

Sortir du placard: comment réagir lorsqu'un·e jeune 2SLGBTQI se confie à vous sur son identité?

Le fait de révéler son identité de genre ou son orientation sexuelle est une expérience qui demande une incroyable dose de courage, de vulnérabilité et d'honnêteté. En se confiant ainsi à vous, la personne vous invite à mieux la comprendre et à la connaître davantage : le fait de recevoir de telles informations est donc un véritable privilège. Cette personne aura probablement vécu ce processus un certain nombre de fois dans sa vie et rencontré des réactions très différentes, c'est pourquoi il est essentiel de réagir d'une manière qui renforcera son affirmation.

Voici quelques éléments à garder à l'esprit au cours d'une telle conversation :



1) L'espace

Que cette conversation ait été planifiée ou non par la personne, essayez au mieux de créer un espace qui favorisera l'échange. Coupez les distractions et prenez tout le temps nécessaire.



2) Calm

Restez calme, écoutez et laissez la personne mener la conversation.



3) L'écoute

Écoutez la jeune personne sans l'interrompre. Elle vous fera peut-être part de son vécu, de ce qu'elle a ressenti en découvrant son identité et de ce qui l'a poussée à avoir cette conversation avec vous. Il s'agit d'un moment de sincérité qui peut susciter un sentiment de grande vulnérabilité.



4) La réflexion

Reprenez les éléments mentionnés par la personne afin de lui montrer que vous l'avez écoutée et comprise. Assurez-lui que vous continuerez à l'aimer et à l'accepter telle qu'elle est. Si vous avez besoin d'éclaircir certains points, assurez-vous que la personne dispose de l'énergie nécessaire pour répondre à vos questions. Si le moment est trop intense, gardez vos questions pour vous et posez-les plus tard.



5) Le consentement

Si la personne est d'accord pour répondre à vos questions, demandez-lui si elle vous autorise à parler de cette conversation avec d'autres personnes ou si elle préfère que cela reste entre vous. Si elle n'est pas en mesure de répondre à vos questions, gardez cette conversation pour vous en attendant le bon moment pour lui demander son consentement.



6) La reconnaissance

À la fin de la conversation, exprimez tout sentiment de reconnaissance que vous pourriez ressentir. Il s'agit d'une bonne manière de vous ancrer, vous et la personne, dans une conversation qui a certainement nécessité beaucoup de vulnérabilité et suscité des émotions intenses. Souvenez-vous : il n'est pas nécessaire de tout savoir ou de posséder toutes les réponses immédiatement, mais la reconnaissance et l'affirmation peuvent aider la personne à savoir qu'elle a fait le bon choix en décidant d'avoir cette conversation avec vous. Voici quelques exemples de reconnaissance : Je suis honoré-e que tu me fasses assez confiance pour partager ta vulnérabilité avec moi; Merci de m'avoir permis de comprendre ce que tu vis; Je te remercie d'avoir partagé cette information importante sur toi.



7) Les ressentis

Que vous soyez parent, tuteur·ice ou enseignant·e, vous êtes très probablement en position de pouvoir dans cette dynamique. Vous avez donc la responsabilité de vous montrer bienveillant·e envers la personne qui vous accorde sa confiance. Au cours de cette conversation, la bienveillance se traduit par l'espace que vous donnez à la personne pour exprimer ses émotions, mais aussi par votre capacité à mettre de côté vos potentielles émotions négatives ou complexes. Il n'incombe pas à la jeune personne de porter le poids de vos émotions difficiles. Cela ne veut pas dire que vous ne devriez rien ressentir! Après la conversation, tournez-vous vers vos pair·es ou votre communauté pour trouver un espace où vous pourrez exprimer vos émotions et les traverser. Ce conseil est d'autant plus important si vous ressentez de la colère, de la tristesse ou de la déception.



8) L'apprentissage

En vous renseignant sur les sujets liés aux identités 2SLGBTQI de votre côté, vous vous donnez les moyens de recevoir avec bienveillance la personne qui s'est affirmée auprès de vous, mais aussi tous·tes les jeunes qui se tournent vers des adultes pour trouver affirmation, soutien et sécurité. Informez-vous afin de pouvoir partager vos connaissances avec d'autres adultes, et ainsi créer des espaces plus sécuritaires qui favorisent l'affirmation; les espaces inclusifs profitent à tous·tes les jeunes, quelle que soit leur identité. Voici quelques ressources pour commencer :

- [Lexique et définitions 2SLGBTQI](#)
- [Guide d'usage des pronoms](#)
- [Grammaire de genre neutre et langage inclusif](#)
- [Composantes de l'identité humaine](#)
- [Des conseils sur la manière d'agir en allié·e 2SLGBTQI](#)
- [Soutenir votre enfant de genre divers](#)
- [Traçons les limites contre la violence transphobe](#)
- [Cyber-intimidation envers les personnes 2SLGBTQI](#)
- [Comment identifier les pratiques de thérapies de conversion?](#)
- [Ateliers sur les écoles inclusives d'Égale](#)