



Ces parents déboussolés par le coming out de leur enfant

Par Ségolène Barbé
Publié hier à 18:59



Pour les adolescents LGBT, sortir du non-dit est souvent un moment très libérateur. Adobe Stock

PSYCHOLOGIE - L'annonce de l'homosexualité de leur progéniture conduit certaines personnes à se poser beaucoup de questions.

Parler de son homosexualité est plus facile qu'autrefois. Selon une étude américaine parue en 2021 dans *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity*, le taux de coming out est plus élevé chez les jeunes hommes nés entre 1998 et 2010 que chez leurs aînés: 66% se sont ainsi confiés à leur mère et 49% à leur père, contre seulement 40% et 30% dans les années 1990. Pourtant, les préjugés restent tenaces et certains parents ont encore du mal à comprendre et à accepter l'homosexualité de leur progéniture.

Coronavirus, ce qu'il faut savoir - Newsletter

Tous les jeudis

Actualités, conseils, décryptages : suivez les dernières évolutions sur le Covid-19 en France et dans le monde

S'INSCRIRE

🔗 LIRE LE DOSSIER : Nos conseils psychologie au quotidien 🦋

« Comme bien des parents, je me suis cherché des antécédents familiaux, je me suis souvenu d'une tante qui ne s'était jamais mariée, d'un cousin à la vie mystérieuse. J'ai pensé que mon mari avait été un père trop absent pour donner une image suffisamment masculine à mon fils, je me suis aussi demandé si tout cela n'était pas de ma faute... J'ai mis du temps à accepter que personne n'était responsable », raconte Christine, mère de Nicolas, dans une brochure éditée par deux associations belges pour accompagner les parents après le coming out de leur enfant (*Mon fils, ma fille est homo... Qu'est-ce que ça change?*, associations Tels Quels et Ex Aequo).

Ce témoignage illustre le questionnement qui peut saisir les proches après l'annonce. « Beaucoup de parents se demandent ce qu'ils ont fait, pourquoi cela arrive dans leur famille plutôt que dans une autre, commente Isabelle Lacheref, psychologue et auteur de *Bien réagir au coming out d'un proche* (avec Paulo Queiroz, Jouvence, 2011). Lorsqu'il s'agit d'un garçon, les pères, notamment, s'interrogent sur ce qu'ils ont transmis pour que leur fils ne s'identifie pas à leur orientation sexuelle... »

Un lourd silence

Rassemblant de nombreux témoignages de personnes LGBT mais aussi de leurs proches, le livre *Histoires de coming out* (Baptiste Baulieu et Sophie Nanteuil, Albin Michel, 2021) donne un bon aperçu de la large palette des réactions parentales face à l'annonce d'un fils ou d'une fille : le père qui assure que « c'est une maladie, qui se soigne », la mère qui estime que ce n'est qu'une passade ou bien celle qui répond à sa fille qu'elle fait « ce qu'elle veut avec son cul », au risque de réduire ses élans amoureux à des histoires purement sexuelles. Il y a aussi les parents un peu gênés devant le regard des autres, qui demandent à leur ado de rester discret avec leur copain ou copine... Pas si simple d'assumer l'orientation sexuelle différente de son enfant dans une société qui, sur les recommandations de l'Organisation mondiale de la Santé, classait l'homosexualité parmi les maladies mentales jusqu'en 1990.

« Le silence imposé par la famille est si lourd parfois, commente Baptiste Baulieu, médecin, écrivain et lui-même homosexuel. Il contraste avec des années de discours hétéronormatif : « Et tu as une petite copine? », « Et comment s'appelle ton amoureux? »... On grandit dans des milieux qui romantisent et norment les relations infantiles à la stricte projection d'une hétérosexualité. Et quand vient le jour où nous sommes heureux, que nous aimons et que nous voudrions crier cet amour sur tous les toits, voilà qu'il faudrait faire silence... »

Soulagement

Alors que 25% des adolescents LGBT ont déjà fait une tentative de suicide contre 6% de leurs homologues hétérosexuels, selon une étude américaine du *JAMA*, sortir du non-dit est souvent un moment très libérateur. Cette transparence leur permet de se sentir moins seuls et de retrouver une meilleure estime d'eux-mêmes. « Pour les parents aussi, c'est souvent un soulagement, même lorsqu'il y a des aménagements psychiques à opérer, estime Isabelle Lacheref. Ils avaient parfois des inquiétudes pour leur enfant, des indices qu'ils ne savaient comment interpréter... Lorsque la parole se libère, c'est comme un abcès qui se crève. »

De plus en plus d'associations (familleslgbt.org, asso-contact.org, monfilsgai.org, cestcommeca.net, interligne.co...) les aident aussi à démêler leurs ressentis, leur permettant de discuter avec d'autres parents, de prendre du recul par rapport à leurs angoisses ou leurs préjugés... Il n'existe pas de recette miracle à mettre en application pour « bien réagir » au coming out de son enfant, mais quelques conseils reviennent souvent pour aider les parents un peu déboussolés : bannir les propos blessants et essayer d'instaurer le dialogue (cette annonce est une marque de confiance à votre égard), comprendre que vous n'avez rien à voir avec son orientation sexuelle (pas plus que quiconque), lui dire que vous l'aimez et que vous l'aimerez toujours.

« Certains parents retrouvent une plus grande proximité avec leur enfant suite à cette annonce », indique Isabelle Lacheref. Accepter que votre fils ou votre fille soit différent(e) de vous, faire le deuil de cet avenir que vous aviez projeté pour lui, c'est parfois poser, avec lui, les bases d'une relation plus complice et plus profonde, mais cela peut demander du temps. Votre enfant a pris le sien pour vous annoncer son homosexualité. Vous avez peut-être, vous aussi, un cheminement à faire pour l'accepter tel qu'il est.