

Regards croisés sur le *coming out* et la transition des personnes LGBTQ+ en Gaspésie–Îles-de-la-Madeleine

Projet financé par le Programme d'innovation dans les collèges et la communauté — Fonds d'innovation sociale destiné aux collèges et aux communautés du CRSNG



CIRADD Innovation sociale

Correspondance : 776, boulevard Perron | Bureau : 767, boulevard Perron

Carleton-sur-Mer (Québec) G0C 1J0

Téléphone : 418 364-3341, poste 8777 | info@ciradd.ca



RÉALISATION ET RÉDACTION DU DOCUMENT

Sarah Jane Parent, chargée de recherche

Annie-Claude Veilleux, professionnelle de recherche

Anne-Julie Landry, professionnelle de recherche

Annick Viel, enseignante en Techniques de travail social, Cégep de la Gaspésie et des Îles

TRAITEMENT ET ANALYSE DES DONNÉES

Anne-Julie Landry, professionnelle de recherche

Sarah Jane Parent, chargée de recherche

Marlène Juvany, chargée de recherche impliquée dans la réalisation du projet, CIRADD

Annick Viel, enseignante en Techniques de travail social, Cégep de la Gaspésie et des Îles

CONTRIBUTIONS SPÉCIFIQUES

Marlène Juvany, chargée de recherche impliquée dans la réalisation du projet

Geneviève Bourque, professionnelle de recherche

Frédérique Caissy, professionnelle de recherche

Audrey Lafontaine, étudiante assistante de recherche

Julianne Parent, étudiante assistante de recherche

Francis Bélanger, étudiant assistant de recherche

Gilbert Bélanger, directeur de la recherche au moment de la demande de financement

RÉVISION DU CONTENU

Pierre-Luc Gagnon, directeur de la recherche

RÉVISION LINGUISTIQUE ET ORTHOGRAPHIQUE

Dorina Allard, agente de bureau

CONCEPTION GRAPHIQUE

Dorina Allard, agente de bureau

Geneviève Bouffard

PHOTOGRAPHIES DE LA PAGE COUVERTURE

Images libres de droits. [En ligne]. canva.com

Montage photo : Odrée Robichaud

PROPRIÉTÉ INTELLECTUELLE

Le présent document et ses différentes composantes sont protégés par les lois fédérales et provinciales en matière de propriété intellectuelle et de droit d'auteur.e ainsi que par les ententes en cours. Toute reproduction, diffusion ou utilisation de ce document, en tout ou en partie et par quelque moyen que ce soit, est interdite sans l'autorisation écrite du CIRADD.

RÉFÉRENCE SUGGÉRÉE

Parent, Sarah Jane, Annie-Claude Veilleux, Anne-Julie Landry et Annick Viel. 2021. *Regards croisés sur le coming out des personnes LGBTQ+ en Gaspésie et aux Îles-de-la-Madeleine*, CIRADD, Carleton-sur-Mer, 88 pages.

NOTE

Dans le texte, lorsqu'il est question des personnes qui ont participé à l'étude, qu'il s'agisse de jeunes ou de toute personne ayant participé aux entrevues individuelles ou aux groupes de discussion, certains suffixes flexionnels adaptés pour les désigner ont été ajoutés aux mots employés afin de favoriser l'inclusion et de diminuer la fréquence des doublets. Quant aux citations, elles sont retranscrites telles quelles.

De plus, la participation au projet étant anonyme, tous les noms des participant.e.s ont été changés afin de conserver la confidentialité. Les noms de lieux ont été omis pour les mêmes raisons.

Projet 2017046

REMERCIEMENTS



L'équipe tient d'abord à remercier les participant.e.s à l'étude qui ont fait confiance aux intervieweuses et ont généreusement accepté de partager des moments intimes de leur vie. Leurs voix sont précieuses et auront certainement un impact sur les enjeux en lien avec les réalités des personnes LGBTQ+ en Gaspésie et aux Îles-de-la-Madeleine.

Un merci chaleureux est également adressé à Brian Carey, cofondateur et ancien coordonnateur de l'Association LGBTQ+ Baie-des-Chaleurs ainsi que Hélène Morin, chargée de projet pendant plusieurs années pour l'organisme. Leur appui au CIRADD a été soutenu dès le début du projet et leur partenariat a été d'une grande valeur. L'équipe est également grandement reconnaissante d'avoir eu en soutien leur successeur, Lovani Côté, coordonnateur de l'Association LGBTQ+ Baie-des-Chaleurs.

Nous tenons également à souligner le rôle primordial de Line Chamberland, titulaire de la Chaire partenariale de recherche contre l'homophobie (CRH) de l'UQAM jusqu'en 2020¹, dans le déroulement du projet ainsi que l'importance de ses précieux conseils à différentes étapes clés du projet. Nous remercions également avec enthousiasme Gabriel James Galentino, coordonnateur de la Chaire de recherche sur la diversité sexuelle et la pluralité des genres pour ses conseils astucieux quant aux démarches en lien avec les outils de sensibilisation.

Nous tenons à remercier les membres du comité de suivi pour leur collaboration et leurs précieuses rétroactions lors des rencontres : Élise Cornellier, Laszlo Bois, Caroline Dugas, Samuel Méthot-Laflamme, Marie-Claude Tremblay, Nastassia Williams, Catherine Cyr Wright et Yannick Sage.

Nous remercions également Mathieu Boudreau, de Phi Productions pour avoir traité le sujet avec sensibilité lors de la réalisation des capsules vidéo s'adressant aux jeunes LGBTQ+. Il en est de même pour Fleurdelise Dumais, qui a mis à profit sa créativité dans la production du dépliant de sensibilisation s'adressant aux parents de jeunes LGBTQ+.

Le projet a été rendu possible grâce à une subvention du Programme d'innovation dans les collèges et la communauté — Fonds d'innovation sociale destiné aux collèges et aux communautés du Conseil de recherches en sciences naturelles et en génie du Canada.

¹ Depuis 2019, Line Chamberland a partagé le titulariat de la CRH avec Martin Blais et a pris sa retraite en 2020. En décembre 2020, la CRH est devenue la *Chaire de recherche sur la diversité sexuelle et la pluralité des genres*.

RÉSUMÉ



Coming out, dévoilement, sortie du placard et transition sont plusieurs des termes utilisés pour aborder le dévoilement de son orientation ou de son identité sexuelle à son entourage. Ce moment clé, d'affirmation de soi devant les autres, relève d'un processus complexe et difficile que les personnes lesbiennes (L), gaies (G), bissexuelles (B), transgenres (T), en questionnement ou queer (Q) vivent en interaction avec leur environnement, qui est parfois constitué de personnes méconnaissant les réalités vécues par les personnes LGBTQ+².

L'objectif principal du présent projet était de mieux comprendre le vécu des jeunes LGBTQ+ et de leurs proches lors du dévoilement. Ceci permettra de mieux sensibiliser l'entourage des jeunes LGBTQ+ afin qu'ils soient mieux épaulés pendant ce moment crucial.

Ce projet a été réalisé dans une démarche partenariale, avec un comité de suivi qui a collaboré avec l'équipe de chercheur.e.s à différentes étapes de la recherche. Une approche qualitative a été utilisée dans la cueillette et le traitement des données. Ainsi, trente entrevues ont été réalisées auprès des trois groupes cibles, soit 1) des jeunes LGBTQ+ ayant fait leur *coming out* dans la région Gaspésie–Îles-de-la-Madeleine (GÎM) ; 2) des parents de ces jeunes ; et 3) des ami.e.s de ces jeunes. Deux groupes de discussion ont par la suite été organisés auprès des jeunes et des parents. Ces différentes rencontres ont permis de révéler des récits uniques, dont les moments clés sont présentés dans ce rapport. Les participant.e.s ont généreusement partagé leur vécu avant, pendant et après le dévoilement de même que leurs perceptions en lien avec le contexte régional propre aux territoires gaspésien et madelinien. Les attentes, les appréhensions et les réactions des jeunes, des parents et des ami.e.s se sont retrouvées au cœur des entretiens et jettent un regard inédit sur comment chacun.e peut se sentir dans ces circonstances. Dans un premier temps, ces thématiques ont été abordées à la période précédant le dévoilement. Les jeunes ont partagé les questionnements et les peurs qui les habitaient à ce moment de leur vie. Les parents et les ami.e.s ont de leur côté parlé de leur expérience, ou de leur manque d'expérience dans certains cas, quant aux réalités LGBTQ+. Par la suite, tous les aspects concernant le moment du dévoilement en tant que tel ont été discutés par les participant.e.s des trois groupes, ainsi que les facteurs ayant facilité ou rendu plus difficile ce moment crucial, riche en émotion. Dans un troisième temps, les propos relatifs à l'après-dévoilement seront présentés. Ainsi, les répondant.e.s ont abordé l'évolution de leur relation, le soutien offert ou reçu, et ont jeté un regard sur ce qu'ils ou elles feraient de différent si c'était à refaire. Finalement, tous ont partagé leur vision de ce qu'implique le fait de faire son *coming out* dans une région comme celle de la Gaspésie et des Îles et ont abordé les aspects positifs et négatifs liés à l'environnement social dans lequel le dévoilement s'est déroulé. Malgré le partage de plusieurs expériences positives, les propos des participant.e.s ont indiqué qu'un travail reste à faire afin de continuer de démystifier les enjeux des communautés LGBTQ+ en région rurale et d'offrir une plus grande visibilité à ses membres.

Au terme de ce projet, deux outils d'information et de sensibilisation sur le dévoilement des personnes LGBTQ+ ont auront été réalisés et diffusés par l'entremise de différents modes de

² Un lexique du vocabulaire de la diversité liée au sexe, au genre et à l'orientation sexuelle est disponible à l'annexe 1.

communication (journaux locaux, médias sociaux, etc.). D'abord, trois capsules vidéo destinées aux jeunes LGBTQ+ vivant dans la région GÎM seront produites. Puis, un dépliant s'adressant principalement aux parents, mais également à l'entourage de jeunes LGBTQ+, sera rédigé et accessible. Ces outils permettront de combler, en partie, le manque de modèles LGBTQ+ en milieu rural et d'accompagner les jeunes en questionnement, de même que leurs proches.

TABLE DES MATIÈRES

Introduction	1
Revue de littérature.....	2
État des connaissances : Vécu des jeunes LGBTQ+, des parents et des ami.e.s durant le <i>Coming out</i> et la transition des jeunes LGBTQ+	2
Vécu et besoins des jeunes LGBTQ+ pendant le <i>coming out</i> et la transition.....	2
Vécu et besoins des parents	10
Vécu et besoins des ami.e.s	13
L'importance de l'environnement social des jeunes : recommandations et pistes de solution	14
Personnes bispirituelles	15
Méthodologie	18
Une approche partenariale et collaborative	18
Approche qualitative	19
L'échantillon	19
Modalités de recrutement des participants ou participantes	19
Caractéristiques des participant.e.s	19
Les collectes de données	20
Techniques de collecte	20
Traitement et analyses des données	21
Résultats.....	22
Entrevues individuelles.....	22
Avant le dévoilement : un moment d'incertitudes.....	22
La parole aux jeunes : des questionnements difficiles et la peur du rejet	22
La parole aux mères : de l'ouverture à la méconnaissance, en passant par le doute	29
La parole aux ami.e.s : une position d'ouverture	31
Regards croisés	32
Le dévoilement : une conversation pas comme les autres.....	33
La parole aux jeunes.....	33

La parole aux mères : le dévoilement, un moment émotif	38
La parole aux ami.e.s : des annonces dans l'intimité ou en public	42
Regards croisés	46
Après le dévoilement : et maintenant ?	46
La parole aux jeunes	46
La parole aux mères : devenir parent d'un enfant LGBTQ+	51
La parole aux ami.e.s : des liens d'amitié plus forts	54
Regards croisés	55
L'environnement social : faire son <i>coming out</i> en région	55
La parole aux jeunes	56
La parole aux mères	61
La parole aux amis	62
Regards croisés	64
Groupes de discussion	65
Résumés des discussions	66
Du côté des mères	66
Du côté des jeunes	67
Discussion	68
Conclusion	73
Bibliographie	74
Annexe 1	80
Lexique LGBTQ+	80
Quelques termes relatifs à l'orientation sexuelle	80
Quelques termes relatifs à l'identité et à l'expression de genre	81

INTRODUCTION



En 2017, le CIRADD et ses partenaires ont entrepris de dresser un portrait sociosanitaire des personnes LGBTQ+ de la région de la Gaspésie et des Îles-de-la-Madeleine (GÎM) (Lépine *et al.*, 2017). Les principaux constats qui sont ressortis ont permis de cerner les principales problématiques locales, vécues par les personnes LGBTQ+, soit l'isolement et les relations sociales, le processus de dévoilement (*coming out*), les comportements homophobes, le rapport aux services sociaux et de santé, de même que la santé générale des personnes LGBTQ+. L'analyse des résultats a permis de tracer un portrait assez complet de la communauté LGBTQ+ en lien avec les sujets mentionnés, lequel mena à une conclusion préoccupante au sujet des jeunes en particulier. Effectivement, l'état de santé mentale des jeunes LGBTQ+ semblait plus problématique que dans la population générale, alors que celui des adultes plus âgés était au-dessus de la moyenne. L'étude soulevait l'acceptation de l'identité sexuelle ou de genre, le fait d'avoir fait son *coming out* et la victimisation en matière d'intimidation comme étant des facteurs pouvant avoir un impact sur la santé mentale des jeunes.

Faire son *coming out* s'avère particulièrement complexe et implique souvent de la détresse psychologique chez les personnes LGBTQ+, un sentiment d'isolement et de multiples craintes (Lépine *et al.*, 2017). Le stress encouru s'avère d'autant plus élevé en région rurale (Cohn & Hastings, 2011 ; Annes & Redlin, 2012). Le maintien des liens de proximité est un enjeu crucial pour le bien-être des personnes LGBTQ+ (Chamberland et Paquin, 2007). La façon dont ces révélations vont être reçues par leur entourage est non négligeable, sachant que cela influencera grandement la vie de chacun. Certaines études relèvent que la présence des parents lors du dévoilement est un facteur positif pour la santé mentale des jeunes en dévoilement, en plus de favoriser le maintien d'une bonne relation avec leur enfant (Lavoie et Côté, 2014). Cependant, les réactions de l'entourage (famille proche, ami.e, etc.) ne sont parfois pas celles attendues par la personne faisant son *coming out* étant donné que celle-ci a cheminé longuement avant de se dévoiler, tandis que les parents, notamment, pouvaient ne pas s'attendre à la nouvelle identité sexuelle de leur enfant (Lavoie et Côté, 2014). S'intéresser aux réalités du dévoilement, et ce, tant chez les jeunes eux-mêmes que chez leurs proches, est prioritaire dans ce contexte.

Le présent rapport est divisé en quatre sections. La première section présente une revue de littérature portant sur le vécu des jeunes LGBTQ+, des parents et des ami.e.s pendant le *coming out* et la transition des jeunes LGBTQ+. La deuxième section décrit la méthodologie de recherche utilisée dans le cadre des collectes de données réalisées auprès des jeunes LGBTQ+, de leurs parents, et de leurs amis.e.s. La troisième section présente les résultats des entrevues réalisées de même que des groupes de discussion. Finalement, la quatrième section présente une discussion des résultats.

REVUE DE LITTÉRATURE



Une revue de littérature a été réalisée portant sur le vécu et les besoins des trois populations cibles de l'étude dans cette recherche, soit les jeunes et jeunes adultes LGBTQ+ de 15 à 30 ans, vivant dans la région GÎM et ayant fait leur *coming out*, leurs parents et leurs amis.e.s. Cette section en présente les principaux éléments. Cette recherche s'intéressant également à l'expérience spécifique du *coming out* en zone rurale, une partie de la revue de littérature a été réservée aux différents enjeux relatifs à l'environnement social des jeunes LGBTQ+ lors de leur *coming out*. Enfin, une section concernant les personnes bispirituelles a également été ajoutée, car les réalités des personnes des communautés autochtones diffèrent notamment en raison de leur culture spécifique, mais aussi en raison des rapports de pouvoir encore présents à l'heure actuelle entre les communautés autochtones et non autochtones.

ÉTAT DES CONNAISSANCES : VÉCU DES JEUNES LGBTQ+, DES PARENTS ET DES AMI.E.S DURANT LE *COMING OUT* ET LA TRANSITION DES JEUNES LGBTQ+

« Les repères identitaires traditionnels ne collent pas au vécu de nombreux jeunes qui aspirent à être eux-mêmes » (Dorais, 2015). Pour être elles-mêmes, certaines personnes, telles que les membres de la communauté LGBTQ+, doivent sortir des modèles identitaires traditionnels hétérosexuels, cisgenres et binaires (homme-femme) qui sont encore considérés comme étant la « norme » pour pouvoir affirmer leur identité. On parle alors de dévoilement (ou de « *coming-out* »), alors que pour les personnes trans, on parle aussi de transition. Le processus de *coming out* et d'acceptation de soi est assez complexe notamment chez les jeunes de la communauté LGBTQ+. Bien que ces réalités soient différentes, elles relèvent toutes du moment où la personne s'affirme auprès de ses proches. C'est pourquoi il importe de s'intéresser au vécu particulier de cette étape importante de la vie des jeunes LGBTQ+, mais aussi de la vie de leurs proches.

La présente section effectue un tour d'horizon du vécu des jeunes LGBTQ+ durant le dévoilement à leurs proches. Il sera question, dans un deuxième temps, des difficultés pouvant être vécues chez les parents lors du dévoilement, moment où leur soutien auprès des jeunes LGBTQ+ demeure fondamental. Pour poursuivre sur le rôle des proches, il sera question du soutien qui peut être apporté par les ami.e.s ou l'entourage des jeunes s'appêtant à se dévoiler. Enfin, une portion de la réflexion sera également réservée à la situation des personnes bispirituelles et des enjeux qui leur sont spécifiques.

Vécu et besoins des jeunes LGBTQ+ pendant le *coming out* et la transition

Le dévoilement, ou *coming out*, des jeunes LGBTQ+, est habituellement considéré comme le moment précis du dévoilement de son identité ou de son orientation sexuelle auprès de ses parents. Il peut toutefois aussi être considéré comme un processus non linéaire s'étirant sur le

long terme et composé de différentes étapes. En effet, avant de se dévoiler à ses proches ou à sa famille, le ou la jeune en questionnement devra d'abord, par exemple, faire son dévoilement à lui ou à elle-même, étape qui n'est pas exempte de difficultés et de questionnements, comme peut l'être le dévoilement à son entourage. Au-delà du dévoilement, la consolidation et l'affirmation de son identité ou de son orientation sexuelle sont d'autres étapes importantes du *coming out* considérées sur le long terme (Coalition des Familles LGBT, 2016). À chacune des différentes étapes de ce long processus, les besoins émotionnels nécessaires à chaque jeune varieront, et les sources de soutien pourront également varier. Différents aspects de ce processus, ainsi que les particularités propres à celui-ci en région, sont abordés ci-dessous.

DES CONSÉQUENCES SUR LA SANTÉ MENTALE DES JEUNES

La révélation de l'orientation sexuelle a fréquemment lieu pendant l'adolescence, période de leur vie durant laquelle les jeunes LGBTQ connaissent une plus grande vulnérabilité (Aerts *et al.*, 2011 ; Craig & McInroy, 2014). En effet, les personnes LGBTQ+ qui s'apprêtent à faire leur *coming out* peuvent ressentir un grand stress et avoir peur de perdre des relations avec leurs proches et de se faire juger (Morgan, 2014). Cette vulnérabilité se manifeste par de nombreux problèmes de santé, tels que les problèmes de santé mentale, les troubles de l'alimentation, la violence et le suicide (Higa *et al.*, 2014). Concernant plus spécifiquement les personnes LGB, celles-ci intériorisent souvent une image négative de leur orientation sexuelle due aux victimisations homophobes vécues ou observées. L'homophobie intériorisée peut parfois amplifier la difficulté d'affirmation même face à soi-même, amenant à vivre de la détresse psychologique et de l'isolement social (Raymond *et al.*, 2015). D'ailleurs, l'homophobie intégrée serait associée au fait que les jeunes utiliseraient moins les ressources sociales et psychologiques mises à leur disposition (Lehavot & Simoni, 2011 ; Szymanski *et al.*, 2008). À propos de leurs environnements social et scolaire, enfin, la littérature existante suggère que les jeunes LGBT sont à haut risque par rapport à plusieurs problèmes de santé comme les tentatives de harcèlement, la baisse du rendement scolaire et même les idéations suicidaires (Munoz-Plaza *et al.*, 2002).

Bien qu'il existe à ce jour moins de recherches sur les personnes transgenres et non conformes dans le genre (TGNC), les études affirment que les personnes TGNC font souvent face à de la transphobie, de la discrimination, du rejet ou encore de la violence. Aussi, tel que rapporté par Medico & Pullen-Sansfaçon (2017), la dépression, l'anxiété, les troubles alimentaires et les idéations suicidaires sont aussi beaucoup plus fréquents chez ces jeunes. La période précédant la transition et le dévoilement post-transition peuvent donc aussi être particulièrement difficiles et longs à vivre chez les jeunes TGNC. En effet, les jeunes TGNC peuvent commencer très tôt à se sentir mal à l'aise ou créatifs dans leur genre. Le dévoilement survient d'ailleurs le plus souvent à l'adolescence, lorsque le début de la puberté rend le quotidien de plus en plus insoutenable pour la personne.

Ainsi, le *coming out* ou la transition sont des moments où les jeunes ont besoin d'être entouré.e.s et bien reçu.e.s par leurs proches. Cependant, les difficultés rencontrées pendant le *coming out* ou la transition sont parfois méconnues par la population.

UNE PLUS GRANDE COMPLEXITÉ EN RÉGION

Bien que les droits des minorités sexuelles aient évolué depuis plusieurs années, les jeunes LGBTQ+ connaissent encore de la stigmatisation ainsi que de la victimisation (Blais *et al.*, 2013 ; Chamberland *et al.*, 2013 ; Hughes *et al.*, 2010 ; Taylor & Peter, 2011) et ce, de manière encore plus marquée en région non urbaine (Dahl *et al.*, 2015). Différentes raisons expliquent cette différence et peuvent compliquer le processus de *coming out* des personnes LGBTQ+, entre autres, le fait qu'une homophobie plus grande, réelle ou perçue subsisterait en région rurale, que l'anonymat y est plus difficile à conserver et que les relations sociales et les services y sont plus limités.

La question d'une homophobie ou d'une transphobie plus marquée en région rurale est toujours sujette à débat. La plupart des études faites en ce sens ont pour la plupart été effectuées auprès de population rurale des États-Unis, ce qui justifie d'autant plus de s'y intéresser en contexte québécois. Certaines études plus vieilles ou plus récentes constatent une homophobie plus grande en région rurale qu'urbaine (Morgan, 2014 ; Preston *et al.*, 2002). Morgan (2014) relève que la population générale en milieu rural ne serait pas suffisamment renseignée au sujet des réalités des personnes LGBTQ+ et que ceci peut y expliquer une plus grande stigmatisation de ces communautés. Rétroactivement, les personnes LGBTQ+ vivraient donc davantage dans la crainte de vivre de l'intimidation ou de la discrimination en milieu rural, comme perdre leur emploi ou la garde de leur enfant, puisque la population en général serait moins au fait de la réalité des personnes LGBTQ+, et donc plus susceptibles d'entretenir de fausses conceptions à leur égard (Lépine *et al.*, 2017). Pour les personnes transgenres, cela peut également leur nuire lorsqu'ils veulent trouver un emploi. On remarque d'ailleurs un plus haut taux de dépression et de trouble de somatisation chez les hommes trans du milieu rural que du milieu urbain (Klein *et al.*, 2015). D'autres auteur.e.s, à l'inverse, ne constatent pas un déséquilibre aussi grand entre la ville et la région, voire identifient la présence d'un réseau social de soutien de proximité plus grand en région qu'en ville pour les personnes LGB (Wienke & Hill, 2013). Enfin, Savin-Williams (2005) constate quant à lui que l'existence d'un conservatisme ambiant emmènerait les jeunes LGBTQ+ à percevoir une homophobie plus grande en zone rurale, ce qui les pousserait à vivre leur homosexualité ou leur transsexualité de manière plus cachée. Il est à noter que la plupart de ces études concernaient également uniquement les phénomènes d'homophobie, et n'abordaient pas la question de la transphobie.

Le manque d'anonymat caractéristique des communautés rurales rend aussi la sortie du placard, tout comme la gestion de sa visibilité sociale, plus complexe en milieu rural qu'en milieu urbain. Si en milieu urbain une personne peut se limiter à se dévoiler à ses proches, le fait que les gens se côtoient et se connaissent davantage en milieu rural fait en sorte que de se dévoiler à une personne peut revenir à se dévoiler à sa communauté entière. Le chevauchement des divers réseaux sociaux dans les petites communautés (l'autre sera toujours le parent, la voisine ou bien le collègue) rend difficile le contrôle de l'information. Cela entraîne une exposition involontaire de l'orientation sexuelle ou de l'identité de genre des personnes LGBTQ+, ce qui augmente le risque de faire face à des manifestations homophobes. C'est pourquoi certaines personnes LGBTQ+ en région opteront pour des stratégies d'invisibilisation sociale, c'est-à-dire qu'ils garderont secrète leur orientation sexuelle ou de genre aux yeux de leur communauté (Chamberland et Paquin, 2007). C'est pourquoi, même après avoir fait leur *coming out*, les personnes LGBTQ+ auront plus

tendance à ne pas être complètement ouvertes et à l'aise d'afficher publiquement leur orientation ou leur identité sexuelle en milieu rural (Jordan, 2015).

Des recherches portant sur la communauté LGBT en milieu rural mentionnent que les jeunes qui y vivent sont confrontés à des problèmes comparables (Palmer *et al.*, 2012) ou plus complexes (Poon & Saewyc, 2009) que ceux vécus par les jeunes urbains.e.s, mais qu'ils et qu'elles ont moins accès à d'autres personnes vivant une situation semblable ou à des ressources pour les soutenir (Yarbrough, 2004). Le manque d'anonymat peut aussi expliquer ce phénomène. En effet, si l'un des derniers recours pour assurer le contrôle de l'information quant à son identité de genre ou à son orientation sexuelle est l'invisibilisation de celles-ci, la même dynamique se produit dans le cas des groupes sociaux ou des lieux de rassemblement propres aux personnes LGBTQ+. Si en milieu urbain le fait de fréquenter un bar ou une salle de sport étiquetée à la communauté LGBTQ+ n'entraîne pas nécessairement par exemple le dévoilement de son identité ou de son orientation sexuelle à l'ensemble de son milieu de travail, la situation est tout autre en contexte rural. Ainsi, les groupes sociaux et les lieux de rassemblement tendront à être plus souterrains ou invisibilisés, rendant difficile leur accès aux jeunes LGBTQ+ désireux et désireuses de rejoindre leur communauté et d'autres sources de soutien (Chamberland et Paquin, 2007).

Pour conclure, l'accès à des informations sur le *coming out* ainsi que le soutien de l'entourage étant des éléments cruciaux dans le processus du *coming out*, il est d'autant plus pertinent d'adresser ces enjeux dans un contexte rural où les besoins d'accompagnement des personnes sont très présents, alors que les ressources ou les groupes de soutien sont plus difficiles à identifier et à accéder (Dahl *et al.*, 2015).

DÉVOILEMENT AUX PARENTS, UN MOMENT COMPLEXE

Faire son *coming out* à ses parents est une étape déterminante. En effet, l'énergie déployée à vivre clandestinement son identité sexuelle est très importante et fait obstacle au développement de celle-ci à une étape importante de la vie des jeunes. Le fait de se dévoiler à ses parents permet donc de mettre cette énergie ailleurs (Coalition des Familles LGBT, 2016). Plusieurs études, dont celle de Dasso (2015), font ressortir que les personnes LGBTQ+ peuvent avoir des symptômes d'anxiété, de dépression et un sentiment de honte lorsqu'elles gardent leur orientation sexuelle secrète et que l'appréhension vis-à-vis de la réaction négative des personnes décourage le dévoilement. Les jeunes adultes en questionnement sont donc tout particulièrement susceptibles de vivre des moments d'angoisse à l'idée de se dévoiler à leurs parents, surtout ceux et celles qui dépendent d'eux de différentes façons (D'Augelli *et al.*, 1998 ; Paul *et al.*, 2002).

Toutefois, les parents étant le plus souvent les piliers centraux de soutien dans la vie d'un ou d'une jeune adulte, un rapport de dépendance émotionnel important existe vis-à-vis d'eux, ce qui peut freiner la personne dans le dévoilement, par crainte de perdre ce soutien dans une période particulièrement difficile. Si les parents n'apportent pas de soutien à leur enfant et ne sont pas d'accord avec son identité sexuelle, cela peut amener de graves conséquences sur la santé mentale des jeunes (Robertson, 2014), tel que vu dans la partie précédente. Il est aussi rapporté que faire son *coming out* peut entraîner des difficultés relationnelles entre les jeunes LGBTQ+ et leurs parents (DiFulvio, 2015). Le jeune ou la jeune adulte peut également anticiper le deuil que vivront les parents vis-à-vis de la perte de la « vie hétérosexuelle » escomptée pour leur enfant, et en ressentir de la culpabilité (Haxhe, Stéphanie & D'Amore, 2013). Tous ces aspects de la

relation liant un parent à son enfant expliquent en partie pourquoi un jeune ou une jeune se dévoilera d'abord auprès d'am.e.s proches, de frères ou de sœurs. La qualité de la relation avec la famille, avant et après le dévoilement, a donc un grand impact dans le processus d'acceptation et de confiance en soi du jeune ou de la jeune en questionnement. D'où l'importance de mieux comprendre ce que vivent les parents afin qu'ils soutiennent du mieux possible leurs jeunes. D'ailleurs, certains attendront d'avoir atteint une indépendance financière et retarderont le *coming out* à l'âge adulte. En effet, au-delà de la relation de dépendance émotionnelle, une évidente relation de dépendance financière et matérielle prévaut également entre le jeune ou la jeune adulte et ses parents. La crainte du rejet devient alors une véritable source d'insécurité pour eux et pour elles.

LA TRANSITION ET LES PERSONNES TGNC

Si les personnes LGB vivent un processus de dévoilement vis-à-vis de leur orientation sexuelle, les personnes TGNC vivent quant à elles un processus spécifique relatif à leur identité de genre ou de sexe. Une personne TGNC vit avec un sentiment d'inadéquation entre son sexe assigné à la naissance (ses caractéristiques biologiques), la présentation de soi et la perception de soi dans les yeux des autres (son genre) et la perception personnelle qu'elle a de son propre genre. Le processus, que l'on appellera la transition, est une période graduelle dont la durée sera propre à chaque individu. Au cours de cette période, l'individu cherchera à faire correspondre la perception personnelle qu'il a de son propre genre et son expression de genre. On pourrait donc dire que l'individu recherche une adéquation entre le genre vécu et le genre présenté ou perçu, ce qui peut impliquer ou non un changement de sexe (Levitt & Ippolito, 2014).

La transition ne se fait donc pas nécessairement d'un extrême à l'autre de la relation binaire entre homme et femme, mais bien d'une position à une autre sur ce spectre, voire totalement hors du spectre de la binarité homme-femme. Dans le cas d'une personne ne pouvant pas se sentir totalement homme ou totalement femme, on parlera d'une personne non binaire. À l'inverse, une personne née femme peut se sentir totalement homme et se reconnaître ainsi. On peut alors parler d'une personne transsexuelle. Une personne peut ne pas adhérer aux standards de présentation de soi et aux normes de genre, qu'on reconnaît plus traditionnellement dans sa culture ; on parlera alors d'une personne non conforme ou créative dans le genre. Cette dernière dénomination peut donc rassembler également des personnes cisgenres, soit des personnes s'identifiant au genre et au sexe assignés à la naissance. L'appellation de « créatif dans le genre » est le plus souvent utilisée aujourd'hui pour parler de jeunes enfants ne se conformant pas aux stéréotypes associés à son genre et à son sexe, assignés à la naissance, sans présumer de son orientation sexuelle ou de son genre. Dans le cas d'une personne pouvant se sentir parfois homme, parfois femme, ou toute autre position sur le spectre de la binarité, on parlera d'une personne fluide dans le genre.

La transition est donc un processus au bout duquel chaque personne n'arrive pas nécessairement au même point. Parallèlement, la transition ne s'effectuera pas toujours au même degré ni au même rythme pour chaque personne. On relève plus généralement trois « types » de transition, soit la transition sociale, la transition médicale par traitement hormonal et la transition médicale par chirurgie de réassignation de sexe. La transition sociale est la plus commune, parce qu'elle est aussi la plus accessible : changer son style de vêtements, sa coupe de cheveux, son nom et

les pronoms utilisés, son statut auprès des autres et, lorsque possible, au niveau légal. La transition médicale par traitement hormonal s'opère en deux phases : une première qui stoppera la génération d'hormones féminines ou masculines dans le corps, ou retardera la puberté dans le cas d'enfants prépubères et une deuxième phase qui provoquera l'apparition de caractères sexuels secondaires (pour la transition féminine, on verra la poussée des seins par exemple et pour la transition masculine, une descente de la voix et une augmentation de la masse musculaire). La transition médicale par chirurgie de réassignation de sexe peut se faire après un traitement hormonal, et verra la reconstruction des organes génitaux du sexe assigné à la naissance vers l'autre sexe (Malpas, 2011).

Avec ces différents « types » de transition existants, et considérant le fait que le développement et la fixation de l'identité de genre peuvent être un long processus, voire ne jamais être totalement déterminé chez certaines personnes, on peut considérer le processus de développement de l'identité chez les personnes TGNC comme différent du processus de *coming out* chez les personnes LGB. Levitt et Ippolito (2014) considèrent justement davantage ce processus comme une négociation constante entre identification et présentation de soi, plutôt qu'une décision unilatérale. Au cours de leur étude menée avec de jeunes Américains trans, ils relevèrent différents moments caractéristiques de ce processus chez les jeunes trans.

Chez beaucoup de ces personnes rencontrées, l'enfance est relatée comme une grande période de stress et de confusion vécue en tension entre le sentiment d'être différents des autres et la pression de son entourage et de la société de se conformer aux standards de genre masculin ou féminin. Plus tard, cet inconfort peut se transformer en stratégies de désertion : consommation abusive d'alcool ou de drogues pour ne plus avoir à « gérer » cet inconfort, ou l'investissement intense dans des activités de loisir, le théâtre notamment, où l'on peut momentanément et légitimement ne plus être soi. Pour d'autres, cela peut se faire en rejoignant d'autres groupes non-conformistes (punk ou drag, par exemple) où les jeunes en questionnement pourront accéder à davantage d'espaces où ils se sentiront plus libres d'explorer des présentations alternatives de leur genre que dans les espaces publics du quotidien (école, travail, famille, etc.). Cette exploration peut permettre aux jeunes en questionnement de « tester » des présentations de soi qui pourraient leur apparaître comme étant en adéquation avec la perception de genre qu'ils et elles ont d'eux-mêmes et d'elles-mêmes. Enfin, les jeunes trans rencontrés par Levitt et Ippolito (2014) ont également souligné que de découvrir et de maîtriser le vocabulaire propre à la communauté LGBTQ+, et plus particulièrement aux diverses réalités et identités trans, en avait également aidé plusieurs à cheminer dans le développement de leur identité. Une participante disait ainsi : « Avant la conférence sur les transgenres, je n'avais jamais vraiment pensé à [la comparaison entre être transgenre ou transsexuel[.le]... c'était comme un éveil (...) Oui, et tu sais, c'est, c'est aussi comme mettre des mots, nommer des choses auxquelles j'avais peut-être réfléchi, mais quand tu penses à des trucs sans qu'il y ait de mots, ça ne fait pas vraiment de sens... »³ (Levitt & Ippolito 2014, p. 1742).

³ Traduction libre de l'anglais : « Before that transgender conference I hadn't really thought about the comparison between transgender or transsexual...it was kinda like waking up...(...) Yeah and you know it, it's, it also like, gave words, names to things that maybe I had thought about, but when you think about stuff without words, then they're just kinda loose and fuzzy... ».

DES BESOINS SPÉCIFIQUES AUX JEUNES

Cette confusion quant à son identité, ce besoin de se sentir appartenir à un groupe et d'obtenir de l'information pour mettre des mots sur ce que l'on ressent, bien qu'ici présenté comme propre au processus de développement de l'identité de jeunes trans, se reflète également dans les besoins des jeunes LGB lors de leur dévoilement. La réduction de l'isolement, l'acceptation sociale et la visibilité, le soutien émotionnel et la sécurité ainsi que le besoin de soutien lors du dévoilement de l'identité sont quatre catégories de besoins spécifiques chez les jeunes lors de leur période de dévoilement ou de transition relevées par Pacey.

LA RÉDUCTION DE L'ISOLEMENT

Les jeunes LGBTQ+ de l'étude de Pacey (2016) rapportaient avoir besoin de soutien pour réduire leur isolement. En effet, toute la période du dévoilement et de la transition se caractérise par un vaste sentiment d'isolement, alors que le jeune ou la jeune se questionne sur son identité ou son orientation sexuelle. Il est également complexe pour lui ou pour elle d'identifier clairement qui dans son entourage pourrait constituer un ou une allié.e à qui se confier. Les personnes vers qui se tournerait plus naturellement le jeune ou la jeune en questionnement (ami.e.s, famille, professeur.e.s, etc.) sont justement les personnes dont il ou elle craint le rejet, et à qui il ou elle ne veut donc pas immédiatement dévoiler son identité ou son orientation sexuelle, définie ou indéfinie (Coalition des Familles LGBT, 2016). Le fait d'avoir des ami.e.s de minorité sexuelle et de genre, d'avoir des intervenant.e.s spécifiquement désigné.e.s comme allié.e.s, ainsi que des espaces spécifiquement dédiés à leur communauté représente diverses manières de surmonter cette isolation. Le fait de se dévoiler auprès d'ami.e.s, d'un frère, d'une sœur ou enfin de ses parents, est une façon également de surmonter cet isolement. Le jeune ou la jeune s'expose toutefois à certains risques, selon l'individu à qui il ou elle décide de faire ce dévoilement : c'est ce qui rend l'enjeu du dévoilement si difficile et complexe (Sherriff *et al.*, 2011). Au final, toutefois, le dévoilement à différentes étapes brise l'isolement et entraîne le soutien d'autres personnes LGBTQ+.

LE SOUTIEN ÉMOTIONNEL ET LA SÉCURITÉ

Lié au besoin de sortir de l'isolement afin de pouvoir être écouté.e et poser des questions, le besoin de soutien émotionnel et de sécurité comprend deux sous-catégories, soit le soutien pour les problèmes de santé et le besoin d'espaces sûrs. Le besoin de ressources spécialisées est important pour les jeunes afin de traiter les interrogations qu'ils ou qu'elles peuvent éprouver. Les jeunes ont besoin de mieux comprendre ce que cela signifie d'appartenir à une minorité sexuelle et de genre ; ils ont besoin d'information et de ressources pour développer leur identité. De plus, les jeunes souhaitent avoir des espaces communautaires sécuritaires leur permettant d'avoir un endroit où être eux-mêmes ou elles-mêmes, à l'abri de la discrimination, de l'intimidation et du jugement (Pacey, 2016).

LE BESOIN DE SOUTIEN LORS DU DÉVOILEMENT DE L'IDENTITÉ

Concernant le besoin de soutien lors du dévoilement de l'identité à son entourage, on relève chez le ou la jeune adulte LGBTQ+ un besoin de soutien pour le développement de l'identité, ainsi que pour procéder au dévoilement en tant que tel.

Le soutien pour le développement de l'identité s'explique par le fait qu'une fois parvenu.e à son dévoilement envers soi-même, et ce, malgré toute l'information qu'il ou elle pourrait aller chercher, l'identité sexuelle du jeune ou de la jeune personne LGBTQ+ ne peut se bâtir qu'en relation dialectique avec son entourage social. Autrement dit, tant que son entourage ne reconnaîtra pas lui aussi la personne pour ce à quoi elle s'identifie, le développement de son identité en tant que personne LGBTQ+ demeurera troublé, avec l'anxiété que cela peut entraîner pour l'individu (D'Amico *et al.*, 2015). On relève par exemple que de jeunes adultes ayant quitté le nid familial et vivant parfois déjà avec un ou une partenaire homosexuel.le vivront tout de même des troubles affectifs et relationnels s'ils ou elles persistent à voiler leur identité sexuelle à leur famille (LaSala, 2000).

En ce qui concerne le soutien pour procéder au dévoilement en tant que tel, le ou la jeune LGBTQ+ cherchera peut-être à avoir de l'aide d'un ou d'une proche déjà informé.e lors d'un autre dévoilement. Ce besoin sera plus important plus les risques encourus dans le dévoilement seront grands. Le dévoilement aux parents, par exemple, sera toujours plus « risqué », considérant les relations de dépendance pouvant exister entre eux et le ou la jeune, tel qu'explicité plus tôt. C'est pourquoi on cherchera à avoir par exemple un frère ou une sœur déjà informé.e, présent.e lors du dévoilement. Ce frère ou cette sœur peut alors agir comme agent.e rassurant.e, voire comme médiateur.e (Haxhe, Stéphanie & D'Amore, 2013).

Il est à noter que le dévoilement des jeunes trans peut amener son lot de difficultés spécifiques. En effet, si la plupart des études sur le *coming out* des jeunes LGB mettent l'accent sur le processus linéaire du développement de l'identité sexuelle, processus culminant par le dévoilement aux ami.e,s et aux parents, ce n'est pas le cas des jeunes trans. En effet, chez les jeunes trans, le dévoilement initial est plutôt le début d'une période de transition au cours de laquelle le ou la jeune trans aura besoin d'un soutien constant de la part de ses proches. La période de transition et de post-transition en est une qui se fait à très long terme pour les jeunes trans. Dans une étude réalisée auprès de jeunes trans et d'adultes relatant leur transition, Brumbaugh-Johnson et Hull (2019) soulignent qu'au-delà du dévoilement, les jeunes trans se trouvent constamment en situation de négociation. Selon les réactions et les appréhensions des gens qui les entourent, et du contexte social où ils et elles se trouvent, les jeunes trans chercheront peut-être à cacher leur genre affirmé. Par exemple, on y souligne le fait que certain.e.s jeunes trans vivant avec des parents divorcés, et ayant beaucoup d'appréhension quant à la réaction d'un des deux parents, vivra en tant que femme chez l'un de ses parents, et en tant qu'homme chez l'autre, ou encore, n'affirmera pas son genre dans le contexte scolaire.

L'ACCEPTATION SOCIALE ET LA VISIBILITÉ

Finalement, le besoin d'acceptation sociale et de visibilité des groupes de minorité sexuelle et de genre est un autre besoin des jeunes répondant.e.s de l'étude de Paceley (2016). L'acceptation de leur famille et de leurs groupes de pairs est primordiale pour ces jeunes de se sentir soutenu.e.s. Ils ont aussi besoin de sentir que leur communauté est favorable à leur diversité sexuelle et de genre. Une fois le dévoilement fait et accepté dans cette communauté proche de la personne, un besoin de visibilité peut se faire sentir alors que la personne consolide et affirme davantage son identité sexuelle. Un accompagnement des proches dans cette mise en visibilité de l'identité est désiré de la part du jeune ou de la jeune LGBTQ+. Ce dernier ou cette dernière,

à cette étape, peut aussi revivre des périodes de questionnement, ou passer par différentes étapes du deuil de l'identité hétérosexuelle. Le dévoilement n'est pas un processus linéaire. Le soutien émotionnel de ses proches demeurera donc important. Aussi, dans ce processus de mise en visibilité de son identité sexuelle, la personne peut vivre du rejet ou de la discrimination. Les proches peuvent également agir à titre de soutien dans cette optique et appuyer le ou la jeune LGBTQ+ dans la gestion de la colère pouvant être ressentie vis-à-vis des personnes de son entourage n'acceptant pas sa nouvelle identité sexuelle maintenant pleinement affirmée (Coalition des Familles LGBT, 2016).

Vécu et besoins des parents

Alors que les jeunes LGBTQ+, au moment de leur dévoilement, ont déjà longuement cheminé intérieurement par rapport aux questionnements qui les habitaient, ce cheminement part de zéro pour les parents lors du dévoilement. C'est pourquoi, à l'instar du moment de dévoilement envers soi-même chez les jeunes LGBTQ+, les parents peuvent vivre un éventail d'émotions positives ou négatives lors du dévoilement. La nature de ces émotions peut être influencée par une multitude de facteurs. La nature de la réaction et le niveau de soutien apporté par les parents auront un impact important sur le développement de la nouvelle identité sexuelle de leur enfant, c'est pourquoi il est important de se pencher sur les solutions possibles pour accompagner également ceux-ci dans le processus de dévoilement de leur enfant.

UN MOMENT DIFFICILE POUR LES PARENTS

Alors que les jeunes LGB ont déjà habituellement cheminé dans leur réflexion avant de faire leur *coming out*, les parents ne se doutent parfois de rien. Certains ont alors besoin d'un temps d'adaptation à la nouvelle identité sexuelle de leur enfant et, selon la personne, le type de réaction peut varier. Ainsi, plutôt que d'être une acceptation ou un rejet clair de la situation, les réactions des parents sont diversifiées et incluent des émotions aussi variées que la honte, la culpabilité, le blâme (envers eux-mêmes), le déni, la trahison, la fierté et la sollicitude (Baiocco *et al.*, 2015). En effet, certains parents peuvent ressentir de la culpabilité et voir la nouvelle identité sexuelle de leur enfant comme une preuve d'échec de leurs compétences parentales. D'autres pourraient ressentir de la trahison en apprenant d'être possiblement les derniers après les ami.e.s, les frères et les sœurs, qui apprennent la nouvelle. Certaines réactions peuvent être positives. Des parents peuvent ressentir énormément de fierté face à l'audace dont fait preuve, selon eux, leur enfant en faisant son *coming out*. D'autres peuvent voir le dévoilement de leur enfant comme une occasion de réaffirmer leurs compétences parentales en apportant du soutien lors de cette étape complexe dans la vie de leur enfant.

Ainsi, si certain.e.s auteur.e.s parlent du deuil des parents pour décrire ce moment, d'autres critiquent cette vision, qui serait trop réductrice de l'ensemble des émotions vécues et de la diversité des cheminements que peuvent suivre ces parents dans leur propre cheminement. Ainsi, des auteur.e.s parleront plutôt d'adaptation du parent à sa nouvelle identité parentale ; ils deviennent parents d'une personne LGB (Lavoie et Côté, 2014). Cette nouvelle identité n'est pas sans impact sur leur quotidien ou leur vie personnelle puisqu'en tant que parents, ils feront à leur tour face aux enjeux soulevés par la présomption d'hétérosexualité. Lors d'activités sociales, ils pourront se sentir gênés au détour de certaines conversations (ex. : « Votre fille a-t-elle un petit

ami à l'école ? » ; « Avez-vous hâte d'être grands-parents ? ») selon d'avoir ou non dévoilé leur identité de parents d'un ou d'une jeune LGBTQ+ (Lavoie et Côté, 2014). Cette période peut donc être anxiogène pour les parents. Ainsi, on peut dire que lorsque l'enfant sort du placard, le parent, lui, y entre (D'Amico et al., 2015).

Par le passé, plusieurs spécialistes ont affirmé qu'il y aurait des réactions différentes lors du dévoilement selon le sexe du parent ou de l'enfant. Par exemple, on rapportait que les pères auraient davantage tendance à réagir négativement au *coming out* de leur enfant que les mères, encore plus s'il s'agit d'un garçon gai (Haxhe, Stéphanie et al., 2018). La présence plus importante de préjugés hétéronormatifs chez les hommes, de même que l'adhésion de ces derniers à des conceptions stéréotypées du rôle des sexes expliqueraient cette différence (Jadwin-Cakmak et al., 2015). Toutefois, des études récentes tendent à déconstruire ces postulats. Par exemple, D'Amico et al. (2015) n'ont pas constaté parmi les personnes consultées dans le cadre de leur étude de différence substantielle dans les réactions des pères ou des mères des jeunes LGBTQ+ québécois lors de leur *coming out*. Ce qui a été observé, toutefois, est une différence des répercussions chez l'enfant selon que leur père ou leur mère réagissait mal à leur nouvelle identité sexuelle. Une détresse vécue chez la mère face à la nouvelle était plus susceptible d'engendrer de la détresse psychologique également chez le ou la jeune LGBTQ+ que si cela avait été le cas du père. À l'autre extrême, toutefois, des tentatives de contrôle de la part du père, comme pousser son enfant à « changer d'avis », étaient plus susceptibles de générer des envies suicidaires chez le ou la jeune LGBTQ+, alors que des tentatives semblables chez la mère ne généraient pas le même effet. Ainsi, au final, il ne semble pas que la question du genre des parents dans leur réaction face au dévoilement de leur fils ou de leur fille soit aussi tranchée.

Suite au dévoilement de l'homosexualité de leur enfant, les parents débutent donc un processus d'adaptation plus ou moins difficile. Quelques facteurs peuvent influencer l'aisance avec laquelle ils navigueront cette période trouble. En ce qui concerne le profil personnel, le fait d'être des parents faisant preuve de résilience, d'ouverture d'esprit ou de bonnes compétences en communication semble être des éléments facilitant ce processus. En ce qui concerne les valeurs, le fait d'adhérer à une religion condamnant l'homosexualité ou à des valeurs hétérosexistes peut entraver, à l'inverse, le cheminement vers l'acceptation (Lavoie et Côté, 2014). Enfin, en matière de fonctionnement familial, autant chez les mères que chez les pères, les réactions négatives lors du *coming out* sont souvent associées à un fonctionnement familial rigide et à un style de parentalité plus autoritaire (Dasso, 2015). À l'inverse, les familles plus cohésives dans lesquelles les parents sont perçus comme étant plus impliqués auprès de leurs enfants sont associées à des réactions parentales plus positives (Lavoie et Côté, 2014).

Concernant les parents d'enfants trans, le processus d'adaptation suivant le dévoilement de l'enfant peut être plus ardu et souffrant que pour les parents d'enfants LGB, bien que dans les deux cas le soutien de la part des parents est essentiel pour l'enfant. Tout comme pour les parents d'enfants LGB, le parent d'un enfant trans peut vivre du stress dû à la difficulté d'accepter la nouvelle identité de son enfant, à l'inquiétude qu'il aurait quant à la sûreté de l'enfant en société, et aux complexités que cette nouvelle situation engendre pour les relations interpersonnelles du parent. Certaines difficultés additionnelles se présenteront toutefois, par exemple s'adapter à la nouvelle identité de son enfant (ex. : changer l'usage du pronom) ou aux transformations

physiques et médicales qui peuvent se mettre en branle si l'enfant désire poursuivre une transition médicale complète (Field & Mattson, 2016 ; Pullen Sansfaçon et al., 2020). Ce suivi et cette transition peuvent être difficiles à vivre dans l'immédiat pour le parent, alors que pour l'enfant, le dévoilement est un moment qui a été repoussé parfois très longtemps. Souvent, une fois dévoilé, l'enfant veut entamer un processus de transition immédiat (*Medico et al.*, 2020). Pour le parent seul, cela peut représenter une charge mentale et émotionnelle très lourde à porter. Enfin, le fait que les enjeux trans soient encore relativement méconnus dans l'espace public, en comparaison avec ceux des personnes homosexuelles, les parents concernés peuvent vivre davantage d'anxiété quant à l'avenir de leur enfant.

L'IMPORTANCE QUE LES PARENTS SOUTIENNENT LEURS JEUNES

Les parents sont une source nécessaire de soutien social pour les jeunes de minorité sexuelle, et ce, jusqu'à l'âge adulte (Cloutier et Drapeau, 2008 ; Espelage *et al.*, 2008). Le soutien familial est d'une grande importance pour les jeunes LGBTQ+. Comme vu précédemment, les réactions des parents influencent le processus d'adaptation des jeunes LG et leurs réactions peuvent agir positivement ou négativement sur le bien-être psychologique de leurs enfants (Lavoie et Côté, 2014).

La disponibilité, la présence et le soutien des parents sont importants afin de minimiser les conséquences de la victimisation homophobe sur la santé mentale de leurs enfants. D'ailleurs, une réaction positive des membres de la famille est déterminante et permet au jeune d'être plus épanoui.e et heureux ou heureuse (Dasso, 2015). En effet, différent.e.s chercheur.e.s, dont DiFulvio (2015), notent qu'une bonne relation avec la famille est un facteur qui empêche ou limite les idées suicidaires et les tentatives de suicide chez les jeunes de minorité sexuelle.

PISTES D'INTERVENTION POUR LES PARENTS

Pour mieux comprendre la situation qu'ils vivent et ce que leur enfant vit, mais également pour répondre à leurs propres besoins, les parents peuvent chercher à acquérir de l'information, du soutien, et un accès à des professionnel.le.s compétent.e.s. En ce qui concerne l'information, il est reconnu que le manque d'information chez les parents est l'un des facteurs contribuant le plus au rejet de la nouvelle identité de leur enfant. La méconnaissance, l'inquiétude pour la santé et la sécurité de son enfant et la persistance de certaines fausses conceptions relatives à l'homosexualité, la bisexualité ou aux personnes transgenres contribuent toutes à ce rejet. Le fait de s'informer permet souvent de rassurer et d'éclairer les parents déstabilisés ou dépassés (Lavoie et Côté, 2014). Ils peuvent donc se tourner vers différents médias (Internet, livre, dépliant, documentaire, etc.) afin de favoriser l'acquisition de connaissances sur la diversité sexuelle. Une meilleure connaissance des enjeux LGBTQ+ ou l'utilisation des médias amènerait également davantage d'occasions de communiquer et de discuter sainement entre parents et enfants sur le sujet (Trussell *et al.*, 2015). Avant d'en discuter directement avec son enfant, certain.e.s spécialistes recommandent toutefois aux parents de s'assurer d'être prêts à le faire et de prendre leur temps. Comme il a été mentionné plus tôt, les parents traversent aussi une période complexe suite au dévoilement de leur enfant et il vaut mieux attendre le bon moment pour aborder frontalement ces questions avec son enfant afin d'éviter qu'une discussion ne se transforme en confrontation, ce qui ne ferait qu'envenimer la situation familiale (LaSala, 2000). Parallèlement, l'apprentissage de techniques de communication adaptées à la situation est également une piste

d'intervention privilégiée par plusieurs spécialistes pour la médiation familiale (Lavoie et Côté, 2014). Enfin, certains parents pourraient également désirer de mieux s'informer afin de pouvoir mieux contrer ou renverser les actes d'intimidation ou les préjugés qui pourraient leur être dirigés ou être dirigés vers leur enfant. Certains parents peuvent ne pas se sentir assez outillés pour le faire et ressentir une grande culpabilité de ne pas pouvoir défendre adéquatement leur enfant (Riley *et al.*, 2013).

Les parents peuvent également chercher du soutien pour échanger sur le sujet et pour les aider à cheminer dans leur propre nouvelle identité de parent d'un enfant LGBTQ+. Il peut s'agir d'un membre de la communauté LGBTQ+, de la famille élargie, comme un oncle ou une tante, qui sont souvent vu.e.s comme une source de soutien et d'aide à l'acceptation pour les parents, ainsi qu'un modèle pour les jeunes (Trussell *et al.*, 2015). Il peut également s'agir d'un membre plus vieux de la communauté LGBTQ+ qui ne soit pas nécessairement connu de la famille. En effet, comme on l'a vu, ce ne sont pas tous les parents qui rejettent de front la nouvelle identité de leur enfant par homophobie ou transphobie, mais plutôt par la crainte de ce qui pourrait arriver à leur enfant en tant que minorité sexuelle. La possibilité de discuter de ces enjeux avec quelqu'un.e qui est déjà passé.e « par là » permet d'atténuer les inquiétudes et les craintes ressenties par les parents. Le soutien peut également provenir de personnes non membres de la communauté LGBTQ+ (Riley *et al.*, 2013). Des parents peuvent se sentir plus à l'aise de participer à des cercles de soutien de parents où ils pourront échanger plus spécifiquement sur leur expérience personnelle (Lavoie et Côté, 2014). Enfin, dans le cas de parents acceptant plus difficilement la nouvelle identité de leur enfant dû à leurs convictions religieuses, accéder à des groupes religieux plus ouverts à ces questions afin d'explorer dans quelle avenue la nouvelle identité de leur enfant pourrait demeurer en adéquation avec leur foi est également une piste d'intervention très pertinente (LaSala, 2000).

Enfin, une autre piste d'intervention, peut-être plus particulière aux parents d'enfants trans, est d'aller chercher une aide professionnelle spécialisée. Certains parents peuvent refuser ou accepter plus difficilement le dévoilement de leur enfant trans puisqu'ils se sentent dépassés par tout ce qu'impliquerait la transition de leur enfant. D'aller chercher du soutien professionnel et compétent sur les questions de genre permet d'enlever un peu de poids sur les épaules de ces parents, bien que l'accès à ces professionnel.le.s demeure une problématique importante pour la communauté trans dans certaines régions (Pullen Sansfaçon *et al.*, 2020). Aller chercher de l'aide, donc de personnel médical compétent et spécialisé, mais aussi aux niveaux scolaire et juridique, permettrait non seulement d'éclairer les parents dans la marche à suivre, mais également de les délester d'une pression avec laquelle ils ne se sentent pas toujours capables de vivre (Riley *et al.*, 2013)

Vécu et besoins des ami.e.s

Au cours d'une recherche menée auprès de la population LGBTQ+ de la région de la Gaspésie–Îles-de-la-Madeleine, Lépine et ses collègues (2017) constatent que les jeunes semblent avoir tendance à se dévoiler d'abord à un ami.e, ensuite à leur mère et en dernier à leur père. Bien que la place des ami.e.s soit significative dans le dévoilement, très peu d'études documentent leur vécu lors du dévoilement, ce qui justifie le fait de s'y intéresser dans la présente étude.

LES AMIS.E.S OU LA « FAMILLE CHOISIE »

Green (2000) rapporte l'importance de la « famille choisie », c'est-à-dire les personnes significatives auprès desquelles les personnes LGBTQ+ décident de se dévoiler. Même s'il n'existe pas de lien de parenté entre eux, la présence de ces personnes significatives choisies par les personnes LGBTQ+ est considérée comme une source importante de soutien par les thérapeutes.

Une étude d'Higa *et al.* (2014) rapporte que les pair.e.s des jeunes LGBTQ+ sont une source importante d'information et d'aide. Selon les auteur.e.s, ce soutien des pair.e.s peut provenir de différentes personnes, comme les frères et sœurs, les enseignant.e.s et directeur.e.s d'école ainsi que les ami.e.s. Il apparaît dans les résultats de cette étude que beaucoup de jeunes LGBTQ+ mentionnent leurs ami.e.s comme source importante de soutien social et qu'ils et elles s'y tournent lorsqu'ils ou elles ont des questionnements ou ressentent le besoin de parler à quelqu'un.e.

Pour les personnes qui s'identifient comme TGNC, le soutien des pair.e.s peut également atténuer les défis associés à la transition (Pflum *et al.*, 2015). Le soutien social et aussi la connexion avec la communauté TGNC peuvent avoir un impact positif sur le bien-être psychologique de ces personnes. On note toutefois que les jeunes trans sont plus à risque de subir du rejet dû à leur identité de genre ou de perdre des ami.e.s, que les jeunes LGB. Les jeunes trans se sentent généralement plus anxieux et anxieuses et ressentent davantage d'insécurité dans leur environnement scolaire que les jeunes LGB (Brumbaugh-Johnson & Hull, 2019).

LES FRÈRES ET SŒURS

La relation des personnes LGBT avec leurs frères et sœurs est très importante, notamment en ce qui concerne le développement social et les compétences relationnelles. Cette relation peut avoir des impacts importants liés à leur acceptation sociale, leurs compétences sociales et leur comportement, entre autres (Haxhe, Stéphanie *et al.*, 2018). Après leur *coming out*, les personnes LGBT peuvent se sentir plus proches de leurs frères et sœurs qu'avant, permettant de développer des liens significatifs et de se sentir soutenues.

L'importance de l'environnement social des jeunes : recommandations et pistes de solution

Bien que le soutien de la famille et des pair.e.s soient des éléments majeurs dans la formation de l'identité sexuelle et de genre chez les jeunes LGBTQ+, d'autres formes de soutien ressortent des écrits et peuvent aider les jeunes dans leur processus de *coming out*, entre autres les interventions en milieu scolaire et l'utilisation des médias sociaux.

LE MILIEU SCOLAIRE

C'est en milieu scolaire où les jeunes de minorité sexuelle sont le plus souvent harcelé.e.s (Higa *et al.*, 2014) et c'est particulièrement les jeunes trans qui sont plus à risque de subir de la violence, des abus et de la cyberintimidation, tel que rapporté dans l'étude de Clark *et al.* (2014). Des efforts d'intervention doivent être implantés afin de réduire le harcèlement et l'intimidation des

jeunes LGBTQ+. Roe (2015) rapporte qu'il faut apporter du soutien aux jeunes en milieu scolaire pendant leur processus de *coming out* par des groupes de soutien. Il rapporte aussi que les travailleur.e.s sociaux ou sociales doivent accompagner les étudiant.e.s dans leur processus de *coming out*, par exemple en les préparant mentalement aux réactions pouvant être reçues.

LA PRÉSENCE SUR INTERNET DES JEUNES LGBTQ

La présence sur Internet des jeunes LGBTQ+ est un élément important de la formation de l'identité ou de l'expression des jeunes parce qu'ils et elles peuvent y explorer leur identité (Marwick *et al.*, 2010). Beaucoup de jeunes utilisent les nouveaux médias pour se préparer à vivre leur différence sexuelle, pour développer leur confiance et aussi pour essayer des approches qui pourront être utilisées hors ligne (Alexander & Losh, 2010 ; Craig & McInroy, 2014). L'utilisation des médias sociaux par ces jeunes influence de multiples façons leur développement en tant qu'individu membre de la communauté LGBTQ+.

Par l'utilisation de différents médias, les jeunes peuvent facilement accéder à des ressources et à de l'information pertinentes concernant leur situation. De plus, il y a la possibilité d'explorer et de développer leurs identités LGBTQ+.

Toujours selon les mêmes auteur.e.s, les jeunes étudient une variété de sujets sur les médias sociaux, principalement en lien avec la phase de sensibilisation du *coming out*. Cette phase est le moment où les personnes prennent conscience de leur différence et remettent en question leur identité sexuelle et de genre. C'est à cette phase où les personnes commencent à chercher des informations pour en apprendre davantage et Internet est un bon outil pour répondre aux questionnements présents durant cette période.

Personnes bispirituelles

Les personnes bispirituelles connaissent différents rapports d'oppression, notamment en raison des différences culturelles qui existent entre les communautés autochtones et non autochtones, mais aussi en raison du legs colonial et l'invisibilité dont sont encore aujourd'hui victimes les peuples autochtones dans la sphère publique. Dans un premier temps sera présenté ce que recouvre la notion de bispiritualité, pour ensuite jeter un regard historique sur sa disparition et sa progressive réappropriation par les communautés autochtones, pour enfin présenter les difficultés que peuvent rencontrer les personnes bispirituelles.

LA BISPIRITUALITÉ

Le terme « Two-Spirit » a été proposé au Minnesota en 1988 et créé à Winnipeg en 1990, lors d'un rassemblement autochtone. Le terme est utilisé pour décrire les Autochtones avec des identités différentes liées au genre, au sexe ou à l'orientation sexuelle, ce qui implique également un rôle différent au sein des communautés autochtones (Jacobs *et al.*, 1997). Le terme est également utilisé pour faire référence aux personnes hétérosexuelles qui sont perçues comme ayant une vision plus étendue du monde, comme le fait de voir à travers les yeux des deux sexes. En résumé, le terme « Two-Spirit » reflète la réalité d'Autochtones au sein de plusieurs nations autochtones ayant une identité, une orientation sexuelle ou de genre différent, ainsi qu'une identité culturelle spécifique (Meyercook & Labelle, 2004). Enfin, il est à noter que si le terme bispirituel.le est aujourd'hui utilisé pour englober plus largement ce concept propre à plusieurs

cultures autochtones, il est important de garder en tête que chaque communauté ou chaque nation autochtone aura eu, et a toujours, sa propre conception, ainsi que son terme particulier, pour décrire la réalité bispirituelle (Robinson, 2017).

BISPIRITUALITÉ ET HISTOIRE COLONIALE DU CANADA

Les personnes qui s'identifient comme bispirituelles avant la colonisation étaient tenues en haute estime de leurs pair.e.s et considérées comme un cadeau du créateur. Leurs qualités étaient perçues comme une valeur ajoutée et une contribution importante à la vie au sein des communautés. Ce sujet n'était pas un tabou. Comme Meyercook et Labelle (2004) l'avancent, avant la colonisation, plusieurs communautés étaient très inclusives et acceptaient une gamme d'orientations sexuelles et d'identités de genre. L'identité bispirituelle rassemble donc à la fois plusieurs aspects de l'identité d'une personne (sexe, genre, orientation sexuelle, spiritualité, rapport à la terre et à la communauté) en rappelant son importance au niveau spirituel (Wilson, 2008).

Les peuples et les systèmes sociaux autochtones ont été grandement touchés par la venue des Européen.ne.s sur leur territoire (Hunt, 2016). Les efforts déployés par les colonisateur.e.s pour l'assimilation des peuples autochtones se sont ainsi traduits non seulement par une volonté de suppression des cultures autochtones, mais par le fait même, par une imposition de nouvelles catégories raciales, sexuelles et sexualisées. L'imposition de nouvelles normes et de nouveaux cadres juridiques aux Autochtones a ainsi apporté un certain changement dans la perception et la compréhension de la sexualité à l'intérieur des communautés autochtones (Hunt, 2016).

Des personnes bispirituelles sont aujourd'hui encore présentes dans leurs communautés. Dans d'autres, le concept de bispiritualité et sa compréhension ont disparu, et plusieurs personnes bispirituelles décident de quitter leur communauté pour vivre dans les grandes villes pour tenter d'y trouver une communauté d'appartenance (Wilson, 2008). S'il existait déjà dans chaque nation autochtone une conception particulière de la personne bispirituelle, l'effacement partiel ou total de ce pan de la culture de chaque nation crée également de grandes différences entre les communautés autochtones en ce qui concerne la bispiritualité, et la place qu'y ont aujourd'hui les personnes bispirituelles (Meyercook & Labelle, 2004).

La notion de bispiritualité est donc très fortement ancrée dans les cultures autochtones et leurs systèmes sociaux spécifiques, mais elle est aussi très chargée historiquement puisque ce sont justement ces cultures et ces systèmes sociaux que le pouvoir colonial et politique a cherché à faire disparaître en Amérique du Nord. Les personnes bispirituelles sont donc en lutte constante avec les cadres politiques dominants ne prenant pas en considération leur réalité et leur vécu, autant à l'intérieur qu'à l'extérieur de leurs communautés. Cette spécificité culturelle, et cette charge historique, appelle donc à considérer les personnes bispirituelles comme exclusivement autochtones. Des parallèles intéressants et pertinents peuvent être tracés entre, d'un côté, l'identité bispirituelle, et de l'autre, l'identité bisexuelle, trans ou queer (comme le fait de subir de la marginalisation, de la cisphobie, de la discrimination...). Toutefois, la spécificité culturelle de l'identité bispirituelle ne permet pas de rassembler sous un même « parapluie » ces différentes identités. De la même manière, la charge historique du concept de bispiritualité invite également à réserver cette identité aux personnes autochtones, puisque le fait de s'identifier bispirituel.le sans être Autochtone contribue encore à l'effacement de la culture autochtone, en entachant

l'authenticité culturelle des personnes bispirituelles (Robinson, 2017). C'est pourquoi, également, on parlera de « *coming out* » pour les LGBTQ+ comme d'une déclaration d'une identité indépendante, mais plutôt d'un « *coming in* » pour les personnes bispirituelles. Se déclarer bispirituel.le, c'est revenir là où les personnes autochtones se sentent appartenir, c'est réclamer, réinventer et redéfinir leurs racines, leurs communautés.

DIFFICULTÉS RENCONTRÉES PAR LES PERSONNES BISPIRITUELLES

Le taux d'intimidation présent dans les écoles à l'égard des personnes autochtones « non conformes » est aussi très élevé. Ce fort taux se retrouve aussi dans d'autres sphères sociales en raison de l'incompréhension et de la méconnaissance de la population envers leur situation (Hunt, 2016).

Les auteur.e.s rapportent que les jeunes bispirituel.le.s sont confronté.e.s aux mêmes problématiques que les jeunes appartenant à des minorités sexuelles vivant dans les milieux urbains, c'est-à-dire l'homophobie, la transphobie, la cisnormativité et l'hétéronormativité (Hunt, 2016). Cela engendre des réflexes de désertion ; les personnes bispirituelles désertent les lieux où elles ne se sentent pas acceptées (famille, logement, milieu de travail, etc.). En plus de ces différentes problématiques rencontrées par les personnes bispirituelles, tout comme les autres membres des minorités sexuelles, les personnes bispirituelles doivent également vivre avec les conséquences de l'invisibilité systémique des Autochtones dans la sphère publique. Si peu d'écrits prennent en compte les déterminants sociaux propres à la santé autochtone, il en existe encore moins qui prennent en compte ceux des personnes bispirituelles, ou encore qui les intègrent dans les mêmes catégories que les personnes bisexuelles (Robinson, 2017 ; Wilson, 2008). Les personnes bispirituelles font également face à des situations de perte de repères spécifiques à leur réalité autochtone. À ce sujet, il a été décrit plus haut comment certaines communautés avaient été forcées d'oublier ou de supprimer des pans entiers de leur culture lors des processus d'assimilation. Les personnes bispirituelles confrontées à ce genre de situation dans leur communauté peuvent donc vivre une forme de double exclusion. Elles se sentent exclues de la « norme » hétérosexuelle et cisgenre, mais également de leur communauté d'appartenance (Wilson, 2008). Enfin, les personnes bispirituelles seraient plus à risque de connaître des situations de violence, des problèmes de santé mentale et des problèmes de santé.

MÉTHODOLOGIE

UNE APPROCHE PARTENARIALE ET COLLABORATIVE

L'approche méthodologique préconisée par le CIRADD pour la réalisation de l'actuel projet a consisté à mettre les besoins du milieu au centre de ses interventions. Pour y arriver, l'équipe de recherche a utilisé une démarche basée sur la coconstruction. Dans le cadre de la présente recherche, l'Association LGBT+ Baie-des-Chaleurs a été le partenaire principal (l'Association). L'Association et le CIRADD ont collaboré à plusieurs reprises par le passé. Plusieurs autres partenaires ont également été approché.e.s, afin de favoriser l'échange de connaissances entre chercheur.e.s et praticien.ne.s, notamment la Table de concertation des groupes de femmes de la Gaspésie et des Îles-de-la-Madeleine ainsi que la Direction régionale de santé publique GÎM. En plus d'assurer une coconstruction des savoirs, la collaboration avec les partenaires œuvrant sur le terrain a favorisé la conception d'outils de sensibilisation en fonction des besoins du milieu.

Dès la définition du projet, les chercheur.e.s et les praticien.ne.s ont été réuni.e.s dans le cadre de deux comités de suivi de la recherche. Ces comités ont permis de créer un « espace hybride d'action et de recherche », où se sont entrecroisées des rationalités différentes (Caillouette et Soussi, 2014). Le comité de suivi rapproché comprenait des membres de la Chaire de recherche sur la diversité sexuelle et la pluralité des genres de l'UQAM, une enseignante à la technique en travail social du Cégep de la Gaspésie et des Îles (CGÎ), des membres de l'Association et l'équipe de recherche du CIRADD. Le comité se réunissait tous les trois mois afin d'évaluer l'avancée du projet au regard des objectifs et veillait au bon déroulement du projet dans son ensemble. Le comité a participé à toutes les étapes du projet de recherche en partageant leurs réflexions. Le comité de suivi élargi était composé quant à lui de certain.e.s membres du premier comité, de même que des intervenant.e.s issu.e.s du milieu communautaire. Il a été mis à contribution à des moments clés du projet, telles l'interprétation des résultats et la création du contenu pour les outils de sensibilisation. La richesse des conseils et des rétroactions des membres des deux comités a participé à la production de savoirs mieux ancrés dans les préoccupations des personnes LGBTQ+.

La démarche du présent projet de recherche s'inscrivait ainsi résolument dans une approche collaborative de la recherche partenariale (Bonny, 2017), où chaque acteur.e de la recherche — les membres du comité de suivi et les chercheur.e.s du CIRADD — a été mobilisé.e selon l'expertise spécifique qu'ils et qu'elles pouvaient amener au projet de recherche : l'expertise scientifique d'un côté, et de l'autre, une connaissance intime du territoire local et des enjeux propres aux personnes LGBTQ+. Ces expertises ont ensuite été mobilisées à des moments clés du projet de recherche. Cet espace de recherche a permis de créer, notamment lors de la problématisation du sujet de recherche et de l'analyse des résultats, une réelle démarche réflexive à l'égard du sujet d'étude, démarche qui n'est pas étrangère aux méthodologies critiques propres aux perspectives queer, entre autres, en sciences sociales (Browne & Nash, 2010 ; Smith, 2013).

APPROCHE QUALITATIVE

Compte tenu des objectifs de la présente recherche, une approche de type qualitative a été retenue. Une approche qualitative a pour objectif de produire un portrait, une compréhension, un regard sur le sujet d'étude, d'en découvrir le sens. En somme, l'approche qualitative et ses types d'analyse associés cherchent à « faire sens face à un monde [que l'on] souhaite comprendre et interpréter » (Paillé et Mucchielli, 2012, p. 11). L'approche qualitative, souvent opposée par définition aux approches quantitatives, se différencie de ces dernières par la validation des résultats d'une recherche qualitative ne nécessitant pas de calculs ou de comptages, tout comme ces résultats ne sauront être reconnus comme une proportion généralisable, mais plutôt comme la conceptualisation d'un objet d'étude, comme une reformulation de témoignages et d'expériences. Cette démarche et cet angle d'analyse font donc de l'approche qualitative une approche toute désignée pour plusieurs objets d'études en sciences humaines et sociales. Les modalités de recrutement, le type de collecte de données effectué et l'analyse faite de ces données retenues dans le cadre de ce projet de recherche s'inscrivent donc dans cette optique qualitative.

L'ÉCHANTILLON

Modalités de recrutement des participants ou participantes

Des annonces ont été diffusées sur les réseaux sociaux des partenaires de la recherche et du CIRADD. Les affiches ont également été apposées dans différents lieux publics en Gaspésie et aux Îles-de-la-Madeleine. Un communiqué de presse a aussi été publié.

Au départ, le recrutement avait comme objectif d'assurer la participation de dix jeunes appartenant à la communauté LGBTQ+ ayant entre 15 et 30 ans et ayant fait leur *coming out* auprès d'au moins un de leur parent et d'un.e ami.e. L'objectif visait également dix parents d'enfants LGBTQ+ et dix ami.e.s de jeunes LGBTQ+. Les participants ou participantes devaient provenir de la Gaspésie–Îles-de-la-Madeleine ou y habiter au moment du dévoilement. Suite aux démarches de recrutement, l'échantillon comprenait treize jeunes, neuf parents et huit ami.e.s.

Caractéristiques des participant.e.s

JEUNES

Des entretiens ont été conduits avec 13 jeunes LGBTQ+, et un groupe de discussion a été réalisé avec 5 d'entre eux et elles. De ces treize jeunes, tous et toutes avaient entre 15 et 30 ans, et tous et toutes étaient soit Gaspésien ou Gaspésienne, ou Madelinot ou Madelinienne d'origine, ou vivaient actuellement en Gaspésie ou aux Îles. En tout, on comptait huit Gaspésiens ou Gaspésiennes d'origine, huit personnes vivant actuellement en Gaspésie, deux Madelinots ou Madeliniennes d'origine et une personne vivant actuellement aux Îles-de-la-Madeleine. En ce qui concerne le genre, on comptait 7 femmes cis, 1 homme cis, trois personnes trans et une personne en questionnement. Pour ce qui est de l'orientation sexuelle, on comptait huit

homosexuels ou lesbiennes, deux bisexuels ou bisexuelles et trois personnes ne souhaitant pas étiqueter leur orientation sexuelle.

L'ensemble des participant.e.s déclaraient ne pas pratiquer une religion, bien qu'une portion déclare avoir reçu une éducation catholique. La majorité des jeunes LGBTQ+ avaient un haut niveau de scolarité pour leur âge, la plupart des personnes de 20 à 30 ans ayant fait ou complété des études universitaires et les personnes de 15 à 20 ont poursuivi des études secondaires ou collégiales. La majorité des participant.e.s ayant complété leurs études occupaient un emploi dans leur domaine. Parmi les valeurs particulières à chaque personne interrogée, tous et toutes relevaient au moins soit l'importance de la famille, l'empathie ou l'ouverture comme une valeur importante pour lui ou elle.

PARENTS

Des entretiens ont été conduits avec neuf parents. Toutes étaient des mères se percevant comme femmes et hétérosexuelles. Toutes se déclaraient également catholiques, mais peu pratiquantes. Le tiers des mères rencontrées étaient encore en couple avec le père de leur enfant.

AMI.E.S

Huit entretiens ont été conduits avec des ami.e.s de personnes LGBTQ+. L'entièreté des personnes rencontrées se percevait comme femme ou comme personne non binaire. De ce nombre, une seule était la sœur d'une personne LGBTQ+, alors que les autres étaient ami.e.s d'une personne LGBTQ+. La majorité des ami.e.s rencontré.e.s était dans la vingtaine.

LES COLLECTES DE DONNÉES

Techniques de collecte

ENTREVUES SEMI-DIRIGÉES

Des entrevues semi-dirigées individuelles ont d'abord été réalisées auprès des trois groupes cibles, soit des jeunes LGBTQ+ ayant fait leur *coming out* en région, des parents de jeunes LGBTQ+ ayant fait leur *coming out* en région et des ami.e.s de jeunes LGBTQ+ ayant fait leur *coming out* en région. Au total trente entrevues ont été menées. Les entrevues étaient anonymes et les participant.e.s avaient au préalable signé un formulaire de consentement libre et éclairé. Cette méthode de collecte de données a permis de recueillir des témoignages ainsi que les perceptions des personnes interrogées en respectant leur manière de s'exprimer (Campenhoudt et Quivy, 2011).

GROUPES DE DISCUSSION

À la suite des entrevues, les personnes rencontrées ont été invitées à participer à un groupe de discussion. Un groupe de cinq jeunes a été rencontré dans un premier temps, puis un groupe de cinq parents a été rencontré. Cette étape avait comme objectif d'inviter les participant.e.s à commenter les analyses préliminaires et de bonifier les premiers résultats obtenus. Ces groupes de discussion ont été animés de manière participative. Ce type d'activité permet d'installer un climat stimulant et permet à tou.te.s les participant.e.s de contribuer à la discussion de façon

constructive dans le respect de l'opinion de chacun. Ce type d'activité permet également aux participant.e.s d'évoluer à un même rythme en faisant valoir leurs points de vue et leurs savoirs (Chevalier *et al.*, 2013). De cette manière, les participant.e.s à l'étude ont enrichi l'interprétation des résultats et ont contribué aux réflexions entourant la création des outils de sensibilisation.

TRAITEMENT ET ANALYSES DES DONNÉES

Les entrevues ont été réalisées en personne et ont été enregistrées à l'aide d'une enregistreuse audio. Elles ont par la suite été transcrites afin de permettre leur importation dans MAXQDA (version 2020), un logiciel d'analyse qualitative de données. L'analyse thématique, telle que définie par Paillé et Mucchielli a été privilégiée afin de traiter le matériel issu des entrevues (Paillé et Mucchielli, 2016). Ces auteur.e.s expliquent qu'avec l'analyse thématique, le travail d'analyse qualitative fait intervenir des procédés de réduction des données. L'analyse thématique consiste en effet à faire émaner des thèmes pour résumer les idées centrales du corpus de verbatim en lien avec la problématique étudiée. Pour effectuer ce travail de thématisation, le ou la chercheur.e va donc effectuer quelques lectures des verbatim d'entrevues et mener un travail systématique de synthèse des propos. Ce travail consiste à créer et classer les différentes idées du corpus de verbatim en catégories, thèmes et sous-thèmes. Ainsi, il s'agit de relever tous les thèmes pertinents en lien avec les objectifs de la recherche.

RÉSULTATS

ENTREVUES INDIVIDUELLES

Pour les trois groupes de participant.e.s rencontré.e.s, le schéma d'entrevue comportait quatre grandes sections : le vécu avant le dévoilement, pendant celui-ci et après. La dernière partie de l'entretien concernait l'influence de l'environnement social dans le processus du *coming out*. Les résultats seront donc présentés suivant cette même structure. Pour les quatre sections, la parole sera donnée d'abord aux jeunes. Puis, seront exposés les propos recueillis chez les mères, de même que chez les ami.e.s ayant participé aux entretiens.

Ainsi, dans un premier temps, sera abordé la phase des questionnements et du cheminement des jeunes dans la période précédant leur dévoilement à leurs proches. Ces thèmes seront par la suite explorés en passant par les propos des mères, puis des ami.e.s. En deuxième, les témoignages réunis porteront sur le moment du dévoilement en tant que tel, le contexte dans lequel celui-ci s'est déroulé, de même que les émotions vécues à ce moment par les jeunes, les parents, puis les ami.e.s. Par la suite, une troisième section portera sur l'après-dévoilement, notamment l'évolution des relations du ou de la jeune avec son entourage et les différents types de soutien reçus. Finalement, l'environnement social dans lequel les différentes parties ont évolué sera abordé, dont le milieu scolaire et celui du monde du travail, de même que les spécificités au milieu rural.

AVANT LE DÉVOILEMENT : UN MOMENT D'INCERTITUDES

« (...) c'était comme clair, mais c'était pas non plus 100 % affirmé, c'était comme, je réfléchis encore à ça, mais c'est ça qui se passe là ».

La parole aux jeunes : des questionnements difficiles et la peur du rejet

Le cheminement menant au dévoilement est bien entendu propre à chaque individu et comporte des expériences plurielles. Les premiers questionnements, tels que rapportés par les jeunes rencontré.e.s, semblent toutefois avoir en commun un passage où s'entremêlent des émotions difficiles.

« Moi je suis quelqu'un de positif, de vraiment enjoué, puis là, on dirait, depuis une couple de semaines, j'avais le moral bas, et je ne comprenais pas. Je me disais pourtant tout va bien (...) et quand je me suis mis à faire une autoanalyse, c'est là que j'ai commencé à penser à tout ça et je me suis dit que j'avais mis le doigt dessus. »

« Alors c'était, c'était difficile et je ne voulais pas, même en étant jeune, je ne voulais pas être gai. Oui, je pleurais beaucoup, je pleurais beaucoup le soir en disant genre : "Pourquoi je ne peux pas être comme tout le monde ?" (...) J'avais tellement d'anxiété à propos de ça (...) je ne voulais pas que les gens le sachent. »

Au fil du processus de leur *coming out*, les jeunes rencontré.e.s mentionnent avoir été inconfortables avec l'idée de garder leur identité de genre ou leur orientation sexuelle secrète. Les propos associés à des situations lors desquelles la ou le jeune a dû se cacher, être quelqu'un.e d'autre, sont empreints de vulnérabilité, voire de détresse dans certains cas.

« Parce que la quantité de stress et la quantité d'anxiété et la quantité de, comme, combien j'ai juste gardé à l'intérieur. T'sais je n'étais pas moi-même. Pour les premiers 17 ans de ma vie, je n'étais pas moi-même, pour les premiers 17 ans de ma vie, je devais me cacher. »

« Donc cette espèce de double vie là, que tu gardes tout pour toi, ce n'est pas humain. »

Les jeunes ont partagé le sentiment d'incomplétude, et pour certain.e.s, celui d'être profondément malheureux et malheureuse. Ce mal-être, précédant la période du dévoilement, semble être d'autant plus marqué chez les jeunes transgenres rencontré.e.s.

« Mais de plus en plus ça avançait, de plus en plus ça devenait lourd pour moi. »

« Avant que je sache vraiment que j'étais transgenre, j'avais vraiment un mal-être. J'étais plus capable là. J'étais quasiment au point de vouloir mourir. La seule chose qui m'en empêchait était la peur de mourir.

UN CHEMIN VERS LE DÉVOILEMENT... AVEC OU SANS DÉTOUR

Différents éléments se distinguent dans le processus du *coming out* en matière de durée et aussi d'exploration. Une partie des jeunes ont indiqué avoir suivi temporairement un parcours plutôt hétéronormatif, en ayant par exemple un.e partenaire du sexe opposé avant de commencer à se questionner ou au tout début de ce questionnement.

« Ben, j'y pensais, mais en même temps t'sais, on dirait que c'était pas, c'était pas si canné que ça à ce moment-là t'sais, parce que toutes mes amies avaient des chums, toutes mes amies de fille avaient des chums puis euh, ou trippaient vraiment fort sur un gars, fait que je me disais bon peut-être éventuellement t'sais, je suis peut-être bi, bref c'était pas tout à fait canné. »

« J'étais au primaire et au secondaire et j'avais des blondes, on dirait que pour moi c'était juste normal et je ne me posais pas de questions. Je faisais juste suivre le mouvement. Pour moi, c'était ça la normalité et est arrivé un temps en secondaire 5 d'un coup sec j'ai eu un dé clic. C'est comme arrivé de même puis là je ne "feelais" pas. »

La pression de correspondre à des standards hétéronormatifs a été ressentie très fortement à l'adolescence, chez certain.e.s.

« (...) pis moi je, de par l'hétéronormalité, t'sais, c'était ça que j'étais supposée (...) moi j'étais supposée d'être avec un homme, fait que t'sais, j'ai suivi un peu ce, cette route-là (...) c'est un gars formidable que j'ai vraiment apprécié (...) mais t'sais, profondément pas à l'aise (...) ».

Dans quelques cas, les personnes rencontrées racontent ne pas avoir été exposées lorsqu'elles étaient plus jeunes, à la possibilité qu'il existe d'autres orientations sexuelles et identités de genre que celles prédéfinies par la société. En effet, quelques jeunes ont dit ne pas avoir été familiers

ou familières avec les concepts d'homosexualité féminine et de transidentité, par exemple au début de leur cheminement.

« Ça a pris vraiment du temps avant que je comprenne que c'était possible, que c'était pas parce que j'étais assigné femme à la naissance que je devais m'intéresser aux garçons seulement. Il y a quand même que, les normes sociales sont assez fortes, que je m'étais jamais rendu compte finalement que c'était possible de faire autre chose. Fait qu'il y a eu ça, ça a pris beaucoup plus de temps. »

D'arriver à mettre des mots sur leur situation s'est avéré néanmoins soulageant pour certaines personnes rencontrées.

« Mais quand j'ai mis un mot là-dessus pis que ça a fait du sens, j'étais comme... Je me rappelle que là je me suis sentie vraiment bien pis vraiment soulagée pis j'étais comme "OK, si je me sens aussi bien avec ce mot-là, c'est que ça doit être ça là". »

Pour d'autres, le processus a été assez direct et n'a pas suscité beaucoup de remises en question. Pour quelques-un.e.s d'entre eux et elles, l'aisance avec leur orientation sexuelle a été plutôt rapide.

I : « Est-ce que ça faisait longtemps que tu te disais « je pense que je suis attirée par les femmes ? »

R : « Bin, je pense que depuis toujours là. »

I : « Est-ce que c'est quelque chose qui s'est placé dans ta tête assez facilement ? »

R : « Ça s'est placé assez facilement. »

« Je savais, Je savais depuis un très jeune âge. »

Ceux et celles qui ont rapporté avoir vécu leur cheminement d'une manière assez spontanée ont aussi partagé que la décision de faire leur dévoilement a été prise sur un coup de tête. Certain.e.s s'expliquent cette rapidité du dévoilement par l'intensité qui était présente à cette étape de leur vie, qui a précipité le besoin d'en parler.

« Ça duré à peu près hum... le moment où moi je l'ai su et le moment où je l'ai dit... peut-être une semaine. Fait que ce n'est pas si long, mais je veux dire, je me rappelle très bien encore des émotions vécues et je me dis "ouf quelqu'un qui se referme et qui vit ça plusieurs semaines-là ça doit être... ça doit être quelque chose". »

« T'sais ça été une deux, trois semaines intenses là, où est-ce que j'étais comme pognée avec ça (...) là j'étais toute seule pis ça commencé à être lourd (...) ».

« Mais tu sais ça s'est fait rapidement là tu sais en un mois, j'ai comme dit à quasiment tout le monde ce qui se passait... ».

SE CONFIER À SES AMI.E.S : UN MOMENT DÉCISIF

En ce qui a trait à la préparation à l'annonce, une partie des répondant.e.s questionné.e.s à ce sujet ont affirmé ne pas en avoir fait concrètement. En effet, plusieurs rapportent que leur dévoilement a eu lieu très vite et qu'ils ou qu'elles n'ont donc pas pris le temps de préparer ce qui allait être dit, ni comment. Différentes raisons ont été nommées, notamment un besoin pressant de parler, et parfois même le sentiment que « c'était plus fort qu'eux ou qu'elles ».

« Je me suis pas vraiment préparée, c'est plus venu comme ça, genre "je suis tannée pis j'envoie le message"... »

« J'avais géré ça tellement longtemps seule. Je ne pense pas qu'il y a eu vraiment, s'en est venu à un point j'étais juste comme, je dois lui dire. Il n'y a pas eu de préparation... ».

« Il fallait que ça sorte. Fallait pas, je peux pas, je pouvais pas continuer de même. »

Que le dévoilement soit l'aboutissement d'une longue réflexion, ou qu'il soit l'objet d'une confiance spontanée, les moments le précédant demeurent somme toute anxiogènes. Lorsque les répondant.e.s ont été questionné.e.s sur leur vécu avant leur coming out auprès de leurs ami.e.s, plusieurs ont décrit la peur et les appréhensions ressenties quant à la possibilité de se faire rejeter. Plusieurs vivaient également des craintes à l'égard des changements pouvant survenir au sein de leurs relations, entraîné.e.s par la discussion autour du coming out. Lors des entrevues, les jeunes ont décrit une multiplicité d'émotions négatives qui les animaient lors de leurs réflexions avant le dévoilement.

« J'avais beaucoup d'appréhensions. C'est de l'inconnu. (...) T'sais, moi mes amis, ils ont tous eu sensiblement la même réaction, mais ça aurait pu, qu'il y en aurait eu deux qui auraient été super contents pour moi et un autre plus... comme un peu plus de malaises avec ça et tout. C'est sûr que c'est la peur de l'inconnu aussi. Moi à ce moment-là, je n'avais pas de modèle, je n'avais pas d'exemple, c'était carrément l'inconnu là. »

« Oui, moi c'était beaucoup la peur du rejet, le jugement, puis euh... j'avais peur de les décevoir on dirait. C'est bizarre là, mais on dirait, je me disais, on choisit d'être ami avec moi et la... pas que je me sentais la pomme pourrie là, mais je me disais "Mon Dieu, ça ne pourrait pas juste être simple et que je sois comme tout le monde. Bien non, faut que je leur arrive avec ça..." Fait que c'était vraiment la peur du jugement, déception puis euh... t'sais... on dirait je ne voulais pas leur faire vivre ça, mais en même temps, je n'avais pas le choix. »

Certain.e.s participant.e.s transgenres ont même craint pour leur sécurité s'ils ou elles faisaient leur dévoilement.

I : « Et alors que toi, tu avais peur... »

R : « Ouais... »

I : « De te faire... »

R : « De me faire moquer de moi, de peut-être me faire casser la gueule, n'importe quoi. T'sais, de me faire renier encore plus là t'sais. »

I : « Ouais, des... On peut imaginer. »

R : « T'sais de me faire intimider, t'sais. »

Cependant, une autre partie des répondant.e.s interrogé.e.s n'a pas eu de craintes ou d'appréhensions majeures en lien avec la divulgation de leur véritable identité de sexe ou de genre à leurs ami.e.s.

« J'ai comme eu une espèce de révélation dans ma tête. Je sais pas trop, je me suis dit, je me rappelle j'étais couché dans mon lit pis je me suis dit "OK, ben dans le fond ça ferait quoi de différent si euh, si je disais ça t'sais." Ça ferait, est-ce qu'il y aurait, j'ai revu toutes les possibilités, tout mon entourage, tous mes amis, ma famille, les gens qui

m'importaient. Pis je me suis dit "Est-ce que ça va changer quelque chose ?" Pis la réponse était non. »

Il n'en demeure pas moins que malgré des attentes qui peuvent être plutôt positives envers la réaction de leurs ami.e.s, le moment du *coming out* à proprement dit demeure angoissant.

« Même si je les connais super bien pis si je leur fais super confiance, t'sais c'était vraiment effrayant pour moi à ce moment-là. »

LES MOTIFS MENANT AU DÉVOILEMENT

LE BESOIN DE PARTAGER SON VÉCU

Différentes raisons ont motivé les dévoilements des jeunes LGBTQ+ et les éléments déclencheurs varient selon les parcours de chacun.e. En plus d'un certain sentiment d'urgence nommé précédemment, des jeunes ont affirmé ressentir un grand besoin de partager leur « nouvelle réalité » avec leurs proches. En effet, certain.e.s ne se voyaient pas vivre ce processus seul.e.s de leur côté.

« Moi l'élément déclencheur ç'a vraiment été que je ne me sentais pas assez fort pour vivre cela tout seul. T'sais, c'était... cette semaine-là, c'était tellement... c'était tellement intense comme ce que je vivais que je me disais : "Seigneur, je ne serais jamais capable de vivre ça seul pendant... t'sais comme, c'est vraiment "basic"... ».

« C'est le fun de pouvoir partager ce que tu vis, comme quand tu aimes quelqu'un, quand tu es en amour, c'est le fun de pouvoir partager aux gens ce que tu vis. »

« Ce qui m'a amenée à vouloir en parler, c'est, OK, moi être une amie, je trouverais ça poche que mon amie vive quelque chose de merveilleux pis que ça lui prenne deux mois à m'en parler ».

L'ACCEPTATION DE SOI

Le fait de pouvoir être enfin « soi-même » a été également un déclencheur pour certaines personnes. Des jeunes nous ont confié qu'à partir du moment où ils et elles se sont accepté.e.s, ils et elles ont senti un certain « processus » qui s'enclenchait.

« La journée que j'ai compris que j'étais différent, bien avec ça, j'ai vraiment commencé mon cheminement et il n'y a pas eu un gros délai avant que je le dise parce qu'un coup que j'ai compris qui j'étais, ça pas été long que je me suis accepté et un coup que toi tu t'acceptes, bien là, tu peux entamer le processus. »

SE DÉVOILER À SES PARENTS : UN ÉVENTAIL DE SENTIMENTS ET D'APPRÉHENSIONS

Les ami.e.s étant les premiers ou les premières confident.e.s dans une grande majorité des cas, les jeunes doivent ensuite poursuivre leur cheminement et s'ouvrir à leurs parents. Certaines appréhensions qu'ont eues les jeunes à faire leur dévoilement auprès de leurs parents ont été rapportées dans les entrevues, soit la peur que la relation se brise ou change avec leurs parents et que ceux-ci soient en colère envers leurs jeunes et inquiets. Pour d'autres, une certaine insécurité était vécue du fait que les parents n'avaient jamais discuté avec elles ou eux des enjeux

liés à la diversité sexuelle. Ils ou elles ne connaissaient donc pas leur position sur le sujet ni leur degré d'ouverture et ne savaient pas si en se confiant ils ou elles allaient trouver des allié.e.s ou non.

« Pis ma mère a déjà dit que la bisexualité c'était une mode, pis que présentement c'était très à la mode de faire ça pis que c'était juste pour être intéressant genre. Fait que bon, après qu'elle ait dit ça, c'est un peu genre bof d'aller lui dire "Allô ! Moi je fais partie de la mode ! (rires)". Genre c'est moi, pis c'est ça. Fait que c'est un peu "tough" de dire ça. »

« Ben, mes peurs c'est ça, c'était qu'ils s'inquiètent trop, pis qu'ils ne me croient pas. »

Dans certains cas plus rares, une inquiétude était présente quant à la possibilité de devoir se trouver une « sortie de secours », tel un nouveau toit, dans le cas où le dévoilement n'aurait pas été accepté par les parents. À ce sujet, les jeunes concerné.e.s ont dit s'être projeté.e.s dans l'avenir et avoir songé à différents scénarios comme partir de la région ou se trouver un autre endroit où aller habiter.

« Fait que des fois c'est un peu plus compliqué. Mais c'est ça. Je pense qu'il faudrait comme que je parte de la région parce que je ne connais pas vraiment de gens qui pourraient me servir de filet... ».

« Je ne sais pas, avoir un plan de secours là on va dire, pour ceux qui seraient dans une situation comme ça, je pense que ça serait quelque chose de "cool" (rires). »

UN PASSAGE OBLIGÉ

Souvent, ce qui a motivé les jeunes rencontré.e.s à effectuer leurs dévoilements auprès de leurs parents est qu'ils ou qu'elles ne souhaitaient pas que ceux-ci l'apprennent par le biais de quelqu'un.e d'autre ou par l'entremise des réseaux sociaux. À cet effet, tel que relevé dans la littérature plus tôt, le milieu rural est rapporté comme étant un petit milieu qui favoriserait le colportage. Certain.e.s ont donc affirmé avoir fait leur dévoilement à ce moment-là, non pas par besoin, mais plutôt parce qu'ils ou qu'elles ressentaient une certaine pression à le faire. Ces jeunes souhaitaient être transparent.e.s envers leurs parents et leur éviter qu'ils l'apprennent de manière imprévue, par les mots d'un tiers.

« Fait que c'est plus pour pas qu'ils l'apprennent d'ailleurs, parce que c'est un peu... ».

« Euh, j'ai l'impression que je me devais un peu de leur dire ça parce que, veux veux pas (...) Moi je disais tout à ma mère aussi donc euh, je ne pouvais pas leur cacher ça toute ma vie. »

« Pis que les personnes les plus proches de moi soient au courant. Pour pas que ce soit une surprise justement par Facebook. »

Pour quelques jeunes, cette pression a été plutôt directe et abrupte. Certain.e.s jeunes ont dû se dévoiler plus tôt que souhaité, car ils ou elles se sont retrouvé.e.s dans des situations qui les ont, en quelque sorte, forcé.e.s de le faire. Notamment, parce que quelqu'un.e leur a dit qu'il ou qu'elle l'annoncerait à ses parents à sa place, ou tout simplement parce que les parents ont eu connaissance d'une situation dévoilant de manière explicite l'identité de genre ou l'orientation sexuelle du ou de la jeune.

« Alors ça ça été vraiment difficile à gérer, je n'étais pas contente de ça. Je n'étais pas OK avec ça, j'ai été forcée de faire mon coming out alors que je n'étais pas prête, à quelqu'un à qui je n'étais pas prête de faire face. »

« Parce que c'est surtout que c'était ma mère qui m'a surpris (...) Pis là, j'ai essayé de trouver une explication pour mentir et ainsi de suite. Je n'ai rien trouvé. »

Pour un plus petit nombre, le besoin de se dévoiler était peu présent en tant que tel. En effet, ce qui était plutôt mentionné était que le dévoilement s'était fait surtout à titre indicatif, afin que les proches soient informé.e.s, simplement.

« Je l'ai juste fait pour les avertir là, mais sinon, euh je ne ressentais vraiment pas le besoin là. T'sais il y en a des fois qui sont pris en dedans pis il faut que ça sorte, mais euh vraiment pas. »

« Parce que, je ne sais pas, je trouvais ça bizarre justement, parce que pourquoi moi, il faut que je leur dise ? »

Certain.e.s souhaitent d'ailleurs éviter les « étiquettes » et sont inconfortables avec l'idée de devoir nommer ou catégoriser leur identité.

« Fait qu'il y a une redéfinition de la personne que je suis. Même si je ne me définis pas par mon orientation sexuelle, même si encore aujourd'hui, je ne sais pas comment me définir pis j'ai pas envie de me définir avec un mot parce que je trouve que... Ça me gosse là. »

SE PRÉPARER... MAIS COMMENT ?

Dans l'ensemble, les participant.e.s semblent avoir été peu outillé.e.s dans la préparation de leur dévoilement aux parents. Comme dans leur dévoilement auprès de leurs ami.e.s, la majorité des jeunes rencontrés ne se sont pas ou peu préparé.e.s à effectuer la même démarche auprès de leurs parents. À cet effet, ils et elles mentionnent ne pas avoir eu d'exemple et ne pas avoir su parfois comment agir et comment faire.

« Moi quand j'ai fait mon coming out, je parlais de zéro. Je n'avais jamais vu quelqu'un dans ma vie en faire un ou des réactions. Je n'avais aucune idée. »

« (...) ouais d'une certaine façon, je savais quoi dire parce que j'en avais un peu parlé, pis j'avais vu quelques affaires. Mais ce n'était pas une préparation en tant que telle ».

Certain.e.s jeunes se sont d'ailleurs confié.e.s sur le fait que leur dévoilement aurait pu mieux se passer s'ils avaient eu davantage d'outils ou accès à un service de soutien.

« Je ne me suis pas préparé, parce que ça été vite vite vite, mais c'est sûr que j'aurais peut-être pas détesté ça. Je n'aurais pas haï ça, mais en même temps, je n'aurais pas pu le faire tout seul. Fait que c'est là peut-être que l'organisme, tu sais avoir eu le contact de l'organisme ou quelque chose, tu sais... peut-être que ça aurait pu m'aider à gérer cette dose d'émotions là... tu sais je n'ai jamais revécu et sûrement que je vivrai jamais ça... tu sais c'est... ».

Le cheminement entourant un *coming out* amène un lot d'expériences et d'émotions intenses. Si la majorité d'entre eux et elles ont affirmé ne pas s'être préparé.e.s en tant que tel, certain.e.s ont quand même cherché des ressources au fil de leur cheminement du côté d'Internet.

« Pis ouais, j'avais comme lancé ma question sur un blogue, je me rappelle pu ce que j'ai dit pis c'était où, mais en tout cas, j'étais contente que cette personne-là me dise (...) pis c'est le fun, il y a genre cette personne-là qui m'a vraiment aidée. C'était le fun d'avoir ça parce que sinon, je me serais probablement questionnée encore longtemps, parce qu'il y a une personne autour de moi qui aurait pu m'aider là-dedans là. Comme la seule personne que je connaissais, c'était mon ami qui avait fait son coming out comme homosexuel, mais c'est pas la même chose qu'être bi non plus. J'aurais probablement pas réussi à mettre des mots là-dessus même s'il y avait pas eu cette personne-là dans ma vie. »

« Mais en allant sur le blogue et me documentant sur les histoires à succès, mais indirectement, ça... même si ce n'était pas ça l'objectif, c'est sûr que ça joué un rôle clé dans ma préparation pour le dire à mes parents. »

La parole aux mères : de l'ouverture à la méconnaissance, en passant par le doute

Toutes les répondantes rencontrées connaissaient des personnes lesbiennes ou gaies avant de recevoir le dévoilement de leur enfant et se disaient ouvertes à celles-ci. Certaines d'entre elles en comptaient dans leur famille, belle-famille ou parmi leurs ami.es et d'autres, en côtoyaient plutôt au travail.

« Moi je suis entourée (rires). Je suis entourée beaucoup de mes amis hommes, sont gais beaucoup. Il y en a qui sont mariés, il y en a qui sont ensemble depuis... (...) Ça fait que ça toujours été (...) pis ça a comme toujours fait partie de ma vie. »

ANTICIPER L'ORIENTATION SEXUELLE DE SON ENFANT

Une majorité des mères ayant un enfant LGB ont dit qu'elles se doutaient de son homosexualité avant son dévoilement « officiel ». Certaines s'en doutaient depuis plusieurs années, voire depuis la petite enfance.

« Honnêtement je le savais depuis qu'il était bébé. »

« C'est sûr que je m'en doutais, je m'en doutais depuis qu'il avait à peu près deux ans. J'avais même envie de dire, je pense que j'en doutais quand il est venu au monde. »

D'autres ont cependant été surprises d'apprendre que leur enfant était homosexuel.le.

« Non, non, Je ne m'en doutais pas du tout, j'étais très surprise. Très surprise quand elle l'a... elle l'a dit, là. »

Pour la majorité de mères qui se doutaient de l'orientation sexuelle de leurs enfants, ce sont surtout les stéréotypes liés aux genres qui ont fait croire aux répondantes que leur enfant était homosexuel.le. L'enfant avait développé des intérêts non conformes du point de vue hétéronormatif, il entretenait des relations amicales principalement avec des personnes de l'autre genre, ou à l'adolescence, il s'intéressait davantage aux « stars » de son genre.

« Moi Martin je lui ai acheté des Barbies jusqu'à neuf ans. Il voulait des Barbies pour Noël, je lui ai acheté ce qu'il voulait... ».

« Ben écoute une fille de secondaire trois que son agenda est plein de... Son agenda c'était des photos de belles femmes. De très belles actrices. Elle était toujours... Elle s'identifiait toujours aux femmes. Toujours des pétards là. [...] Pis moi ça me questionnait un peu. [...] C'est là que je me disais ben peut-être que... ».

Les mères qui ont été surprises d'apprendre que leur enfant était lesbienne ou gai l'ont été parce qu'il ou elle avait été en relation amoureuse avec une personne de l'autre sexe, sans laisser voir aucun « indice » de son orientation sexuelle, ou parce que la mère avait déjà interrogé son enfant sur une éventuelle homosexualité et avait obtenu une réponse négative.

« Parce qu'elle avait expérimenté, t'sais elle avait essayé de sortir avec un gars pis elle l'avait pas aimé. Fait qu'elle a dit "Non, non." Fait que là elle avait pas de chum, mais ça, ça m'inquiétait pas. Euh, j'avais pas fait les liens. »

« [J]e lui disais "Bien là, y'en a-t-il un qui t'intéresse ?" Puis un moment donné, je lui ai dit "Es-tu, es-tu aux femmes ? Ou euh... Tu sais, ça se peut, là, tu sais". Elle avait dit "Bien non, bien non, je suis comme ça, ça finit là." »

PARENT AVENANT : OUVRIR LA PORTE, UN GESTE À DOUBLE TRANCHANT

Plusieurs répondantes ont questionné leur enfant sur son orientation sexuelle, avant son dévoilement, étant donné les doutes qu'elles avaient à ce sujet. Dans plusieurs des situations racontées, les enfants ont nié être lesbiennes, gais ou bisexuel.les. Dans une situation, l'enfant a exprimé de la colère, ne voulant pas répondre à la question.

« J'ai dit là Martin, moi je veux juste savoir : "Est-ce que tu penses être gai ?" Il dit "Non M'man ! J'aime les femmes, je trouve ça beau, je veux des enfants". J'ai dit "Martin, ça ne t'empêche pas d'avoir des enfants même si tu étais homosexuel." Il dit, "Là je suis tanné, tout le monde me demande ça, pis...". J'ai dit, "Oui je comprends Martin. Moi je ne veux pas m'immiscer dans ta vie, ce n'est pas ce que je veux faire. Je ne veux juste pas que tu vives ça tout seul" ».

« On devait avoir une discussion à propos de l'homosexualité, ou je sais pas quoi, pis, tout d'un coup j'y dis (...) : "C'est bien ! T'sais, aujourd'hui, parce que, t'sais, vous avez tous ces choix." Mais, j'ai dit "C'est bien, mais en même temps, ça doit être compliqué aussi ?" [...] Puis euh, puis a m'a juste comme répondu : "Oui, ça l'est." Pis j'ai comme... j'ai vu !... [...] T'sais, y a comme quelque chose, la façon qu'a m'a répondu. Pis là j'ai posé une autre question, mais plus précise. [...] Pis là, ben, t'sais, l'occasion était vraiment trop belle. »

LA TRANSIDENTITÉ : UNE RÉALITÉ MÉCONNUE PAR LES MÈRES RENCONTRÉES

Contrairement aux mères de jeunes LGB, aucune répondante n'a mentionné connaître des personnes trans ou non binaires avant le dévoilement de son enfant. Les mères d'enfant trans n'ont jamais pensé que leur enfant pouvait vivre un mal-être face au genre qui leur avait été assigné à la naissance. Le dévoilement de l'identité transgenre de leur enfant a donc été une surprise pour elles.

« Parce que ça fait longtemps que je sentais quelque chose, mais je n'avais aucune idée de ce que c'était. Je sentais que Lise n'était pas heureuse dans sa peau, tout simplement. [...] je savais qu'il y avait quelque chose, mais je ne savais pas quoi. »

Malgré le fait que les réalités trans semblent encore peu connues, les mères rencontrées observaient toutefois des signes de mal-être chez leur enfant depuis un bon moment avant le

dévoilement. Elles observaient que leur enfant s'était intériorisé.e et éloigné.e, en quelque sorte, du contexte familial, sans pouvoir en identifier clairement la raison.

« Lise était souvent dans sa chambre, OK. Souvent en retrait. »

« Pis Nathalie [silence], du temps de Nathalie, c'était vraiment euh un enfant qui était plus renfermé. Les dernières années, je voyais qu'elle se renfermait de plus en plus. Tout le temps dans sa chambre. »

À cela s'ajoute le fait que leur enfant ne semblait pas heureux ou heureuse, ni bien dans son corps durant la période précédant le dévoilement.

« Bon, il y a des comportements qu'elle avait, que euh, après coup, je me dis "Ah, c'est vrai pareil t'sais." Comme à la plage, jamais elle aurait été en maillot de bain euh pour se baigner, elle avait tout le temps un T-shirt. Euh, jamais elle a voulu mettre des chandails décolletés. Ne serait-ce que juste un petit peu. »

« Parce que ça fait longtemps que je sentais quelque chose, mais je n'avais aucune idée de ce que c'était. Je sentais que Lise n'était pas heureuse dans sa peau, tout simplement. Dans son être, je ne la voyais pas... de la difficulté à la voir vraiment heureuse et s'exprimer, s'amuser, avoir le plaisir et tout le kit. »

La parole aux ami.e.s : une position d'ouverture

Les ami.e.s rencontré.e.s ont grandi dans des milieux familiaux variés. Alors que certain.e.s ont évolué dans une famille plutôt « ouverte et respectueuse » envers la diversité sexuelle et de genre, d'autres répondant.e.s ont plutôt partagé le fait d'avoir évolué.e.s dans un climat familial habité par plusieurs préjugés. Cette dernière situation a parfois donné lieu à des conflits de valeurs au sein de leur famille.

« (...) moi j'avais un oncle qui était homosexuel. Pis euh, j'ai des parents pas très, pas très ouverts, qui ont peur un peu de l'autre, etc., mais, t'sais, qui sont méfiants en général (...) fait que des fois j'étais un peu fâchée, parce que j'étais, ça faisait comme un clash, pis je venais comme en colère après mes parents, parce que je me disais, c'est comme si on voit ce mur là, il est blanc là, pis que ma mère elle me disait "Non, non, il est gris." »

« Oui, j'ai un cousin depuis... que je suis toute petite qu'on savait. Il est pas mal plus vieux que moi, ça fait que j'ai grandi avec, en sachant. Euh, j'ai jamais été... j'ai toujours été à l'aise avec ça. Je sais que lui, par contre, ça a pris du temps avant que son père l'accepte. Ça fait que quand j'étais jeune, son père l'a renié au bout, sauf qu'on... t'sais, je voyais ça allait aller, mais je comprenais pas. T'sais, j'étais jeune aussi, mais je comprenais pas qu'il pouvait comme en vouloir comme ça à son gars pour quelque chose de même... »

Indépendamment de leur contexte familial, tous les ami.e.s rencontré.e.s, ont affirmé avoir connu des personnes issues de la communauté LGBTQ+ avant de recevoir le dévoilement de leur pair.e. Que ce soit un membre de leur famille rapprochée, au sein de leur cercle d'ami.e.s ou de connaissances. Concernant la perception des personnes LGBTQ+, l'ensemble des répondant.e.s mentionnent avoir une ouverture vis-à-vis la communauté.

« J'ai toujours eu des amis gais ou non gais ou non binares ou binares ou tu sais, ça fait partie de la vie pis des personnes que j'aime. »

« (...) pas mal toute ma vie j'avais comme toujours eu une ouverture par rapport à la communauté LGBT ».

Malgré la connaissance de personnes LGBTQ+, ou une posture d'ouverture à leurs égards, certain.e.s ont confié qu'ils et elles n'étaient pas nécessairement à l'aise avec ces réalités avant que leur proche se dévoile à eux ou à elles, ce qui amène parfois une acceptation tacite de l'identité de leurs ami.e.s sans nécessairement savoir comment aborder la question.

« Il y a encore des choses que [...], pas que je ne comprends pas, mais t'sais qui ne font pas partie de ma réalité à moi, que j'accepte ça, mais que je ne comprends pas. Pas nécessairement par rapport à l'homosexualité, mais tu sais par exemple quand on parle d'un, d'un jeune enfant qui veut changer de sexe etc., j'essaie de comprendre, t'sais moi j'ai besoin de comprendre tout le processus, pis comment on fait pour différencier ça avec euh, avec le processus « normal » qu'on vit. »

« Je connaissais pas beaucoup les orientations sexuelles avant en fait d'avoir des amis dans ce domaine-là (rires) si je peux dire. »

R : *« On a comme vu qu'elle ne s'affichait comme pas. On savait comme pas trop, on s'est dit peut-être qu'elle ne veut pas aussi. Fait qu'on a comme jamais, insisté là. Mais on savait très bien qu'elle était lesbienne. »*

Q : *« Mais vous lui en avez jamais parlé. »*

R : *« On lui en a jamais parlé. »*

Regards croisés

Les différents témoignages des jeunes ont révélé combien la période précédant le dévoilement est chargée émotionnellement, et que la nécessité de sentir le soutien des proches se fait rapidement sentir, du moins chez plusieurs. Un climat familial d'ouverture est d'ailleurs souligné comme étant un facteur propice au dévoilement. Malgré une confiance marquée envers leurs ami.e.s, ou un lien de proximité avec leur mère, le moment du *coming out* demeure néanmoins source de nombreuses appréhensions. Du côté des jeunes trans rencontrés.e.s, le fait que les parents n'aient peu ou pas de connaissances en lien avec les réalités liées à la transidentité et à la transition ajoute certes un niveau de difficulté supplémentaire et peut faire grimper celui d'anticipation que vivent les jeunes avant leur dévoilement. Le fait de ne pas connaître le niveau d'aisance de ses parents avec le sujet entretient des préoccupations, et alimente la crainte d'être incompris.e.s.

Contrairement aux mères rencontrées, les ami.e.s interviewés.e.s ont une meilleure connaissance de la diversité sexuelle et de genre. Ceci peut s'expliquer entre autres par les différentes actions de sensibilisation, d'éducation et d'inclusion entreprise ces dernières années. Il est possible de penser qu'une utilisation plus fréquente des médias sociaux par les jeunes et jeunes adultes, où des modèles LGBTQ+ sont plus présents, peut permettre une meilleure visibilité et compréhension des réalités vécues par les personnes LGBTQ+.

Peu importe le contexte, les témoignages, autant des jeunes que des mères, laissent croire qu'un questionnement trop direct ou la pression de devoir se dévoiler nuit au processus du *coming out* et à l'établissement d'un lien de confiance. Par ailleurs, devoir garder pour soi son orientation sexuelle ou son identité de genre devient un fardeau lourd à porter pour les jeunes et qui peut

nuire grandement à leur bien-être psychologique. Alors que les parents peuvent avoir l'impression que le juste équilibre est difficile à atteindre, les expériences divulguées laissent croire aux bienfaits d'une approche plus indirecte, c'est-à-dire, de favoriser un climat d'ouverture tout en laissant le ou la jeune aborder le sujet. Ce contexte semble mener à des discussions plus authentiques et rassurer le ou la jeune sur le soutien attendu s'il ou elle décide de se dévoiler. Cette impression de réceptivité et de bienveillance, souvent associées aux ami.e.s, expliquent d'ailleurs en partie pourquoi les ami.e.s sont fréquemment les premiers ou les premières confident.e.s. Le rôle amical s'avère donc déterminant dans le cheminement des jeunes. D'autant plus que bien souvent, leur soutien et leurs encouragements accompagneront le ou la jeune vers son dévoilement à ses parents.

LE DÉVOILEMENT : UNE CONVERSATION PAS COMME LES AUTRES

« Et une journée, euh, ce n'était pas prévu et j'ai appelé ma mère au travail (...) et je lui ai dit : "Quand tu vas arriver, je vais t'attendre, faut que je te parle." »

La parole aux jeunes

Plusieurs jeunes ont choisi de faire leur dévoilement à leurs ami.e.s, avant de le faire à leurs parents. Des personnes proches sont choisies, chez qui une certaine ouverture est déjà perçue.

« (...) je suis allée vers les gens que je savais déjà qu'ils allaient bien réagir en premier (...) parce que t'exposer à une mauvaise réaction pour commencer, c'est pas "cool" ».

« C'est juste que j'ai remarqué une ouverture. J'y suis allé. »

Malgré la proximité présente avec les ami.e.s, le dévoilement demeure tout de même un moment rempli d'appréhensions, tel qu'illustré par les témoignages rapportés dans la section précédente. Lorsqu'est venu le temps de parler du contexte entourant le déroulement du *coming out* en soi, plusieurs ont fait un retour sur cet aspect et ont parlé du courage que la démarche avait nécessité le moment venu.

« Ça a vraiment pris disons, un rassemblement de courage. »

« C'était la chose la plus difficile que j'ai jamais eu à dire à quelqu'un, comme ça m'a pris littéralement toute la force que j'avais. »

« Pour moi ça avait été vraiment difficile pis ça m'avait pris beaucoup de courage d'en parler. »

TROUVER LE BON MOMENT

Pour la majorité des personnes rencontrées, le dévoilement aux ami.e.s se fait à l'école, lors de conversations informelles. Quelques personnes ont également combiné le dévoilement par l'intermédiaire de messages par texto ou sur Internet, puis de discussions en face à face. Un grand nombre des dévoilements ont eu lieu à l'adolescence, lors du secondaire. Pour quelques exceptions toutefois, le dévoilement aux ami.e.s s'est plutôt fait à l'université.

Certain.e.s jeunes ont affirmé avoir apprécié que ce soit plus spontané, alors que d'autres auraient aimé pouvoir planifier un moment plus « officiel ».

« Ce n'est pas évident, à ce moment-là on n'avait pas de voiture, on n'avait pas vraiment de lieu où se rejoindre ensemble, mais j'aurais aimé peut-être me préparer un peu plus pis bien faire ça un jour de fin de semaine, une fois qu'on était toutes ensemble. »

« Dans les choses qui étaient le plus dur, c'était de trouver comme un moment pour le dire, pis pour pas forcément que ça soit comme... t'sais sans que ce soit une grosse annonce à faire, t'sais, c'est juste quelque chose à dire. »

Souvent, les jeunes ont apprécié que leurs proches n'insistent pas et les laissent faire leur dévoilement à leur rythme. Ressentir de la pression pour se dévoiler peut rendre le moment plus tendu.

« Il y avait comme une attente pis là, j'avais de la misère. T'sais on était en train de souper pis là je déviais le sujet souvent. »

« Je pense que ce qui a été aidant, c'est que ça venait de moi. Ça pas été comme les parents qui s'assoient et qui commencent à faire un interrogatoire puis...tu sais, au moment de l'interrogatoire, tu n'es pas nécessairement prêt, mais si toi tu "call la shot", et que tu dis "Je veux te parler ce soir, j'ai quelque chose à te dire et que toi tu es prêt", ça fait, selon moi, une méchante différence, parce que ça vient de toi. »

Certain.e.s le font également en deux temps. En premier lieu, en donnant quelques indices quant au sujet de discussion, puis dans un deuxième temps, font leur dévoilement. Pour certain.e.s, il a semblé être plus facile d'y aller par étapes.

« On dirait que j'avais manqué une petite "shot" de courage pour que verbalement, vraiment aller jusqu'au bout de ce que je voulais dire. Donc je me souviens que la journée j'avais commencé à en parler, le soir sur Internet, j'ai pris trois, quatre meilleurs amis et sur internet, j'avais élaboré mon idée et c'était plus facile à ce moment-là... ».

D'autre part, le fait de faire son dévoilement dans un groupe dans lequel il y a des personnes de la communauté LGBTQ+ ou sensibilisées à cette réalité rend la chose plus facile.

« Y'avait des amies lesbiennes, qui étaient lesbiennes assumées depuis quelques années déjà fait que c'était beaucoup plus facile. »

« Le plus facile ça été le coming out avec mes amis (...), mes amis proches. C'est beaucoup parce qu'à la base plusieurs de ces personnes-là sont déjà sensibilisées pis ont des amis qui font partie de la communauté LGBT. »

Quoique la majorité des jeunes rencontré.e.s favorisent un dévoilement un.e à un.e ou auprès de deux ou trois ami.e.s seulement au départ, certain.e.s font le pas vers un coming out de groupe, notamment dans leur classe. Cette dernière démarche semble toutefois augmenter le niveau d'anxiété.

« (...) mon coming out à l'école, j'ai eu très, très peur ».

« T'sais, tu es adolescent, tu veux impressionner, tu veux plaire, tu veux être dans les "cools", tu veux être comme tout le monde, tu ne veux surtout pas te mettre à l'écart avec

une différence. C'est la dernière chose que tu veux faire au secondaire et je pense que ça, ça alimente beaucoup le sentiment de peur et la peur d'être rejeté, la peur de l'échec. »

Les expériences des jeunes ont été très variées quant aux réactions obtenues lors de leur dévoilement. Alors que certain.e.s élèves se sont montré.e.s plutôt indifférent.e.s, d'autres ont manifesté leur intention de devenir des allié.e.s. Plusieurs jeunes racontent que malgré les craintes, le dévoilement s'est mieux déroulé que ce qui avait été imaginé.

« Certains qui posaient des questions, mais surtout des gens qui étaient prêts à me défendre. »

« Ça s'est quand même bien passé, ben en fait ça s'est très bien passé. Les gens ont... s'en foutaient un peu. »

D'autres jeunes par contre ont raconté que ce moment a été l'occasion de peut-être se faire de nouveaux et de nouvelles allié.e.s, mais malheureusement de perdre un.e ami.e qu'il ou qu'elle pensait proche.

« Ben il y a une amie que j'ai perdu contact avec, mais techniquement mes autres amis ont tous bien réagi. »

Un autre jeune a senti que ses sentiments n'avaient pas été pris au sérieux.

« (...) un moment donné elle me dit : "Mais là [nom] comment tu sais que c'est de l'amour pis que ce n'est pas de l'amitié ?" Pis je l'ai regardée et je lui ai dit : "Quand tu as rencontré [nom], comment tu as fait pour savoir que c'était de l'amour, t'sais c'est la même chose, t'sais." »

UN ACCUEIL SOUVENT POSITIF DE LA PART DES AMI.E.S

Stress, nervosité, élaboration de scénarios et anticipation ont habité une grande partie des jeunes quelques instants avant leur dévoilement. Pourtant, l'ensemble des expériences de dévoilement racontées, du moins auprès des ami.e.s, se sont avérées positives.

« Ils ont vraiment été supers, belle écoute, respectueux, puis ça fait une différence. »

« Je suis quand même privilégié d'avoir des gens comme ça autour de moi, qui ont pu m'accueillir. »

« Je lui en ai parlé et ça bien été. Il y avait une belle réception de sa part. »

Au-delà d'une réaction positive, et de l'ouverture démontrée par les ami.e.s, l'une des attitudes les plus appréciées a été l'écoute. Les jeunes qui se sont dévoilé.e.s ont confié avoir eu besoin de temps pour aller jusqu'au bout de leur dévoilement, et ont apprécié l'espace accordé par leurs ami.e.s dans la discussion.

« (...) et surtout, ce qu'ils ont fait de mieux, c'est qu'ils ont écouté. Ça c'est la meilleure des choses. T'sais, ils n'ont pas jugé (...), je n'aurais pas aimé que quelqu'un à ce moment-là me bombarde de questions, puis essaie de... c'est déjà quelque chose de gros à vivre, fait que vraiment, l'écoute ça été super. »

LE DÉVOILEMENT AUX PARENTS : DE LA TENSION AU SOULAGEMENT, EN PASSANT PAR LES EXPLICATIONS

Malgré qu'il survienne souvent après celui aux ami.e.s, le dévoilement aux parents a lieu autour des âges similaires, soit entre quatorze et dix-neuf ans. Selon la grande majorité des jeunes rencontré.e.s, l'annonce à la mère est faite en premier, puis dans un deuxième temps vient celle au père et aux autres membres de la famille. Il faut savoir que les jeunes rencontré.e.s semblaient avoir un lien de proximité plus important auprès de leur mère.

« Fait que non je n'avais pas d'appréhension avec ma mère. »

I : « Pourquoi c'était elle ? » [la première personne à qui tu l'as dit]

R : « Parce que j'étais très proche de ma mère. »

L'incertitude associée à la réaction des parents à la suite de l'annonce alimente quand même certaines craintes, notamment celle de décevoir.

« J'ai trouvé ça plus difficile le faire à mes parents (...) ce qui était le plus dur, c'est le sentiment que tu penses que tu vas décevoir. »

« Je ne m'attendais pas au pire, mais je ne savais pas du tout (...) comment qu'elle allait réagir (...) Je ne savais pas à quoi m'attendre. »

« J'avais des petites craintes par rapport à mon père. J'avais surtout peur que, ça aussi c'est cliché, j'avais surtout peur que la situation change. »

Le ou la jeune dont les propos ont été rapportés plus haut n'est pas seul.e à avoir entretenu des craintes précisément en lien avec la réaction de son père. Les discussions entourant le dévoilement ont été porteuses de malaise et d'inconfort pour plusieurs jeunes.

« C'était une des dernières personnes avec qui j'en ai parlé parce que je ne savais pas comment il allait réagir pis mon père c'est pas quelqu'un qui parle beaucoup fait qu'à la limite je me disais une non-réaction genre il parle pas, pour moi c'est pire (...) ».

Le fait d'avoir choisi librement de faire son dévoilement est un facteur pouvant influencer le degré d'aisance du ou de la jeune lors de celui-ci. En effet, pour les jeunes qui ont dû se dévoiler à la suite d'un questionnement des parents ou encore d'être pris.e dans une situation ambiguë, le moment a semblé encore plus stressant. Que le moment soit prévu ou non, il en demeure souvent un de grande émotion.

« J'avais pleuré, c'était comme la valve d'émotions qui avait ouverte. »

« Il me l'a demandée carré pis je me suis juste mise à pleurer. »

Et ce, malgré l'attente d'une réaction plutôt positive.

« Elle [ma mère] était comme : "Dis-le". J'étais comme : "OK, j'essaie", et puis je me suis mise à pleurer. Oui, j'étais tellement nerveuse, même si je savais qu'elle allait être OK avec ça. »

Comme avec les ami.e.s, certain.es choisissent de laisser quelques indices avant de faire leur dévoilement « officiel ».

« Je pense que c'était peut-être un peu plus par la bande que je laissais des petite "cues", mais je sais pas à quel point c'était subtil ou pas. »

Dans quelques cas, les discussions avec les parents se font en deux temps. Le ou la jeune fait son *coming out* en premier lieu, puis un retour sur la discussion est fait parfois dans les jours suivants, alors que dans d'autres cas, plusieurs mois peuvent s'écouler avant d'en reparler. La majorité des jeunes rencontré.e.s ont choisi de faire leur dévoilement en personne. Certain.e.s ont fait un premier pas via un courriel et d'autres par téléphone.

« Elle a pas fait aucun commentaire, c'était juste une information qu'elle devait "processer" là. Puis deux jours après, elle est venue me revoir... ».

Dans bien des cas, les discussions amènent le ou la jeune à devoir s'expliquer...

« Après ça quand je suis arrivée, ils m'ont posé des questions pis ils ont essayé d'avoir de l'information et tout ça. »

« On dirait que je sentais, et ça venait pas de sa part, mais on dirait que je sentais que j'avais besoin de me justifier (...) C'est dur à expliquer à quelqu'un qui ne le vit pas... ».

« Mais, tu sais, je me rends compte, ça été beaucoup, beaucoup de questions de mon entourage en général. Je pense que c'est important en tant que personne d'être prête à répondre à ces questions-là. (...) Je me souviens au début (...) j'ai pas envie de répondre à une question, je peux-tu juste vivre sans qu'on me pose des questions ? »

Cet aspect est encore plus présent pour les jeunes trans.

« Il comprend (...) que je veux que mon nom soit masculin, mais il comprend pas vraiment encore pourquoi. Il m'a redemandé de lui expliquer, pis j'ai pas vraiment arrivé à lui faire comprendre (...). »

« Il ne connaissait même pas ce que ça voulait dire LGBT (...) j'ai dû tout lui expliquer. »

« Parce que là, elle m'écrivait encore genre « il, il », pis là j'étais comme, OK, je suis tannée (...). ».

Trouver les mots pour le dire semble donc faire partie des défis à relever lors du dévoilement, surtout aux parents.

I : *« Est-ce qu'il y a des choses dans l'annonce à tes parents qui ont été difficiles ? »*

J : [Silence] *« Je pense que, ce qui a été le plus difficile c'est de le mettre en mots. »*

I : *« Dans l'annonce à ta mère, qu'est-ce qui a été difficile finalement ? »*

J : *« Ce qui a été un peu difficile, c'était de mettre des mots exacts sur ce que je vis (...) ».*

Cette réalité est peut-être l'une des raisons qui expliquent le besoin d'en parler à un parent ou à une personne de la famille à la fois.

« Un à un c'est correct, mais d'affronter la famille au complet dans des questionnements... ».

UN CONTINUUM DE RÉACTIONS

La moitié des jeunes rencontré.e.s affirment que leur dévoilement à leurs parents s'est somme toute bien passé malgré la nervosité et les craintes qui les habitaient.

« C'est tout ça qui se bouscule dans ta tête, mais ça tellement bien été. On a commencé à en parler, c'était fluide... »

« Là elle savait qu'est-ce que j'allais lui dire, je lui ai dit que, que j'étais gai, en fait ça s'est super bien passé. »

D'autres ont plutôt rencontré un malaise chez le parent avec qui ils ou qu'elles ont abordé le sujet, ce qui a suscité un sentiment d'invalidation. Ce sentiment était d'autant plus présent dans les cas où le parent ne reconnaît pas l'authenticité de ce qui est vécu par le ou la jeune.

« Ma mère sa réaction ça été "non, t'es mélangée, c'est l'adolescence, c'est pas vraiment ce que tu vis (...)". fait que sa réaction [au père,] c'était plutôt de faire "hum hum (...)" ça été un sentiment d'invalidation, comme si dans le fond c'était pas important... »

« Elle est venue me revoir : "Es-tu sûre que t'es lesbienne ?" (...) elle était comme en négociation. »

« Au début, elle pensait que c'était juste temporaire. »

« Pis sa réaction ça été de me dire : "T'as pas choisi le chemin facile". T'sais, fait que pour elle c'était comme un choix (...) ».

Alors qu'une absence de réaction peut être blessante pour certain.e.s, c'est parfois la réaction souhaitée par d'autres, pour qui le dévoilement était davantage une obligation qu'un besoin.

« C'est juste de les avertir (...) Parce que je ne sais pas, je trouvais ça bizarre justement, parce que pourquoi moi il faut que je leur dise ? (...) on n'accorde pas ni une plus grande importance ni moins d'importance à ça. »

Pour certain.e.s, le dévoilement auprès du parent a été suivi de grands bouleversements dans la relation, compte tenu de l'incompréhension face au vécu de la ou du jeune.

« Pis au début sa réaction était un peu négative. T'sais, il était tellement dans l'incompréhension que... que t'sais c'était pas agréable finalement (...) Mais il comprenait tellement pas que c'était comme... c'était blessant, t'sais, finalement. (...) il m'a rappelé à un moment donné pis je l'ai même pas rappelé. Je pensais qu'il y avait une sorte de brisure (...) je lui faisais pas confiance... ».

« Nous nous sommes pas parlé pendant plusieurs années et il a eu de la difficulté à l'accepter. »

La parole aux mères : le dévoilement, un moment émotif

Les mères d'enfants LGB rencontrées lors des entrevues ont raconté ne pas avoir vécu d'émotions difficiles lors de l'annonce de leur enfant. Au contraire, certaines mères se sont dit apaisées, émues, voire heureuses, suite au dévoilement.

« Ben ça, je me sentais apaisée. Pour lui, parce que dans le fond moi, moi mes sentiments, mes ressentis, je veux dire, c'est tu vraiment important, l'important c'est l'enfant. »

« Ben, c'est fou, mais moi j'aurais voulu, j'aurais voulu le dire, moi j'aurais voulu me prendre un porte-voix là, c'est vrai là, sur ma galerie cet après-midi-là [...] j'étais tellement heureuse à quelque part de l'avoir libéré parce que ma peur c'était qu'il se suicide. »

LA PREMIÈRE RÉACTION : SIGNIFICATIVE POUR LA SUITE DE LA RELATION

L'ensemble des mères ayant un enfant LGB considèrent avoir eu une première réaction positive au dévoilement de leur enfant ou, à tout le moins, une réaction d'ouverture même si parfois, leur réaction fut plus vive que ce que l'enfant aurait souhaité. Certains extraits d'entrevue illustrent que bien que certaines mères se soient senties ouvertes, leurs enfants ont réagi à certaines réponses.

« Ça fait que là j'y dis... j'y dis "Martin, je suis tellement contente là que tu me l'aies dit." J'ai dit : "L'important, c'est que tu sois heureux. Pis moi là, mon bonheur c'est ça." »

« Elle a dit "là, là, je suis amoureuse, puis je suis amoureuse d'une femme"... Là j'ai fait : "Quoi ????" Aye, j'étais assez surprise (rires) j'étais comme estomaquée, là, j'étais là, "Quoi, tu es lesbienne ? Han ?" Puis là, j'étais là, puis j'... puis là, un moment donné, j'ai dit ça 2-3 fois peut-être, mais tu sais, avec toute ma spontanéité puis ma franchise, tu sais (...). »

LES EXPÉRIENCES DE LA MÈRE ET DE L'ENFANT QUANT AU DÉROULEMENT DU DÉVOILEMENT : DES PERCEPTIONS VARIÉES

Comme mentionné, une majorité des mères d'enfants LGB ont indiqué que le dévoilement s'était bien déroulé et que leur enfant leur apparaissait être bien, voire heureux ou heureuse après le dévoilement. Pour d'autres, le dévoilement a été un grand bouleversement. Avec le recul, quelques mères ont confié que le dévoilement a donné naissance à certaines ambiguïtés dans la relation avec leur enfant. Malgré une réaction qui se voulait positive, le dévoilement ne semble pas toujours être vécu de la même façon par le ou la jeune et la mère. Une réaction du parent ou un commentaire fait immédiatement après le dévoilement peut rapidement être interprété comme quoi le parent était plus ou moins ouvert à l'orientation sexuelle ou à l'identité de genre dévoilée. Il est possible de penser qu'un retour sur la discussion plus tard, quand tout le monde est prêt.e, afin de dénouer les incompréhensions potentielles, s'avère très important.

« (...) puis là, elle me dit : "As-tu un problème avec ça ?" (rires) J'ai dit : "Non !" Bien elle a dit : "Tant mieux parce que moi, je n'en ai pas." »

« À elle aussi j'ai dit "Ben prends le temps d'y penser, prends le temps..." et elle m'a dit après qu'elle a vécu ça, plus tard, elle a vécu ça comme si je ne le prenais pas. Pour elle c'était négatif. (...) elle m'a dit que ça a joué. Que ça fait qu'elle était contente d'en avoir parlé à quelqu'un avant. »

De plus, quelques éléments ont rendu l'acceptation du dévoilement plus difficile pour certaines mères. Les différences de personnalité entre la mère et l'enfant ont parfois rendu la communication moins fluide, par exemple de garder le secret à la demande de leur enfant a empêché certaines mères d'obtenir du soutien ; craindre l'avenir pour son enfant a inquiété d'autres mères.

« Moi je, j'aurais aimé plus en parler, tu sais ? J'aurais aimé plus comprendre ou euh, ou savoir depuis quand. Elle ne voulait pas trop en parler, tu sais, là, elle disait... puis même encore aujourd'hui là, tu sais. »

« Bin moi ce que je dirais, ma difficulté c'est que je n'ai pas voulu en parler. Parce que c'était son coming out à elle. Pis les parents ont un coming out à faire aussi. Écoute, ça été long avant que j'en parle. Parce que ça lui appartenait à elle. Je n'ai même pas parlé à mon conjoint. »

RECEVOIR LE DÉVOILEMENT DE SON ENFANT TRANS : UN CHOC POUR LES MÈRES

Comme dans le cas des enfants LGB, le dévoilement des enfants trans s'est fait auprès de la mère lorsqu'elle était seule. Dans une situation, le dévoilement s'est fait en face à face et c'est la mère qui a accéléré le dévoilement de l'enfant, alors que dans l'autre situation, le dévoilement s'est fait par courriel. Dans cette dernière situation, l'enfant avait d'abord fait un premier dévoilement comme femme lesbienne avant de faire son dévoilement en tant que personne trans.

« On était en train de jaser puis tout ça... Je voyais quelque chose qui dépassait de son chandail. Là je regarde et je lui dis "c'est quoi ça ?" [...] Elle s'était fait des vêtements féminins, OK, genre soutien-gorge et tout ça. [...] Je lui ai dit "Qu'est qui se passe ?" et bien là, elle me l'a comme dit en même temps. Elle m'a dit "Je suis une fille, je me sens dans un corps de fille et tout ça". »

Les répondantes ayant un enfant trans ont d'abord vécu un choc en apprenant que leur enfant était trans, notamment parce qu'elles ne s'y attendaient pas et parce qu'elles avaient peu entendu parler des réalités trans avant le dévoilement de leur enfant.

« Ça fait que c'est de là que c'est parti, mais c'est ça là moi je, je ne me serais jamais douté. C'est pour ça que quand elle m'a dit ça, [silence] ayoye, là c'était comme, j'ai tombé de haut là. »

« Ça été comme, on respire un bon coup, parce que là, il y a quelque chose qui va changer dans nos vies et c'est beaucoup. Puis là, en même temps, on est comme désarmées, sans outillage... Le jour que ça t'arrive, t'a l'impression que OK... là ça vient de s'arrêter, ça vient de faire un "stop" puis là euh... va falloir bouger. Fait que là, on n'a pas su comment réagir sur le coup. »

Les répondantes ont dit avoir vécu différentes émotions négatives lors de l'annonce de leur enfant : inquiétude, questionnement, malaise, isolement. Elles se sentaient démunies et sans ressource, elles ont craint que leur enfant fasse une erreur, elles ont senti devoir faire le deuil de leur enfant.

« Parce que là je [silence] je perdais comme, euh, t'sais, je perdais ma fille. [silence] (...) c'est sûr que ça a été comme un [silence] un choc. Pis, suite à ça, ça a été comme beaucoup de questionnements. (...) Pis là c'était plus ça ma peur, là, de, t'sais peut-être qu'elle se trompe. »

« Intérieurement, je me suis sentie mal, démunie. »

Les répondantes ayant un enfant trans ont mentionné que selon elles, leur enfant avait peur de dévoiler leur identité à leur mère.

« (...) elle, probablement, avait [silence] des peurs. Pis t'sais, euh je pense qu'elle savait que [silence] que je l'accompagnerais parce que j'ai toujours été proche pis toujours été accompagnante [silence] t'sais, pour les enfants. Mais, euh je pense qu'elle avait peur de

me le dire vraiment de vive voix, en face... c'est comme elle avait peur de, de, des réactions des autres là. »

« Quand elle [s]'est dévoilée, si elle a pleuré, c'est parce qu'elle sentait une peur en dedans d'elle de comment j'allais réagir, ça c'est sûr et certain. »

QUAND L'ENFANT FORMULE DES ATTENTES À SON PARENT

La principale attente que les enfants LGB ont eue envers leur parent était de garder le secret de leur dévoilement jusqu'au moment de se sentir graduellement prêt.e.s à faire leurs dévoilements subséquents aux personnes de leur choix.

« Il nous a demandé de pas le dire. Il fallait pas le dire ce matin-là, j'avais encore vraiment de la peine, il dit, "Je vais vous demander de ne pas le dire parce qu'à l'école, si ça ce sait, je vais me faire battre." »

Une mère d'enfant trans a, quant à elle, ressenti différentes pressions de la part de sa fille pour qu'elle entame des démarches liées à sa transition de genre.

« Je ne peux pas dire que justement, d'emblée, que tout ce que j'ai fait pour elle, je l'ai fait de moi-même. Souvent, Lise me poussait aussi parce que c'est elle qui vivait tout ça et il y a des bouts que pour moi ça me dépassait, fait que j'avais de la difficulté à aller de l'avant des fois, fait qu'elle... [...] Elle m'arrivait et me disait : "Il faudrait prendre rendez-vous à telle place", parce qu'elle avait beaucoup de contacts avec Internet, avec des gens qui ont subi, qui ont vécu tout ça [...] Fait qu'elle se virait vers moi et me disait "On ne va pas assez vite, on ne fait pas ci, fait pas ça." Fait que là, bien moi, ça me poussait encore plus. »

L'IMPORTANCE DE LA COMMUNICATION ET DE L'OUVERTURE D'ESPRIT POUR BIEN SOUTENIR SON ENFANT

Certaines répondantes ont souligné l'importance qu'ont eue la qualité de leur relation mère-enfant ainsi que la qualité de la communication mère-enfant dans l'accueil et l'acceptation du dévoilement de leur enfant. Elles ont ajouté à cela l'éducation reçue dans l'enfance et les formations reçues une fois adulte puisqu'elles permettent d'ouvrir l'esprit, d'acquérir des connaissances sur la diversité sexuelle et de genre et de développer un sens critique face aux différentes réalités sociales.

« Notre éducation a fait en sorte qu'on soit critique pis ouvert. Parce que quand tu as un esprit critique, comme je disais tantôt, t'es beaucoup plus ouvert d'esprit. »

« Ben ce qui était aidant c'est ce que je savais. Tu sais ce que je savais parce que ça m'intéressait de par mon travail. Eh... Puis ce que j'avais vécu. J'avais des beaux modèles de gais en couple, pis des hommes, pis ben plus. Mais en couple. »

Différents types de soutien ont été offerts aux enfants par les mères rencontrées en entrevue. Ce soutien s'est fait par leur présence et leur parole d'acceptation, en leur offrant de rencontrer un.e professionnel.le, ainsi qu'en discutant de leur nouvelle réalité.

« Je lui ai dit que je l'aimais. C'est tout. [Petit silence] parce que c'était important pour moi de la, de la rassurer, t'sais. »

« Je leur ai offert de consulter, à mes enfants, s'ils le voulaient. »

SAVOIR SON PARENT LÀ ET CROIRE À SON AMOUR INCONDITIONNEL : DEUX INGRÉDIENTS CLÉS POUR UN DÉVOILEMENT PLUS SEREIN

Les mères sont unanimes sur ce point : ce qui est le plus important lors du dévoilement est lié à la présence (écouter, être proche, prendre le temps de parler avec l'enfant) et à l'acceptation sans condition de son enfant (ouverture, réaction positive, soutien moral, accompagnement). Mais plus précisément encore, l'élément majeur semble être que l'enfant sache qu'il ou qu'elle est aimé.e de façon inconditionnelle.

« Je pense que ce qui est idéal, c'est que... [...] l'enfant peut sentir l'amour que son en... son parent lui porte. Tu sais, peu importe ce qui arrive, on est là, puis on sera toujours là. Tu sais ? C'est... ça ne remet pas en question du tout l'amour qu'on... qu'on a pour lui. [...] Puis tu vois, plus tard, Marie nous l'a dit euh... elle a dit : "Eh que je suis chanceuse de vous avoir comme parents !" »

« De l'écouter. D'être à l'écoute. De vraiment, euh, écouter ses besoins. [...] je pense qu'elle savait que [silence] que je l'accompagnerais parce que j'ai toujours été proche pis toujours été accompagnante [silence] t'sais, pour les enfants. »

« Mais... une seconde après c'était justement j'ai aucune... j'ai aucune... ça ne me dérange pas dans le sens, comme je lui ai dit "C'est que tu sois un garçon ou que tu sois une fille, moi l'important c'est l'être humain que tu es." Fait que je lui ai dit "on va faire ce qu'il faut pis on va arriver à ce que toi tu veux être point final." »

La parole aux ami.e.s : des annonces dans l'intimité ou en public

Différents éléments ressortent des entrevues individuelles quant à la façon dont s'est effectué le dévoilement aux ami.e.s rencontré.e.s. Dans une majorité des cas, les dévoilements se sont déroulés dans l'intimité, c'est-à-dire dans des petits groupes d'ami.e.s de moins de deux personnes à la fois. À l'inverse, seulement deux dévoilements parmi les répondant.e.s ont eu lieu en grands groupes.

« On était une gang d'amies pis on était en train de jaser tout bonnement pis la manière qu'elle nous a dit ça, un moment donné on parlait comme de ça. On parlait de l'homosexualité, je ne sais plus en tout cas. Pis elle a comme dit : "Ben tu sais c'est parce que je le suis moi". Là on a continué à parler comme si de rien n'était (rires). Là elle a dit : "Je pense vous n'avez pas compris là. C'est parce que je le suis, je suis lesbienne". Pis là on a fait : "Ouais, pis ?" Ben elle dit : "Vous n'avez pas de réaction ?" On a dit : "Ben non." Ça ne nous dérange pas, ça ne change rien." Fait qu'on a continué à parler comme normal, pis on a su comme ça qu'elle était lesbienne. »

Certains dévoilements ont été réalisés dans un contexte où le ou la jeune LGBTQ+ est amoureux ou amoureuse, c'est-à-dire en relation avec une personne en plus de faire son *coming out*. Ceci peut d'ailleurs être perçu comme un élément déclencheur de l'annonce.

« Je pense que c'est ça qu'elle attendait... pour rendre ça plus officiel, mettons ? Elle a vraiment... je pense que le fait qu'il fallait que toutes les deux fassent leur *coming out* en même temps... t'sais ça l'a aidée, elle n'était pas seule là-dedans. T'sais, y ont été

rencontrer mes parents, y ont rencontrer ses parents. Y ont été comme tous les deux ensemble. Fait que je pense que ça... Je pense que ça l'a aidée. »

Une répondante rencontrée affirme avoir aimé l'intimité qu'elle a eue avec son ami lors du dévoilement de celui-ci. En effet, la répondante était seule avec son ami lors du dévoilement et a pu discuter longuement sans avoir les réactions des autres personnes pour l'influencer. Cependant, une autre personne rencontrée, quant à elle, aurait aimé être accompagnée par d'autres ami.e.s lorsqu'elle a reçu le *coming out*. Il est possible de penser que ces préférences peuvent être en lien avec le degré d'aisance des ami.es avec la diversité sexuelle et de genre.

« Ben on était les deux seuls, donc euh, on pouvait discuter longtemps sur les points que lui et moi on amenait, sans nécessairement avoir l'intermédiaire, ou les réactions de quelqu'un d'autre qui peuvent parfois moduler nos propres réactions. Donc ça été vraiment aidant. »

LES FORMES IMPORTANTES DE SOUTIEN SELON LES AMI.E.S

Les personnes rencontrées dans le cadre du projet ont mentionné avoir eu des réactions positives, empathiques à la suite du dévoilement de leur ami.e. Elles ont dit s'être montrées ouvertes à leur ami.e. durant son *coming out*. La disponibilité, l'ouverture, ainsi que la présence pour l'autre, peu importe le moment et le contexte, figurent parmi les formes de soutien considérées les plus significatives. Pour certain.e.s répondant.e.s, normaliser la situation, ne pas changer d'attitude envers son ami.e, ni sa relation avec lui ou elle représentent également des façons d'offrir son appui.

« Il était temps que tu sortes, que tu... que t'en parles. »

« Ben j'étais vraiment heureuse pour lui. »

« On s'en fout là. Peu importe. Si toi tu es lesbienne, tant mieux pour toi. Tu sais pour nous autres ça ne changeait absolument rien. »

Deux personnes interviewées qui avaient des liens familiaux avec les jeunes de qui elles ont reçu le *coming out* mentionnent avoir eu des discussions avec leur entourage pour assurer à leur ami.e que le dévoilement était bien accepté :

« Ça fait que moi, je parlais avec maman, je parlais avec papa, pis là j'allais d'un bord, pis là, non, c'est correct, tu sais, ils ont bien pris ça, pis euh... fait que c'est comme ça, pis c'est beau. »

ÊTRE TOUCHÉ.E PAR LE LIEN DE CONFIANCE

Certain.e.s répondant.e.s ont nommé avoir apprécié recevoir le *coming out*, ce qui pour eux et elles, témoigne d'une marque de confiance et d'appréciation qu'ont leur ami.e à leur égard. En ce sens, certain.e.s se sentent reconnaissant.e.s d'avoir été choisi.e.s pour recevoir le dévoilement.

« On était contents pour elle pis surtout que tu sais on... involontairement, sûrement qu'on s'est dit, comme je disais tantôt, tu sais, elle nous a choisis, t'sais, elle nous fait confiance de ce point-là. »

LES ENJEUX QUE PEUVENT RENCONTRER UN.E AMI.E QUI REÇOIT UN DÉVOILEMENT

Bien que les ami.e.s rencontré.e.s se soient montré.e.s ouvert.e.s et à l'écoute de leur proche, recevoir un *coming out* est un moment délicat, où tous les mots, et même les moments de silence comptent. Ils et elles racontent ici les défis rencontrés : trouver les bons mots, avoir le sentiment de manquer d'information, avoir le besoin de s'entourer pour ne pas porter seul.e le « secret », se sentir mal de ne pas avoir utilisé les bons pronoms.

CRAINDRE DE NE PAS ÊTRE À LA HAUTEUR

Bien que certain.e.s répondant.e.s aient apprécié être un.e confident.e et parfois même le ou la première, une certaine pression semble avoir été vécue en lien avec le souci de bien accompagner son ami.e, de trouver les bons mots et de réaliser les bonnes actions afin que la personne se sente réellement acceptée et soutenue. Plusieurs répondant.e.s expliquent ne pas s'être senti outillé.e.s pour aller plus en profondeur dans la discussion avec leur ami.e la première fois. Ces témoignages relèvent l'importance pour les proches des personnes LGBTQ+ d'être mieux informé.e.s.

« La seule affaire que j'ai trouvé plus difficile, c'était un peu pas savoir quoi dire pour pas, mettons blesser. Pis en même temps, moi je n'étais pas blessée là, du fait qu'il soit gai... je veux dire, ça ne me dérange pas là. Mais tu sais je voulais juste dire les bons mots pour que lui il se sente vraiment accepté là. T'sais c'est plus ça que j'ai comme trouvé difficile là je dirais. »

« Moi, de mon côté, je pensais que j'avais la pression de me dire "OK, qu'est-ce qu'il faut que je fasse pour lui ?" T'sé qu'est-ce qu'il faut que je lui dise ? Qu'est-ce qu'il faut que... ».

« C'était vraiment je j'anticipais le moment qu'il allait le dire à ses parents parce que je savais que, que c'était c'était stressant [silence] pis je ne savais pas comment le préparer à ça non plus. »

Avec le recul, certain.e.s regrettent même une réponse spontanée, plus maladroite qu'ils ou qu'elles ont pu avoir.

« La question qui est sortie de ma bouche [silence], ce n'est pas ça qui aurait fallu que je dise, mais c'est que j'ai dit "T'es-tu sûr ?" T'sais ! »

Aussi, une personne rencontrée confie avoir vécu de la culpabilité à la suite de l'annonce qu'elle a reçue en raison du mauvais pronom qu'elle utilisait auprès de son ami trans avant son dévoilement.

« Ah ! je me sentais mal de l'avoir appelée par « elle » tout le temps. Je suis comme je suis vraiment désolée, t'sais j'ai été élevée dans une famille où les personnes qui ont des caractéristiques féminines vont se faire appeler "elle" et les gars... ».

UN SECRET DIFFICILE À GARDER

Toujours en ce qui concerne les difficultés vécues, une répondante qui a reçu le *coming out* d'un ami lorsqu'elle était seule avec lui aurait aimé être accompagnée par d'autres ami.e.s au moment

de l'annonce. Cette même répondante avoue avoir trouvé difficile de garder la confiance pour elle et affirme avoir eu envie de le vivre avec ses ami.e.s et de pouvoir en parler pour apporter le maximum de soutien à ce dernier. Une autre répondante a également vécu cette même situation, soit celle de devoir garder la confiance pour elle, mais d'avoir eu le désir d'en parler avec d'autres personnes. Dans les deux cas, les deux personnes interviewées en ont parlé avec leurs mères, et ce, dans l'objectif d'apporter le meilleur soutien possible à leurs ami.e.s, malgré le secret qu'elles devaient garder. Ces témoignages reçus démontrent qu'il peut être difficile pour un.e ami.e d'être la ou le seul.e confident.e, même si ce n'est que pour une courte période.

« Autant c'est le fun que j'ai été la première à savoir parce qu'il me faisait confiance. Autant que j'ai trouvé ça lourd. (...) parce que euh c'est un beau secret pis que j'aurais aimé ça qu'on soit comme deux-trois amis ensemble (...) pis qu'on puisse comme t'sais vivre ça ensemble avec lui. (...) Ouais fait que moi, ce qui a été difficile de mon côté c'est que je ne pouvais pas le dire à personne. »

S'INQUIÉTER POUR SON PROCHE

Toujours à propos des difficultés rencontrées, certain.e.s répondant.e.s ont ressenti des inquiétudes quant aux réactions familiales de leur ami LGBTQ+. Ce moment, soit l'attente que l'ami fasse son dévoilement à sa famille et au reste de son entourage, semble être un moment particulièrement difficile pour certaines personnes interviewées.

« Mais on était tout le monde inquiet, de quand il allait dire ça à sa mère, de comment ça allait se passer. »

« (...) puis j'étais stressé du fait que je savais qu'il fallait qu'il le fasse encore plusieurs fois. »

« (...) je n'ai même pas dormi de la nuit ce soir-là parce que j'avais peur qu'il vivait du stress à le dire à ses parents ou à ses amis. (...) c'est que je n'avais pas les outils pour répondre à ses besoins, t'sais à pousser la discussion. »

D'autres facteurs ont pour leur part plutôt facilité l'accueil du dévoilement pour plusieurs répondant.e.s. Pour une répondante, le fait que son ami semble à l'aise avec son dévoilement au moment de l'annonce a été un élément facilitant selon elle.

« Ben c'est surtout qu'il était à l'aise avec ce qu'il nous disait là. Il n'était pas mettons gêné de nous le dire (...) il était vraiment à l'aise avec ce qu'il disait, il était rendu vraiment complètement correct avec ça, de le dire, fait que ça aidait à être plus à l'aise. »

Quelques répondant.e.s ont précisé avoir eu des doutes quant à l'homosexualité de leur amie depuis déjà un bon moment et ont confié n'avoir rencontré aucune difficulté particulière lors de l'annonce.

« Tu sais, je le savais que ça faisait longtemps qu'elle gardait ça en dedans. »

« Ben t'sais, c'est sûr qu'on s'en... T'sais, je m'en doutais pas mal là. »

Regards croisés

Du côté des jeunes, les besoins diffèrent en matière de conditions favorables au dévoilement. Confiance spontanée ou plus ou moins préparée, en face à face ou par écrit, les contextes de dévoilement tant aux ami.e.s qu'aux parents sont diversifiés. Les jeunes sont néanmoins tous habités.e.s d'émotions intenses, dont certaines ont traversé l'ensemble des récits. En effet, la peur, le stress et le courage semblent être inhérents au moment du dévoilement pour les jeunes. L'émotivité apparaît également avoir été au rendez-vous lors de ce moment crucial pour les mères rencontrées. Alors que la joie et la fierté ont pris toute la place pour certaines, le choc et l'incompréhension ont été davantage présents pour d'autres. Chose certaine, le dévoilement bouleverse et marque un moment dans la relation parent-enfant qui peut laisser des traces, bonnes ou moins bonnes. C'est alors que le soutien offert par le parent prend une place primordiale. Écoute, disponibilité, prendre position pour la ou le jeune et être garant de ses confidences constituent certainement des facteurs favorables pour le bien-être de la ou du jeune et le maintien d'une relation de proximité avec le parent.

Du côté des ami.e.s, malgré des attentes favorables en matière d'ouverture et de réaction positive, le dévoilement constitue également un moment clé dans la relation. Alors que le ou la jeune lui-même et elle-même peut se demander si ses ami.e.s seront encore là pour lui, les ami.e.s de leur côté se questionnent d'être à la hauteur, d'avoir les bons mots.

S'adresser à des personnes qu'on sait déjà sensibilisées aux enjeux des personnes LGBTQ+ est certes un facteur aidant pour un dévoilement sécurisant. D'une part, ce contexte met en confiance le ou la jeune, en lui permettant d'entrevoir une forme de validation et de compréhension. D'autre part, avoir des connaissances sur les réalités LGBTQ+ favorise une posture d'écoute chez les proches, et diminue les risques de questionner à outrance le ou la jeune qui tente de partager son vécu.

APRÈS LE DÉVOILEMENT : ET MAINTENANT ?

« C'est aussi que les jeunes homosexuels ont de la misère à voir que, dans le fond, ça va changer, les choses vont changer c'est sûr et certain, faut pas penser que les choses ne changeront pas. (...) ça va changer, mais ça va changer pour le mieux. Pis quand t'es pris dedans, tu veux pas que ça change du tout, tu veux que ça reste comme ça, mais tu te rends pas compte que, ça va être mieux t'sais. »

La parole aux jeunes

Les jeunes interviewé.e.s ont souvent évoqué un soulagement ressenti dans les moments suivant le dévoilement. Finalement, le fait de pouvoir parler de sa situation à ses proches et de recevoir du soutien est porteur d'une progression significative vers un mieux-être.

« (...) la tension sur mes épaules a vraiment descendu (...) ».

« (...) littéralement un poids sur tes épaules va s'enlever pis une espèce de vague de fraîcheur qui te rentre en dedans là pis c'est vraiment ça là ».

« (...) c'est peut-être l'une des choses les plus effrayantes que tu feras, tu peux penser que tu pourras jamais le faire. Mais, une fois que tu le fais, au moment où tu le fais, c'est juste, c'est tellement un gros poids de soulevé, comme si ta poitrine était littéralement plus légère ».

UN SOUTIEN DES AMI.E.S QUI PERDURE DANS LE TEMPS

À la suite des réactions initiales, différents types de soutien ont été offerts aux jeunes LGBTQ+ de la part de leurs ami.e.s. Dans les semaines et les mois suivant le dévoilement, beaucoup d'entre eux et d'entre elles ont continué d'offrir leur écoute, leur présence, et certain.e.s ont accompagné leur ami.e dans la préparation du dévoilement aux parents. Plusieurs personnes LGBTQ+ rencontrées ont mentionné que l'écoute de leurs ami.e.s a fait une grande différence et les a également motivé.e.s pour les prochains dévoilements à venir. De façon générale, ces répondant.e.s ont affirmé s'être senti.e.s soutenu.e.s à la suite du dévoilement. Ils et elles ont également souligné leur reconnaissance envers certain.e.s de leurs pair.e.s qui parfois les ont fait évoluer dans l'affirmation de leur orientation sexuelle ou de leur diversité de genre.

« Ils ont vraiment été super, belle écoute, respectueux, puis ça fait une différence. »

« C'était vraiment le fun, tu sais je me suis sentie supportée, soutenue. »

« (...) elle a juste été là pour moi de toutes les manières et m'a aidé à devenir OK avec ça ».

Pour certain.e.s jeunes rencontré.e.s, échanger avec une personne qui a vécu la même situation qu'eux et qu'elles représente le soutien le plus significatif. À ce sujet, ces personnes pouvaient échanger sur leurs expériences, sur les différents cheminements.

« (...) comme la période avant, j'étais intriguée, intéressée, genre c'est sûr que cet échange-là c'était vraiment intéressant. Pis genre je suis tellement contente de pouvoir échanger comme ça avec quelqu'un. Pis ouais, j'avais comme lancé ma question sur un blogue ».

Pour les jeunes trans, le soutien plus spécifique d'autres jeunes partageant un parcours similaire s'avère particulièrement déterminant.

« Fait que j'ai eu la chance de côtoyer deux personnes trans dans les dernières années (...) Pis on est devenu proche, pis ça me... c'est sûr que j'ai été rassuré. »

Pour ces jeunes, une forme de soutien primordiale passe d'ailleurs par l'accompagnement dans différents aspects de leur transition.

« Fait qu'en tout cas, je voulais m'acheter ça [binder⁴]. Pis là mon amie, elle m'a aidé à mesurer mon "chest" (...) Pis elle a pas passé de commentaire, elle a juste pris la mesure pis c'était ça. »

⁴ Un *binder* est une camisole de compression permettant aux garçons trans et aux personnes non binaires assignées filles à la naissance d'aplatir leur poitrine.
[En ligne]. <https://gatus.association.usherbrooke.ca/services/rdaag/binders/>

Selon ces jeunes trans, ce type de soutien semble toutefois peu présent auprès de certain.e.s proches appartenant à d'autres générations que la leur.

« Je sais qu'ils (membres de la famille) vont pas faire rien de mal en tant que tel, mais ça risque d'être vraiment, vraiment difficile pour eux de changer le nom qu'ils utilisent pour s'adresser à moi, le pronom, pis juste de comprendre (...) ».

« C'est que ma grand-mère a remarqué qu'il y avait de quoi qui clochait avec moi. Elle le sentait que j'allais dire que je suis pas forcément... T'sais je suis pas forcément comme tout le monde le penserait. Fait que quand je lui ai dit que j'étais trans, elle m'a dit : "J'aurais préféré que tu me dises que tu sois gai !" (rires) »

ÉVOLUTION DE LA RELATION AUPRÈS DES AMI.E.S

Deux éléments ressortent des entrevues individuelles quant à l'évolution de la relation avec leurs pair.e.s suite au dévoilement. Pour certain.e.s jeunes rencontré.e.s, les relations entretenues avec leurs ami.e.s sont restées similaires à celles avant l'annonce. Pour d'autres, les relations se sont améliorées, entre autres grâce à l'ouverture faite par le ou la jeune lors du *coming out* qui a mené à plus d'intimité et davantage de moments d'échange.

« Tout était encore normal et rien n'a changé. S'il y a de quoi, ça a rendu notre amitié plus solide. »

I : *« Quand ton dévoilement a été fait avec (...), est-ce que ta relation avec (...) a changé ? »*

R : *« Ouais, pis ça s'est amélioré. »*

I : *« Dans quel sens ? »*

R : *« Ben les gens me parlaient plus pis j'allais plus les voir et ainsi de suite là. »*

Par ailleurs, un répondant mentionne que ses relations avec l'ensemble de son réseau se sont améliorées vu qu'il était maintenant davantage à l'écoute de ses ami.e.s, n'ayant plus de questionnements en tête reliés à son dévoilement. À ce sujet, il est davantage disponible mentalement pour ses pair.e.s.

« Euh oui en fait j'ai appris à plus m'affirmer sur tous mes points de ma vie, j'ai appris à, quand t'as plus à te concentrer sur cacher quelque chose pis euh, une espèce de, de questionnement dans ta tête tu peux plus te, moi je suis comme ça aussi là, j'ai une grande écoute, fait que je peux plus me pencher sur ce que les autres ressentent (...) ».

« (...) ça m'a changé psychologiquement beaucoup. Ça m'a apporté une ouverture plus grande sur le monde et plus de compassion aussi. On dirait que je suis plus sensible quand quelqu'un vit une épreuve, on dirait que ça me ramène toujours à moi et qu'est-ce que j'ai vécu. »

Finalement, une répondante mentionne que ses relations se sont bonifiées avec ses ami.e.s parce qu'elle se sent mieux, elle est plus heureuse, ce qui est attirant pour ses pair.e.s, selon elle.

Quelques-un.e.s ont quand même mentionné que malgré une réaction initiale positive, certain.e.s de leurs ami.e.s ont fait preuve d'une certaine maladresse à leur endroit, et que tout en cherchant

à offrir leur soutien, ne semblaient pas savoir comment se comporter et aborder le ou la jeune à la suite du dévoilement.

« (...) c'est plus que c'est deux amies-là, avaient un malaise. T'sais c'est plus, que je me rendais compte, on dînait ensemble pis, pas qu'elles m'évitaient, ce n'est pas ça, mais on dirait que c'était comme quand quelqu'un vit un deuil et que tu le rencontres à l'épicerie pour la première fois, t'sais, tu as les yeux à terre, tu essaies de fuir son regard on dirait. »

Un.e jeune trans raconte également comment après un dévoilement pourtant positif, ses ami.e.s ont pu parfois être blessant.e.s dans des situations nouvelles.

« (...) c'est la seule fois où ça m'a fait un peu de la peine, c'était l'été passé, j'ai porté une robe pis là mes amis ont genre ri, mais ils ont ri genre "On est pas habitué de te voir de même". Pis après ça j'en ai reparlé parce que ça m'a fait de la peine (...) ».

LE SOUTIEN REÇU DE LA PART DES PARENTS... LA SUITE

Différents types de soutien ont été offerts par les parents et rapportés par certain.e.s jeunes lors des entrevues individuelles. Ceux et celles ayant abordé cette thématique mentionnent que leurs parents ont été compréhensifs, à l'écoute et qu'ils les ont soutenu.e.s durant leur cheminement. Les jeunes ayant reçu cette ouverture et ce type de soutien mentionnent s'être senti.e.s reconnaissant.e.s, heureux et heureuses, épaulé.e.s et soulagé.e.s. Certaines mères se sont également proposées d'emblée afin de faire le pont avec le reste de la famille, et ainsi, faciliter la suite pour le ou la jeune.

« (...) compréhensive, supportante, mais t'sais elle a toujours été tellement supportante, pis euh tellement euh, tellement, tellement, tellement de compréhension de sa part. »

« Fait on a parlé de tout ça puis après ça elle m'a demandé comme c'est quoi les prochaines étapes pour la famille pis je sais que ma mère, c'est comme un pilier dans notre famille élargie là, fait que je lui ai demandé si elle acceptait dans le fond de faire le message (rires) à mes grands-parents puis tout ça. »

ÉVOLUTION DE LA RELATION AVEC LES PARENTS

Les jeunes qui se sont prononcé.e.s sur cette thématique indiquent que les relations auprès de leurs parents ont évolué d'une manière positive à la suite de leur dévoilement. En effet, les répondant.e.s notent une plus grande proximité avec leurs parents, une relation plus ouverte, où on y retrouve davantage d'échanges et d'authenticité. En effet, la majorité des répondant.e.s remarquent qu'ils et qu'elles peuvent maintenant plus parler avec leurs parents de leur vie personnelle et que le dévoilement aurait même permis à leurs parents de s'ouvrir à leur enfant.

« C'est comme, j'ai l'impression que le fait que je lui partage, moi aussi, ce que je vis pis le bonheur pis tout ça, c'est comme si ça lui permet lui de se connecter avec ces moments-là pis t'sais, cette semaine il me parlait de comment ça avait commencé avec sa blonde. »

« (...) on commence plus vraiment à avoir un vrai lien familial ».

APRÈS LES COMING OUT : VERS DES JOURS MEILLEURS

Différents témoignages ont été apportés par les jeunes rencontré.e.s quant à leur vécu post-dévoilement. Une partie des jeunes rencontré.e.s a affirmé avoir plus d'assurance, de confiance en soi et se sentir davantage épanoui.e.s.

« (...) j'avais déjà confiance en moi. Là j'ai peut-être plus confiance en moi. Je suis peut-être plus sûr de euh [silence] de moi là fait que tout le monde le sait là ».

« C'est sûr qu'il y a encore des choses à changer là, j'attends encore pour mon opération. Pis ma voix m'énerve souvent. Mais... quand je pense... à quand j'étais en secondaire deux, je vais vraiment mieux. »

« Tu sais ce n'est pas l'fun de devoir se cacher des gens (...) un coup que tu lâches prise sur tout ça, la vie est juste tellement mieux. (...) soulagement et juste, comme tu peux être OK avec toi-même (...) être complètement bien avec qui tu es. »

Une autre partie des répondant.e.s affirment être enfin eux-mêmes et elles-mêmes, soit en harmonie avec qui ils et elles sont réellement, ce qui a même permis à certain.e.s jeunes de se découvrir et reflète une période de changement identitaire pour certain.e.s.

« Je suis devenue moi. »

« Bien, je suis bien. Pis je suis comme, là je peux vivre ma vie genre. »

« J'ai appris à plus m'affirmer sur tous mes points de ma vie, j'ai appris à... quand t'as plus à te, concentrer sur cacher quelque chose (...) ».

Finalement, alors que certain.e.s ont mentionné avoir une plus grande sensibilité et ouverture aux autres après leur dévoilement, d'autres ont plutôt affirmé ne pas avoir vraiment changé.e.s, outre le fait d'avoir moins de préoccupations.

SI C'ÉTAIT À REFAIRE...

La majorité des jeunes rencontré.e.s sont assez catégoriques sur le fait qu'avec le recul, il et elle se serait dévoilé.e.s plus tôt auprès de leurs proches. L'ensemble des sentiments anxieux, puis la sensation de libération qui, pour la plupart, semble apparaître après le *coming out* amènent les jeunes à réaliser que pour le bien-être, le plus tôt est le mieux quand vient le temps d'affirmer leur orientation ou leur identité.

« Faire le dévoilement plus tôt. »

« Si on revenait en arrière, je le dirais plus tôt. »

Même si cela implique des incertitudes, certain.e.s jeunes soutiennent que l'affirmation de soi est primordiale.

« (...) mieux vaut le faire tôt. Le plus tôt possible. (...) Même si on a peur du jugement des parents. Parce que souvent, même si la personne elle, même si le parent il te jette dehors, c'est déjà mieux que de rester avec quelqu'un qui te jetterait dehors. [silence] Sincèrement, je le vois de même. »

« C'est sûr que moi je suis dans la communauté, mais aujourd'hui, je vois les gens qui font des coming out ou quelque chose et l'attitude que j'aurai aimé avoir à ce moment-là c'est "Si t'es pas content just to bad", mais j'étais plus en monde "Ah mon dieu, si ça ne fait pas ton affaire", comme si je faisais quelque chose de mal en acceptant qui j'étais. »

La parole aux mères : devenir parent d'un enfant LGBTQ+

Toutes les répondantes de l'étude sont unanimes sur ce point : le dévoilement de leur enfant a eu des effets bénéfiques sur lui ou sur elle. Plusieurs mères perçoivent leur enfant comme étant plus heureux, heureuse à la suite du dévoilement. C'est un moment charnière après lequel plusieurs mères ont perçu que leur enfant a vécu une forme de délivrance, une libération lui permettant de s'épanouir. Plusieurs mères ont remarqué que leur enfant s'affirmait davantage depuis le dévoilement et qu'il ou qu'elle était plus ouvert.e sur son vécu. Finalement, quelques répondantes ont remarqué que le dévoilement a eu comme effet de resserrer le lien mère-enfant.

« Je pense que ça nous a rapprochés. »

« Ben je trouvais qu'il était libre. Je trouvais qu'il était libéré, en tout cas, il pouvait être lui-même. Il pouvait vraiment être lui-même. »

Du même souffle, quelques répondantes ont indiqué que le dévoilement n'avait pas changé leur enfant comme tel, mais que c'était, en quelque sorte, un élément de plus permettant de mieux comprendre leur enfant, voire de comprendre qu'il ou qu'elle pouvait être secret ou secrète.

« Je savais qu'elle était courageuse, mais peut-être que je la découvre encore plus courageuse. C'est peut-être ça qui change ? T'sais, je me dis : "Ah oui, je savais qu'elle était déterminée, mais elle est plus affirmée encore que je pense..." puis je trouve ça beau, t'sais je..., ouais.... Peut-être ça qui a un peu [changé]. »

REGARD SUR SA RÉACTION AU DÉVOILEMENT : AGIR AVEC RESPECT ET DÉLICATESSE

Bien que la plupart des mères rencontrées considèrent avoir eu une réaction adéquate au dévoilement de leur enfant, quelques-unes ont mentionné qu'elles changeraient certains éléments de leur réaction.

« Ah ben oui. C'est clair que je parlerais pas de prendre son temps pis de... c'est sûr. (...) "Tu vas voir si c'est ça. Tu vas voir en vieillissant si ça reste comme ça, si ton orientation, si ton désir est toujours là." Pis ça, ça l'avait tannée que je lui parle de même, tu sais. Fait que toutes ces mises en garde là, je les ferais pas. »

« Ben probablement que je serais moins directe dans le sens que t'sais, euh au lieu de parler vraiment de l'homosexualité, t'sais de, de parler comme plus large pour que ça en vienne à ça là. »

En repensant au cheminement parcouru depuis le dévoilement de son enfant, une répondante a également exprimé qu'elle avait l'impression que cela avait fait d'elle une « meilleure mère ».

« J'aurai été une autre mère, beaucoup plus présente, beaucoup plus proche de ses enfants pis tout le "kit" là... puis ça veux, veux pas, c'est sûr et certain qu'elle le sait maintenant. Elle a l'a su dimanche passé en tout cas (rires) parce qu'on en a parlé. C'est tout un cheminement. »

FAIRE SON DÉVOILEMENT DE PARENT LGBTQ+

Les mères rencontrées en entrevues ont nommé le besoin qu'elles ont ressenti de divulguer, à leur tour, leur statut de parent d'enfant LGBTQ+ à leurs proches. Certaines n'ont pas pu se confier à un.e proche étant donné le secret demandé par l'enfant, ce qu'elles ont trouvé difficile. Elles avaient hâte que leur enfant parle à son entourage afin de pouvoir se libérer du secret et de trouver elles-mêmes du soutien.

I : « *Pis tu vivais comment avec ça ? Dans ces années-là ?* »

R : « *Ben mal oui. Parce que j'avais besoin de le dire, l'impression pas de mentir, mais de cacher la vérité, mettons. Je le fais encore. Il y a encore des gens à qui elle ne veut pas le dire. [...] Je trouvais que c'était pas mon coming out, c'était le sien. Même si après j'ai dit "Moi aussi j'ai un coming out à faire." Fait que j'étais contente quand elle s'est mise à en parler.* »

DES RÉACTIONS POSITIVES PROVENANT DE LA FAMILLE ÉLARGIE

Dans pratiquement toutes les situations rapportées par les mères, l'orientation sexuelle ou la transidentité de l'enfant a été dévoilée à différentes personnes (famille immédiate, famille élargie, amis.es et collègues de la mère) et dans la très grande majorité des cas, le dévoilement a été bien reçu.

« *Puis là, mais, mais ma famille, de mon bord, sur le bord de mon conjoint, ça a passé comme ça... il n'y a rien là...* »

« *Tout le monde t'sais tout le monde le sait. C'est comme naturel. Il n'y a pas personne qui a fait de cas avec ça pis je n'ai pas senti euh qu'il s'est fait mettre à la porte non plus par des gens que je connais parce que, t'sais il est homosexuel, fait que c'était juste normal là.* »

« *Il y a mon frère, qui l'a appelé pis qui l'a félicité. Il lui a écrit, il est venu lui donner la main, pis y'a dit : "En tout cas, je te félicite, t'as 15 ans, t'as 15 ans. Ben t'es quelqu'un, t'es beau en tabarouette".* »

L'ANNONCE AU PÈRE : DE L'ACCUEIL CHALEUREUX À UNE ATTITUDE DE FERMETURE

Si la majorité des annonces à l'entourage se sont bien déroulées, l'annonce au deuxième parent (tous des pères) a suscité des réactions différentes. Plusieurs pères ont bien accueilli le dévoilement de leur enfant, mais ce fut une annonce difficile à recevoir pour quelques-uns d'entre eux. Les mères rapportent que l'un a réussi, après quelque temps, à accepter la situation alors que les liens ont été coupés entre l'autre père et son enfant. Finalement un dernier père a dit accepter la transidentité de son enfant, mais les liens père-enfant se sont quand même éteints par la suite.

« *Pis c'est ça, il [le père] l'a pris dans ses bras il lui a dit : "Martin, oublie jamais une chose, il y a aucun homme qui va t'aimer comme moi je t'aime."* »

« *La famille a très bien accepté. Son père a eu plus de misère, [silence], mais euh [silence] Là, ça va bien pis il voit lui aussi que les, qu'il est heureux.* »

« Pour mon fils ça été une relation très difficile avec son père, t’sais, il y a eu le fait qu’il a eu son coming out pis son père a eu ben de la misère avec ça. Il voulait le changer de bien des façons, euh, il était jamais à la hauteur de ses attentes. Fait qu’à un moment donné, dans la vingtaine là, ça fait quelques années, ça doit faire 3-4 ans, mon fils, s’est tout simplement retiré de la vie de son père là, il ne lui parle plus, il ne le voit plus, il ne le reconnaît plus, comme son père. »

« Présentement, ils n’ont plus de liens. Au départ, ça a été dit, mais plus ou moins parce que moi je n’ai pas de lien avec. Lise en avait un petit peu... puis euh... lui, il aurait dit justement que c’était correct qu’il l’acceptait, qu’il l’aimerait pareil sauf qu’au fil du temps, l’évolution, ils ne se parlent pas beaucoup, la dernière fois qu’ils se sont vus c’est en décembre 2017... puis euh... récemment, ils ont coupé les liens là... »

Enfin, l’annonce à certaines personnes a suscité des craintes autant chez le ou la jeune que chez la mère. C’était notamment le cas lorsqu’il s’agissait de faire l’annonce à des personnes plus âgées (les grand-mères du ou de la jeune, par exemple) et à des personnes perçues comme étant homophobes. Ce qui fait que dans certaines familles, ce ne sont pas tous les membres qui ont reçu le dévoilement.

« (...) moi j’ai été élevée par ma tante euh, là je me disais : “Ah, ma tante...”, mais je lui ai dit... tu sais, je... je ne sais pas que... parce que mon frère adoptif, je sais que lui il a des... il a des fois des réactions homophobes, là, tu sais... surtout pour... vis-à-vis des hommes, là, tu sais... il va dire “une tapette” ou des choses comme ça. (...) là, j’ai dit : “Ma tante...” je dis ça... elle a dit “Maintenant !” elle a dit “Il y a... il y a de tout”, elle dit “Il y a de toutes sortes de formes d’amour”, elle a dit “C’est correct”, elle a dit ça, elle a dit “Je suis contente pour elle.” Aie ! Elle a 80, là, tu sais ! »

« Mais ma mère sait, mais mon père sait pas. Il est très âgé mon père pis elle ne veut pas (...) Elle dit : “Maman, grand-papa qu’est-ce qu’on fait avec ça ?” »

L’IMPORTANCE DU SOUTIEN FORMEL ET INFORMEL POUR LES MÈRES

Les mères rencontrées ont eu accès à principalement deux types de soutien après le dévoilement de leur enfant : du soutien informel, procuré par les proches et du soutien formel, provenant d’organismes ou de ressources psychosociales. Les répondantes ont également spécifié que le soutien reçu a, à certains moments, été un soutien direct (se confier à quelqu’un.e en face à face, recevoir des commentaires positifs sur les réseaux sociaux, à la suite de l’affichage d’un statut) et à d’autres, un soutien indirect (drapeau arc-en-ciel levé par une école secondaire, commerce affichant son ouverture à la diversité par un autocollant, un drapeau ou tout autre signe visible).

« Moi j’étais fière la journée que la polyvalente de [nom de la ville] a hissé son drapeau de la fierté gaie. »

Quelques répondantes ont indiqué qu’elles auraient aimé avoir accès à une ressource propre à la diversité sexuelle et de genre afin de recevoir du soutien approprié lorsque leur enfant a fait son dévoilement. Certaines ont aussi évoqué le désir d’échanger avec d’autres parents d’enfants LGBTQ+.

« Ce qui fait que je me disais, ça prend des groupes de parents, ça prend des parents qui parlent à d'autres parents pour qu'on se rassure pis qu'on soit le plus "clean" possible. »
[c'est-à-dire avoir une réaction adéquate lors du dévoilement].

La parole aux ami.e.s : des liens d'amitié plus forts

Le fait que leur ami.e. annonce leur diversité sexuelle ou de genre a fait évoluer les relations amicales selon une majorité des personnes interviewées. Cette évolution de la relation amicale s'explique, selon les répondant.e.s, par le fait qu'ils et qu'elles peuvent davantage échanger avec leurs ami.e.s sur des sujets intimes et parce qu'ils et qu'elles ont été une source importante de soutien pour l'ami.e au moment des dévoilements.

« On a parlé longtemps, pis ensuite notre relation s'est comme encore plus euh, resserrée parce que là j'étais là pour lui, j'étais sa seule confidente sur le moment. »

Un répondant affirme même qu'il comprend mieux certains comportements ou réactions de son ami maintenant que celui-ci a fait son dévoilement :

« Parce que des fois, il y a des réactions ou des comportements qu'on ne comprend pas, qu'on, qu'on ne s'explique pas. Pis là avec le coming out, pis là on sait la réalité de l'autre, on comprend mieux certaines choses. »

REVISITER SES RÉACTIONS AU DÉVOILEMENT DE SON AMI.E

Pour la majorité des personnes rencontrées, aucun changement majeur ne serait apporté à la réaction qu'elles ont eue auprès de leur ami.e LGBTQ+ si elles avaient à revivre l'événement. Cependant, avec du recul, les ami.e.s ayant reçu le *coming out* considèrent ce moment comme important. C'est pourquoi pour certain.e.s de légers changements seraient apportés à leurs réactions. Certain.e.s auraient valorisé davantage le geste du *coming out* en comprenant mieux actuellement les enjeux entourant ce moment important. Immédiatement après une annonce reçue par courriel, une répondante mentionne qu'avec le recul, elle appellerait son ami au lieu de lui répondre par message texte. Finalement, une personne interviewée mentionne qu'elle utiliserait les ressources existantes pour s'assurer qu'elle offre tout le soutien nécessaire à son ami.e. Pour cette répondante, ce n'était pas un réflexe au moment où elle a reçu le *coming out*.

ACCOMPAGNER SON AMI.E LGBTQ+ À FAIRE SON *COMING OUT* À SA FAMILLE

Certain.e.s ami.e.s rencontré.e.s alimentaient des craintes quant aux dévoilements suivants qui attendaient leur pair. Par exemple, quelques-un.e.s avaient peur que celui-ci ou celle-ci se fasse rejeter par ses parents. Également, deux répondants affirment que pour leur ami.e, faire la présentation de leur partenaire à leurs parents s'avérait un moment particulièrement stressant, et qu'ils tentaient malgré tout de les encourager à en parler.

« Puis on disait : "Tu as un chum, peut-être qu'il serait temps que tu en parles à tes parents." »

ÊTRE UN.E TÉMOIN PRIVILÉGIÉ.E D'UN CHANGEMENT POSITIF CHEZ SON AMI.E

Les ami.e.s rencontré.e.s ont été questionné.e.s sur le vécu du ou de la jeune à la suite du dévoilement. Dans la plupart des cas, il a été question de l'impact qu'a eu le dévoilement sur

l'émancipation du ou de la jeune. En effet, plusieurs répondant.e.s ont déclaré que, d'une manière générale, le dévoilement avait été un vecteur de changement et de positif chez ceux-ci et celles-ci.

« (...) ben c'est mon analyse là, le fait de faire son coming out ça lui a permis d'embrasser une partie de lui aussi qui, qui n'osait pas trop... Maintenant il va au gym. Il met des photos sur Instagram (...) ».

« Elle nous a remerciés dans le sens que là le pire était fait. Que t'sais, de l'annoncer à ses parents, que ça allait être plus facile parce que là elle l'avait déjà dit une fois. Tu sais elle avait déjà eu un ouf... ».

Dans au moins deux cas, selon l'ami.e, l'étape du dévoilement vécu n'a occasionné que peu ou pas de changements auprès du ou de la jeune. Cependant, le dévoilement en soi a eu quand même eu un aspect positif du côté de l'aspect identitaire de la personne.

« Pis il a juste comme, le lendemain, il a repris, t'sais il est retourné à l'école euh, il est revenu le soir. Là, c'était comme si de rien était t'sais il était, euh... Peut-être que c'était intérieur là. »

Regards croisés

Les témoignages des sections précédentes ont révélé combien le dévoilement est en général un moment difficile et stressant, mais il s'avère que par la suite, la plupart du temps, des effets positifs s'en suivent pour le ou la jeune LGBTQ+. Pour plusieurs, le dévoilement semble un vecteur majeur du développement d'une identité positive. Des propos appuyant certaines transformations positives ont été partagés par les personnes des trois groupes interviewés.

Certaines personnes rencontrées mentionnent s'être senties soulagées, libres et accompagnées dans les moments suivants le dévoilement fait aux ami.e.s et avaient un sentiment de gratitude envers leurs pair.e.s lorsque les réactions étaient empreintes d'ouverture et de soutien. Malgré une certaine légèreté, des préoccupations continuent de planer pour les jeunes dont le dévoilement n'est pas encore fait aux parents ou lorsque vient le temps de partager leur réalité à un plus grand cercle de personnes, dans la famille élargie ou à l'école.

Le dévoilement auprès de la famille élargie a d'ailleurs été nommée fréquemment par les mères rencontrées comme étant l'une des attentes de leur enfant envers elles. Pour la plupart, elles ont semblé à l'aise de le faire, comme elles ont vécu la période de post-dévoilement de façon positive. Certaines ont dit porter particulièrement attention aux actes homophobes ou transphobes dont pouvait être victime leur enfant.

L'ENVIRONNEMENT SOCIAL : FAIRE SON COMING OUT EN RÉGION

« Je pense qu'il y aurait moyen qu'en Gaspésie ce soit pas comme ça non plus, mais il faudrait juste plus en parler, pis plus enlever ces tabous-là pis euh, je sais pas, fermer le clapet à celui qui pense que c'est euh, que c'est comme ça t'sais. Qu'il y ait plus peut-être d'intervention au niveau des euh, dans les écoles secondaires surtout là. »

La parole aux jeunes

LE MILIEU SCOLAIRE : LES DEUX CÔTÉS DE LA MÉDAILLE

Pour une grande partie des répondant.e.s, le dévoilement s'est effectué à l'âge où ils et elles étaient au secondaire. L'école revêt une importance marquée dans le cheminement des jeunes LGBTQ+ et comment y sera vécu leurs balbutiements en matière d'affirmation de leur identité, qui imprégnera leur souvenir pour longtemps, sinon pour toujours. Or, le vécu en lien avec le contexte scolaire est plutôt mitigé. Certain.e.s y ont trouvé différents types de soutien, notamment de la part d'enseignant.e.s, d'intervenant.e.s ou même d'un club. Quelqu'un.e.s y ont vécu plutôt de l'isolement et l'école ne semble pas avoir été un milieu rassurant.

« Il y avait deux gars gais, je veux dire, tout le monde savait qu'ils étaient gais, ils étaient à l'école et tout le monde savait qu'ils étaient gais, ils se faisaient intimider beaucoup. Je ne voulais pas faire partie de ça, alors j'ai gardé ça pour moi. »

« Des fois l'école secondaire c'est vraiment clean "tough" (rires). Fait que je pense pas que j'aurais pu être "out" au secondaire, genre ça aurait été vraiment compliqué (rires). Au secondaire en Gaspésie, je pense pas que ça aurait été genre très très génial. »

« (...) en classe, on a abordé le sujet des personnes gaies, et ce que certains étudiants ont dit m'a tellement brisé le cœur. Ils pensaient que, ils disaient que les personnes gaies ne méritaient pas les mêmes droits que les personnes hétérosexuelles, qu'ils ne devaient pas, ne devaient pas avoir le droit d'avoir des enfants, qu'ils ne devraient pas avoir le droit de se marier, t'sais... ».

« Parce qu'au secondaire, tu ne t'en sors pas tout seul, c'est comme une jungle là (rires). »

Certain.e.s rappellent que l'intimidation passe souvent par des commentaires sournois ou des regards blessants.

« Ça se passe de façon plus subtile que ça et les adolescents sont bons pour ça, c'était des espèces de petites craques qu'on te lance une fois de temps en temps, tu les entends parler fort, ils veulent que tu les entendes parler fort. »

Tous s'entendent sur le fait que beaucoup reste à faire en matière d'information et de sensibilisation. Une démarche plus globale, impliquant de revisiter le programme d'éducation, est souvent apportée comme étant une piste incontournable dans l'inclusion de la diversité sexuelle et de genre à l'école.

« On voyait des cours de sexualité au secondaire, mais moi je n'ai pas le souvenir jamais, que les autres communautés étaient élaborées (...) moi ça ne me rejoignait pas dans ce que je vivais. Donc le manque d'éducation, grosse lacune. »

« Je pense que la solution se trouve dans un vrai cours de sexualité. »

« Qu'il y ait plus peut-être d'interventions, dans les écoles secondaires surtout là. »

« Pis à l'école, la seule affaire qui est vraiment restée, c'était un poster "On t'accepte". Déjà, ça ne veut pas dire grand-chose. »

LE MILIEU DU TRAVAIL

Comme pour le milieu scolaire, les jeunes ont eu des propos partagés quant à l'ouverture de leur milieu de travail face quant aux réalités LGBGQ+. Certain.e.s jeunes ont trouvé du soutien auprès de leur employeur.e et de leurs collègues, ou ont ressenti du moins une forme de respect et de bienveillance à leur endroit.

« (...) ancien travail offre entre autres du soutien et de l'accompagnement aux personnes LGBT ».

« J'aime les gens avec qui je travaille, ils savent tous là que je suis gaie, je suis très ouverte à ce sujet et ils sont tous gentils. »

Malheureusement pour d'autres, le milieu du travail s'est avéré être plutôt homophobe, avec beaucoup d'incompréhension, et ce que certain.e.s ont nommé "d'ignorance". »

« (...) beaucoup de préjugés en [domaine professionnel] par rapport aux homosexuels (...) il y avait certaines personnes qui étaient homophobes ».

LE PARADOXE DU MILIEU RURAL : TOUT LE MONDE ME CONNAÎT, MAIS JE SUIS SEUL.E...

Les milieux dont il a été question précédemment s'inscrivent dans un contexte plus large, soit celui d'une région rurale. Les défis liés au fait de faire son *coming out* en Gaspésie et aux Îles-de-la-Madeleine ont été nombreux selon les jeunes rencontré.e.s, qui ont d'ailleurs multiplié les exemples illustrant les particularités d'évoluer dans un « petit milieu ». Évoluer dans un milieu où tout le monde se connaît semble avoir été agaçant pour certain.e.s jeunes et quelques-un.e.s ont partagé s'être souvent senti.e.s observé.e.s à la loupe.

« J'ai de la difficulté à m'habituer à... (...) tout le monde te reconnaît partout (...) tout le monde sait je suis qui pis tout le monde me voit faire ça, fait que des fois je me sens un peu comme observé. »

« (...), mais y'a aussi les côtés négatifs, genre le monde en parle tout le temps pis tout le monde le sait fait que tout le monde te regarde comme quand tu fais ton épicerie. »

« Mais en région, c'est peut-être plus compliqué. En plus quand tout le monde se connaît, c'est peut-être encore plus... (rires) ».

C'est également un milieu où le commérage prend beaucoup de place, ce qui a pu être dérangeant pour certain.e.s. Comme mentionné dans une section précédente, cette caractéristique associée au milieu rural par les répondant.e.s a même dans certains cas, constituée un élément déclencheur pour le dévoilement.

Un.e répondant.e a néanmoins confié y avoir trouvé son compte. En effet, la rapidité à laquelle circule l'information a parfois été considérée comme un avantage, en faisant en sorte de ne pas avoir plusieurs *coming out* à faire.

« Ce qui est facile, c'est comme on dit souvent, dans les petites places, tout le monde se connaît, tout le monde se parle. Ce qui fait que quand je l'ai dit à la classe, là-bas, les mots se sont... doivent s'être promenés un peu partout. »

Il n'en demeure pas moins que la confidentialité dans la région GÎM est un enjeu majeur rapporté par certain.e.s jeunes.

« Ou si je me présente au CLSC à [municipalité], même la secrétaire me connaît, tout le monde me connaît. Fait que c'est de dire, comme c'est ça "Pourquoi t'es venu ?", ben je peux pas inventer quelque chose. »

« Comme ici c'est plus compliqué, parce que mon quotidien ailleurs, en ville, j'avais pas peur de dire des choses ou de faire des choses par rapport à ça parce que mes parents sont pas là. Tandis qu'ici ben... ça fait plus peur de dire ou de faire des choses parce qu'ils vont le savoir. »

« [...] Pis eh... fait que... mais j'appréhendais beaucoup sa réaction parce que c'est quand même quelqu'un qui a des préjugés. Eh... Pis qui est genre bien... mémère là. Tu sais je me disais c'est sûr que tu sais d'après moi il y a déjà du monde à [nom de la municipalité] qui commence à le savoir là, t'sais. Pis elle travaille dans une épicerie, tu sais. Tu vois un peu le cliché eh... gaspésien, t'sais (rires) ».

Alors que la familiarité et le bavardage peuvent être le lot de milieu rural comme en GÎM, la proximité que les jeunes évoquent n'est pas nécessairement synonyme de rapprochement entre les individus. En effet, le sentiment d'isolement des jeunes s'est la plupart du temps retrouvé au cœur des discussions portant sur ces thèmes. Ils et elles ont nommé à plusieurs reprises s'être senti.e.s seul.e.s avec peu de vis-à-vis à qui il était possible de s'identifier ou de partager un vécu identitaire commun.

« C'est comme un milieu compliqué déjà, comme d'avoir sa communauté en Gaspésie. »

Certain.e.s jeunes ont également abordé d'emblée la distinction entre le milieu rural et le milieu urbain à ce sujet. Quelques-un.e.s ont notamment évoqué de plus grandes possibilités en lien avec l'exploration de leur identité de genre et leur orientation sexuelle, de même que davantage d'opportunités de rencontres.

« Pis je me suis fait un réseau d'amis, j'ai beaucoup d'amis queers, des femmes queers, lesbiennes, bisexuelles, oui. Alors que j'avais pas ça à [milieu rural d'origine]. »

« Surtout que là, je souffre énormément de solitude. Mais je commence quand même à avoir des personnes dans mon entourage, surtout à Montréal. »

Une plus grande visibilité des personnes LGBTQ+ a également été mentionnée comme étant un « plus » de la ville.

« Quand je suis arrivée à Montréal (...) je suis passée de zéro représentation à, que ça pratiquement (...) fait qu'en même temps ça me donnait un espèce de sentiment d'appartenance. »

« C'est sûr que si j'étais à Montréal, ça serait tellement plus facile. J'ai vu des personnes trans que c'était évident qu'elles étaient non conformes dans le genre, qui travaillaient à Montréal dans des endroits avec du service à la clientèle. »

« [À Montréal], j'ai juste tellement pu rencontrer tellement de personnes gaies (...) Et, juste être avec eux, leur parler, les voir être gais en public, s'embrasser et être OK avec ça, et

juste, il y en a qui sont gais de manière flamboyante, j'avais juste jamais vu ça en action, tu sais. »

Pour certain.e.s, la démarcation entre milieu rural et urbain n'est pas si franche. Quelques un.e.s. n'ont pas trouvé la liberté souhaitée en ville.

« À Montréal, j'ai dû faire face à beaucoup de haine. Beaucoup de haine, je veux dire, j'ai reçu un coup de poing (...) Oui, parfois même en ville j'avais peur de marcher dans la rue en tenant la main de ma blonde ou d'aller dans certains bars et de l'embrasser. J'avais peur. Maintenant ce n'est plus pareil. Maintenant, en ville, ça s'est vraiment amélioré. »

« Parce que j'ai mes habitudes à Montréal où je m'affiche en public. Mais moi et ma copine on a entendu quelques commentaires... ».

« Pis même aujourd'hui, à Québec, je pense pas que, c'est un peu triste là, mais je pense pas que je serais totalement à l'aise de me promener main dans la main avec mon chum. »

Un.e répondant.e a même trouvé plus de chaleur en milieu rural.

« (...) le monde était un petit peu, ben pas mal plus empathique que ça aurait été en ville ».

LES RESSOURCES NÉCESSAIRES

Que ce soit au tout début de leurs questionnements, juste avant de faire leur dévoilement, ou pour en savoir davantage sur les démarches en lien avec une transition, les jeunes sont unanimes sur le fait que dans la région de la Gaspésie et des Îles, les ressources se font rares.

« J'aurais aimé, je pense à ce moment-là, si j'avais eu juste quelqu'un pour parler et comme essayer de comprendre, parce que pour un adolescent, c'est beaucoup d'assimilation à faire. »

I : *« Euh je reviens à quand tu as fait ton dévoilement à ta mère. Est-ce que tu t'étais euh renseigné s'il y avait des services qui existaient en Gaspésie ? S'il y avait des associations qui existaient ? »*

R : *« Ouais pis on m'a dit qu'il n'y avait rien. »*

I : *« Qu'il n'y avait rien. OK. Fait que toi, est-ce que tu connaissais d'autres jeunes, en Gaspésie, de la diversité sexuelle et genre ? »*

R : *« Non. »*

Le fait d'avoir fait des séjours en milieu urbain, ou d'y être déménagé.e a donné à certain.e.s jeunes l'opportunité d'avoir accès à davantage de ressources spécialisées.

« Je pense qu'à Montréal, il y a quand même plus d'organismes, de trucs pour comme de filet si on veut. »

Pour les personnes trans, le milieu rural s'avère particulièrement pauvre en matière de ressources spécialisées et d'informations.

« Mais c'est une constante recherche les ressources, toutes les formes de ressources. C'est pas facile. Trouver des soins, des gens qui veulent pis qui savent, quel genre de soins que je peux avoir besoin. Pis qui comprennent que c'est justifié... ».

« J'ai pas mal trouvé qu'il y avait un gros manque au niveau de tout ce qui avait rapport avec les LGBT en Gaspésie. Surtout dans cette région. J'avais beau chercher de l'aide,

je ne trouvais rien. J'avais beau chercher des personnes qui pouvaient connaître ça. Je ne trouvais rien non plus. »

Même dans le milieu de la santé, certaines maladresses ou interventions parfois inadéquates de la part du personnel ont été source de détresse chez les personnes trans.

« Je suis allé au CLSC, pis il y a beau avoir des “stickers” contre la transphobie pis l’homophobie partout, c’est comme, t’sais je m’en viens prendre un “shot” de testostérone, mais à l’accueil, on me dit quand même “Madame”. L’infirmière, c’est la deuxième fois que je la vois, pis elle le sait que c’est un pronom masculin pis elle dit [nom féminin] super fort... ».

« Mais je suis sorti de là avec l’impression d’avoir vraiment été invalidé dans mon identité, parce que c’est comme s’il [le médecin] reconnaissait pas que ça existait des personnes non binaires. »

LE RÔLE DES MÉDIAS

Dans un contexte où les ressources en matière d’accompagnement des personnes LGBTQ+, les médias, les réseaux sociaux, les ressources électroniques ont une place importante dans la vie des jeunes rencontré.e.s. Plusieurs y ont trouvé du soutien, notamment dans des forums en ligne, des blogues et d’applications. Ces médias offrent souvent l’opportunité de discuter avec d’autres personnes LGBTQ+.

« (...) quand je me suis posée des questions, je me suis plus tournée vers des blogues sur Internet, des trucs comme ça (...) une madame bisexuelle à [l’extérieur du Canada] en fait. On s’est écrit vraiment pendant un bout, puis ça m’a aidé à tout mettre des choses en place dans ma tête ».

« (...) j’avais entendu pis vu selon leur Facebook qu’ils faisaient une transition. Fait que là j’étais comme : “Oh, je pourrais peut-être parler à cette personne-là.” Parce que c’est facile aussi là d’avoir une conversation sur Facebook, sur Messenger (...). Ça m’a aidé au début à commencer à considérer la chose pis parler ».

« Moi, ce qui m’a aidé, c’est de m’informer sur le sujet pis de retrouver un peu cette communauté virtuelle là de gens qui étaient homosexuels pis qui n’avaient aucun... ce que ce n’était pas quelque chose de mal pis de voir que ça existe. »

« Internet m’a pas mal permis de... d’étendre mes horizons pis de voir pas mal plus de gens, dont certains qui me ressemblent. (...) la première personne avec qui j’étais en contact qui était aussi trans (...) avec qui j’ai vraiment pu m’exprimer. Pis elle m’a aidée... ».

Le rôle des séries télévisées, de certains romans, de films a également été nommé comme opportunité d’augmenter la visibilité des personnes de la communauté LGBTQ+ et a semblé jouer un rôle dans la vie personnelle de certain.e.s répondant.e.s.

« Je sais aussi que j’avais vu dans un livre (...), fait que là ça m’avait vraiment marquée, mais dans ma tête j’étais comme juste : “Ah ben, je sais pas, à un moment donné peut-être que ce serait le fun d’essayer un jour dans ma vie” (...), fait que c’est peut-être pas un média nouveau, mais c’est quand même un média qui m’a aidée. »

« Les séries télévisées, ça m'a beaucoup aidé de trouver des séries plus anglaises où on voit des personnages positifs, qui s'identifient à la communauté LGBT et tout ça. »

Pour d'autres, du chemin reste toutefois à faire pour une réelle représentativité de la diversité.

« C'est facile de s'informer, mais est-ce que c'est facile d'avoir une information qui dépeint les diversités sexuelles et de genre comme étant quelque chose de positif... ».

« Même dans les séries télé, il y a des couples homosexuels, fait que ça c'est quand même intéressant. Mais il y a peu de représentations bisexuelles quand même. »

La parole aux mères

CE QUE VIVENT LES JEUNES EN GÎM SELON LES MÈRES

La peur du rejet lors du dévoilement est un enjeu vécu par les jeunes LGBT de notre région, selon leurs mères. Qu'ils ou qu'elles craignent de vivre du rejet à l'école, dans les vestiaires lors des cours d'éducation physique, dû à la pratique d'une activité traditionnellement associée à l'autre genre, par manque d'anonymat en région ou parce qu'ils ou qu'elles appartiennent à la très peu nombreuse communauté anglophone, plusieurs mères ont nommé les craintes de rejet de leur enfant, qu'il ou qu'elle soit LGB ou trans.

« La seule différence je te dirais [...], c'est que du côté anglophone c'est une petite communauté, donc sont beaucoup plus intimes. Ils ont peut-être encore plus peur du rejet. Je te dirais que ça augmenterait le risque pour eux, d'exclusion. Peut-être. Je te dis pas qu'ils sont plus, qu'ils rejettent les... plus que les francophones. »

« C'est sûr qu'en Gaspésie le monde se connaît. Euh... se connaît puis se parle... euh... plus que.... C'est plus anonyme en ville, puis, euh..., regarde, tu l'es, tu ne l'es pas il s'en fout bien ton voisin de, de bus, là, tu sais ? Puis, même, même au travail, si tu ne leur parles pas, ils ne te parleront pas, là euh... Tandis qu'ici, ça va se parler, puis tu sais que ça se parle. Tu sais. Tu sais que l'autre le sait. »

RECHERCHER L'ANONYMAT ET LA SÉCURITÉ DE LA VILLE

Le désir de quitter la région pour aller vivre ouvertement sa différence en ville est également un enjeu vécu par différent.e.s jeunes LGBTQ+. La ville est parfois perçue comme un lieu où il est plus sécuritaire de vivre sa différence. Par ailleurs, les enfants de deux mères ont quitté la région pour une période, puis y sont revenu.e.s y vivre, car la vie en ville comme personne LGB n'a pas été facile pour eux et elles. Une autre mère a révélé que son enfant avait hésité entre faire ses études en ville ou en région, car il craignait de vivre de l'homophobie en GÎM. Il est finalement resté et se sent bien accepté dans son milieu.

« (...), mais, ceci étant dit, ils sont pas nécessairement acceptés en ville. Pas plus qu'ailleurs, elle s'est fait cracher dessus parce qu'elle tenait la main à une fille, oui, oui [...] Elle s'est fait taper dessus. [...] elle est revenue vivre en Gaspésie ».

« (...) il avait choisi [nom du programme] qui se donnait à [ville de la GÎM] pis à Montréal. Pis il n'avait pas voulu choisir [ville de la GÎM] à cause des ragots qu'il avait entendus par rapport à ça que ça ne serait pas bien accepté. Le fait qu'il soit homosexuel. Pis ça ne lui tentait pas de vivre ça. [...] Fait que là, il s'est inscrit ici. [...] Fait que finalement, il reste à [ville de la GÎM] puis euh... ».

UN MANQUE DE STRUCTURES DE SOUTIEN EN GASPÉSIE ET AUX ÎLES POUR LES JEUNES LGBTQ+

Selon les mères de l'étude, le manque de réseaux sociaux et de groupes pour les jeunes LGBTQ+, la difficulté de rencontrer un.e partenaire amoureux ou amoureuse, le manque de services de défense de droits en région, notamment en anglais, et le fait que peu de jeunes LGBTQ+ sont visibles dans la communauté sont également des enjeux difficiles vécus par leurs enfants. Certaines mères ont précisé que le principal soutien que leur jeune a reçu en tant que gai ou personne trans était virtuel, notamment issu de groupes de soutien disponibles sur les réseaux sociaux.

« Puis ça, ça lui manque aussi le social, puis là aujourd'hui, le social, c'est son cellulaire. C'est les contacts qu'elle a avec d'autres personnes. Parfois, il y en a qui sont en France et tout ça... ».

Les enjeux liés à l'isolement et aux lacunes en matière de services d'aide dans la région sont d'autant plus criants chez les mères d'enfant trans. Les différentes étapes de leur cheminement avec leur enfant ont été marquées par le manque de ressources spécialisées, de services et d'informations dans la région. Elles ont mentionné qu'elles se sont senties désemparées à la suite du dévoilement de leur enfant, et ce, pour deux raisons. D'abord, parce que la transidentité ou la non-binarité sont des réalités peu connues et qui ont peu de visibilité en Gaspésie et aux Îles. Ensuite parce qu'elles n'ont pas eu accès à des informations sur les démarches à faire pour entamer une transition ni de "documents" (feuillet, page Web, etc.) qui présenteraient les ressources existantes en région pour les aider dans ce processus (ex. : des médecins et psychologues ouvert.es à l'accompagnement des personnes trans). Une des mères rencontrées a également mentionné que la première médecin qu'elle a consultée était tout aussi déroutée qu'elle.

« La première chose qu'on a faite, c'est sûr que c'est le médecin, mais même encore là, c'est... il y en a pas beaucoup et le médecin elle-même était désemparée. Elle ne savait pas où se tourner elle non plus. »

Un.e répondant.e a précisé que le soutien d'une personne-ressource ayant elle-même vécu une transition de genre a été déterminant puisqu'elle les a référé.e.s vers des ressources spécialisées en identité de genre, inconnues de la répondant.e. L'absence de ressources adaptées aux questions de genre en dehors de Montréal place bien souvent les mères et les jeunes dans une situation critique. La présence d'une personne trans dans l'entourage pouvant guider, orienter les familles devient alors un soutien inestimable pour ces mères dont la nouvelle réalité de leur enfant peut prendre par surprise.

« Je pense que t'sais, toutes les personnes qui vivent ça, en tant que parent, je pense qu'ils devraient vraiment... je pense que la rencontre avec le psychologue, ça c'est sûr que c'est important. La personne qui suit l'enfant pour vraiment se faire confirmer que... je pense que c'est rassurant. »

La parole aux amis

L'ENVIRONNEMENT SOCIAL COMME POIDS OU VECTEUR FACILITANT AU COMING OUT

D'après plusieurs des témoignages recueillis, deux mentalités distinctes en Gaspésie et aux Îles-de-la-Madeleine coexisteraient. Une première, représentée par la plus jeune génération, qui serait empreinte d'ouverture et d'acceptation, et une deuxième mentalité plus conservatrice qui serait représentée, selon les participant.e.s, par la génération plus vieille. Ces répondant.e.s notent donc que davantage d'ouverture est ressentie face à la diversité sexuelle et de genre de la part des plus jeunes générations, et qu'une certaine distance entre les générations existerait à ce niveau.

« Ben... je dirais qu'il y a vraiment comme deux mentalités tranchées, que c'est, soit c'est correct, j'en ai dans mon entourage pis je vis avec pis c'est correct ; ou, je ne connais pas ça, je ne veux pas connaître ça, je ne veux pas en entendre parler. »

« Ben, ça dépend. Mettons notre génération, je trouve que c'est vraiment moins pire, on est de plus en plus comme... C'est dans la normalité, que tu sois hétéro, homosexuel... Ça change... T'sais, on est dans une génération qui est plus tu fais ce que tu veux, tant que tu sois heureux. Mettons nos parents, grands-parents, sont plus dans une génération de "T'es un gars, tu vas sortir avec une fille, tu vas avoir des bébés, pis une fille le contraire". »

Pour expliquer cet état de fait, les jeunes consulté.e.s avancent que la plus jeune génération serait davantage éduquée en ce qui a trait aux questions de la diversité sexuelle et de genre, estimant ainsi qu'il y a possibilité que les générations subséquentes le soient également. Une autre explication présentée serait le fait qu'il y ait de plus en plus de modèles LGBTQ+ positifs et visibles au Québec, comme des artistes qui s'affichent publiquement, ce qui contribuerait à l'ouverture des plus jeunes à ces réalités.

« Tu sais il y a des artistes maintenant qui s'affichent comme étant euh, homosexuels, gais, lesbiennes, transgenres, pansexuels [...] Fait que je pense qu'il y a comme des références aussi dans la société en général, qui fait en sorte que ça des impacts ici aussi. »

Deux répondant.e.s ont également mentionné que le faible niveau de scolarité de certaines personnes peut expliquer les perceptions négatives qu'elles ont quant à la diversité sexuelle et de genre. En ce sens, pour ces deux répondant.e.s, l'ouverture à la diversité semble dépendre de la génération, mais aussi du niveau de scolarité des individus. Selon eux ou elles, l'éducation est une partie de la solution.

« Oui, pis encore là, je ne veux pas généraliser, mais moi ce que j'observe c'est que ça dépend beaucoup du niveau de scolarité, pis... faible revenu, mettons, etc. »

Quelques autres répondant.e.s ont mentionné que des préjugés subsistaient quant à la diversité sexuelle et de genre en GÎM. Ils et elles ont souligné avoir fréquemment été témoins de préjugés ou de comportements ou de blagues homophobes, et que ces commentaires étaient plus souvent le fait d'hommes que de femmes, qui montreraient davantage d'ouverture face à ces réalités. Un.e répondant.e explique que la faible densité de population pourrait expliquer les préjugés existants.

« Pis c'est surtout qu'il n'y a pas beaucoup de monde comme ça, fait que là quand il y a une personne plus extravertie, qui sort plus de l'ordinaire, ben là ça paraît plus, pis le monde ont plus de préjugés envers ces personnes-là. »

Enfin, quelques répondant.e.s ont également relevé le fait que ce manque d'ouverture était encore plus important vis-à-vis de la réalité trans : qu'une certaine ouverture et acceptation existait pour les personnes LGB, mais que la situation n'était pas la même pour les personnes trans.

« Je pense qu'il y a de plus en plus t'sais [silence] c'est de plus en plus accepté quand que tu es, tu es gai ou lesbienne ou gai, tu rentres parce que les gens, ils veulent tout catégoriser dans une boîte OK... pis là quand, mettons euh tu commences à parler de la pansexualité pis après tu commences à parler des personnes transgenres pis là, ça ne rentre plus dans "le gai". »

LES IMPACTS D'UN MILIEU RURAL MOINS EXPOSÉ À LA DIVERSITÉ

Plusieurs témoignages ont rapporté l'impact que cette spécificité du milieu rural pouvait avoir sur le vécu et les trajectoires de leurs ami.e.s LGBTQ+. Quelques répondant.e.s ont comparé dans leurs témoignages le fait d'habiter en milieu urbain ou en milieu rural pour les personnes issues de la diversité sexuelle et de genre. Selon eux ou elles, le fait d'habiter en milieu rural peut nuire à leurs ami.e.s qui s'identifient comme LGBTQ en raison de la proximité entre les personnes, les préjugés existants ainsi que le faible nombre d'endroits de rassemblement.

« Tu sais quand mon ami revient [dans la région], pis que je vais avec lui au bar, on se fait regarder, il se fait dévisager... ça me choque tellement. »

[...] tous mes amis gais ne sont plus dans la [région] et n'ont pas l'intention de revenir, notamment pour cette raison-là. Pis ils l'expriment clairement eux-mêmes là. Euh, donc je ne pense pas qu'on peut dire qu'en Gaspésie on est très accueillant envers les homosexuels pour ça, mais c'est peut-être aussi une éducation qu'il y a à faire, ce n'est peut-être pas de la mauvaise volonté, des fois oui là. »

Un.e répondant.e mentionne même que son ami a déménagé en ville pour se sentir moins étiqueté.e et pour avoir davantage d'occasions de faire des rencontres et profiter de plus de lieux de socialisation. Une autre personne interviewée mentionne directement que le *coming out* est plus difficile à faire en région en raison notamment du manque de modèles dans la communauté.

« [...] plus facile, le fait qu'il a déménagé en ville peut-être [...] là il est aux études à l'extérieur, fait que ça aide tout le temps un peu je pense, parce que t'es moins étiqueté qu'ici ».

Regards croisés

Les témoignages recueillis sur la spécificité de l'environnement social rural pour vivre sa différence d'identité de genre ou d'orientation sexuelle dressent des portraits nuancés. Que ce soit à l'école sur le milieu de travail, ou dans sa communauté en général, les personnes rencontrées disent avoir trouvé du soutien et de la chaleur dans le fait d'évoluer dans une petite communauté où tout le monde se connaît, alors que d'autres témoignent avoir souffert de la présence de mentalités plus conservatrices et moins ouvertes aux réalités LGBTQ+ et du manque d'anonymat caractéristique des milieux ruraux. Ce portrait nuancé est fait également pour la ville : quand bien même certain.e.s sentent pouvoir s'y afficher davantage, y retrouver davantage de

modèles, la ville n'en est pas pour autant exempte d'individus portant encore des préjugés sur les personnes LGBTQ+ et qui sont prêts à exprimer ces préjugés, parfois de manière violente.

Il demeure que certaines complexités spécifiques au milieu rural sont relevées dans les témoignages des jeunes LGBTQ+, des mères tout comme des ami.e.s. Le manque d'anonymat, la prégnance de certains préjugés, mais aussi, voire surtout, un manque important de ressources dédiées spécifiquement aux communautés LGBTQ+ et l'absence d'une réelle communauté LGBTQ+ à l'intérieur de laquelle on peut se sentir appartenir. On mentionne l'absence de lieux de rassemblement, de socialisation et le peu d'opportunités de faire des rencontres en GÎM en tant que personne LGBTQ+, en comparaison avec la situation en ville. Plusieurs témoignages ont également souligné l'enjeu du manque de ressources professionnelles et spécialisées (médicales, psychologiques, juridiques). En effet, les professionnel.le.s formé.e.s et avec le désir d'intervenir relativement aux enjeux LGBTQ+ sont rares. Cette dernière dimension spécifique à la région était tout particulièrement rapportée par les mères et surtout par les mères d'enfants trans, pour qui cette difficulté à trouver des ressources médicales et psychologiques dédiées pour les accompagner dans la transition de leur enfant a été particulièrement difficile à vivre. Enfin, un autre constat qui semble généralisé pour ce qui est de la spécificité rurale est le fait que le problème, et donc la solution, est lié à l'éducation et la sensibilisation de la population aux enjeux et aux réalités LGBTQ+.

Enfin, face à ces spécificités de vivre sa différence de genre ou d'orientation sexuelle en milieu rural, plusieurs ami.e.s et plusieurs mères ont également fait part des différentes stratégies mises en place par les jeunes LGBTQ+ pour contrer ces difficultés et l'impact qu'a eu le milieu rural sur leurs trajectoires de vie. Se retourner vers le virtuel et une communauté LGBTQ+ en ligne pour trouver du soutien, des modèles et de l'information en l'absence d'une telle communauté dans son milieu est un exemple de stratégie. Plusieurs ami.e.s et plusieurs mères ont également souligné comment la difficulté à vivre sa différence en GÎM avait poussé plusieurs jeunes LGBTQ+ à mettre cette réalité dans la balance lors de grandes décisions à des étapes importantes de leur vie. Le fait d'aller poursuivre ses études à l'extérieur de la région plutôt qu'en GÎM par exemple ou de déménager de manière temporaire, voire permanente, à l'extérieur de la région, est toute une trajectoire de vie qui a été influencée entre autres par les difficultés vécues par les jeunes LGBTQ+ dans leur contexte de vie en milieu rural.

GROUPES DE DISCUSSION

Un groupe de discussion réunissant des mères ayant participé aux entrevues individuelles a été réalisé. Les objectifs de celui-ci étaient qu'elles acquièrent une compréhension des principaux constats d'analyse issus des entrevues, puissent échanger sur les différentes réalités qui les touchent par rapport au dévoilement et qu'elles alimentent l'équipe de recherche quant à la conception des outils de sensibilisation. Chaque répondante a reçu une invitation pour y participer et six d'entre elles ont pris part à cette rencontre. Cet entretien de groupe s'est réalisé par visioconférence.

Un deuxième groupe de discussion réunissant des jeunes ayant participé aux entrevues individuelles a été réalisé poursuivant les mêmes objectifs que celui regroupant les parents. Cinq

jeunes ont participé à cet entretien de groupe qui s'est réalisé également par visioconférence. Différents constats issus des entretiens individuels leur ont été présentés. Les participant.e.s étaient invité.e.s à bonifier les résultats présentés. Les constats présentés quant aux vécus avant le dévoilement et pendant celui-ci ont simplement été validés par les personnes présentes. Les discussions se sont davantage concentrées sur les défis rencontrés à la suite de leur dévoilement ainsi que sur les enjeux vécu par la communauté LGBTQ+ en région.

RÉSUMÉS DES DISCUSSIONS

Du côté des mères

D'entrée de jeu, les mères ont échangé sur leurs vécus respectifs lors de la réception du dévoilement. Bien qu'elles aient eu des réactions empreintes d'ouverture, certaines ont partagé quelques éléments qu'elles ont trouvés plus difficiles, entre autres le fait de devoir garder la nouvelle pour elles ainsi que les défis d'accompagner un enfant qui souhaite entamer un processus de transition au sein de la région, soit le manque d'informations et de ressources disponibles. Ces expériences ont d'ailleurs été partagées dans le cadre des entrevues individuelles et ont été approfondies lors de l'analyse de celles-ci.

Les discussions lors de cet entretien de groupe se sont davantage concentrées sur les enjeux présents en Gaspésie. Les mères mettent de l'avant le peu de soutien et de ressources pour elles ainsi que pour les jeunes s'identifiant à la diversité sexuelle ou de genre dans la région. En ce sens, peu d'importance est accordée aux parents qui reçoivent un dévoilement selon les discussions ressorties alors qu'une variété d'émotions peut être vécue.

À ce sujet, certaines pistes d'actions sont soulevées comme la mise sur pied d'une association réunissant des parents d'enfants LGBTQ+, soit un lieu d'échange et de soutien ainsi que la mise sur pied d'un service de pairage entre parents poursuivant les mêmes objectifs. Aussi, l'accompagnement de son enfant vers l'affirmation de soi, la gestion des comportements homophobes ou transphobes qui peuvent survenir sont des éléments sur lesquels certaines mères aimeraient être outillées pour bien accompagner leur enfant. Finalement, elles revendiquent davantage de soutien et de ressources pour les jeunes trans et leur famille.

Concernant les jeunes, les mères soulèvent le manque de modèles issus de la communauté LGBTQ+, le peu d'organismes dédiés à ces réalités et le sous-financement de ceux existants ainsi que les difficultés rencontrées par les jeunes trans dans les écoles. Selon les expériences rapportées, il y aurait moins de compréhension des réalités transgenres chez certain.e.s professionnel.le.s issu.e.s du milieu scolaire.

Finalement, les mères se sont prononcées sur les actions à mettre en place afin de contrer les comportements homophobes et transphobes. Selon les participantes, les gens ont besoin d'être informés et éduqués, mais mentionnent que certaines mentalités ne peuvent changer, entre autres en raison de certaines croyances religieuses. Finalement, davantage de formations devraient être offertes aux personnels des établissements scolaires notamment en lien avec les notions reliées à la diversité de genre.

Du côté des jeunes

Lors des entretiens individuels, une partie des jeunes ont affirmé avoir plus d'assurance, de confiance et se sentir davantage épanoui.e.s à la suite de leur dévoilement. Également, ils ou elles affirment être enfin eux-mêmes ou elles-mêmes, soit en harmonie avec qui ils ou elles sont réellement, ce qui a même permis à certain.e.s jeunes de se découvrir, voire de vivre une période de changement identitaire. Bien que la majorité des personnes rencontrées parlent d'un certain soulagement lors des rencontres individuelles, certains défis vécus à la suite du dévoilement ont été mentionnés lors du groupe de discussion. Parmi ceux-ci, on retrouve le fait de devoir faire plusieurs *coming out*, des expériences d'homophobie vécues, le peu d'espace de soutien ainsi que l'éducation que doit faire le ou la jeune à son entourage à la suite d'un dévoilement qui concerne l'identité de genre. Également, la sortie du placard amène le ou la jeune à devoir s'expliquer, répondre à des questions, ce qui a été incommodant pour certaines personnes. En ce sens, des questions posées peuvent être blessantes, d'où l'importance d'outiller les ami.e.s et les parents à bien recevoir un *coming out* selon les propos recueillis.

Le peu de modèles et de représentativité des personnes issues de la communauté LGBTQ+ en Gaspésie et aux Îles-de-la-Madeleine a été mis de l'avant, ainsi que le peu de ressources d'aide et de soutien que l'on retrouve sur le territoire. Ces enjeux pourraient même inciter des jeunes à quitter la région. De plus, certains enjeux propres au milieu scolaire ont été mentionnés par les personnes, soit la perception que le personnel de l'éducation n'ait pas suffisamment outillé pour accompagner les jeunes en questionnement et pour intervenir face à des comportements inappropriés. Certaines actions pourraient être faites au sein des établissements scolaires selon les propos recueillis, comme rendre l'éducation sexuelle davantage inclusive, utiliser les outils scolaires comme l'agenda scolaire pour outiller les jeunes en questionnement, cibler des personnes alliées dans les écoles et les rendre visibles. Finalement, les participant.e.s revendiquent davantage d'éducation en milieu rural et des ressources disponibles répandues équitablement sur le territoire.

DISCUSSION

Se définir comme une personne LGBTQ+ est un processus qui prend du temps (Galantino *et al.*, 2017) et qui, malgré certains passages communs, suit un cours qui est unique à chaque personne. La littérature met également de l'avant combien le processus du dévoilement qui en découle est influencé par des facteurs et des circonstances qui sont eux aussi, uniques à chaque jeune (Klein *et al.*, 2015). Faire son dévoilement, que ce soit quant à l'orientation sexuelle ou l'identité de genre, est une décision importante, amenant les jeunes à peser les avantages et les désavantages. De manière général, la peur demeure le frein le plus important quant à la décision de se dévoiler, que ce soit à ses amis, enseignants ou famille (Klein *et al.*, 2015). C'est d'ailleurs ce qui a caractérisé le discours de l'ensemble des jeunes rencontrés.

Ces craintes peuvent parfois amener les jeunes à retarder le moment du *coming out*. Par ailleurs, le sentiment de devoir cacher cette partie de soi est un enjeu qui a été fréquemment mentionné par les personnes LGBTQ+ dans les entrevues. Bien que cette stratégie puisse permettre à l'individu de maintenir le contact avec sa famille et ses amis, en dissimulant des informations d'orientation, cette relation est souvent superficielle, car l'individu a l'impression qu'il ou elle ne peut pas partager des aspects importants de la vie avec ses proches. (Jordan, 2015). Les jeunes rencontrés dans le cadre de l'étude ont été plusieurs d'ailleurs à partager le « soulagement » ou le sentiment d'avoir un poids de moins sur les épaules à la suite de leur dévoilement. Certains ont aussi mentionné que si c'était à refaire, ils oseraient faire leur dévoilement plus tôt.

Les moments d'incertitudes précédents et le dévoilement peuvent aussi amener certains jeunes à précéder au dévoilement de messages indirects et d'indices glissés dans une conversation. Morgan (2014) appuie cette observation en suggérant que l'utilisation d'un langage ambigu et de communication indirecte de la part des personnes LGBTQ+ offre une forme de protection dans le cas où le dévoilement ne se passe pas bien. Dans cette situation, le jeune peut alors prétendre que le message a été mal interprété. Malgré l'usage de cette stratégie rapporté par certains jeunes rencontrés, aucun n'a toutefois partagé une situation lors de laquelle il a dû rétracter ses propos.

Du côté des mères rencontrées, elles ont toutes affirmé connaître, avant le dévoilement de leur enfant, des personnes LGB dans leur entourage élargi. Nous pouvons penser que cette connaissance a pu influencer les réactions qu'elles ont eues au moment de l'annonce. Effectivement, la présence des membres LGB dans la famille permet aux parents de connaître et d'accepter une réalité différente de la leur, en plus que ces derniers peuvent être une source de soutien et d'aide aux parents qui reçoivent un dévoilement (Trussel *et al.*, 2015). Lavoie et Côté (2014) affirment également que le niveau de connaissance que les parents ont ou développent des réalités homosexuelles et la fréquence de contact qu'ils entretiennent avec la diversité sexuelle favorisent une vision plus positive des réalités LGBTQ+.

Du côté des jeunes trans et de leurs parents, les récits ont été plutôt marqués par la méconnaissance des réalités qui leur sont spécifiques et un processus d'adaptation qui a été plus bouleversant pour ces mères. Contrairement aux ami.e.s rencontré.e.s, les mères n'avaient pas ou très peu de connaissance à propos de la diversité de genre, ce qui peut expliquer la surprise

des mères d'enfants trans lors de l'annonce de leur enfant. Notons que la pluralité de genre est abordée depuis peu dans les médias et que la jeune génération y a été informée et sensibilisée plus tôt que les générations précédentes.

Le moment du dévoilement

Les études de Manning (2014 ; 2015) révèlent différents types de conversations qui caractérisent le dévoilement. La même personne sera probablement appelée à faire face à différents types de conversations au cours de sa vie. Les jeunes rencontrés en entrevue en ont révélé quelques-uns. Les conversations préméditées sont celles initiées par la personne LGBTQ+ et structurées principalement autour de la volonté de dire à l'autre quelque chose d'important ou de cesser de lui mentir. Les témoignages ont également révélé des conversations dites émergentes, c'est-à-dire, non préméditées, mais se déroulant dans un contexte d'une conversation qui s'y prête. Ces deux premiers contextes semblent avoir été les plus positifs pour les jeunes et les proches lors du déroulement du *coming out*. D'autres jeunes ont malheureusement connu un récit forcé, qui, comme le nom l'indique, les a amené.e.s à devoir se dévoiler à un moment auquel ils n'étaient pas prêts, dû notamment à des pressions de la part de leur proche ou de personnes externes. Manning (2014 ; 2015) aborde également le concept de conversation éducative, lequel implique des activités de type éducative ou militante. Selon la plupart des jeunes, ce type de conversation n'est pas présent dans le contexte scolaire. Ceux-ci se sont néanmoins retrouvés maintes fois à devoir eux-mêmes « éduquer » leur entourage quant à leurs réalités. Ils ont dû répondre à des questions parfois indiscretes et ont souvent dû défaire des idées préconçues. Pour les jeunes trans, ce volet explicatif semble d'autant plus nécessaire, afin de sensibiliser leurs proches à l'utilisation du bon prénom entre autres, et à l'intensité de leur vécu en lien avec les démarches de transition.

Malgré certaines maladresses ou incompréhensions, la plupart des récits dans le cadre du présent projet ont été constitués de réactions positives au dévoilement. Cette réalité a été d'autant plus rapportée lorsqu'il était question du *coming out* aux ami.e.s. En ce qui concerne les annonces réalisées auprès des ami.e.s dans un contexte d'intimité, ceci va dans le sens de la littérature. Pacey (2016) explique que les jeunes ont besoin d'avoir accès à des espaces sécuritaires. Nous pouvons penser ici que le fait de se retrouver dans une situation intime avec des personnes de confiance crée un environnement plus propice au dévoilement pour certains jeunes.

Du côté des parents, malgré plusieurs entrevues témoignant de réactions d'ouverture de la part de ceux-ci, une part d'incompréhension s'est dessinée en filigrane des conversations. Certains parents ont questionné par exemple la permanence de l'identité révélée. Ils ne sont pas les seuls. Hulko et Hovanes (2018) rapportent que pratiquement tous les jeunes rencontrés dans le cadre de leur étude ont eu quelqu'un dans leur vie qui, à un moment donné, avait assumé que leur identité sexuelle ou de genre était une phase. Malgré une posture d'ouverture, certaines interventions de l'entourage du jeune LGBTQ+ peuvent dénoter d'une certaine incompréhension de ce qu'ils vivent réellement.

L'importance du soutien qui perdure après le dévoilement

L'ensemble des ami.e.s rencontré.e.s ont eu des réactions empreintes d'ouvertures et ont offert une forme de soutien à la suite du dévoilement de leur proche. De plus, la disponibilité, l'écoute,

l'ouverture, ainsi que la présence pour l'autre, et ce peu importe le moment et le contexte, figure parmi le soutien offert apporté qu'ils considèrent le plus significatif. À ce sujet, Chartrain (2013) met de l'avant la nécessité d'un accueil et d'une écoute adaptés pour les jeunes issus de la diversité sexuelle et de genre surtout au moment de l'adolescence. Même s'il n'existe pas de lien de parenté entre eux, la présence de ces personnes significatives choisies par les personnes LGBTQ+ est considérée comme une source importante de soutien par les thérapeutes (Green, 2000). Le fait d'être avec des ami.e.s gays et lesbiennes était le plus important indicateur de satisfaction. Pour les jeunes trans, le soutien des pairs peut contribuer à atténuer certains défis reliés à la transition et peut avoir un impact positif sur le bien être psychologique de ces derniers, d'autant plus lorsqu'ils sont eux-mêmes passés par une démarche de transition. Plusieurs auteur.e.s s'entendent pour dire qu'il est particulièrement important d'avoir des amis qui sont également queer ou trans et qui comprennent l'expérience vécue (Klein *et al.*, 2015, Pacey, 2016). Au fil des entrevues, les personnes trans et leurs proches ont d'ailleurs partagé combien les enjeux en lien avec l'identité de genre étaient ignorés ou incompris au sein de leur communauté.

S'identifier en tant que LGBTQ+ à ses parents est également une étape importante pour les jeunes et a un impact à long terme sur leur vie quotidienne pour diverses raisons. D'abord, ils n'ont plus à cacher une partie significative de leur identité à la maison, un endroit où il passe une grande proportion de leur temps. Deuxièmement, être *out* à ses parents rend la participation à des activités parascolaires ou à des groupes de jeunes dans la communauté plus facile, particulièrement pour les plus jeunes ou ceux qui habitent en région, où le transport en commun est peu ou pas accessible, puisque les parents peuvent les y conduire. Finalement, parce que les jeunes des minorités sexuelles vivent de l'isolement et une déconnexion de certains de leurs lieux de vie, avoir un environnement familial sécuritaire et soutenant peut leur fournir des liens importants et leur donner des ressources émotionnelles pour affronter la société au sens large (Ryan *et al.*, 2009).

L'après-dévoilement pour les parents

L'une des situations stressantes qui peut être vécue par certains parents d'enfant LG est leur propre *coming out* en tant que parent d'enfant homosexuel (Lavoie et Côté, 2014). Le parent se doit de redéfinir son identité en tant que parent et ce changement peut même amener des réactions et des peurs similaires à celles que peuvent vivre des personnes gaies ou lesbiennes (Crosbie-Burnett *et al.*, 1996 ; Goodrich, 2009). Dans ce cas-ci, ce n'est pas ce qui semble avoir été vécu. Les mères rencontrées se sont toutefois retrouvées dans différentes situations parfois éprouvantes pour elles. D'une part, certaines mères ont eu la demande de leur enfant de garder le secret du dévoilement pour elles. Plusieurs se sont donc questionnés à savoir comment se procurer le soutien dont elles avaient besoin sans trahir leur enfant. D'autre part, des mères se sont vu attribuer le rôle de « porte-parole » du jeune, devant ainsi faire le dévoilement du ou de la jeune auprès du père ou d'autres membres de la famille élargie. Cette démarche s'avère significative. À ce sujet, Dasso (2015) souligne qu'une réaction positive de la famille élargie donne au jeune une occasion d'être plus épanoui et heureux ou heureuse.

L'environnement social

La plupart des travaux qui documentent le vécu des jeunes LGBTQ+ en milieu scolaire montrent que les conditions favorables nécessaires pour créer un climat de sécurité sont rarement remplies (Galantino *et al.*, 2017 ; Morgan, 2014 ; Munoz-Plaza *et al.*, 2002). Greytak & Kosciw (2014) révélaient également que les jeunes LGBTQ+ qui vivent dans des régions rurales et/ou à faible niveau de scolarité font face à plus d'intimidation liée à l'expression de genre que ceux qui résident dans les zones urbaines et suburbaines. Les expériences des jeunes rencontrés ont été variées à ce sujet et dénotent une grande inégalité en termes de connaissances et d'ouverture à la diversité sexuelle et de genre à travers le territoire GÎM. Plusieurs jeunes ont craint l'intimidation, notamment due à des commentaires entendus avant leur dévoilement ou des situations d'exclusion rapportées. Toutefois, pour la majorité d'entre eux, leur *coming out* s'est plutôt bien déroulé. Malgré cela, il semble que beaucoup reste à faire afin de mieux faire connaître les réalités LGBTQ+. Les jeunes ont été peu nombreux à côtoyer des enseignant.e.s ou des intervenant.e.s scolaires qui abordaient de front les réalités LGBTQ+ ou déployaient activement une forme de soutien à leur endroit.

Évoluer en milieu rural

La recherche dépeint souvent les communautés rurales comme quelque peu hostiles dans la mesure où elles pourraient rejeter carrément des orientations sexuelles ou des présentations autres que l'hétérosexualité (Kazyak, 2012 ; Morgan, 2014). Ces portraits sont variables selon les régions, comme il a été vu dans la revue de littérature. Sans être spécifiquement dépeinte comme étant préjudiciable, la région de la GÎM a de son côté été caractérisée comme un territoire sur lequel le manque de visibilité de la communauté LGBTQ+ est saillant. Cet enjeu entraîne un manque d'informations et de sensibilisation qui pourraient être grandement aidant, autant pour les jeunes en questionnement que pour les proches les accompagnant. En effet, les témoignages regorgent d'exemples où les jeunes ont dû se tourner vers des ressources en lignes afin de mieux se comprendre, se faire comprendre et entrer en contact avec d'autres personnes ayant vécu un cheminement semblable. Plusieurs répondant.e.s dans le cadre de l'étude ont d'ailleurs mentionné qu'ils ont accepté de participer afin de faire connaître davantage leur réalité et diffuser le message que les jeunes actuellement en processus de dévoilement ou de transition ne sont pas seuls.

Les jeunes ayant participé au projet ont aussi évoqué le sentiment de solitude issu du fait qu'il existe peu d'endroits pour se rassembler en tant que personnes LGBTQ+ dans la région. Plusieurs auteur.e.s mentionnent d'ailleurs l'importance de la disponibilité de tels lieux, que ce soient des clubs ou des cafés par exemple, puisqu'ils influencent positivement l'expression de l'identité sexuelle (Pritchard, Morgan, & Sedgley, 2002 ; Valentine & Skelton, 2003).

Des auteur.e.s révèlent également que les communautés rurales sont souvent échafaudées selon une structure fortement hétéronormative (Kates, 1999 ; Bell, 2000). Cet environnement peut être responsable d'une pression amenant les individus non hétérosexuels vers la construction d'une identité hétérosexuelle. Ainsi, certains jeunes peuvent tendre vers une exploration hétérosexuelle à l'adolescence afin de répondre à des attentes implicites et éviter une forme de honte associée au fait d'être « différent ». Plusieurs jeunes ont d'ailleurs rapporté en entrevue avoir eu une ou

plusieurs relations hétérosexuelles avant leur dévoilement, jusqu'au moment de réaliser que cela ne correspondait pas à qui ils étaient réellement.

Bien que les droits des minorités sexuelles aient évolué depuis plusieurs années, les jeunes LGBTQ+ connaissent encore de la stigmatisation ainsi que de la victimisation et ils sont plus à risque d'en vivre que les personnes hétérosexuelles (Blais *et al.*, 2013 ; Taylor et Peter, 2011 ; Hughes *et al.*, 2010 ; Chamberland *et al.*, 2013). Ce constat semble avoir alimenté les diverses craintes vécues par les jeunes à l'étude et les inquiétudes qui ont habité leurs proches. De plus, selon Dahl *et al.* (2015), la stigmatisation, la marginalisation et l'oppression sont plus susceptibles d'être vécues par les minorités sexuelles qui habitent en région. À cet effet, Morgan (2014) explique que la population générale en milieu rural n'est pas suffisamment renseignée au sujet des réalités des personnes LGBTQ et que ceci peut expliquer la stigmatisation que rencontrent les personnes LGBTQ+.

Lépine *et al.* (2017) soulignaient combien la recherche sur la situation des personnes LGBTQ+ en région rurale est rare, d'autant plus au Canada et au Québec. Pourtant, l'accès à des informations sur le *coming out* ainsi que le support de l'entourage sont des éléments cruciaux dans le processus du *coming out* et sont d'autant plus nécessaires dans un contexte rural où les besoins d'accompagnement des personnes sont très présents (Dahl *et al.*, 2015).

Malgré la nature qualitative de l'étude actuelle, de même qu'un échantillon restreint, les différents témoignages ont permis de mettre la lumière sur différentes réalités propres aux jeunes LGBTQ+ de la région de la GÎM ainsi qu'à leurs proches. Alors que les participant.e.s ont, pour la plupart, révélé des expériences globalement positives, la solitude, l'anxiété et le sentiment d'être incompris a tout de même traversé plusieurs témoignages et ont fait partie du lot d'émotions à différents moments de la vie des personnes interrogées. Il est également possible de penser que beaucoup de jeunes ayant vécu de l'intimidation et toute autre situation d'oppression n'ont pas souhaité exposer leur vulnérabilité dans le cadre de cette étude.

Autant les jeunes, les parents que les ami.e.s rencontré.e.s ont témoigné de la grande nécessité de déployer davantage de ressources en termes d'éducation, de sensibilisation, et de soutien en lien avec la communauté LGBTQ+ en Gaspésie et aux Îles-de-la-Madeleine. Plusieurs ont aussi attesté du manque de visibilité des personnes LGBTQ+ dans la région. Ce manque de modèles et de ressources a fréquemment alimenté chez les jeunes un grand sentiment d'isolement, ayant contribué au fait de sentir « différent.e » et seul.e dans sa situation.

Faire valoir les enjeux rencontrés par les jeunes LGBTQ+ et leurs proches dans un contexte régional et rural est un premier pas vers une plus grande reconnaissance de ce qu'ils et elles vivent. Il est souhaité que d'autres personnes LGBTQ+ se reconnaissent dans les témoignages qui ont été révélés et que la population générale soit également inspirée et sensibilisée par ces histoires réelles qui ont été vécues dans la région.

CONCLUSION

Les entrevues réalisées dans le cadre du projet ont souligné l'unicité de chaque parcours. Un élément incontournable lorsqu'il est question du cheminement menant à l'identification LGBTQ+ est d'ailleurs l'impossibilité de généraliser ce qui est vécu. Se questionner sur son identité de genre ou son orientation sexuelle est une démarche personnelle, de même que celle menant au dévoilement.

Il est important de retenir également qu'un dévoilement ne signifie pas que cette identité ou cette orientation est fixe. Celles-ci peuvent être fluides et faire l'objet de nouveaux questionnements à différents moments pour le ou la jeune. Malgré qu'une reconnaissance soit déterminante pour certains.e.s, faire partie de la diversité sexuelle et de genre n'est qu'un aspect de l'identité du ou de la jeune et l'un des participants au présent projet le rappelle ici :

« Je suis content de mon cheminement, je ne le changerais pas, mais (...) je n'ai pas envie de me définir par ça (...) mais je ne veux pas que les gens disent : "Jean-François est une personne gaie, mais "Jean-François est une personne qui est généreuse, dynamique..." ».

Les réactions des parents face au dévoilement de leur enfant sont également plurielles et diversifiées et nécessitent la possibilité de les exprimer. Au fil des rencontres, les expériences partagées par les mères ont été empreintes d'émotions. Le besoin d'en parler avec d'autres parents est fort et nécessiterait une structure en ce sens dans la région.

Un plus grand déploiement de ressources est certes nécessaire en Gaspésie et aux Îles-de-la-Madeleine afin de briser l'isolement pour les jeunes LGBTQ+ et leurs proches. Néanmoins, ce qui compte tout autant pour les jeunes rencontré.e.s est un climat d'ouverture, le fait de se savoir en sécurité et d'avoir des allié.e.s.

I : *« Il y a-tu quelque chose que tu aimerais dire aux gens de la Gaspésie ? »*

R : *« [long silence] Si vous connaissez, n'hésitez pas à l'afficher. Si vous... si vous connaissez le sujet ou que vous êtes quand même... vous connaissez quand même ça. Un peu ou que juste vous quand vous savez quand même ce que ça veut dire LGBT pis que vous êtes ben corrects avec chacun, avec chacune des lettres, dites-le, ou affichez-le d'une certaine façon. »*

I : *« OK. »*

R : *« [silence] Peu importe comment euh ça va vraiment aider. »*

I : *« Donc de démontrer son ouverture, de démontrer qu'on connaît. »*

R : *« Ouais. »*

I : *« C'est quoi être lesbienne, gay, bisexuelle, trans ? »*

R : *« Ouais, mais t'sais c'est vraiment ça qu'il manquait. Je ne pouvais pas savoir qui connaissait ça. Je ne pouvais pas savoir qui était ouvert. »*

I : *« OK. »*

R : *« Pis ça me bloquait vraiment... (...) je ne pouvais pas savoir à qui je pouvais en parler. Je ne pouvais pas savoir à qui je pouvais m'informer. »*

BIBLIOGRAPHIE

Aerts, S., Van Houtte, M., Dewaele, A., Cox, N., & Vincke, J. (2011). The impact of sexual identification and well-being on school failure among secondary school students in Flanders. *Gepresenteerd op de Dag van de Sociologie*, 26.

Alexander, J., & Losh, E. (2010). A YouTube of one's own? Coming out videos as rhetorical action. *LGBT identity and online new media*, 37-50.

Annes, A. et M. Redlin. 2012. The Careful Balance of Gender and Sexuality: Rural Gay Men, the Heterosexual Matrix, and "Effeminophobia", *Journal of Homosexuality*, 59(2), 256-288

Baiocco, R., Fontanesi, L., Santamaria, F., Ioverno, S., Marasco, B., Baumgartner, E., Laghi, F. (2015). Negative parental responses to coming out and family functioning in a sample of lesbian and gay young adults. *Journal of Child and Family Studies*, 24(5), 1490-1500.

Bell, D. (2000). Farm boys and wild men: Rurality, masculinity, and homosexuality. *Rural sociology*, 65(4), 547-561.

Blais, M., Gervais, J., Boucher, K., Hébert, M., & Lavoie, F. (2013). Prevalence of prejudice based on sexual minority status among 14 to 22-year-old youths in the province of Quebec (Canada). *International Journal of Victimology*, 11(2).

Bonny, Y. (2017). *Les recherches partenariales participatives : éléments d'analyse et de typologie*. Dans A. Gillet et D.-G. Tremblay (édit.), *Les recherches partenariales et collaboratives*, p. 25-44), Presses de l'Université du Québec.

Browne, K., & Nash, C. J. (2010). *Queer methods and methodologies: Intersecting queer theories and social science research*. Taylor & Francis.

Brumbaugh-Johnson, S. M., & Hull, K. E. (2019). Coming out as transgender: Navigating the social implications of a transgender identity. *Journal of homosexuality*, 66(8), 1148-1177.

Caillouette, J., et Soussi, S. A. (2014). *L'espace partenarial en recherche : le poids des identités d'acteurs*. Dans J.-M. Fontan, J.-L. Klein, et D. Brussières (édit.), *Le défi de l'innovation sociale partagée, savoirs croisés* (p. 35-54), Presses de l'Université du Québec.

Campenhoudt, L. V., et Quivy, R. (2011). *Manuel de recherche en sciences sociales* (4^e éd.), Dunod.

Chamberland, L., et Paquin, J. (2007). *Les stratégies identitaires des lesbiennes et des gais vivant dans des régions non métropolitaines du Québec*. Dans D. Julien et J. J. Lévy (édit.), *Homosexualités : variations régionales* (p. 13-38), Presses de l'Université du Québec.

Chamberland, L., Richard, G., et Bernier, M. (2013). *Les violences homophobes et leurs impacts sur la persévérance scolaire des adolescents au Québec*, Recherches & éducations(8), p 99-114.

Chartrain, Cécile. (2013). *Les jeunes face aux discriminations liées à l'orientation sexuelle et au genre : agir contre les LGBT-phobies*. Paris: Institut national de la jeunesse et de l'éducation populaire.

- Chevalier, J. M., Buckles, D. J., et Bourassa, M. (2013). *Guide de la recherche-action, la planification et l'évaluation participatives*, International Research Development Canada (IRDC-Canada). I. Canada. https://iupe.files.wordpress.com/2015/04/guide_sas2_dialogue.pdf
- Clark, T. C., Lucassen, M. F., Bullen, P., Denny, S. J., Fleming, T. M., Robinson, E. M., & Rossen, F. V. (2014). The health and well-being of transgender high school students: results from the New Zealand adolescent health survey (Youth'12). *Journal of Adolescent Health, 55*(1), 93-99.
- Cloutier, R., et Drapeau, S. (2008). *Psychologie de l'adolescence*. G. Morin.
- Coalition des Familles LGBT (2016). *Le coming out des jeunes gais, lesbiennes et bisexuel.le.s*. [En ligne]. www.familleslgbt.org/documents/pdf/CF_LGBT_ComingOut_GuideFR.pdf
- Cohn, T. J. et S. L. Hastings. 2011. *Special Issue: Rural Lesbian Life: Narratives of Community, Commitment, and Copin*, *Journal of Lesbian Studies, 15*(2), 141-147.
- Craig, S. L., & McInroy, L. (2014). You can form a part of yourself online: The influence of new media on identity development and coming out for LGBTQ youth. *Journal of Gay & Lesbian Mental Health, 18*(1), 95-109.
- D'Augelli, A. R., Hershberger, S. L., & Pilkington, N. W. (1998). Lesbian, gay, and bisexual youth and their families: Disclosure of sexual orientation and its consequences. *American journal of orthopsychiatry, 68*(3), 361-371.
- D'Amico, E., Julien, D., Tremblay, N., & Chartrand, E. (2015). Gay, lesbian, and bisexual youths coming out to their parents: Parental reactions and youths' outcomes. *Journal of GLBT Family Studies, 11*(5), 411-437.
- Dahl, A. L., Scott, R. K., & Peace, Z. (2015). Trials and triumph: Lesbian and gay young adults raised in a rural context. *Social Sciences, 4*(4), 925-939.
- Dasso, K. (2015). *The coming out process: an exploratory study of families with more than one LGBTQ sibling* [Master Thesis, Smith College].
- DiFulvio, G. T. (2015). Experiencing violence and enacting resilience: The case story of a transgender youth. *Violence against women, 21*(11), 1385-1405.
- Dorais, M. (2015). *Repenser le sexe, le genre et l'orientation sexuelle*, *Revue Santé mentale au Québec*, vol. 40, n° 3, p. 37-53.
- Espelage, D. L., Aragon, S. R., Birkett, M., & Koenig, B. W. (2008). Homophobic teasing, psychological outcomes, and sexual orientation among high school students: What influence do parents and schools have? *School psychology review, 37*(2), 202-216.
- Field, T. L., & Mattson, G. (2016). Parenting transgender children in PFLAG. *Journal of GLBT Family Studies, 12*(5), 413-429.
- Galantino, G., Blais, M., Hébert, M., et Lavoie, F. (2017). Un portrait de l'environnement social et de l'adaptation psychosociale des jeunes québécois.e.s trans ou en questionnement de leur identité de genre. Rapport de recherche du projet *Parcours amoureux des jeunes LGBT au Québec*, Université du Québec à Montréal, Montréal.

- Goodrich, K. M. (2009). Mom and dad come out: The process of identifying as a heterosexual parent with a lesbian, gay, or bisexual child. *Journal of LGBT Issues in Counseling*, 3(1), 37-61.
- Green, R. J. (2000). Lesbians, gay men, and their parents” : A critique of LaSala and the prevailing clinical “wisdom. *Family Process*, 39(2), 257-266.
- Greytak, E. A., & Kosciw, J. G. (2014). Predictors of US teachers’ intervention in anti-lesbian, gay, bisexual, and transgender bullying and harassment. *Teaching Education*, 25(4), 410-426.
- Haxhe, S., Cerezo, A., Bergfeld, J., & Walloch, J. C. (2018). Siblings and the coming out process: A comparative case study. *Journal of homosexuality*, 65(4), 407-426.
- Haxhe, S., et D’Amore, S. (2013). *La fratrie face au « coming out »*, *Thérapie familiale*, vol. 34, n° 2, p. 215-230.
- Higa, D., Hoppe, M. J., Lindhorst, T., Mincer, S., Beadnell, B., Morrison, D. M., Mountz, S. (2014). Negative and positive factors associated with the well-being of lesbian, gay, bisexual, transgender, queer, and questioning (LGBTQ) youth. *Youth & society*, 46(5), 663-687.
- Hughes, T., McCabe, S. E., Wilsnack, S. C., West, B. T., & Boyd, C. J. (2010). Victimization and substance use disorders in a national sample of heterosexual and sexual minority women and men. *Addiction*, 105(12), 2130-2140.
- Hulko, W., & Hovanec, J. (2018). Intersectionality in the lives of LGBTQ youth: Identifying as LGBTQ and finding community in small cities and rural towns. *Journal of homosexuality*, 65(4), 427-455.
- Hunt, S. (2016). An Introduction to the Health of Two-Spirit People: Historical, contemporary and emergent issues. National Collaborating Centre for Aboriginal Health, Prince George, BC.
- Jacobs, S.-E., Thomas, W., & Lang, S. (1997). *Two-Spirit people: Native American gender identity, sexuality, and spirituality* [University of Illinois Press].
- Jadwin-Cakmak, L. A., Pingel, E. S., Harper, G. W., & Bauermeister, J. A. (2015). Coming out to dad: Young gay and bisexual men’s experiences disclosing same-sex attraction to their fathers. *American journal of men's health*, 9(4), 274-288.
- Jordan, A. M. (2015). *Those who choose to stay: Narrating the rural Appalachian Queer experience* [Thèse de maîtrise, University of Tennessee].
- Kates, S. M. (1999). Making the ad perfectly queer: Marketing “normality” to the gay men's community?. *Journal of Advertising*, 28(1), 25-37.
- Kazyal. E. (2012). Midwest of Lesbian ? Gender, Rurality, and Sexuality. *Gender & Society*, 26(6), 825-848.
- Klein, K., Holtby, A., Cook, K., & Travers, R. (2015). Complicating the coming out narrative: Becoming oneself in a heterosexist and cissexist world. *Journal of homosexuality*, 62(3), 297-326.
- LaSala, M. C. (2000). Lesbians, Gay Men, and Their Parents : Family Therapu for the Coming out Crisis. *Family Process*, 39(1), 67-81.

Lavoie, K., et Côté, I. (2014). *L'expérience des parents d'un enfant d'orientation homosexuelle : savoirs issus des recherches et perspectives d'intervention*, Revue Service social, vol. 60, n° 1, p. 15-33.

Lehavot, K., & Simoni, J. M. (2011). The impact of minority stress on mental health and substance use among sexual minority women. *Journal of consulting and clinical psychology*, 79(2), 159.

Lépine, L., Chamberland, L., Carey, B., et G. Bélanger. (2017). *Portrait des personnes LGBT+ en Gaspésie et aux Îles-de-la-Madeleine*. Centre d'initiation à la recherche et d'aide au développement durable (CIRADD), Carleton-sur-Mer, 74 pages.

Levitt, H. M., & Ippolito, M. R. (2014). Being Transgender: The Experience of Transgender Identity Development *Journal of Homosexuality*, 61(12), 1727-1758. <https://doi.org/10.1080/00918369.2014.951262>

Malpas, J. (2011). Between Pink and Blue: A Multi-Dimensional Family Approach to Gender Nonconforming Children and their Families. *Family Process*, 50(4), 453-470. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.2011.01371.x>

Manning, J. (2014). Coming Out Conversations and Gay/Bisexual Men's Sexual Health: A Constitutive Metamodel Study dans *Health Care Disparities and the LGBT Population*. Sous la dir. Harvey et Housel, Lanham : Lexington Books, p. 27.

Manning, J. (2015). Communicating sexual identities: A typology of coming out. *Sexuality & Culture*, 19(1), 122-138. Marwick, A. E., Murgia-Diaz, D., & Palfrey, J. G. (2010). Youth, privacy and reputation (Literature review).

Medico, D., & Pullen-Sansfaçon, A. (2017). *Pour des interventions anti-oppressives auprès des jeunes trans : nécessités sociales, évidences scientifiques et recommandations issues de la pratique*, Revue Service social, vol. 63, n° 2, p. 21-34.

Medico, D., Pullen Sansfaçon, A., Zufferey, A., Galantino, G., Bosom, M., & Suerich-Gulick, F. (2020). Pathways to gender affirmation in trans youth: A qualitative and participative study with youth and their parents. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 25(4), 1002-1014. <https://doi.org/10.1177/1359104520938427>

Meyercook, F., & Labelle, D. (2004). Namaji: Two-Spirit organizing in Montreal, Canada. *Journal of Gay & Lesbian Social Services*, 16(1), 29-51.

Morgan, J. (2014). *Coming Out in Rural America: Stories of Disclosure and Identity* [Master Thesis, University of Kansas].

Munoz-Plaza, C., Quinn, S. C., & Rounds, K. A. (2002). Lesbian, gay, bisexual and transgender students: Perceived social support in the high school environment. *The High School Journal*, 85(4), 52-63.

Paceley, M. S. (2016). Gender and sexual minority youth in nonmetropolitan communities: Individual-and community-level needs for support. *Families in society*, 97(2), 77-85.

Paillé, P. et Mucchielli, A. (2012). L'analyse qualitative en sciences humaines et sociales. Dans P. Paillé et A. Mucchielli (édit.), *L'analyse qualitative en sciences humaines et sociales*, p. 9-12, Armand Colin.

- Paillé, P., et Mucchielli, A. (2016). *L'analyse qualitative en sciences humaines et sociales*, Armand Colin.
- Paul, J. P., Catania, J., Pollack, L., Moskowitz, J., Canchola, J., Mills, T., Stall, R. (2002). Suicide attempts among gay and bisexual men: Lifetime prevalence and antecedents. *American journal of public health*, 92(8), 1338-1345.
- Pflum, S. R., Testa, R. J., Balsam, K. F., Goldblum, P. B., & Bongar, B. (2015). Social support, trans community connectedness, and mental health symptoms among transgender and gender nonconforming adults. *Psychology of sexual orientation and gender diversity*, 2(3), 281.
- Poon, C. S., & Saewyc, E. M. (2009). Out yonder: Sexual-minority adolescents in rural communities in British Columbia. *American journal of public health*, 99(1), 118-124.
- Preston, D. B., D'Augelli, A. R., Cain, R. E., & Schulze, F. W. (2002). Issues in the development of HIV-preventive interventions for men who have sex with men (MSM) in rural areas. *Journal of Primary Prevention*, 23(2), 199-214.
- Pritchard, A., Morgan, N., & Sedgley, D. (2002). In search of lesbian space? The experience of Manchester's gay village. *Leisure Studies*, 21(2), 105-123.
- Pullen Sansfaçon, A., Kirichenko, V., Holmes, C., Feder, S., Lawson, M. L., Ghosh, S., Suerich-Gulick, F. (2020). Parents' Journeys to Acceptance and Support of Gender-diverse and Trans Children and Youth. *Journal of Family Issues*, 41(8), 1214-1236. <https://doi.org/10.1177/0192513x19888779>
- Raymond, G., Blais, M., Bergeron, F.-A., et Hébert, M. (2015). *Les expériences de victimisation, la santé mentale et le bien-être de jeunes trans au Québec*, Revue Santé mentale au Québec, vol. 40, n° 3, p. 77-92.
- Riley, E. A., Sitharthan, G., Clemson, L., & Diamond, M. (2013). Recognising the needs of gender-variant children and their parents. *Sex Education*, 13(6), 644-659. <https://doi.org/10.1080/14681811.2013.796287>
- Robertson, M. A. (2014). *Coming out and coming up: LGBT-identified youth and the queering of adolescence*, [University of Colorado].
- Robinson, M. (2017). Two-Spirit and Bisexual People: Different Umbrella, Same Rain. *Journal of Bisexuality*, 17(1), 7-29. <https://doi.org/10.1080/15299716.2016.1261266>
- Roe, S. L. (2015). Examining the role of peer relationships in the lives of gay and bisexual adolescents. *Children & Schools*, 37(2), 117-124.
- Ryan, C., Huebner, D., Diaz, R. M., & Sanchez, J. (2009). Family rejection as a predictor of negative health outcomes in white and Latino lesbian, gay, and bisexual young adults. *Pediatrics*, 123(1), 346-352.
- Savin-Williams, R. (2005). The new gay teen: Shunning labels. *The Gay & Lesbian Review Worldwide*, 12(6), 16.

- Sherriff, N. S., Hamilton, W. E., Wigmore, S., & Giambrone, B. L. (2011). "What do you say to them?" investigating and supporting the needs of lesbian, gay, bisexual, trans, and questioning (LGBTQ) young people. *Journal of Community Psychology*, 39(8), 939-955.
- Smith, L. T. (2013). *Decolonizing methodologies: Research and indigenous peoples*. Zed Books Ltd.
- Szymanski, D. M., Kashubeck-West, S., & Meyer, J. (2008). Internalized heterosexism: Measurement, psychosocial correlates, and research directions. *The Counseling Psychologist*, 36(4), 525-574.
- Taylor, C., & Peter, T. (2011). "We are not aliens, we're people, and we have rights." Canadian human rights discourse and high school climate for LGBTQ students. *Canadian Review of Sociology/Revue canadienne de sociologie*, 48(3), 275-312.
- Trussell, D. E., Xing, T. M., & Oswald, A. G. (2015). Family leisure and the coming out process for LGB young people and their parents. *Annals of Leisure Research*, 18(3), 323-341.
- Valentine, G., & Skelton, T. (2003). Finding oneself, losing oneself: The lesbian and gay 'scene' as a paradoxical space. *International journal of urban and regional research*, 27(4), 849-866.
- Wienke, C., & Hill, G. J. (2013). Does Place of Residence Matter? Rural–Urban Differences and the Wellbeing of Gay Men and Lesbians. *Journal of Homosexuality*, 60(9), 1256-1279. <https://doi.org/10.1080/00918369.2013.806166>
- Wilson, A. (2008). N'tacinowin inna nah': Our coming in stories. *Canadian Woman Studies*, 26(3).
- Yarbrough, D. G. (2004). Gay adolescents in rural areas: Experiences and coping strategies. *Journal of Human Behavior in the Social Environment*, 8(2-3), 129-144.

ANNEXE 1

LEXIQUE LGBTQ+

Quelques termes relatifs à la diversité sexuelle et de genre sont définis ci-dessous. Cette liste, non exhaustive, permet de mieux comprendre certains termes utilisés inclus dans le rapport. Toutefois, il est important de mentionner que celle-ci ne reflète pas les multiples dimensions de la diversité sexuelle et de genre dans son entièreté.

Les définitions ci-dessous sont tirées textuellement d'un lexique déjà existant.⁵

Quelques termes relatifs à l'orientation sexuelle

Une personne **homosexuelle** (gai, gaie, lesbienne) est attirée sexuellement par les personnes de son propre genre.

Une femme **hétérosexuelle** est attirée sexuellement par les hommes et un homme hétérosexuel par les femmes.

Une personne **bisexuelle** est attirée sexuellement par les hommes et les femmes.

Une personne **queer** est une personne qui choisit ce terme pour affirmer son orientation sexuelle, son identité de genre ou son expression de genre. La réappropriation de ce terme, autrefois considéré comme péjoratif, est une forme d'*empowerment*. Certaines personnes queers incluent un aspect politique de rejet des normes sociales dans cette auto-identification.

La **bispiritualité** est un concept des Premières Nations qui indique à la fois une identité autochtone et une appartenance à la diversité sexuelle et de genre. Cependant, chaque communauté autochtone a sa propre définition de la bispiritualité, notamment en ce qui a trait à la dimension spirituelle du terme. La bispiritualité ne peut être réduite aux seules dimensions que sont l'orientation sexuelle, l'identité de genre et l'expression de genre.

L'**homophobie** regroupe toutes les attitudes négatives pouvant mener à la discrimination (harcèlement, rejet, violence, etc.) à l'endroit d'une personne ou d'un groupe de personnes en fonction de l'orientation sexuelle réelle ou perçue. On peut décliner l'homophobie en lesbophobie, gaiphobie ou biphobie. L'homophobie peut affecter toute personne dont l'apparence ou le comportement ne se conforme pas aux stéréotypes de genre.

L'**hétérosexisme** est la présomption que chaque personne est hétérosexuelle et que l'hétérosexualité est supérieure à toute autre orientation sexuelle ; l'hétérosexisme contribue à occulter les autres orientations sexuelles.

⁵ Dubuc, D. *Les mots de la diversité liée au sexe, au genre et à l'orientation sexuelle*. [En ligne]. <https://fneeq.qc.ca/wp-content/uploads/Glossaire2017-08-14-corr.pdf>

L'hétéronormativité est la présomption que l'hétérosexualité est la norme valide, et que les relations hétérosexuelles sont la référence pour la détermination de ce qui est normal (valide) ou non.

Quelques termes relatifs à l'identité et à l'expression de genre

L'identité de genre est le genre auquel une personne s'identifie, sans égard à ce qui apparaît sur son acte de naissance (sexe assigné à la naissance) ; c'est un sentiment profond et intime. Pour cette raison, seule la personne peut affirmer son identité (auto-identification) et s'engager, s'il y a lieu, dans un parcours de transition qui lui convient.

Le genre est un continuum d'auto-identification généralement entendu comme ayant deux pôles, soit masculin et féminin, mais toutes les nuances entre ces deux pôles ou à l'extérieur de ces deux pôles sont aussi possibles, personnelles et légitimes.

La binarité des genres résulte des constructions sociales binaires (homme-femme) qui limitent l'identité de genre à deux sexes auxquels sont associés des stéréotypes de genre dits masculin ou féminin.

La fluidité de genre est un éclatement de la binarité de genre.

L'identité de genre d'**une personne non binaire** sort de la binarité homme-femme. Ces personnes préfèrent souvent qu'on utilise des pronoms neutres pour s'adresser à elles. C'est un terme parapluie qui inclut, entre autres, les personnes qui s'identifient à la fois comme homme et femme, ou encore à ni l'un ni l'autre.

Le terme trans est un terme parapluie qui inclut toute personne dont le genre ne correspond pas au sexe qui lui a été assigné à la naissance. Ce terme peut inclure ou non les personnes non binaires, selon leur propre auto-identification.

Une femme trans est une femme pour qui la ou le médecin a coché M (sexe masculin) sur son acte de naissance.

Un homme trans est un homme pour qui la ou le médecin a coché F (sexe féminin) sur son acte de naissance.

Une personne cisgenre est une personne dont le genre correspond à ce qu'avait coché la ou le médecin à sa naissance (sexe assigné à la naissance).

La cisnormativité est la présomption qu'être cisgenre soit la norme valide et que le cadre de la binarité des sexes doit servir de référence pour la détermination de ce qui est normal (valide) ou non.

Le cissexisme est la présomption que toutes les personnes sont cisgenres ; le cissexisme contribue à occulter les autres identités de genre et à affirmer la seule binarité homme-femme comme étant valide.

La transidentité concerne l'identité de genre des personnes trans. C'est un terme qui ne fait cependant pas l'unanimité dans les communautés trans, car il met l'accent sur une hypothétique « identité trans », alors que l'auto-identification principale des personnes trans est envers un genre et non envers le fait d'être trans en soi.



Cégep de la Gaspésie et des Îles — Campus de Carleton-sur-Mer
Correspondance : 776, boulevard Perron | Bureau : 767, boulevard Perron
Carleton-sur-Mer (Québec) G0C 1J0
Téléphone : 418 364-3341, poste 8777 | info@ciradd.ca

