

## 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).

## Suggestions pédagogiques

### « Love Story »

Objectif : étudier la représentation des relations entre gays ou lesbiennes dans les médias pour éclairer les élèves sur l'influence de ceux-ci sur l'opinion publique.

Description : Trouver un exemple d'histoire d'amour homosexuelle évoquée dans un magazine destinés aux jeunes (demandez aux adolescents d'apporter un exemple pour le cours ; s'ils n'en trouvent pas, on pourra aussi utiliser des photos de couples d'hommes et de femmes extraits d'une publicité). Analysez le contenu de l'histoire de façon critique et discutez-en en classe. Pourquoi raconte-t-on une histoire d'amour ? Pourquoi l'utilise-t-on dans les médias ? Comment les relations homosexuelles sont-elles représentées dans l'exemple étudié ? Quelles informations sur les gays, les lesbiennes et leurs relations cette histoire transmet-elle ? Quels clichés utilise-t-elle ?

Commentaire critique : Cet exercice est destiné à des adolescents de plus de 14 ans. Il se laisse bien intégrer dans une série de leçons sur les médias et le journalisme, qui inviterait à analyser leur fonction et leurs formes d'expressions. Qui écrit pour les magazines ? Comment ? D'où proviennent les informations qui y sont délivrées ? Qu'est-ce qui distingue le « bon » journalisme du « mauvais » ? Si les adolescents critiquent l'exemple choisi, parce qu'ils la jugent trop conventionnelle ou porteuse de clichés, ils peuvent aussi développer leur propre histoire.

### Hétéro, homo, bi : le jeu des clichés

Objectif : Démasquer les clichés, comparer différentes formes de relations de couples.

Description : Divisez les participants en petits groupes et distribuez à chacun une feuille avec les catégories suivantes : relations homme-femme, relations entre deux hommes, relations entre deux femmes. Travaillant en équipes, les adolescents doivent examiner les « avantages » et les « inconvénients » de ces situations conjugales ainsi que les clichés généralement véhiculés pour chacune d'entre elles. Les résultats doivent être mis par écrit et discutés dans le cadre d'un débat.

Commentaire critique : Cet exercice est fait pour les adolescents de plus de 14 ans, afin qu'ils aient déjà expérimenté ou observé chez les autres des liaisons sentimentales. Le ou la professeur(e) peut approfondir les réponses des adolescents en leur demandant d'étayer leurs affirmations par des exemples qu'ils ont eux-même observés. Les clichés doivent être remis en question afin d'expliquer les limites de la perception courante de ces situations de couple.

## Photos de famille

Objectif : Reconnaître qu'il existe différentes formes de familles.

Description : On détermine plusieurs familles avec des noms de la même sonorité (Dupuis, Dupont, Durand, etc.). Toutes ces familles comptent le même nombre de membres (père, mère, fils, fille, etc.). Chaque élève reçoit une carte avec une identité donnée (mère Dupuis, fils Dupont, etc.). Ils retiennent leur identité et rendent les cartes. Lorsque le signal de départ est donné, les membres de chaque famille doivent se rassembler et se positionner pour une photo de famille. Chaque famille pose devant les autres, et les élèves en dehors du groupe peuvent ensuite essayer de deviner qui a quel rôle dans cette famille. Puis, on effectue un deuxième tour, pour lequel quelques cartes sont modifiées sans que les participants ne le remarquent. Certaines familles ont à présent deux mères ou deux pères, d'autres sont des familles avec un seul parent, dans une autre on pourra encore intégrer un ancien amant ou maîtresse d'un parent... Le jeu s'achève par une discussion qui peut partir des questions suivantes :  
Qu'as-tu ressenti lorsque tu as remarqué qu'il y avait deux mères ou deux pères dans ton groupe ? Connais-tu quelqu'un qui habite avec deux mères ou deux pères ? Qu'est-ce qu'une famille ? Qu'est-ce qui est important dans une famille ? Quelles formes de cohabitations connais-tu ? Qu'est-ce qui fait que tu te sens chez toi ? Comment aimerais-tu vivre plus tard ?

Commentaire critique : Cet exercice convient aux élèves de plus de 11 ans. Il est très important que les adolescents ne remarquent pas que les identités sur les cartes ont changé dans la deuxième ronde. Pour qu'ils ne le découvrent pas, un deuxième jeu de cartes doit être préparé. Dans la deuxième ronde, il se peut que les adolescents se montrent d'abord troublés par ce fait et pensent que le maître/la maîtresse a fait une faute en recopiant les cartes (par ex. « Vous avez mis trop de mères dans un groupe ! »). Il est recommandé de laisser se prolonger la période d'irritation un moment avant d'expliquer que ceci était voulu.

## Suggestions pédagogiques

### Définir la normalité

Objectif : Expliquer la relativité des notions de « normalité » et d'« anormalité », in-group et out-group ainsi que discuter des dangers qu'il y a à traiter quelqu'un comme un exclu.

Description : Rassemblez une série d'images d'hommes et de femmes qui peuvent être classifiés comme « normaux » ou « différents ». Demandez aux adolescents de mettre les images dans un ordre de continuité allant de « normal » à « différent ». Discutez où est la frontière entre « normal » et « anormal ». En règle générale, chaque personne place cette frontière à un endroit différent : discutez donc de cette relativité avec les élèves. Conduire ensuite la discussion dans le sens d'une définition de « normal », « anormal » et « différent ». Expliquez les notions de in-group, out-group, insider (inclus dans le in-group) et outsider (exclu du in-group). Ces modèles sont tous subjectifs. Lorsque nous définissons qui est un insider et appartient au in-group, nous excluons automatiquement d'autres personnes. Discutez les répercussions de l'exclusion et la manière dont on peut s'accommoder des différences avec respect, y compris des différences en matière d'orientation sexuelle.

Commentaire critique : Cet exercice est adapté aux adolescents qui sont capables de prendre de la distance par rapport à leur propre point de vue, ainsi que pour les adolescents qui sont habitués à argumenter d'un point de vue individuel. Les adolescents ayant grandi dans des cultures « collectives », ressentiront cet exercice comme difficile et observeront les réactions des autres. Pour parer à cela, la discussion peut se concentrer davantage sur des groupes ou des opinions culturelles différents.

### « Egayez » vos cours

Objectif : Intégrer les thématiques lesbiennes, gays et bisexuelles dans les cours généraux donnés en classe.

Description : Efforcez-vous d'intégrer dans votre cours régulier, quelle que soit votre matière, des références à des personnes homosexuelles ou bisexuelles. Dans un exercice de mathématiques, vous pouvez utiliser l'exemple de deux femmes qui vivent ensemble et doivent calculer la quantité de carrelage dont elles ont besoin pour rénover leur salle de bain. Mentionnez dans la mesure du possible des figures homosexuelles de l'Histoire ou des exemples culturels de modes de vie lesbiens, gays et bisexuels (voir aussi la brochure « Histoire et Culture »). Dans le cours de formation à la santé, vous pouvez développer les aspects positifs et négatifs du développement de l'identité et de l'estime de soi lorsque les garçons gays et les filles lesbiennes font face aux questions du coming out.

Commentaire critique : Cette sorte d'intégration n'est possible que lorsque votre école considère déjà l'homosexualité comme « normale ». Sinon, il y aura un vrai soulèvement dans votre classe si vous mentionnez de tels exemples. Cela nécessiterait une discussion particulière. En règle générale, on doit mener au début une discussion générale sur l'homosexualité avant de pouvoir utiliser des exemples concrets.

## Le jeu des étiquettes

Objectif : Étudier les mécanismes de la formation de préjugés et déterminer dans quelle mesure « l'étiquetage » des individus accentue un comportement stéréotypé.

Description : Collez une étiquette avec un préjugé (par ex. « fainéant », « grossier ») sur le dos de tous les participants. Les porteurs d'étiquette n'ont pas le droit de savoir ce qui est écrit sur leur propre étiquette. Les adolescents peuvent voir les étiquettes des autres personnes, mais n'ont pas le droit de leur en transmettre le contenu. Ensuite, tous les participants doivent effectuer une tâche communautaire simple (par exemple le groupe doit choisir une recette et préparer un repas. Ils doivent décider qui fait les courses, qui prépare à manger, qui doit nettoyer, etc.). Durant cet exercice, ils doivent réagir les uns par rapport aux autres comme s'ils « étaient » tels que le préjugé le prétend sur leur dos, toujours sans se dire les uns les autres ce qui est effectivement écrit. Mettez fin à l'exercice au bout de quelques minutes et discutez des répercussions observées. En règle générale, les participants sont très frustrés et beaucoup commencent à se comporter conformément à leur étiquette par obstination contre les fausses attributions des autres. C'est ainsi que fonctionnent les préjugés. Élargissez la discussion sur les préjugés liés à l'orientation sexuelle.

Commentaire critique : Cet exercice fonctionne mieux lorsque les adolescents se connaissent et se font un minimum confiance. Avec de nouveaux groupes, il y a un risque d'absence de respect et d'offenses involontaires. Ne faites pas porter les préjugés les plus négatifs aux personnes qui sont déjà mis à l'écart dans le groupe d'adolescents.

## Suggestions pédagogiques

### Parler de normalité

**Objectif :** L'objectif est de déterminer la perception statistique, légale et morale de la normalité pour démontrer que cette notion est un concept aussi relatif qu'historique. L'autre but de cet exercice est de rappeler aux adolescents que, dans le passé, l'homosexualité était considérée comme une maladie, que différentes cultures dans le monde pensent encore ainsi et que cela gêne la santé psychique et physique des individus concernés qui vivent dans ces cultures.

**Description :** Chaque garçon et chaque jeune fille doit remplir un questionnaire dans lequel sont décrits certains comportements (par exemple masturbation, mariages homosexuels, refus de manger du porc, maladies, etc.). Chaque garçon et chaque jeune fille doit expliquer pourquoi ces attitudes sont normales ou anormales.

**Commentaire critique :** Il s'agit ici d'un exercice introductif.

### Réfléchir sur la notion de santé

**Objectif :** A l'aide de cette technique, le groupe est invité à étudier le thème de la santé et de sa signification. Soulignez que la « santé » ne concerne pas uniquement les besoins du corps, mais aussi la qualité de la relation de l'individu de celui-ci avec son environnement et sa capacité à résoudre ses problèmes. Un stigmaté, donc une sorte de « marquage au fer rouge », peut endommager l'estime de soi et avoir des répercussions sur la santé. Les groupes stigmatisés ont des possibilités sociales plus faibles pour traiter ces problèmes.

**Description :** Demandez à la classe la signification du mot « santé ». Recueillez toutes les réponses et discutez-les en petits groupes et ensuite avec toute la classe.

**Commentaire critique :** Les garçons et filles doivent déjà être familiarisés avec les concepts de « stigmaté » et de « discrimination ».

### Pédagogie socio-affective : « Avons-nous une culture de débat ? »

**Objectif :** Apprendre aux jeunes à exprimer leurs propres sentiments et réfléchir à la manière de traiter les autres, surtout ceux qui sont « différents ». La santé psychique et psychologique dépend en particulier de la manière dont nous sommes capables de traiter les autres personnes.

**Description :** Pour nous sentir bien nous-mêmes et pour développer également une bonne approche de la façon dont il faut traiter les autres, nous devons apprendre comment discuter correctement dans une controverse avec d'autres personnes, pour développer ainsi une culture de débat dans laquelle personne n'est insulté ou méprisé. Le professeur doit demander à la classe s'il est possible « de discuter paisiblement » ; et si c'est le cas, sous quelle forme cela est possible. Un point important dans la discussion devrait être l'utilisation du mot « je » au lieu du mot « tu » dans un débat. Une discussion difficile est entamée dans laquelle les sentiments personnels forment le point de départ, mais les interventions doivent être menées de façon à ce que les autres personnes ne se sentent pas agressées. Il est important que chacun puisse parler librement, sans réserves ni jugement.

**Commentaire critique :** Il s'agit ici d'un exercice introductif.

## *Discussion en groupe*

### **Les répercussions du jugement d'une personne sur son bien-être personnel**

Objectif : Cet exercice traite des répercussions de jugements et d'évaluations socio-spécifiques.

Description : Lisez un extrait du livre de Toni Morrison portant le titre original *The Bluest Eye* (*L'œil le plus bleu*), dans lequel le personnage principal, qui est d'origine africaine, désire avoir des yeux bleus. Demandez au groupe pourquoi cette jeune fille désire avoir les yeux bleus. Les yeux bleus sont-ils mieux que les yeux noirs ? Où a-t-elle appris que les yeux bleus sont plus jolis, plus justes ou meilleurs ? Quelles portes ouvre-t-on avec des yeux bleus ? Quels avantages sont liés à des yeux bleus ?

Commentaire critique : Il peut être utile que les adolescents lisent le livre entier ou bien l'histoire peut également être lue à voix haute pour que l'enseignant(e) puisse en discuter ensuite avec les élèves.

# Éducation

## Suggestions pédagogiques

### **Stéréotypes ethniques**

Objectif : montrer aux participants que les stéréotypes sont caractérisés par l'ethnocentrisme et que les gens ont tendance à allouer à leur propre groupe des caractères positifs et, aux autres, des caractères négatifs.

Description : Prenez deux morceaux de papier cartonné, inscrivez un début de phrase tel que « Il est de notoriété publique que les Marocains sont... ». (ou « ...que les Italiens sont... », « ...que les Néerlandais sont... ») et demandez ensuite aux participants de compléter ces phrases. Les réponses doivent ensuite être discutées en groupe. Dans quelle mesure les réponses données correspondent-elles à des stéréotypes ? Quelle est la fonction d'un stéréotype ? Les stéréotypes sont-ils, en partie, vrais ou justes ? Des stéréotypes sur les gays et les lesbiennes peuvent alors également être mentionnés dans la discussion.

Commentaire critique : Insistez sur le fait que ce sont des stéréotypes et qu'ils peuvent donc par définition être insultants (cela ne va pas toujours de soi). Evitez de prendre comme exemple de stéréotype des pays dont un des participants est originaire.

### **L'appartenance à un groupe**

Objectif : Cet exercice doit montrer clairement que nous appartenons tous à des groupes différents dont certains sont éventuellement stigmatisés. Qu'est-ce que cela signifie, émotionnellement, de faire partie d'un groupe stigmatisé ?

Description : Demandez aux adolescents de réfléchir à quels différents groupes ils et elles appartiennent (par exemple turc, footballeur, scout, etc.). Donnez trois morceaux de papier aux participants et demandez-leur de noter les questions suivantes sur les trois feuilles : « A quels groupes suis-je fier d'appartenir ? », « A quels groupes je ne désirerais pas appartenir ? », « A quels groupes ai-je honte d'appartenir ? » Les feuilles anonymes doivent alors être punaisées au tableau et il faut ensuite en discuter.

Commentaire critique : Pour l'enseignant(e), il est important de créer une atmosphère respectueuse avant de réaliser cet exercice, car de nombreux adolescents peuvent avoir un problème avec la question « A quels groupes ai-je honte d'appartenir ? ». Il est également important de ne pas effectuer cet exercice avec des petits groupes où l'anonymat des réponses ne serait pas garanti.

## « Comment suis-je accueilli(e) ? »

Objectif : Ce jeu permet aux participants d'éprouver des sentiments et réactions typiques qui surgissent lorsque des personnes de différents environnements culturels se rencontrent (par exemple rencontres entre immigrés et la population autochtone, entre hétérosexuels et homosexuels).

Description : Lors de cet exercice, les participants forment un cercle et une personne volontaire doit finalement quitter la salle. Lorsqu'il ou elle revient, les personnes dans le cercle doivent la saluer de la manière prescrite au préalable par le formateur au moyen d'un mot clé (intérêt, indifférence, agressivité, sincérité ...). Différents participants peuvent jouer le rôle du « nouveau venu ».

Commentaire critique : Lors du choix des adolescents qui doivent jouer le rôle du « nouveau venu », il faut veiller à ne pas choisir quelqu'un qui est stigmatisé dans la classe ou qui a des problèmes d'intégration dans le groupe.

## Suggestions pédagogiques

### Remarques préliminaires

L'éducation sexuelle ne doit pas se limiter aux aspects biologiques mais doit également parler de sentiments. Vous pouvez avoir accès au sujet au moyen de la littérature, des sciences sociales, de l'histoire ou de l'art (musique, peinture, etc.). Essayez un cours commun avec un collègue du sexe opposé, au moins temporairement et séparez les garçons des filles si vous constatez que les jeunes n'osent pas parler ouvertement les uns devant les autres. Lorsqu'ils ont travaillé un certain temps séparément, réunissez à nouveau les deux groupes et demandez aux jeunes de raconter de quoi ils ont discuté et ce qui leur a plu dans le travail séparé.

Lors de la discussion sur les sexualités, il est important de toujours penser de la même façon à l'hétéro- et à l'homosexualité et de ne pas représenter l'une comme étant supérieure à l'autre. Étant donné que les adolescents ont des sentiments assez conflictuels sur la sexualité, ils en parlent souvent de façon provocante. Lorsque vous traitez ce sujet, référez-vous à des exemples concrets et référez-vous aux expériences faites par les jeunes jusqu'à présent. La réflexion sur les préférences des uns et des autres ainsi que les peurs qui y sont liées font également partie des expériences sexuelles. Par conséquent, tous ont eu de telles expériences et pas seulement ceux qui ont déjà eu une relation sexuelle.

Il peut être très utile d'intégrer des intervenants extérieurs homosexuels, par exemple des représentants d'associations gaies et lesbiennes spécialisées dans ce type d'interventions, qui assurent des séances d'éducation sexuelle sur l'homosexualité (voir les adresses en fin de volume). Assurez-vous cependant de ne pas sous-traiter entièrement le sujet de l'homosexualité à une tierce personne. Les adolescents pourraient interpréter cela comme une manière pour vous d'éviter le sujet, parce qu'il vous gêne.

### Jeu du carrousel

Objectif : Vaincre la honte et encourager les adolescents à parler de la sexualité.

Description : Inscrivez 25 questions sur la sexualité sur des cartons. Créez autant de séries de cartons qu'il y a d'adolescents de la classe. Les questions doivent être différentes. Certaines doivent être des questions sur des faits, d'autres sur les opinions, le degré de difficulté doit aller de léger à difficile et de très impersonnel à très personnel. Assurez-vous qu'une partie des questions concerne l'homosexualité. Mettez vos élèves par groupes de deux sur des chaises de façon à ce qu'ils soient assis l'un en face de l'autre. Les chaises doivent être disposées en cercle ou en une rangée. Expliquez le jeu aux jeunes gens : chacun reçoit une pile de 25 questions sur les relations sentimentales et la sexualité. Lisez chaque question en silence. Décidez si vous répondriez vous-mêmes à cette question. Si ce n'est pas le cas, reposez la carte sur la pile et prenez la question suivante. Si vous tombez sur une question à laquelle vous-même, vous répondriez, lisez-la à votre partenaire de discussion. Il ne doit pas répondre immédiatement et a lui aussi la possibilité de décider s'il veut répondre à la question ou non. Si le partenaire ne veut pas, il dit : « question suivante ». S'il veut répondre à la question, le jeu continue et il répond à la question. Lorsqu'une question a trouvé une réponse, les joueurs changent de rôle. Maintenant, la deuxième personne choisit une question et la première personne peut passer ou répondre. Continuez comme ça jusqu'à ce que l'adulte animateur dise « changer ! », ce qui arrive toutes les cinq minutes. À ce moment-là, tous ceux qui se trouvent dans le cercle intérieur (ou sur la rangée intérieure) s'installent sur la chaise se trouvant à leur droite. Après une demi-heure ou après cinq changements, le jeu est arrêté.

Demandez aux élèves comment ils ont ressenti ce jeu. Était-il amusant, difficile ou les deux ? Peuvent-ils dire pourquoi ils n'ont pas répondu à certaines questions ? Soyez prudent et respectez toutes les raisons possibles que peuvent avoir des adolescents de ne pas répondre à de telles questions ; la honte a un sens – elle préserve leur intimité.

Commentaire critique : Pendant le jeu, veillez à ce que l'enthousiasme ne subjugue pas assez les participants pour leur faire dépasser leurs limites personnelles. Dans des groupes où les relations entre élèves et attentes sociales sont telles qu'il est difficile pour eux de parler ouvertement de sexualité avec des représentants de l'autre sexe, vous devriez envisager de faire cet exercice avec des groupes non-mixtes. Une extension possible de ce jeu consiste à demander aux filles de poser des questions aux garçons et inversement. Une représentante des filles lit alors les questions aux garçons. Les garçons ont le temps de réfléchir et répondent en tant que groupe à la question. Ensuite, l'un d'entre eux doit lire la réponse du groupe. De cette manière, l'accent est moins mis sur les individus, et les jeunes peuvent sans honte satisfaire leur curiosité de savoir ce que l'autre sexe pense de questions importantes.

## Education sexuelle et homosexualité

Objectif : Provoquer une discussion sur l'homosexualité dans le cadre d'un cours d'éducation sexuelle, motiver les adolescents à s'intéresser au programme scolaire

Description : Cet exercice se divise en trois étapes. Expliquez aux adolescents que vous avez besoin de leurs suggestions pour développer de meilleurs cours d'éducation sexuelle. La première étape consiste à demander aux adolescents d'où proviennent leurs connaissances, leurs informations et leurs opinions sur la sexualité. Si, en réponse, ils n'évoquent que des informations factuelles (par exemple qu'il faut utiliser un préservatif), soulignez que vous désirez également savoir qui les aide à développer leurs opinions par rapport au sexe. La deuxième étape consiste à jeter un coup d'œil sur leurs besoins en matière d'éducation sexuelle à l'école. Ici aussi, faites attention à ce que les adolescents ne réduisent pas leurs besoins uniquement à des faits « neutres ». La troisième étape consiste à demander comment l'école devrait traiter les aspects de l'éducation sexuelle qui peut être différents suivant les groupes. S'ils ne comprennent pas cette question, citez des exemples (besoins spécifiques des filles et des garçons, différences liées à l'éducation ou au milieu) et parlez des minorités sexuelles (gays, lesbiennes, bisexuel(le)s, transsexuel(le)s). Si l'adolescent pense qu'il faut adapter l'enseignement aux attentes spécifiques de certains groupes, mais ignore ou omet la question des minorités sexuelles, demandez-leur où et comment ceux qui font partie de ces minorités pourraient recevoir des informations ailleurs qu'à l'école.

Commentaire critique : Cet exercice fonctionne le mieux dans des écoles qui soutiennent déjà, dans leur travail, l'apprentissage social. Si l'école s'oriente uniquement sur l'apprentissage cognitif, il sera difficile de développer la discussion hors du domaine exclusif des faits et d'arriver, via une opinion personnelle, à un certain niveau de maturité. Assurez-vous également de prendre en compte ce que disent les élèves ; essayez, avec des collègues, de trouver un moyen d'intégrer les résultats de ces discussions aux séances d'éducation sexuelle, afin de valoriser l'apport des élèves eux-mêmes.

## Discrimination et sexualité

Objectif : Provoquer une discussion sur l'homosexualité sans focaliser sur le sexe.

Description : Cet exercice se compose de trois étapes. La première consiste à demander aux jeunes gens s'ils peuvent citer quelques exemples de discrimination. En règle générale, ils citeront immédiatement des exemples racistes. La deuxième étape consiste à diriger la discussion vers les discriminations sexistes. Demandez par exemple : « Vous avez cité des exemples de discrimination entre des personnes qui ne se connaissent pas vraiment bien entre elles. Existe-t-il également de la discrimination entre des gens qui se connaissent, par exemple à l'intérieur d'un couple ? » Cette question provoquera des exemples tels que la violence conjugale et les différentes attentes des hommes et des femmes. La troisième étape consiste à orienter la discussion vers les discriminations liées au mode de vie ou à l'orientation sexuelle. Vous pouvez par exemple demander aux jeunes : « De tels problèmes peuvent-ils être résolus si l'on réorganise la relation ? » et « Connaissez-vous des exemples 'd'autres' genres de relations ? Comment croyez-vous que de tels problèmes soient résolus dans un couple de même sexe ? »

Commentaire critique : Cet exercice requiert une bonne capacité de l'animateur à orienter les discussions de groupe. Vous devez faire très attention à ce que disent les jeunes, vous devez adapter la discussion à leurs besoins et l'orienter, en même temps, de façon imperceptible dans une autre direction. Etant donné que ce processus ne peut pas être très bien planifié, il faudra peut-être beaucoup de temps. Prévoyez au moins une heure et demie pour cette discussion.

## Suggestions pédagogiques

### La « communauté »: mythes et réalités

Objectif: Analyser les préjugés qui entourent le concept de « communauté » gaie et lesbienne.

Description: Demandez aux adolescents ce qu'ils pensent lorsqu'ils entendent l'expression « communauté gaie et lesbienne ». Écrivez les commentaires au tableau, mettez ensuite en relation les mots similaires avec des traits de craie. Écrivez au tableau les remarques négatives dans une autre couleur que les positives (par ex. négatif = jaune et positif = vert). Demandez pourquoi il y a plus de commentaires jaunes que de verts et examinez si ces commentaires sont des faits ou des préjugés (appréciations et jugements qui ne correspondent pas aux faits), et quels sont les opinions et les sentiments personnels des adolescents. Vérifiez ce que les adolescents savent de la « communauté » gaie et lesbienne, et comment ils ont appris ce qu'ils croient savoir. Expliquez ensuite de manière factuelle ce qu'est cette « communauté » et son histoire. Terminez l'heure de cours en demandant si l'exercice a fait changer le point de vue des élèves.

Commentaire critique : Vous devez vous préparer de manière à pouvoir donner des informations adéquates sur la « communauté » locale. Vous pouvez réfléchir au fait d'inviter des représentants d'une organisation locale de gays, lesbiennes et bisexuels pour donner des informations sur les activités locales. Préparez-vous à des questions de la part des adolescents aussi bien sur la formation de ghettos par le biais de cette « communauté » que sur leur opinion générale vis-à-vis de l'homosexualité. Dans des groupes socialement mélangés, on peut introduire ici des comparaisons, si on élargit la dynamique intégration / exclusion et qu'on la thématise. La plupart des minorités trouvent important d'avoir des points de chute, où ils se sentent bien et où ils peuvent entretenir leur identité pour s'intégrer dans leur environnement sans s'assimiler complètement.

### Gay Pride (Marche des fiertés gaies, lesbiennes, bi et trans)

Objectif : comprendre pourquoi visibilité et représentation extérieure sont si importantes pour les gays et les lesbiennes.

Description : Montrez une photo d'une manifestation de la Gay Pride (manifestation pour défendre les droits des gays et des lesbiennes) et demandez aux adolescents s'ils connaissent le sens et le but de telles manifestations. Demandez-leur des commentaires. Vous allez certainement entendre quelques remarques particulièrement négatives de la part de certains adolescents (pour certains, la représentation publique d'homosexuels n'est pas acceptable). Parlez des répercussions de la discrimination et de la fierté sur l'identité et la dignité d'une personne (cf. chapitre sur « l'histoire et la culture »). Comparez la notion de fierté dans la « marche des Beurs » et celle des groupes homosexuels.

Commentaire critique : Beaucoup de personnes sont choquées par les attitudes parfois extrêmes lors de la Marche des Fiertés et qui, bien sûr, sont montées en épingle par les médias. Tenez compte dans la discussion de l'influence des médias et de la grande diversité des modes de vie des homosexuels.

## Le meilleur des mondes hétérosexuels

Objectif : Analyser les répercussions de la norme hétérosexuelle et définir la place que la « communauté » lesbienne, bi et gaie occupe à l'intérieur.

Description : Expliquez comment tous ont été éduqués à être hétérosexuels. Expliquez aux adolescents que cela crée une situation particulière pour les adolescents lesbiennes, gays ou bisexuels, et que cet exercice est conçu pour saisir l'effet que cela a sur eux. Donnez aux adolescents quelques instants pour réfléchir à cette question. « Si le monde n'était pas organisé autour d'une vision hétérosexuelle, mais homosexuelle, est-ce que vous iriez dans un bar hétérosexuel ? » On pourrait imaginer une question supplémentaire : « Qu'en penserait la population « normale », c'est-à-dire la population gay et lesbienne ? » Les adolescents devront maintenant échanger leurs idées et questions. Durant la progression du dialogue, amenez la discussion sur les sentiments éprouvés par les adolescents s'ils avaient à être dans une telle situation. Résumez ensuite les répercussions que cette discussion a sur la situation étudiée : que devraient penser les hétérosexuels des lesbiennes, gays et bisexuels ?

Commentaire critique : Cet exercice n'est possible que dans un groupe ou une classe sans conflits importants. Vous pouvez faire aussi de cet exercice un thème régulier en demandant aux adolescents de dessiner ou de peindre leurs sentiments (cours d'arts plastiques) ou d'écrire une rédaction dessus (cours de français ou cours de langue). Cette rédaction individualisée rend l'exercice un peu plus praticable dans des groupes ou classes moins soudés, mais elle exige des adolescents plus de facultés d'imagination et d'expression.

# Éducation

## Suggestions pédagogiques

### Oral history (tradition orale)

Objectif : Faire reconnaître aux adolescents la manière dont ils ont été éduqués sexuellement.

Description : Tous les adolescents racontent comment ils ont été éduqués. Demandez aux élèves ce qu'ils ont appris sur l'identité sexuelle, les rôles sexuels et la sexualité, et de quelle manière ils l'ont appris. Demandez aussi aux adolescents quelles informations ils n'ont pas reçues et comment ils ont compensé ce manque. Une alternative consisterait à prier les adolescents d'interviewer leurs parents et grands-parents (ou leurs tuteurs) sur la manière dont ils ont appris cela. Discutez aussi des messages que vous avez transmis à vos propres enfants, ce qui vous a semblé difficile et si vous pensez que vous y êtes arrivé.

Dans un second temps, les adolescents peuvent discuter sur les différences qu'ils remarquent entre ces histoires. Discutez des conflits qui peuvent éventuellement naître entre les éducateurs et les enfants, ou entre des personnes de la même génération. Comment ces conflits sont-ils résolus ? On pourrait imaginer une suite en demandant aux adolescents comment ils pensent éduquer leurs enfants. Que feront-ils si leurs enfants ne pensent pas comme eux ? Que se passerait-il si l'enfant croit qu'il éprouve des sentiments homosexuels ?

Commentaire critique : Evidemment, les adolescents peuvent être très embarrassés de devoir confier des éléments de leur éducation ou de leur vie intime. Cela peut être encore plus gênant pour les parents et grands-parents ou même être ressenti comme une provocation s'ils sont interrogés sur ces thèmes. Préparez les enfants en temps voulu et faites en sorte qu'ils ne dépassent pas leurs limites personnelles et celles des adultes qui les entourent.

### Héros et héroïnes

Objectif : Étudier de l'importance de modèles historiques pour les personnes homosexuelles et bisexuelles.

Description : Demandez aux élèves d'établir une liste de personnes célèbres qu'ils considèrent comme des modèles et des idoles. Analysez la raison pour laquelle ces personnes sont importantes : en tant qu'exemple de créativité, d'indépendance, d'honnêteté, etc. Accordez de l'attention aux modèles choisis par les adolescents qui appartiennent à une minorité, et voyez si cela est lié à cette caractéristique. Puis, expliquez aux adolescents qu'il est très important pour les minorités d'avoir des modèles et des idéaux. Demandez aux élèves pourquoi et aidez-les à formuler leur opinion. (par exemple : parce que les gens portent généralement un regard négatif sur les minorités, considérées comme faibles, des idéaux positifs et des modèles permettent de corriger cette mauvaise image). Élargissez la discussion à l'homosexualité et demandez quels modèles sont importants pour les lesbiennes, les gays et les bisexuels.

Vous pouvez également discuter d'autres figures historiques majeures pour les lesbiennes, les gays et les bisexuels, comme Sappho, Alexandre le Grand, le Roi David et Jonathan d'Israël, les empereurs romains Hadrien, Trajan et Héliogabale, Richard Ier (Cœur de Lion) d'Angleterre, Christine de Suède. Pour changer, vous pouvez également montrer une photo d'un modèle non européen pour les lesbiennes, les gays et les bisexuels, comme par exemple, Oum Khalsoum (la chanteuse égyptienne). Ou choisir des modèles plus connus des élèves (Montaigne, Rimbaud et Verlaine, Jean Cocteau, Colette, Oscar Wilde, ou même des personnages contemporains comme Elton John, Freddy Mercury, Amélie Mauresmo ou Bertrand Delanoë.)

Commentaire critique : Selon le niveau intellectuel et l'intérêt de vos élèves, vous pouvez ensuite entrer dans une discussion un peu plus personnelle sur les modèles actuels et sur les idéaux des lesbiennes, gays et bisexuels, comme par exemple les pop stars, ou bien encore sur une discussion plus académique et plus historique en se demandant pourquoi lesbiennes, gays et bisexuels ressentent le besoin d'en savoir plus sur des personnalités historiques homosexuelles. Par exemple : pourquoi est-il si important pour de nombreux gays, lesbiennes et bisexuels de dire que l'homosexualité était « normale » chez les Grecs de l'Antiquité ? Une autre possibilité consiste à approfondir l'étude des photos de gays et de lesbiennes dans les films, en projetant éventuellement le film documentaire *The Celluloid Closet* et en discuter avec les adolescents.

## Suggestions pédagogiques

### « Une lettre à Christina »

Objectif : Entamer une discussion sur le rapport entre l'Église et homosexualité et stimuler l'empathie.

Description : Racontez l'histoire suivante aux adolescents: Christina est catholique et très croyante. Dans le même temps, elle ressent une forte attirance pour les femmes. Récemment, elle est tombée amoureuse de Charlotte, et aujourd'hui, elle ne doute plus de ses sentiments. Toutefois, il lui est très difficile de concilier ses sentiments et sa foi, et elle redoute la réaction de ses parents et de quelques-uns de ses amis et amies. Elle fait paraître une lettre anonyme dans la page « questions du cœur » d'un magazine national : « Mes parents et l'Église à laquelle j'appartiens ont un jugement négatif des relations lesbiennes. Mais j'ai lu que dans quelques églises protestantes, les couples de femmes ont le droit de se marier. Que dois-je faire ? » Demandez aux jeunes gens d'écrire à Christina en essayant de lui venir en aide et de lui proposer des idées. Parlez des avantages que présentent les différents conseils donnés.

Commentaire critique : Les jeunes donneront certainement différents conseils à Christina, allant de la dissimulation et du rejet de ses sentiments à l'acceptation de ceux-ci. Jetez des coups d'œil sur les lettres des jeunes. Demandez-leur leur avis sur le rapport entre religion et intolérance culturelle et sociale. C'est au sein de groupes ayant des appartenances religieuses multiples que cet exercice permet d'obtenir les meilleurs résultats.

### « La guérison »

Objectif : Sonder le mythe selon lequel il est possible de « guérir » l'homosexualité par la prière.

Description : Pour commencer, expliquez aux jeunes gens qu'il y a des fundamentalistes religieux qui estiment que l'homosexualité est un trouble mental qu'il est possible de guérir. Posez-leur la question de savoir ce qu'ils pensent de cette idée. Demandez-leur de faire des recherches sur cette approche sur Internet, afin d'essayer de trouver des informations sur des « thérapies » contre l'homosexualité et faites-les respectivement mettre par écrit ou imprimer leurs résultats (si vous entrez dans Internet le critère de recherche en anglais « gay cure », thérapie de l'homosexualité, vous donnerez lieu à quelques discussions inédites sur le sujet).

Commentaire critique : N'effectuez pas cet exercice avant d'avoir abordé le sujet en classe, car il expose les élèves à la propagande des intégristes chrétiens. Les jeunes ont besoin d'informations équilibrées sur le « traitement » de l'homosexualité. Les informations de base devraient au moins établir clairement que la « transformation » des sentiments homosexuels en sentiments hétérosexuels n'est pas possible.

# 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

## Suggestions pédagogiques

### Assister les couples

Objectif : Ces questions aident le couple à formuler ses attentes au début de processus de soutien.

Méthode : Les deux partenaires évaluent séparément toute une série d'énoncés au moyen d'une échelle d'appréciation avec les niveaux 1 à 10 (1 = valeur la plus négative, 10 = valeur la plus positive). On donne d'abord sa propre appréciation, puis la réponse supposée de son ou sa partenaire. Les séries peuvent être préparées avant la séance sur un tableau à feuilles mobiles. Quelques exemples d'énoncés possibles (pour éviter toute ambiguïté, ils doivent être formulés en deux phrases complètes - une phrase par affirmation).

- la probabilité que nous soyons encore un couple dans un an est très faible / très grande.
- les moyens dont nous disposons pour surmonter des crises ensemble sont nombreux / peu nombreux.
- après les séances communes d'assistance, notre problème s'aggrave / se résout (notre relation en devient plus facile / plus difficile).
- personnellement, je peux faire peu / beaucoup pour résoudre le problème
- mon / ma partenaire peut faire peu / beaucoup pour résoudre le problème

Commentaire critique : L'utilisation de questions avec plusieurs perspectives permet de clarifier le point de vue de chaque partenaire sur sa relation avec l'autre. Pour que cet exercice soit efficace, le conseiller ou la conseillère doit poser les questions aux deux partenaires sous la même forme. Grâce aux réponses à ces questions on est en mesure de déterminer un soutien personnalisé. Lorsque les partenaires expriment des avis différents, il est important de s'occuper de leurs buts communs. Dans un second temps, on pourra demander aux partenaires ce qui se passerait si on modifiait peu à peu leurs évaluations, dans un sens positif ou négatif. Chez eux, entre les heures de séance, le couple peut être invité à se comporter pendant un ou plusieurs jours comme si des changements positifs avaient déjà eu lieu.

## Apprendre à trouver du soutien dans l'entourage

Objectif : Cet exercice permet d'identifier l'environnement affectif et social du couple, qui pourra être utilisé plus tard comme soutien.

Description : *Première étape : Construction de la situation*

Le couple est invité à créer un système avec différentes figures ou symboles colorés. Ces symboles les représentent eux-mêmes et leur environnement social (membres des deux familles, certaines personnes qui sont importantes pour l'un des partenaires, leurs enfants, anciens/anciennes partenaires, conseillers/conseillères, etc.).

*Deuxième étape : Perception*

Les partenaires nomment les personnes qu'ils ont identifiées dans la phase de construction et expliquent le système de leur point de vue.

*Troisième étape : Questions*

- À quel point le système est-il solide et dynamique ?
- Où sont les frontières entre les personnes dans le système ?
- Quels liens existent entre elles ?
- Qui, dans le passé, a participé à stabiliser la relation et comment ?
- Qui cherchait des solutions aux problèmes ?
- Qui soutient le fait que le couple ait recours à un conseiller et comment ?
- Qui, parmi les personnes identifiées dans l'exercice, sait le mieux comment les partenaires pourraient surmonter leur crise du moment ?
- Qui tirerait profit d'une stabilisation de la relation entre les partenaires, obtenue grâce au processus de soutien ?

*Quatrième étape : Anticipation de modifications*

Les partenaires sont invités à modifier le système des figures de symboles et à les placer à un autre endroit. Qu'est-ce qui changerait vraiment ?

Commentaire critique : Un manque d'amour-propre peut avoir comme conséquence que les lesbiennes ou les gays aient des difficultés à séparer le système de leurs propres relations de celui de leur famille ou de leur environnement social. Cet exercice attire l'attention sur les ressources d'un soutien social auxquelles le couple peut faire référence. La représentation de personnes réelles par des symboles neutres ne doit pas amener à une interprétation poussée du rôle de chacune d'entre elles. Dans l'exercice, le système devrait être considéré dans son ensemble.

# Orientation et assistance

## Suggestions pédagogiques

Tout d'abord voici quelques informations sur la diversité des modes de vie des jeunes lesbiennes, gays et bisexuels que les conseillers devraient prendre en compte :

- Les adolescents gays, lesbiennes et bisexuels manquent de modèles positifs. C'est pour cela qu'ils sont parfois incertains vis-à-vis des modes de vie homosexuels.
- Être un ado homosexuel ou bisexuel peut aussi être une chance. Lorsque les jeunes gens ne correspondent pas aux modèles d'une normativité hétérosexuelle, ils doivent se poser des questions sur eux-mêmes et leur choix de vie. Ils peuvent alors constater qu'un mode de vie lesbien ou gay leur accorde un espace de liberté individuelle beaucoup plus grand qu'un comportement prescrit.
- Les adolescents gays, lesbiennes et bisexuels cherchent souvent des modèles qui leur conviennent. Cela peut conduire à un comportement qui se conforme justement de façon plus ou moins outrée aux préjugés sur les gays et les lesbiennes.
- Montrez à l'adolescent qui vous consulte qu'il n'existe pas d'évaluation objective des modes de vie. Il est important de mentionner que le critère essentiel pour leur choix de vie est leur propre sentiment de bonheur et de satisfaction.
- Renseignez-vous sur les groupes locaux d'aide personnelle où des personnes qui partagent le même choix de vie peuvent se rencontrer et échanger des expériences.
- De nombreux jeunes gays, lesbiennes et bisexuels craignent de ne pas avoir de famille comme les hétérosexuels. C'est souvent lié à leur insatisfaction face à leur mode de vie actuel. Beaucoup d'entre eux changent d'avis lorsqu'ils constatent qu'ils peuvent devenir très heureux à leur façon, par exemple avec une « famille de cœur ».

### Les deux chaises

Objectif : Analyser les tensions entre attentes personnelles et celles de l'environnement social.

Description : Placez deux chaises l'une en face de l'autre. Une chaise symbolise les attentes de l'extérieur, l'autre représente les besoins intérieurs de la personne. Celle-ci est assise d'abord sur l'une, puis sur l'autre, et elle essaye de se concentrer sur les sentiments que la chaise symbolise. Comment se sent la personne sur les différentes chaises ? Que dirait-elle à la personne sur l'autre chaise ?

Commentaire critique : La question de savoir si vous êtes satisfait de votre vie actuelle ou non dépend très souvent des attentes de votre environnement et de la manière dont vous cherchez à apprécier à leur juste valeur les attentes extérieures (cela vaut en particulier pour les adolescents gays, lesbiennes et bisexuels).

## **Le miroir**

Objectif : Analyser sa propre image.

Description : La personne doit fermer les yeux et s'imaginer assise en face de sa propre image dans la glace. Que critiquerait-elle dans le mode de vie de cette personne ? Qu'admirerait-elle ?

Commentaire critique : Cet exercice fonctionne à deux niveaux. Vous pouvez vous référer à l'apparence de l'adolescent qui vous consulte (c'est ce que feront la plupart d'entre eux en premier lieu), ou bien vous pouvez vous référer à d'autres caractéristiques, qualités, sentiments et comportements, ce qui est certainement plus important lorsque l'on aborde avec quelqu'un le thème de ses choix de vie. Vous devez faire attention à ce que l'adolescent se perçoive comme une personne indépendante pour que la méthode soit efficace.

## **La bonne fée**

Objectif : Analyser les besoins inconscients ou refoulés de l'adolescent et ses projections dans l'avenir.

Description : L'adolescent(e) doit imaginer qu'une bonne fée vient vers lui / elle et lui demande comment il / elle aimerait vivre. Que ressent-il / elle et qu'est-ce qui l'empêche de vivre vraiment ainsi ?

Commentaire critique : Il est important de vérifier si les peurs du sujet correspondent à la réalité. Même si cela n'est pas le cas, vous devez prendre au sérieux ces peurs, sinon la personne se sentira incomprise.

# Orientation et assistance

## Suggestions pédagogiques

### Travailler sur l'estime de soi

Objectif : Déterminer l'impact de l'homophobie intériorisée.

Description : Donnez une feuille de papier au consultant. Demandez-lui d'écrire 10 adjectifs pour qu'il ou elle se décrive. Ensuite, demandez-lui d'écrire 10 adjectifs pour le ou la décrire tel(le) qu'il ou elle aimerait être. Ensuite, demandez-lui de marquer chaque adjectif d'un signe positif ou négatif. Examinez les adjectifs choisis, comparez les deux listes et vérifiez s'ils ne sont pas liés à l'orientation sexuelle de la personne.

Commentaire critique : Cet exercice peut être utilisé pour explorer comment le sujet se perçoit lui-même. Cela n'implique pas nécessairement son orientation sexuelle. Gardez à l'esprit que les gays, bisexuels et lesbiennes n'ont pas tous des problèmes avec cet aspect de leur personnalité.

### Méthodes d'orientation psychologique

Dans notre climat social, dans lequel on suppose toujours, jusqu'à l'affirmation du contraire, que les gens sont hétérosexuels, un coming out peut être difficile pour de nombreux gays, lesbiennes et bisexuels. Le conseiller ou la conseillère peut faciliter ce processus du coming out en utilisant un langage neutre. Il faut se garder en effet de toute déduction hâtive sur la vie personnelle de la personne qui consulte. Dans tous les cas, les conseillers sociaux doivent prendre parti pour un traitement ouvert de la sexualité. Une première étape consiste à normaliser le fait de parler de sexualité en général ; cela devrait ouvrir la voie pour pouvoir parler un peu plus spécifiquement d'homosexualité ou de bisexualité. Si vous avez le sentiment que les problèmes de votre interlocuteur découlent de son orientation sexuelle, vous pouvez le découvrir en posant certaines questions ciblées. Posez impérativement ces questions prudemment et n'obligez pas la personne à faire des « aveux » sur sa sexualité. Vous pouvez devenir une personne de référence importante dans son environnement social. Vous pouvez proposer ensuite des brochures de groupes d'entraide ou consacrées au safer sex.

Si le consultant est issu d'un milieu culturel conservateur, les problèmes liés à l'orientation sexuelle peuvent être nettement plus marqués pour des raisons religieuses ou en raison de l'influence de la famille. Assurez-vous qu'il y ait assez de temps et d'espace dans l'entretien pour parler de cette confrontation entre les valeurs familiales et religieuses du sujet et les normes courantes de l'homo- et de la bisexualité dans la société actuelle. Encore une fois, gardez toujours en tête que chaque personne lesbienne, homosexuelle ou bisexuelle n'a pas forcément des problèmes avec sa préférence sexuelle. La difficulté est de trouver le juste équilibre entre négliger d'éventuels problèmes et exagérer l'influence et l'exagération de l'influence de l'orientation sexuelle dans le développement de la personne. Cela peut être particulièrement difficile lorsque l'on travaille avec un jeune groupe-cible de personnes qui sont en train de découvrir leur sexualité.

# Orientation et assistance

## Suggestions pédagogiques

### Le jeu des « Pourquoi ? »

Objectif : Aider l'individu qui s'interroge sur lui-même à distinguer orientation sexuelle et identité.  
Ne considérez pas l'identité sexuelle de votre interlocuteur comme un fait acquis.

Description : Comment le sujet se ressent-il et se définit-il ? Quelle signification donne-t-il à ces caractéristiques ? Discutez des expériences faites par votre interlocuteur avec des attitudes conformes aux rôles sexuels traditionnels. Distinguez la différence entre l'orientation sexuelle du sujet et ce qu'il en attendait dans le passé, ainsi que ses aspirations actuelles et futures. Discutez de modèles de rôles et d'identités avec le sujet. Parlez de ses préjugés : ils sont une indication pour une homophobie intériorisée.

Commentaire critique : Traitez également la question de savoir comment la personne pense être perçue par les autres. Dans ce contexte, il est utile d'aborder des questions clés telles que, par exemple, l'importance de la perception par le monde extérieur et la peur d'être rejeté(e).

### Violence homophobe (gay bashing)

Objectif : Assister les victimes de gay-bashing (violence contre les homosexuels et discrimination).

Description : Répondre à ces questions : la personne concernée a-t-elle déjà été victime d'attaques corporelles, psychologiques ou verbales ? Ces attaques étaient-elles directes ou indirectes ? De la violence sexuelle était-elle impliquée lors de ces attaques ? Quand cette attaque a-t-elle eu lieu et qui était l'agresseur ? Quelles sont les répercussions de telles expériences sur le fait d'être gay ou lesbienne ou sur le sentiment d'être exclu ? Discutez avec la personne concernée les avantages et les inconvénients lorsque l'on porte plainte contre ses agresseurs auprès de la police.

Commentaire critique : Il est utile d'être familiarisé(e) avec les techniques d'assistance spécifique des victimes d'événements traumatiques et de violence. Il faut aussi savoir que sur les lieux de drague par exemple, les hommes homosexuels rencontrent souvent de la violence. Si vous voulez conseiller à votre interlocuteur d'entreprendre un recours en justice, vous devez être sûr(e) de la façon dont la police dans votre ville traite la violence homophobe . Y a-t-il, dans la police locale, des interlocuteurs sensibilisés et formés au traitement de cette forme de violence ? Ces personnes sont-elles des hommes ou des femmes ? Une victime lesbienne, par exemple, demandera rarement des conseils à un officier de police masculin.

# Orientation et assistance

## Suggestions pédagogiques

### Mon corps

Objectif : Une partie importante de l'identité d'un homme ou d'une femme est l'image qu'il ou elle a de son corps ainsi que la perception et la satisfaction de ses besoins physiques. Le corps est la base des sentiments d'un individu, de ses pensées et de ses actes. Lors de la puberté, il faut intégrer les aspects sexuels dans l'identité. Cet exercice aide les jeunes gens à devenir plus sensibles vis à vis de leurs propres sentiments et de l'image qu'ils ont d'eux-mêmes.

Description : L'exercice consiste à poser les questions suivantes :

- Quelle importance a l'habillement pour moi ? Et la nudité ?
- Comment est-ce que je réagis aux photos de gays et de lesbiennes que je vois en public ?
- Quelle est la partie de mon corps que je trouve la plus belle ?
- Quelles sont les parties de mon corps qui ont une importance particulière pour moi ?
- Quelles sont les parties de mon corps qui ne me plaisent pas ? Comment est-ce que je me l'explique moi-même ? Comment est-ce que je traite mes sentiments ?
- Qu'ai-je appris de mes parents sur la façon de voir son corps ? Que m'ont-ils appris sur la nudité et la sexualité ?
- Comment ma mère et mon père ont-ils réagi à mon aspect extérieur ? Qu'est-ce qui m'a aidé lorsque j'ai grandi ? Qu'est-ce qui a gêné mon développement ?
- Quelles sont les parties de mon corps que j'associe au désir / au bonheur / à la douleur ? Comment vais-je soigner ou traiter ces parties de mon corps ?
- Comment ma relation avec mon corps s'est-elle développée : dans mon enfance, lors de la puberté, maintenant ?

Commentaire critique : Cet exercice peut être utilisé aussi bien par l'adolescent(e) que par le conseiller en tant que moyen de réflexion autonome. Il est utile de demander de faire cet exercice entre deux séances, en guise de devoir. Au fur et à mesure que le processus de réflexion continue, il est probable que le client reconnaisse petit à petit comment les convictions qu'il a apprises dans sa famille se trouvent en conflit avec ses propres valeurs. Pour les gays et les lesbiennes, cette crise est particulièrement difficile pour deux raisons : tout d'abord, il leur manque des modèles positifs et, ensuite, il devient nécessaire pour eux de se tenir à distance de la norme hétérosexuelle dominante pour construire leur propre identité qui, au début du processus, est une identification négative c'est-à-dire une anti-identification : ne pas être hétérosexuel.

## La sexualité hier – aujourd’hui – demain

Objectif : Aider le client à réfléchir au passé, à affirmer son estime de soi actuelle et à formuler des désirs pour l’avenir.

Description : Il vous faut une feuille de papier de la taille d’un poster, en outre, une feuille de format A 4, des marqueurs de couleurs, une paire de ciseaux et de la colle.

Le jeune en consultation divise le papier poster en trois parties de même grandeur en utilisant des lignes verticales. La première étape réside dans le fait de réfléchir aux questions suivantes : « Comment ai-je considéré ma sexualité lors de la puberté ? », « Comment la vois-je aujourd’hui ? », « Comment voudrais-je la voir à l’avenir ? » Une partie du papier poster est réservée à chacune de ces questions. Laissez noter les réponses par le client avec ses propres mots. Ensuite, coupez la partie sur laquelle se trouvent les désirs pour l’avenir. La feuille de format A4 est ensuite collée entre la partie coupée et la partie restante de la grande feuille (cela crée une liaison entre le présent et l’avenir). Les réponses aux questions suivantes sont ensuite notées sur le papier A4 :

- Lorsque je réfléchis à l’avenir de ma sexualité et à la forme que je désire pour elle, qu’est-ce qui m’empêche de réaliser cette vision ?
- Qu’est-ce qui ou qui est-ce qui pourrait m’aider à surmonter ces obstacles ?
- Lequel de mes désirs pour la forme future de ma sexualité est déjà une réalité ?
- Qui peut me soutenir dans la réalisation de ma vision ?

Commentaire critique : Cette méthode aide le conseiller à mieux connaître les représentations du consultant au sujet de sa propre sexualité. Cela éclaire également le point de vue sur son avenir et aide à identifier les ressources disponibles pour réaliser les objectifs fixés. Des objectifs pour les séances de consultation suivantes peuvent être définis sur cette base. En outre, le conseiller peut évaluer en quelle mesure les deux parties veulent ou peuvent continuer leur travail commun sur le thème de la sexualité.

## L’exercice des trois chaises

Objectif : Réflexion sur la sexualité telle qu’elle est vécue jusqu’à présent. Faire ressortir l’évaluation personnelle sur la façon dont les personnes cherchant un conseil vivent concrètement la sexualité.

Description : Pour l’exercice lors de la consultation, il faut, outre les deux chaises sur lesquelles sont assis le conseiller et la personne cherchant un conseil, trois autres chaises. Dans la première étape, la personne cherchant conseil est priée de choisir trois personnes importantes pour elle, un membre de sa famille, un ami avec lequel elle n’a pas eu de relations sexuelles et un amant ou ancien amant. Les noms des trois personnes sont notés sur une feuille de papier et posés sur les trois chaises vides. Dans une deuxième étape, la personne cherchant conseil est priée de se mettre derrière chaque chaise, l’une après l’autre, et de répondre pendant cinq minutes à la question suivante : « Si on le demandait à cette personne, comment verrait-elle la manière dont je vis ma sexualité et à quel point penserait-elle que cette sexualité me satisfait ? »

Commentaire critique : Cet exercice exige d’être prêt à se confronter intensément avec sa propre sexualité. Le changement de perspective facilite la réflexion sur sa propre sexualité, des comportements désirés et non désirés, des convictions et évaluations deviennent clairs. A la fin, l’on peut citer des désirs de changements et élaborer des étapes pour les réaliser.

# Orientation et assistance

## Suggestions pédagogiques

Réfléchissez tout d'abord aux questions suivantes :

- Que pouvez-vous conseiller lorsque votre interlocuteur se sent isolé?
- Que pouvez-vous conseiller lorsque votre interlocuteur s'intéresse à la communauté gay et lesbienne, mais a peur d'elle?
- Dans quels autres domaines de la vie existe-t-il une culture marginale?
- Est-ce que les activités et les offres proposées dans cette « communauté » correspondent aux attentes culturelles et personnelles de votre interlocuteur ?
- À quel groupe votre interlocuteur appartient-il en plus du groupe homosexuel (par ex. groupes religieux, ethniques, genre, etc.)?
- Y a-t-il dans votre entourage des groupes qui correspondent au milieu spécifique de votre interlocuteur (par ex. un groupe pour gays turcs?)

### Un réseau social pour gays et lesbiennes

Objectif : Aider la personne à réfléchir sur sa position dans le réseau social des gays et lesbiennes.

Description : Essayez de vous renseigner sur ce que s'imagine votre interlocuteur au sujet de la « communauté », par ex. des points de rendez-vous, des bars et des clubs homosexuels. Est-ce que la personne cherchant conseil se sent part entière de ce milieu ? Pourquoi est-ce ou n'est-ce pas le cas ? Associe-t-elle des représentations et des images négatives avec ce milieu ? La personne rencontre-t-elle d'autres gays et lesbiennes dans des cadres sociaux en dehors du milieu gay ?

Commentaire critique : Prenez en compte le fait que les hommes gays et les femmes lesbiennes d'origine étrangère ne font que rarement partie du « milieu ». Cela peut venir du fait qu'il leur est désagréable de se sentir, ici aussi, de nouveau membre d'une minorité. Cela peut venir de préjugés et de discriminations, auxquels ils sont confrontés au sein du « milieu ».

# Orientation et assistance

## Suggestions pédagogiques

### Les leçons de l'histoire sur l'homosexualité

Objectif : Étudier les messages historiques et culturels sur l'homosexualité qui aideront l'adolescent à mieux comprendre sa situation personnelle.

Description : Donnez quelque chose à lire à la personne cherchant conseil sur les façons de voir l'homosexualité dans l'Histoire et l'histoire culturelle. Demandez quels messages sur la sexualité et l'homosexualité lui ont été transmis lorsqu'il ou elle a grandi. Expliquez comment notre propre histoire et culture influence la manière dont les gays et lesbiennes se perçoivent eux-mêmes. Comparez ceci avec une histoire qui a une autre perspective sur la sexualité (il serait particulièrement utile si vous pouviez trouver une histoire particulièrement proche de l'horizon culturel du sujet).

Commentaire critique : Quel que soit le sujet de lecture que vous choisissez, il devrait être lié d'une façon ou d'une autre à la situation actuelle de la personne demandant conseil. Le texte pourrait par exemple donner des exemples d'idéaux et de modèles ou permettre de briser des opinions désuètes, ou bien analyser le contexte dans lequel se forment les normes hétérosexuelles qui limitent les conditions de vie, les comportements ou les façons de penser de la personne.

### Un arbre généalogique élargi

Objectif : L'analyse des messages historiques et culturels en relation avec l'homosexualité, qui ont un rapport avec la situation de la personne cherchant conseil.

Description : Laissez la personne dépeindre un « arbre généalogique élargi » (avec toutes les personnes qui ont une importance pour elle sur le plan social), et plus précisément avec les questions suivantes :

1. Où se trouve chacune d'entre elles sur cet arbre ?
2. D'où viennent-elles, où sont-elles nées ?
3. Lesquelles de ces personnes ont joué un rôle important en vous apprenant quelque chose sur votre histoire et votre sexualité ?
4. Lesquelles de ces personnes vous ont également communiqué des informations sur l'homosexualité ? De quel type d'informations s'agit-il ?
5. Quels sont les membres de votre famille qui doivent impérativement apparaître dans cet arbre généalogique – laquelle de ces personnes vous soutient ?
6. Comment vous entendez-vous avec ceux qui ne vous soutiennent éventuellement pas très bien ou qui ont des opinions négatives sur vos sentiments homosexuels ?
7. De quelle manière pouvez-vous ajouter sur cet arbre plus de personnes qui vous soutiennent ?

Commentaire critique : Vous pouvez consacrer plusieurs séances entières à cet exercice, mais le thème peut également revenir comme un fil conducteur d'un entretien à l'autre. N'obligez pas les personnes cherchant du soutien à répondre aux dernières questions si elles n'y sont pas préparées psychologiquement. De nombreuses personnes éprouvent une telle loyauté envers leur entourage qu'il leur paraît dur de trouver des alternatives. Par ailleurs, il faut garder à l'esprit que le fait que ces personnes laissent, dans certaines situations extrêmes, une place aux sentiments homosexuels dans leur vie peut engendrer une véritable rupture avec leur famille.

**Conseils pour la communication interculturelle**

- Vous pouvez gagner la confiance de votre interlocuteur en lui posant des questions sur sa famille. De nombreuses cultures non occidentales sont moins centrées sur l'ego que les cultures européennes.
- Soyez honnête envers votre interlocuteur lorsque vous avez des lacunes concernant les particularités de sa culture.
- Réfléchissez au fait que dans certaines cultures structurées hiérarchiquement, la reconnaissance sociale témoignée à l'égard des conseillers et conseillères est plus importante que dans les cultures européennes, ce qui leur confère une autorité plus grande.

# Orientation et assistance

## Suggestions pédagogiques

### « L'homme de prière »

**Objectif :** Trouver un point de départ pour déterminer l'importance de la religion dans la vie du sujet et identifier les problèmes auxquels il est confronté.

**Description :** Demandez à la personne de s'imaginer une situation dans laquelle elle rencontre un prêtre, un imam ou un rabbin alors qu'il est avec un ami ou une amie. Laissez-lui un peu de temps pour se représenter la situation puis demandez-lui d'en parler. Que se passe-t-il pendant la rencontre? Si la personne en consultation n'est pas en mesure de s'imaginer la manière dont l'homme de prière essaie de lui parler, elle doit en lieu et place se représenter que son ami(e) intime lui pose des questions critiques sur sa vie et ses besoins.

**Considérations critiques :** Cet exercice peut être proposé en groupe ou en consultation individuelle. Ne perdez pas de vue le fait que, chez quelques personnes, l'image du prêtre ou de l'imam peut faire naître des sentiments plutôt négatifs que positifs. Demandez au client ou à la cliente de choisir un représentant religieux – qui peut aussi être une représentante – dont il ressent réellement la spiritualité.

### Réconcilier sexualité et religion

**Objectif :** Examinez le rôle que joue la religion dans la vie d'un adulte. Cet exercice aide le client ou la cliente à trouver un équilibre personnel entre son expression naturelle de la sexualité d'une part et sa foi et les valeurs qu'elle véhicule.

**Description :** Demandez à la personne de s'exprimer au sujet de la place que prend la religion dans sa vie. Evoquez l'attitude de personnalités religieuses connues vis-à-vis de son homosexualité. Abordez la question de la relativité historique et culturelle de la religion qui apparaît comme un mélange d'aspects spirituels et sociaux, et comme un moyen de contrôle social. Aidez la personne à déterminer si la religion est une composante importante de son identité. Si sa croyance religieuse constitue un élément puissant et incontestable de sa personnalité, recommandez-lui de se mettre en relation avec des groupes religieux homosexuels (si cela est possible). Cela peut aider l'adolescent(e) à trouver un réseau de soutien et une identification sociale.

**Commentaire critique :** Il est possible de faire cet exercice en groupe ou en consultation individuelle. Dans le cadre d'une séance collective, la religion peut être traitée et abordée comme thème central, en discutant avec une seule personne, ou bien avec l'ensemble du groupe. Si la religion représente un thème important pour tous, il peut être judicieux de faire participer tous les membres de groupe. Lors de ce débat, il est indispensable d'établir une distinction entre les normes religieuses et la spiritualité. Les normes se réfèrent en général aux relations entre les hommes, leur spiritualité et un être divin. Lorsque les normes religieuses sont inflexibles et ne prévoient absolument aucun compromis, il faudrait mettre l'accent sur la relation personnelle avec l'être divin, sans toutefois anéantir tout espoir de faire changer les normes.

## Jeux de rôle dans le cadre de la consultation de groupe

Objectif : Chercher des moyens possibles de résoudre le problème du dilemme personnel entre religion et homosexualité.

Description : Une personne qui consulte joue le rôle d'un jeune homosexuel et une autre celui d'un responsable religieux qui serait le « directeur de conscience » du premier. Ensemble, ils parlent des conflits auxquels il doit faire face et demande de l'aide au représentant religieux (Bien entendu, une fille peut aussi jouer ce rôle. Vous pouvez également modifier l'exercice en attribuant un rôle bisexuel). Après quelques minutes, vous inversez les rôles. Le reste du groupe regarde. Tous ceux qui aimeraient jouer un rôle doivent également le faire. Si la discussion entre la jeune personne et l'homme de prière ne fait apparaître aucun point de vue nouveau, demandez aux membres du groupe d'indiquer ce qu'ils ont remarqué et ressenti en tant qu'acteurs et en tant que spectateurs.

Commentaire critique : Si les clients n'osent pas jouer le rôle d'un homosexuel, incarnez ce personnage vous-même. Il serait utile que votre interprétation soit quelque peu maladroite. Cela pourrait inciter les autres à essayer de réaliser une meilleure prestation que la vôtre.

**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](http://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