

Ce qu'il FAUT SAVOIR

Orientation sexuelle et offre de soutien aux jeunes gais, lesbiennes, bisexuels(les), bispirituel(les), ou en questionnement



Vous vous êtes peut-être déjà demandé si votre enfant ou votre adolescent était gai ou bisexuel. Il ou elle vous a peut-être déjà dit qu'il est gai ou qu'elle est gaie (le mot s'applique aux femmes comme aux hommes). La présente feuille de renseignements vous aidera à mieux comprendre le sujet de l'orientation sexuelle et à aider votre enfant ou votre adolescent. Le plus important à ne pas oublier c'est qu'être **gai, lesbienne ou bisexuel n'est pas un problème de santé mentale.**

Comment devient-on gai, hétérosexuel ou bisexuel?

D'après certaines études, notre orientation sexuelle (le fait d'être hétérosexuel ou homosexuel) serait déterminée dès notre plus jeune âge, ou même avant la naissance. Il n'y a pas de doute que des facteurs biologiques et génétiques jouent un rôle important. Une chose est très claire : le fait d'être **homosexuel ou hétérosexuel n'est pas un choix.** Aussi, même si notre orientation sexuelle est déterminée très tôt dans notre vie, d'habitude ce n'est que plus tard que nous la découvrons, un peu avant l'adolescence ou au début de celle-ci. Chaque personne vit cette expérience de manière différente. Les adultes homosexuels déclarent souvent qu'ils se sentaient « différents » dès leur plus jeune âge, sans vraiment pouvoir expliquer pourquoi. Le fait de se sentir « différent » très tôt dans l'enfance est toutefois plus fréquent chez les hommes gais que les femmes gaies.

Nous découvrons de manière graduelle qui nous attire. En général, les enfants commencent à avoir des élans amoureux vers la fin de l'enfance ou au début de l'adolescence. Beaucoup d'enfants et d'adolescents découvrent qu'ils sont attirés par les personnes du sexe opposé. Dans certains cas, ils se rendent compte que leur attirance sexuelle et leurs sentiments sont orientés vers des personnes de même sexe, ou des deux sexes. Beaucoup de jeunes homosexuels, lesbiennes ou bisexuels, luttent contre leurs sentiments à mesure qu'ils reconnaissent et acceptent petit à petit leur attirance vers des personnes de même sexe (ou des deux sexes).

Pour plus de clarté, revoyons la définition de quelques mots.

Bisexuel : Personne attirée d'une manière physique et sentimentale par les personnes de même sexe et de sexe opposé.

Gai : Personne attirée d'une manière physique et sentimentale par les personnes de même sexe. Dans le passé, ce mot était utilisé pour parler seulement des hommes homosexuels. De nos jours, il est aussi utilisé pour parler des femmes homosexuelles.

GLBTBQ- (Gais, lesbiennes, Bisexuels(les), Transgenres, Transsexuels(les), Bispirituel(les) ou en Questionnement sur l'orientation sexuelle et l'identité de genre). Ce feuillet d'information traite de l'orientation sexuelle, et non pas de l'identité de genre (comme les transgenres).

Hétérosexuel (« straight ») : Personne attirée d'une manière physique et sentimentale par les personnes de sexe opposé.

Homosexuel (gai ou lesbienne) : Personne attirée d'une manière physique et sentimentale par les personnes de même sexe. Ce terme offense de nombreuses personnes de la communauté GLBTBQ.

Lesbienne : Femme attirée d'une manière physique et sentimentale par les autres femmes.

Allosexuel (traduction du mot anglais « queer ») : Certaines personnes GLBT ont repris ce terme à leur compte et l'utilisent pour décrire les orientations sexuelles et les identités de genre qui sont différentes des hétérosexuels (straights).

Orientation sexuelle : Le fait d'être gai, lesbienne ou bisexuel.

Bispirituel : Ce concept provient des Premières Nations, des Inuits et des Métis. Il fait référence aux Autochtones remplissant les rôles traditionnels des deux sexes, incluant les rôles réservés aux personnes bispirituelles. Certains affirment qu'ils maintiennent leur équilibre en raison de la présence à la fois des esprits masculins et féminins dans leur corps. Les personnes bispirituelles étaient valorisées par leur communauté car elles pouvaient transcender les genres tout en maintenant un équilibre. Ces gens étaient respectés et admirés en tant que visionnaires, artisans de la paix et guérisseurs.

Certains jeunes n'ont aucun doute sur leur orientation sexuelle, alors que d'autres se questionnent davantage au départ. L'attirance et les fantasmes sexuels peuvent être très variés chez les jeunes. Être attiré par une personne du même sexe et avoir une relation sexuelle avec un partenaire du même sexe, ne signifie pas forcément qu'un adolescent est gai. De même, les fantasmes portant sur les personnes du sexe opposé, même le fait d'avoir des relations sexuelles avec celles-ci, ne signifient pas qu'un adolescent est hétérosexuel. De plus, dès le début de l'âge adulte, la plupart des jeunes savent s'ils sont gais, hétérosexuels ou bisexuels.

Quel est le pourcentage de personnes gais, lesbiennes ou bisexuelles dans la population générale?

Les chercheurs estiment qu'environ 10 % de la population mondiale s'identifie en tant que GLBTBQ.

Qu'est-ce que votre enfant ou votre adolescent peut ressentir?

Parfois, les jeunes ont honte ou se sentent coupables d'être gai, lesbienne ou bisexuel. Ils auront peut-être très peur d'être rejetés par leurs parents, leur famille et leurs amis. À cause de ces sentiments pénibles, un jeune peut devenir dépressif ou se renfermer sur lui-même. Les homosexuels ont souvent les inquiétudes suivantes :

Ils redoutent d'être l'objet de moqueries, ridiculisés, victimes d'intimidation, de rejet ou de harcèlement

Ils se sentent différents de leurs amis et de leurs pairs

Ils s'inquiètent de la réaction des amis ou de leur famille si ceux-ci « savaient »

Ils ont peur des infections transmissibles sexuellement (ITS) et du VIH (les hétérosexuels partagent ces inquiétudes)



Comment vous pourriez vous sentir : les réactions fréquentes lorsque l'on découvre que notre enfant est gai, lesbienne ou bisexuelle

Admettre la possibilité que notre enfant gai peut créer beaucoup de stress pour les parents et les autres membres de la famille. Il est normal d'avoir des sentiments de toutes sortes avant d'accepter cette réalité. Les parents peuvent ressentir un sentiment de perte lorsqu'ils apprennent que leur enfant est gai. Les membres de la famille peuvent réagir de différentes manières :

Déni

Il est parfois difficile d'imaginer que notre jeune est peut-être gai ou lesbienne. Les parents peuvent se dire « Il ne peut pas être gai, il a eu des petites amies - il joue au rugby » ou « elle ne peut pas être lesbienne, elle avait encore un amoureux le mois dernier, ce n'est qu'un caprice »;

Colère

Certains parents éprouvent de la colère, ils ont l'impression que leur adolescent a fait ce choix exprès pour les contrarier ou par rejet des valeurs familiales. Ils se disent « Comment peut-il nous faire ça? » Il arrive que ces parents expriment leur colère en étant hostiles envers leur jeune ou en le rejetant. Mais en fin de compte, la colère ne mène à rien, les parents doivent apprendre à faire face à la situation et à l'accepter;

Culpabilité

Certains parents ont l'impression d'avoir « fait quelque chose » qui a rendu leur enfant gai. « Comme parents, avons-nous fait quelque chose qui a pu causer son homosexualité? Nous aurions aimé avoir un garçon, peut-être que nous avons encouragé notre fille à agir comme un garçon? »;

Marchandage

« Si seulement il pouvait s'ôter l'idée de la tête et admettre qu'il n'est pas gai, nous pourrions lui acheter l'ordinateur qu'il réclame pour l'école »;

Acceptation

Une fois que les peurs et les sentiments pénibles ont diminué, de nombreux parents arrivent à accepter le fait que leur enfant est gai. « Même si, comme parent, j'ai trouvé cela très pénible par moments, je sais que dans le fond, tout ça n'est pas facile pour mon enfant non plus. Finalement, ce qui compte le plus, c'est de le soutenir et de lui montrer mon amour ».

Quelle que soit votre opinion sur les gais, les lesbiennes ou l'homosexualité en général, en fin de compte, votre enfant a besoin de votre soutien et de votre amour.

Il n'y a rien de mal à être gai, lesbienne ou bisexuel; l'orientation sexuelle, quelle qu'elle soit, n'a rien à voir avec un problème de santé mentale. Ce qui est grave, c'est le mépris et la discrimination envers les gais, les lesbiennes et les personnes bisexuelles.

Comment puis-je soutenir mon enfant?

Les jeunes GLBTBQ peuvent rencontrer de nombreuses difficultés au fur et à mesure qu'ils reconnaissent et acceptent leur orientation sexuelle. Ils se soucient de la réaction de leurs proches, peuvent se sentir isolés et être la cible d'intimidation ou de harcèlement. Si ces jeunes n'obtiennent pas le support dont ils ont besoin, ils seront plus enclins à souffrir de problèmes mentaux, d'alcoolisme et de toxicomanie.

1

Reconnaissez l'orientation sexuelle de votre jeune. Parlez-en avec lui. Votre adolescent risque de se sentir rejeté si vous agissez comme si de rien n'était ou que vous évitez le sujet. Posez-lui des questions sur les choses que vous n'arrivez pas bien à comprendre, comme « À quel moment as-tu commencé à te rendre compte que tu étais peut-être homosexuel ? ».

2

Offrez-lui votre soutien. Vous pouvez lui dire « Je t'aime comme tu es, dis-moi comment je peux t'aider. Je tiens à t'apporter mon soutien, dis-moi ce que je peux faire – J'aimerais te serrer dans mes bras ». S'il est d'accord, proposez à votre jeune de faire partie d'un groupe de soutien pour les jeunes homosexuels.

3

Surveillez votre adolescent. Demandez-lui comment il va et comment il fait face à la situation. Questionnez-le sur l'école – les homosexuels y sont parfois victimes d'intimidation.

4

Ne laissez pas la colère prendre le dessus. Si vous montrez de l'hostilité lorsque vous lui parlez de son orientation sexuelle, votre adolescent risque de se sentir rejeté. Prenez conscience de votre colère et apprenez à la calmer en vous renseignant le plus possible; rappelez-vous que l'homosexualité n'est pas un choix. Votre adolescent n'a pas décidé d'être gai pour se rebeller ou pour vous rendre la vie impossible.

5

Appréciez le fait que votre adolescent se soit confié à vous. Il est parfois difficile d'être mis au courant d'une chose qu'on aurait préféré ignorer; vous pouvez avoir l'impression que votre enfant aurait dû garder cela pour lui. Ne lui en voulez pas de vous avoir parlé de ses doutes sur son orientation sexuelle, ni de ne pas vous l'avoir dit plus tôt. Annoncer une telle nouvelle à ses parents est souvent très difficile pour un jeune. Si vous réagissez mal lorsqu'il se confie à vous, il pourrait bien choisir de ne plus rien vous dire à l'avenir.

6

Cherchez de l'aide. Discutez avec d'autres parents de jeunes homosexuels ou de lesbiennes (voir les coordonnées du PFLAG dans la section « Obtenir du soutien à Ottawa »). Certains parents ressentent de la honte, mais rappelez-vous qu'il n'y a rien de déshonorant à être le parent d'un jeune gai. Respectez l'intimité de votre jeune – vérifiez auprès de lui avant d'en faire part à d'autres personnes.

7

Continuez de faire les choses que vous faites habituellement. Louez un film. Allez magasiner. Partagez un repas. Faites des sorties en famille. Votre adolescent a les mêmes besoins que les autres jeunes. Les adolescents s'intéressent à toutes sortes de choses, même si leurs relations sentimentales prennent beaucoup de place dans leur vie.

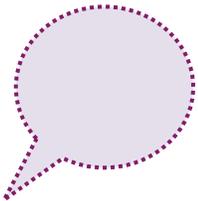
Devrais-je aviser l'école ?

Cela dépend. Mettriez-vous l'école au courant du fait que votre enfant est hétérosexuel? Si votre adolescent veut l'annoncer à un professeur qui pourra l'appuyer, allez de l'avant. Certaines écoles apportent beaucoup de soutien aux élèves homosexuels. D'autres moins. Si vous ou votre adolescent jugez que l'école ou les autres élèves pourraient être hostiles, choisissez soigneusement les personnes avec qui partager cette information. Rassurez votre adolescent sur le fait qu'avec le temps, il devient plus facile d'en parler dans des milieux où les gens sont plus âgés comme au collège, à l'université ou dans la plupart des lieux de travail.

Et qu'en est-il des fréquentations ?

À un moment donné, votre adolescent pourrait vous demander de vous présenter une personne qu'il fréquente. Traitez votre adolescent de la même façon que s'il fréquentait une personne du sexe opposé.

Que devrais-je dire à mes amis et aux membres de la famille ?



À un moment donné, vous voudrez l'annoncer à votre famille et à vos amis. Si vous avez des doutes, attendez de vous sentir prêt. Obtenez la permission de votre enfant avant de l'annoncer aux autres et demandez-lui ce qu'il veut partager. Les vrais amis et la famille vous appuieront. Vous devrez peut-être éviter les personnes qui ne vous appuient pas ou passer moins de temps avec elles. Si elles sont critiques ou hostiles, vous avez le droit de leur demander d'éviter de porter des commentaires négatifs en votre présence.

Le risque de contracter le VIH ou une autre infection transmissible sexuellement (ITS) n'est-il pas plus élevé chez les homosexuels ?

Les infections transmissibles sexuellement sont courantes chez les hétérosexuels comme chez les gais. En adoptant des pratiques sexuelles sûres (p. ex., en utilisant des condoms), on élimine presque complètement le risque de transmission des ITS et du VIH. Dans le monde, le SIDA/VIH touche surtout les hétérosexuels.

Y a-t-il davantage de pédophiles (personnes attirées sexuellement par les enfants) parmi les homosexuels ?

Non. La pédophilie n'a rien à voir avec l'orientation sexuelle. À titre d'exemple, la recherche effectuée sur les hommes a démontré que les hommes gais ne sont pas plus enclins que les hétérosexuels à agresser sexuellement les enfants.

Orientation sexuelle et droits de la personne

Au cours de la dernière génération, il y a eu d'importants changements relativement aux droits légaux des lesbiennes, gais et bisexuels. Les personnes GLBTBQ, leurs familles et leurs alliés ont beaucoup travaillé afin de s'assurer que les GLBTBQ ne soient pas victimes de discrimination. Exemple :

- En 1995, la Cour suprême du Canada a confirmé l'égalité des gais et lesbiennes dans la Charte canadienne des droits et libertés.
- En 1996, la Loi canadienne sur les droits de la personne (LCDP) a été modifiée pour interdire explicitement la discrimination fondée sur l'orientation sexuelle. Aujourd'hui, dans chaque province et territoire du Canada, les droits de la personne protègent les gais, lesbiennes et bisexuels de la discrimination.

Obtenir du soutien

En situation de crise ? Appelez la Ligne de crise pour enfants, jeunes et familles de l'est de l'Ontario au 613-260-2360 ou sans frais au 1-877-377-7775

Services à la jeunesse LGBTTBQ : Accueil, soutien et conseils aux jeunes de 12 à 25 ans et à leurs familles à Ottawa. Demandes des services de conseils par l'intermédiaire de l'accueil des Services sociaux au 613-233-5430 et laissez un numéro de téléphone ou une adresse courriel afin que nous puissions communiquer avec toi en toute sécurité.

http://www.centretownchc.org/fr/programmes-et-services/des_services_pour_vous/glbttq.aspx

Pour de plus amples renseignements, communiquez avec Ernie au 613-233-4443, poste 2171 egibbs@centretownchc.org

Bureau des services à la jeunesse : Conseils positifs et intervention en situation de crise pour les jeunes LGBTTBQ de 12 ans et plus à titre individuel, familial ou en groupe dans la région d'Ottawa. Service d'accueil : 613-562-3004 www.ysb.on.ca

Gai écoute : Centre d'aide, d'écoute téléphonique et de renseignements pour les gais et lesbiennes du Québec. 1-800-505-1010 www.gaiecoute.org

PFLAG Ottawa : Groupe de soutien pour les parents, familles, amis et conjoints des personnes gaies, lesbiennes, bisexuelles et transsexuelles. www.gaycanada.com/pflag-ottawa 613-860-7138

Jeunesse J'écoute 1-800-668-6868 <http://org.jeunessejecoute.ca//fr/homepage-new>

En anglais seulement

Pour une liste détaillée des ressources offertes aux jeunes GLBTBQ : http://bit.ly/glbttq_resource

Positive Spaces pour les nouveaux arrivants GLBT : Une initiative du Conseil ontarien des organismes de services aux immigrants (OCAIS) www.positivespaces.ca

Afin d'obtenir de plus amples informations pour la région d'Ottawa, contactez Ernie au 613-233-4443, poste 2171 egibbs@centretownchc.org

Le Ten Oaks Project intègre et rassemble les enfants et les jeunes de la communauté GLBTBQ (gaie, lesbienne, bisexuelle, transgenre, transsexuelle, bispirituelle et en questionnement) par l'intermédiaire de programmes et d'activités fondés sur le jeu. www.tenoaksproject.org

Around the Rainbow est un projet communautaire d'Ottawa s'impliquant auprès de la communauté gaie, lesbienne, bisexuelle, transgenre, transsexuelle, bispirituelle, en questionnement (GLBTBQ) et des alliés pour intégrer diverses familles aux systèmes de garderies, d'éducation, aux milieux éducationnels ainsi que dans la collectivité en général. www.aroundtherainbow.org

MonAGH.ca est une initiative d'Égale Canada. Ce site offre un espace interactif pour les jeunes Canadiens en questionnement, les éducateurs et alliés ainsi que de l'information et des ressources éducationnelles. On y retrouve des sections pour les jeunes, les parents et les éducateurs. www.monagh.ca

Sites Web

Alterheros www.alterheros.com

Santé Arc-en-ciel Ontario: www.rainbowhealthontario.ca

Coalition Santé Arc-en-ciel Canada: www.rainbowhealth.ca

PFLAG Canada (Parents, des familles et d'amis des gaies et lesbiennes) www.pflagcanada.ca

Auteurs :

Ce document a été écrit par le Comité d'information sur la santé mentale du Centre hospitalier pour enfants de l'est de l'Ontario (CHEO) et révisé par des membres du Réseau d'information sur la santé mentale des enfants et des jeunes (www.cymhin.ca).

Tous nos remerciements à Hershel Kagan, médecin de famille et physiothérapeute, à Jerry Ritt, psychothérapeute, à Christine Kouri, représentante des patients et des familles du CHEO, le Forum de familles du CHEO et Marnie Potter du CHEO. Nous tenons à remercier grandement nos collègues de la communauté, et particulièrement Ernie Gibbs, d'avoir révisé et présenté des commentaires utiles.

Licence Creative Commons

Vous avez l'autorisation de partager, de reproduire et de diffuser cette œuvre dans sa totalité sans modification. Cette œuvre ne peut être utilisée à des fins commerciales. Veuillez communiquer avec le Comité d'information sur la santé mentale si vous voulez adapter le contenu en fonction des besoins de votre communauté.



Avis de non-responsabilité :

L'information contenue dans ce fascicule est de nature générale, et peut s'appliquer ou non à votre enfant ou adolescent. Votre fournisseur de soins de santé constitue votre meilleure source d'information sur la santé de votre enfant.

Offert par :

Références

American Psychological Association, retrieved Aug 26, 2007 from <http://www.apa.org/monitor/dec05/kids.html>

Jenny et al.: Are children at risk for sexual abuse by homosexuals? *Pediatrics*, 94, 41-44, 1994.

Gregory Harek, Facts about homosexuality and child molestation. Retrieved Aug 24, 2007 from http://psychology.ucdavis.edu/rainbow/html/facts_molestation.html