vos élèves pourraient réagir au coming out d'un(e) camarade de classe, quelle serait alors l'atmosphère dans la salle de classe. Un élève homosexuel ou une élève homosexuelle oserait-il / elle montrer ouvertement son homosexualité ?
- Si vous pensez-vous que, dans votre pays ou dans votre ville, le coming out ne représente plus un problème, pourriez-vous dire qui sont alors les 5 – 8% d'élèves homosexuel(le)s qui, selon les statistiques, étudient probablement dans votre école ?
- Pouvez-vous comprendre pourquoi vos élèves réagissent éventuellement de façon négative à ce sujet ? Pensez au fait qu'ils sont occupés à construire leur propre identité sexuelle et que cela les perturbe lorsqu'ils sont confrontés à quelqu'un qui ne respecte pas les normes de la majorité.

Suggestions pédagogiques

« Moi / pas moi »

Objectif : Ce jeu doit permettre d'expérimenter les sentiments de quelqu'un qui appartiendrait à une minorité, et d'y trouver des similarités et des différences avec l'appartenance à la majorité.

Description : Préparez une liste de mots avec des questions commençant par qui, par exemple : Qui a fumé au moins une fois dans sa vie ? Qui a déjà pris le bus sans payer ? Qui a déjà embrassé un garçon ou une fille ? Qui connaît une lesbienne ou un homme homosexuel ? Qui rentrerait dans un bar lesbien ? Qui irait dans une boîte de nuit gay ? On peut ainsi préparer une série de questions portant sur l'amour, le couple et la sexualité. Sur deux murs opposés de la pièce, on accroche deux feuilles de papier où sont inscrits pour l'un le mot « moi » et pour l'autre les mots « pas moi ». Les participants marchent dans la pièce et, à chaque question posée, doivent se ranger d'un côté ou de l'autre de la pièce. Les participants doivent donc se séparer à chaque question en deux groupes, « moi » et « pas moi ». Chacun observe alors qui est de son côté, qui est en face, et doit porter une attention particulière à ce qu'il / elle ressent dans cette situation. Ensuite les élèves se remettent à marcher et se rangent à nouveau à la question suivante. Il n'est pas autorisé de rester au milieu, sachant que l'on aura auparavant prévenu les élèves que les réponses pourraient être difficiles. On demande aux participants de ne pas parler ou faire le moindre commentaire pendant le jeu. Il doit permettre de donner une idée des conséquences engendrées par la réponse que l'on fait à une question particulière et d'observer la répartition des personnes entre les deux murs. Il est important de préciser aux participants qu'ils ont le droit de mentir. Personne n'est obligé de se dévoiler. La dernière question sera donc : « Avez-vous menti une ou plusieurs fois dans vos réponses à ce jeu ? ». Ensuite, au cours d'une discussion en groupe, les élèves peuvent dire ce qu'ils ont ressenti pendant le jeu, s'ils ont remarqué quelque chose ou ont été surpris à certains moments par leurs réponses, leurs sentiments, etc.

Commentaire critique: Dans ce jeu les élèves peuvent expérimenter la situation des gays, lesbiennes et bisexuels qui doivent souvent dissimuler une part importante de leur vie. Il est important que l'enseignant ou l'adulte accompagnant participe aussi au jeu et le termine en répondant « oui » à la dernière question, « Qui a menti au moins une fois au cours de ce jeu ? ». Si l'adulte ne le fait pas, il y a en effet fort à parier qu'aucun élève n'osera avouer avoir lui-même menti.

Le jeu des célébrités

Objectif : Découvrir pourquoi des personnes sont intéressées par l'orientation sexuelle d'autres personnes.

Description : Les élèves doivent identifier des célébrités (stars du rock, comédien(ne)s, politicien(ne)s, etc.), dont ils / elles savent ou pensent qu'ils / elles sont homosexuels ou bisexuels. D'où tiennent-ils ces informations ? Peut-on les croire ? La carrière de ces célébrités a-t-elle été touchée après que leur identité sexuelle ait été rendue publique ? Était-ce la propre décision de ces personnes de « s'outter » publiquement ? Pourquoi cela intéresse-t-il les élèves ?

Commentaire critique : L'enseignant(e) n'a pas à savoir si la célébrité citée est réellement homosexuelle ou non. Cet exercice se rapporte plutôt aux circonstances dans lesquelles quelqu'un a appris (ou pense savoir) que quelqu'un est homosexuel et pourquoi cela est considéré comme important pour les autres. Il faut impérativement attirer l'attention sur le fait que cette méthode ne sert PAS à « outter » les célébrités et faire du voyeurisme.

« Imaginons-nous ... »

Objectif : Comprendre pourquoi le processus du coming out peut être très difficile pour les lesbiennes, gays et bisexuels.

Description : Les élèves se répartissent en groupes de trois non mixtes. Dans ces petits groupes, ils / elles doivent s'imaginer ceci : qu'est-ce qui changerait dans leur vie s'ils / elles étaient gays ou lesbiennes ? Laisser le temps aux petits groupes de réfléchir et de discuter cette question. Comment réagiraient-il / elles ? Comment leurs amis réagiraient-ils ? S'agit-il d'idées positives ou négatives ? Pourquoi ? Pourquoi pas ?

Commentaire critique : Cette méthode peut être très désagréable pour des élèves homosexuel(le)s, en particulier s'ils / elles ne se sont pas « out », cette méthode doit donc être appliquée avec précaution. Si quelqu'un a des difficultés pour s'imaginer qu'il / elle est homosexuel(le), dites-lui qu'il / elle s' imagine que la majorité est homosexuelle et que seules quelques personnes sont hétérosexuelles. Qu'est-ce que cela signifierait alors pour la minorité hétérosexuelle ?

On peut compléter cet exercice par la lecture d'un extrait d'autobiographie d'un(e) auteur(e) homosexuel(le).

Veillez également lire les questions concernant les secteurs de l'orientation et de l'assistance.

Comment un adolescent, fille ou garçon, découvre-t-il qu'il n'est pas hétérosexuel ?

La majeure partie des gays, lesbiennes et bisexuels le constatent de la même manière que les hétérosexuels constatent qu'ils se sentent attirés par des personnes du sexe opposé. Cette prise de conscience a lieu plus tôt qu'on le pense, souvent entre 12 et 15 ans, au moment de la puberté. Mais certaines personnes le réalisent beaucoup plus tard, particulièrement lorsque ces sentiments sont refoulés au moment de l'adolescence.

Comment l'environnement réagit-il au coming out d'une personne ?

Il n'y a pas de réponse claire et nette à cette question car chaque situation est unique et spécifique. Si une jeune lesbienne ou un jeune gay pense que l'homosexualité est quelque chose rien de honteux, il y a de grandes chances que cette homophobie intériorisée vienne de sa famille ou de son environnement, qui se montre peu compréhensif. Un coming out dans un tel contexte entraînerait probablement des réactions hostiles de la part de l'entourage du sujet concerné. À l'inverse, si le sujet est ouvert et visible à l'aise avec son homosexualité, il y a de fortes chances pour que l'entourage réagisse positivement au coming out.

Pourquoi quelqu'un est-il / elle homosexuel, lesbienne ou bisexuel(le) ?

Jusqu'à présent, il n'existe pas de réponse scientifique exacte à cette question. L'explication la plus souvent avancée est de l'ordre d'une prédisposition génétique associée aux influences sociales. Mais aucune certitude n'est permise en la matière. Il semble que l'orientation sexuelle soit le résultat d'un mélange complexe entre des facteurs biologiques, psychologiques, sociaux et culturels. On peut, en outre, se demander pourquoi trouver les causes de l'homosexualité devient une telle obsession pour certains et pourquoi on ne s'acharne pas autant à trouver les causes de l'hétérosexualité...

Comment dois-je traiter un(e) adolescent(e) qui fait son coming out dans la salle de classe ?

Il arrive rarement qu'un(e) adolescent(e) fasse son coming out dans la classe. Dans une telle situation toutefois, il serait très utile d'en parler aussi librement que possible pendant les cours. Il faut, au préalable, demander à l'élève homosexuel(le) s'il ou elle est d'accord. Si vous traitez ce sujet en classe, ne vous référez pas directement à l'élève qui a avoué son homosexualité mais restez dans la généralité. Élargir la connaissance des gens au sujet des homosexuels, lesbiennes et bisexuel(le)s est la seule possibilité d'en finir avec leur mise à l'écart.

« Mark, je te parle ! » Sa mère le retient par la manche.

« Tu sais quoi? C'est vraiment super génial de vivre dans cette banlieue pourrie! » Mark a la mâchoire serrée en disant ces mots. S'arrachant à sa mère, il court s'enfermer dans sa chambre.

Il faut que je pense à autre chose. Faire mes devoirs de maths, ou peut-être appeler Mareike. Irene pense que j'ai une touche avec elle. Alors...

Il fixe le téléphone des yeux, compose le numéro de Mareike, entend sa voix et raccroche immédiatement. Il bat en retraite vers sa chambre et s'y enferme à nouveau.

Il se revoit à la fin de la compétition. Jan lui sourit et le prend dans ses bras. Une bise à droite, une à gauche, c'est comme ça qu'on se dit au revoir dans le groupe. Mais le cœur de Mark se met à battre la chamade, tout son corps est comme parcouru de frissons quand il sent celui de Jan si près de lui. J'ai complètement perdu les pédales, pense Mark, désespéré. Un mec devrait pas pouvoir me chauffer comme ça. C'est la voix de Mareike, pas le fait qu'il me prenne dans ses bras qui devrait me faire cet effet-là. Il ne faut plus que j'aille au lycée. Je dois éviter de voir Jan.

« Mark, est-ce que je pourrais te voir après la classe? » La goutte d'eau qui fait déborder le vase. Que sa mère ait reçu hier une lettre du lycée, lui disant qu'en raison de nombreuses absences injustifiées, Mark ne pourrait peut-être pas passer dans la classe supérieure, ça, ça craignait déjà à fond. Mais maintenant, en plus, le prof veut le voir.

Mark a déjà une petite idée de ce qu'il lui veut.

Il n'aurait pas dû crier sur Jan, et encore moins le repousser aussi violemment. Le fait que Jan l'ait serré si fort contre lui quand ils avaient gagné ne justifiait absolument pas sa réaction. Mais le pire, c'était l'expression sur le visage de Jan quand il l'a regardé, après, et qu'il a tourné les talons. Rien que d'y repenser, il en a la nausée. Mark passe l'heure entière à fixer la chaise vide de Jan, et il n'arrive pas à remettre de l'ordre dans ses idées. Cela fait des semaines que le visage de Jan hante ses rêves, lui donne le souffle court, et que son cœur bat plus vite en le voyant.

« Il faut qu'on parle, et maintenant. » Dit le professeur à Mark. « Depuis que l'année scolaire a commencé, tu as complètement changé. Tu sèches les cours, tu ne laisses personne s'approcher de toi, et maintenant, il y a cette histoire. J'aurais plutôt pensé que tu serais heureux d'avoir un autre nageur dans ta classe, et que toi et Jan deviendriez les meilleurs amis du monde.

– C'est peut-être un super nageur, mais ça ne suffit pas. Je ne veux pas qu'il se colle à moi comme ça.

– Mark, présente tes excuses à Jan. » Le prof regarde Mark, songeur.

« Ce n'est pas parce qu'il t'a pris dans ses bras que Jan est homo. Et même s'il l'était, je ne veux pas voir d'homophobie dans ma classe, pas plus que je ne tolérerais les autres formes de discrimination. »

Homophobie, homophobie... Le mot résonne dans la tête de Mark, et soudain il se met à pleurer.

« Mais enfin, qu'est-ce qu'il y a? » La voix de M. van der Kolk est interdite.

Il pose sa main sur l'épaule de Jan, doucement. « Tu as toujours été un élève réfléchi. Par ailleurs, je ne peux pas croire que tu sois homophobe. Jan a déjà assez de problèmes à s'intégrer dans cette nouvelle école. Et il t'aime bien, ça se voit tout de suite. Mark, je veux que tu t'expliques devant la classe entière. Tu dois affronter tes responsabilités, est-ce clair? »

(A suivre)

Jan t'aime bien, c'est toi que Jan aime bien. La voix du professeur égrène dans la tête de Mark cette phrase dans tous les sens.

« Mark ?

– Je peux pas faire ça » la voix de Mark tremble.

« Alors, il faudra que tu en parles au conseiller psychologique du lycée. Cette histoire avec Jan, tes absences, il faut que tirer tout ça au clair. Et vite. »

Le psy du lycée a l'air sympathique. « J'ai insulté et repoussé un camarade de classe. C'est pour ça que je suis ici. »

M. de Vries hoche la tête. « Que s'est-il passé ? » demande-t-il quand Mark a fini de parler.

« Pourquoi est-ce qu'il se sent obligé de me tripoter comme ça quand je gagne ? » s'exclame Mark. « Si seulement il avait pas laissé ses mains se balader comme ça. » Mark s'arrête, désespéré.

« C'est parce qu'il t'a pris dans ses bras que tu t'en es pris à lui? »

Mark hoche la tête sans dire un mot.

« Peut-être que c'était important pour Jan de te montrer à quel point il était fier de ta performance, parce qu'il t'aime bien. Il n'y a là rien de surprenant, n'est-ce pas, Mark? »

– Non » hurle Mark en s'élançant vers la porte. « C'est pas normal, c'est dégoûtant »

Personne ne sait ce qu'il est en train de vivre. Peter et Freek n'hésiteraient pas une seconde à lui casser la gueule si jamais... Mieux vaut ne pas y penser. Il doit encore faire dix séances avec le psychologue de l'école – c'est ce qu'il a promis à M. van der Kolk.

M. de Vries l'accueille d'un « content de te revoir » chaleureux.

Mark le salue d'un signe de tête. Comment peut-il faire comprendre au conseiller qu'il rêve de Jan la nuit, qu'il a même des érections en pensant à lui, et qu'en même temps il voudrait par dessus tout se débarrasser de lui?

« Ici, tu peux dire ce que tu veux, même si ça t'a l'air complètement bizarre ou choquant » dit M. de Vries calmement, et ses paroles pénètrent dans le chaos des pensées de Mark.

« Moi-même, je ne comprends pas ce qui se passe. Je ne voulais pas faire de mal à Jan, mais... » Mark essuie nerveusement ses larmes avec la manche de son pull.

« Mais tu ne sais pas où tu en es avec lui ? » La question du psy est presque une affirmation.

Mark lui jette un coup d'œil. Comment a-t-il compris ça ? « Je pense à lui tout le temps » la phrase lui échappe si soudainement qu'il n'a pas le temps d'y penser.

« Tu l'aimes tellement que ça te fait peur, c'est ça? »

– Oui » murmure Mark, au bord des larmes. Enfin, ça y est, il l'a dit à quelqu'un. Il lève les yeux vers le conseiller. Il a toujours l'air aussi sympathique.

« Tu sais, tu n'es pas seul à tomber amoureux d'autres garçons, Mark. »

– Vous vous fichez de moi, là?

– Je sais combien il est difficile de parler de ses sentiments envers d'autres garçons.

Mais tu n'es pas seul. Il y a beaucoup d'associations de jeunes gays et lesbiennes ici, à Amsterdam. Je suis sûr qu'ils seraient heureux de te rencontrer. Tu veux peut-être prendre leur brochure « Boys who fancy boys » (« quand des garçons aiment d'autres garçons ») ? Il suffit de les appeler. Penses-y, Mark, d'accord? Si tu as besoin de moi, n'hésite pas à appeler, d'accord? »

Mark n'ose pas regarder M. de Vries dans les yeux. Mais il hoche la tête.

Fin

Orientation et assistance

Quelques pistes de réflexion

- Comment évaluez-vous les effets de la discrimination sur un adolescent ou une adolescente homosexuel(le) ? Que signifie pour lui ou elle d'éprouver une attirance pour des personnes du même sexe dans son contexte culturel et personnel ?
- Que pensez-vous du terme « orientation sexuelle » ? Est-ce que, pour vous, « orientation » signifie « penchant », « identité », « catégorie » ou « comportement » ou un peu tout cela à la fois ?
- Ecoutez-vous vous-même lorsque vous parlez d' « homosexualité ». Combien de fois mélangez-vous les notions citées ci-dessus et combien de fois faites-vous attention à leur utilisation précise ?
- Comment traiteriez-vous, par exemple, un garçon qui a des relations sexuelles avec d'autres garçons et qui se considère lui-même, malgré cela, comme hétérosexuel ? Considéreriez-vous que c'est un garçon homosexuel qui ne s'accepte pas ou que c'est quelqu'un qui cherche sa propre identité ?
- Ceux et celles qui travaillent avec des adolescents connaissent éventuellement les problèmes auxquels ceux-ci sont confrontés, dans une culture occidentale, lorsqu'ils découvrent leur homosexualité, mais qu'en est-il pour les jeunes gays et lesbiennes appartenant à une minorité ethnique ?
- Quel est votre opinion personnelle vis à vis du processus du coming out ? Le considérez-vous comme important ? Comment réagissez-vous face à un(e) adolescent(e) homosexuel(le) qui a peur du coming out ?

Orientation et assistance

Suggestions pédagogiques

« Un homosexuel est ... »

Objectif : L'homophobie est souvent intériorisée par les homosexuels et bisexuels des deux sexes. Cette réaction les empêche de se sentir en harmonie avec leur propre identité et les force à cacher leur homosexualité aux autres, à n'importe quel prix. Cette défense de l'individu contre ses propres sentiments doit être analysée pour être atténuée.

Description : Proposez à l'adolescent(e) de formuler la phrase suivante à voix haute : « un homosexuel est... » et de compléter la phrase avec tout ce qui lui passe par la tête. L'adolescent(e) répète la phrase plusieurs fois jusqu'à ce qu'une série de déclarations soit formulée. Cette formulation permet alors d'analyser les clichés et préjugés que la personne a intériorisé. Par exemple la déclaration : « Un homosexuel est efféminé, c'est dégoûtant ».

Commentaire critique : Avant de faire cet exercice, il faut instaurer une relation de confiance avec la personne, afin que celle-ci se sente assez bien pour oser être sincère. Il est utile d'insister préalablement sur le fait que chaque phrase que la personne prononcera sera acceptée.

Les deux chaises

Objectif : Cet exercice doit permettre d'analyser les raisons pour lesquelles une personne se décide pour ou contre un coming out.

Description : Posez une chaise devant l'adolescent(e) et demandez-lui de s'imaginer qu'une partie de lui / d'elle y serait assis(e) : la partie de lui-même ou d'elle-même qui souhaite vivre ouvertement son homosexualité. La personne doit alors s'adresser à cet alter-ego. Ensuite, elle s'assoit sur la chaise, prenant la place de cet alter ego et essaie alors d'expliquer comment l'on se sent après avoir entendu le discours de l'autre partie du Soi.

Commentaire critique : Assurez-vous que le client / la cliente considère aussi bien le côté positif que le côté négatif d'un possible coming out. Cet exercice est conseillé lorsque la personne a déjà exploré les aspects cognitifs liés au coming out, mais lorsque cela représente encore un problème pour elle d'assimiler les aspects émotionnels. Il ne s'agit donc pas d'un exercice de départ.

« Faire son coming out dans la famille »

Objectif : Se confronter au Coming Out dans la famille.

Description : Un gay ou une lesbienne doit s'imaginer avouer son homosexualité à la famille. Comment le ferait-il / elle ? Que dirait-il / elle ? Comment s'imaginer-t-il / elle la réaction de ses parents ? Comment réagirait-il / elle ? Comment se sent-il / elle lors de cet exercice ?

Commentaire critique : N'essayez pas de convaincre le consultant de faire un coming out. Même si cet exercice était une bonne expérience pour lui / elle, cela doit malgré tout être sa propre décision. Cet exercice se limite aux aspects cognitifs. Le conseiller / la conseillère doit agir avec précautions et aider la personne qui consulte à reconnaître ses propres sentiments.

Orientation et assistance

Questions / réponses

Veillez également lire les questions concernant le domaine de l'éducation.

Que se passe-t-il si un(e) adolescent(e) demande s'il / elle est homosexuel(le) ou s'il existe un moyen de reconnaître les homosexuels ?

Tout comme les hétérosexuel(le)s, les homosexuel(le)s forment un groupe hétérogène. L'homosexualité ne peut donc pas se lire dans des caractéristiques physiques ou personnelles. Le conseiller / la conseillère doit demander à l'adolescent(e) ce qu'il / elle ressent, ce qu'il / elle pense, pour bénéficier d'un soutien sans un jugement ni réponses préfabriquées. Il peut en outre être utile de lui demander s'il / elle a peur d'être gay ou lesbienne et, si c'est le cas, ce qui déclenche cette peur.

Choisit-on d'être homosexuel ?

Etre homosexuel(le) n'est pas un choix que l'on fait ; une personne homosexuelle peut uniquement décider s'il / elle vit ouvertement son homosexualité ou non.

Les parents jouent-ils un rôle dans le développement de l'homosexualité de leurs enfants ?

Non, certainement pas, et de toutes façons l'homosexualité d'un enfant n'est pas quelque chose de honteux, dont il faille absolument chercher les responsables. En revanche la famille peut influencer la manière de laquelle il ou elle vivra avec sa propre sexualité, en renforçant son amour propre et en encourageant son indépendance sexuelle, par exemple. Dans la plupart des cas, les gays et lesbiennes naissent dans des familles hétérosexuelles et les enfants de couples homosexuels sont hétérosexuels à 90 %.

Comment dois-je réagir avec, par exemple, un garçon qui a des relations sexuelles avec d'autres garçons et qui se définit malgré cela comme hétérosexuel ?

L'orientation sexuelle se compose d'une attirance érotique, du fait d'être amoureux, d'une auto-définition et d'une préférence sociale. La plupart du temps, ces aspects sont contradictoires les uns par rapport aux autres. Chez très peu de gens, ils sont axés exclusivement sur un sexe. Il existe des gens qui ont des relations sexuelles avec des personnes du même sexe et qui ne se considèrent pas eux-mêmes comme homosexuels. Le conseiller / la conseillère doit accepter la définition que la personne fait d'elle-même sans la remettre en question, mais il / elle doit également essayer de comprendre les idées sur lesquelles est basée cette auto-définition. Par exemple, une auto-définition en tant que gay ou lesbienne peut être un non-sens dans certaines cultures, dans lesquelles la notion d'orientation sexuelle n'est pas théorisée.

« Alors j'ai dit à ma meilleure amie que je ne me sens attirée que par les femmes. Cela me semblait tellement difficile de lui dire que je suis lesbienne, et en même temps, cela m'a soulagée énormément. Aujourd'hui encore, cela peut être difficile de le dire, mais maintenant je sais que cela simplifie la vie. »

Ours

S'orienter dans la diversité.
Comprendre les différences culturelles et sexuelles des adolescents

Editeur

Ministerium für Gesundheit,
Soziales, Frauen und Familie des
Landes Nordrhein-Westfalen,
D-40190 Düsseldorf

Version Internet

www.diversity-in-europe.org

Auteurs

Pascal Belling, Flora Bolter,
Peter Dankmeijer, Martin Enders,
Margherita Graglia, Karen Kraan,
Stefan Timmermanns,
Wolfgang Wilhelm.

Auteure des Histoires

Adriana Stern.

Evaluation

Floor Bakker, Ine Vanwesenbeeck
(Rutgers Nisso Groep).

Les droits pour tous pays appartiennent à l'éditeur. La reproduction partielle ou totale est autorisée avec mention de la source.

Produit avec la contribution du Programme de lutte contre la discrimination de la Communauté Européenne.

Düsseldorf, août 2004