

- Témoignage d'une maman de deux jeunes adultes homosexuels.
- Eclairage de *Yolande DU FAYET DE LA TOUR*, psychothérapeute
« Comment vivre cette différence ? »

Arrêtons ce déni d'altérité aux personnes homosexuelles. C'est une affaire de respect à leur égard et c'est aussi une réalité. Etre homosexuel n'empêche ni l'amour de l'autre ni son respect, ni la fécondité d'une relation. Les hétérosexuels n'ont pas le monopole de l'altérité.

L'homosexualité vient aussi remettre à une autre place (juste ?) la prééminence du sexe biologique et donc la différenciation biologique comme différenciation fondamentale. Elle l'est, mais elle n'est pas la seule à introduire de « l'autre ».

Ce n'est pas parce que 2 personnes ont le même sexe qu'elles ne sont pas différentes. Nous sommes des êtres uniques qui ne se réduisent pas sur le plan identitaire à notre sexe.

L'hétérosexualité est tout au plus une norme statistique. Hétérosexualité et homosexualité font partie de la nature depuis la nuit des temps. C'est un donné, c'est « naturel » ; 450 espèces de mammifères ont des conduites homosexuelles dans leur population. Cela a toujours existé, même sans ce nom. La peinture rupestre atteste que c'est de toujours.

L'homosexualité n'est pas une maladie et ne s'attrape pas ; même en fréquentant des personnes concernées !

Elle a été rayée de la liste des pathologies mentales par l'Association Psychiatrique des Etats Unis en 1973, par l'Association des Psychologues Américains en 1975, par l'OMS seulement en 1993.

L'Association américaine de Psychiatrie, en 1998, a condamné toute thérapie qui vise à « guérir » l'homosexualité, la thérapie qui se veut réparatrice étant encore plus destructrice: provoquant anxiété, dépression et conduites autodestructrices.

Le pourquoi ne répond pas à la question du sens.

Serait-ce d'origine génétique ? Cela n'a pas pu être montré, même s'il y a eu une suspicion due à la proportion plus forte chez les jumeaux homozygotes. Le chercheur Jacques Baltazard pense qu'il s'agit plutôt d'épigénétique, au stage fœtal de 3 mois, âge de la « sexuation », avec inondation hormonale qui produirait plus ou moins de masculin ou de féminin, mais rien n'a pu être réellement démontré. Certains pensent qu'il s'agit de problèmes hormonaux (déficit de testostérone) mais cela n'explique pas tout ni pour tous.

Y a-t-il une composante psychologique ? La mère possessive ou le père violent ou absent, ce n'est pas ce que je vois chez tous, et je vois beaucoup d'hétérosexuels qui ont vécu cela. Et pourquoi toute la fratrie n'est pas alors homosexuelle ?

L'hypothèse d'une origine dans un abus sexuel est citée par Philippe Arino, mais il fait trop de son cas personnel une généralité. Cela peut être vrai mais ce n'est pas un cas général. Cela peut être le cas

dans un revirement (avoir une vie homosexuelle puis vers une vie hétérosexuelle – en général c'est cependant l'inverse). Cette situation est rare mais peut se rencontrer, notamment pour une femme empêchée de sexualité du fait d'un abus : elle aura parfois une relation homosexuelle non génitale puis une relation hétérosexuelle.

Comment se construit l'identité ?

D'abord sur le sexe. Dès deux ans l'enfant comprend et intègre la notion de genre : il y a du masculin et du féminin et que ce n'est pas pareil, il accède à la différence grâce à ce qu'il voit autour de lui et à partir de son propre corps.

L'orientation sexuelle est présente très très tôt ; sa conscience prendra cependant du temps voire beaucoup de temps notamment si l'environnement familial, social et/ou religieux crée des interdits et donc des inhibitions. On peut dire que l'affectivité et l'élection (= orientation) se conscientise vers 4 à 5 ans. Même si l'enfant n'a pas de mots pour nommer son expérience, son expérience est présente en termes de rêves, d'émotions, de désir, d'élans... Ce n'est que beaucoup plus tard qu'il identifiera son expérience à ce qu'on appelle l'homosexualité. Il percevra cependant assez vite, la gêne que peut lui donner à vivre sa différence au travers du comportement de son environnement

La sexualité construit notre être au monde du premier au dernier jour : c'est la pulsion érotique, vitale, qui nous pousse à être en vie ! Notre organe sexuel principal est le cerveau ! Notre cerveau commande cela comme le goût pour le violon et autre...

Le psychothérapeute pose souvent la question « quels sont vos rêves érotiques » ? Le petit garçon sait bien vers qui il est attiré ; et pour l'adolescent, l'érection est plus révélatrice. La conscience d'être différent de son clan vient très vite. Mais une personne homosexuelle n'a aucun doute d'être un homme ou une femme.

A L'adolescence, 3 jeunes sur 10 ont essayé des conduites homosexuelles et groupales.

Ce n'est pas pour autant que les personnes deviendront homosexuelles au sens où cette dimension colore le reste de la vie.

La difficulté pour la personne homosexuelle est de construire son identité avec des parents auxquels il ne peut s'identifier. Par exemple, un enfant noir qui se sent exclu peut en parler avec ses parents qui connaissent la même chose et l'aideront en se défendre et à intégrer sans douleur le racisme et le rejet dont il est victime. En général la personne homosexuelle n'a pas de parents homosexuels et il ne pourra pas s'appuyer sur l'expérience de ses parents pour se définir, s'affirmer, se confirmer ; et ses parents seront assez démunis pour l'aider à se situer, trouver les codes amoureux, les codes de rencontres... C'est un réel manque dans la croissance psychique des enfants et adolescents homosexuels qui sera facteur d'inhibition, sociale notamment.

Comment se passe la reconnaissance de son homosexualité ?

Le contexte est toujours homophobe. Pensons aux blagues, aux injures « sale pédé », « enculé », etc.... Comment s'identifier à quelque chose qui est méprisé, et méprisable pour lui, non désirable ? Il n'y a pas de désir d'homosexualité de la part de ses parents. Or ce désir parental (sans excès) lui est nécessaire pour se construire. L'enfant puis l'adolescent va devoir lutter contre le désir hétérosexuel implicite. C'est une forme de mensonge à soi et à l'environnement dont il va, à un moment ou un autre, falloir sortir. C'est l'enjeu du coming out. Il ne s'agit pas de brandir un étendard pour le plaisir de déranger mais c'est une nécessité vitale identitaire de ne pas être pris pour un autre que ce que l'on est.

C'est pourquoi une personne homosexuelle pour s'affirmer doit extérioriser cette orientation qui, elle, n'est pas implicite comme pour les hétérosexuels. Il faut sortir du mensonge lors des premières rencontres.

J'ai de l'attirance pour un homme ou pour une femme, je sens bien que je n'ai pas les mêmes envies que les autres, et je ne sais pas si c'est valide, je me demande si c'est normal... et je ne vois pas comment ni à qui en parler, puisque les parents n'en ont jamais parlé.

Et je me sens coupable de ne pas correspondre à ce que mes parents attendent de moi.

Je leur dis : « **Mais tu n'es pas responsable du projet que tes parents ont pour toi, tu es responsable du projet que tu as pour toi-même** ».

Le jeune homosexuel peut avoir honte d'être ce qu'il est. Ce qui est renforcé par les trois grandes religions qui véhiculent une homophobie plus ou moins intériorisée (« c'est sale, ce n'est pas normal, ça ne doit pas être »).

La honte est ce qui coupe de l'autre ; or pour se construire il faut être aimé (avoir des parents aimants) et une appartenance sociale qui construit notre solidité interne ; donc la honte fait vivre un grand sentiment d'isolement. C'est terrible d'infliger aux personnes homosexuelles l'interdiction d'une parole, d'une altérité, d'être, tout simplement ; d'où les nombreuses dépressions, conduites addictives ... Soit on se le cache à soi, aux autres... Cela peut aller jusqu'aux conduites autodestructives.

Les psychothérapeutes ne sont pas là pour guérir de l'homosexualité, mais ils peuvent aider à la vivre, inviter la personne à sortir de son isolement, à se dire aux personnes qui l'aiment... et pouvoir rencontrer des personnes autrement que dans les boîtes de nuit.

L'enjeu étant d'aimer non parce que l'autre est homosexuel mais parce qu'on a des valeurs et des projets communs.

D'où l'importance d'identifier les personnes gays qui pourront être des référents pour des jeunes. Ce sera mieux qu'internet, divers livres, etc... Je rêve du jour où les enseignants et les chefs scouts pourront le dire... sans se faire rejeter par crainte ou confusion avec la pédophilie.

On est passé en quelques années de la maladie psychiatrique ou du délit à une injustice sociale qui maintient l'exclusion. Etre homosexuel est à considérer comme une particularité, pas simple à vivre, et qui demande d'être validée.

Certains me disent que des homosexuels sont agressifs... Certes la gay pride l'est, mais à la honte répond la fierté... et de pouvoir s'afficher... enfin !

Vous rendez service à parler de votre homosexualité. Bien sûr ces personnes peuvent être heureuses, d'autant plus qu'on les accueille. Le couple homosexuel de vos enfants tiendra d'autant mieux qu'ils se sentiront soutenus par leurs familles.

Que penser du coming out ?

Je suis pour tout dire, éviter les secrets de famille.

Comment le dire ?

On ne parle pas de notre sexualité intracouple, entre parents et enfants, mais on peut parler de l'orientation sexuelle, de la découverte de notre sexualité... pour savoir où l'autre en est de son chemin, de ses attentes, de ses désirs, des obstacles qu'il ou elle rencontre à la construction d'une vie affective.

Je repense à une maman demandant à son fils homosexuel : je n'y connais rien, explique moi ce que tu veux que je sache, et je te poserai des questions bêtes... mais à toi c'est plus facile. Elle a entretenu une relation avec son fils à propos de l'homosexualité, avec une saine curiosité. Parler et sortir du tabou est un enjeu vital pour l'équilibre de vos proches et le vôtre.

Il faut revenir sur la phrase qui a été lâchée...et ne pas se contenter de l'annonce et du dévoilement. C'est aux parents qu'il incombe d'y revenir, le jeune saura mettre des limites à ce qu'il souhaite ou pas partager. Mais ne rien dire, ne rien questionner peut être interprété par votre enfant comme du déni, de la désapprobation, de la gêne, du manque d'intérêt...

L'enfant qui a fait son chemin sur des années ne réalise pas toujours que ses parents ont du chemin à faire comme lui et que cela peut prendre aussi beaucoup de temps ! C'est bien vu dans le film : son compagnon aide le personnage principal, lui qui a déjà fait son coming out, quand il dit « il est peut-être temps que tu prennes un peu de temps avec tes parents ». En reparler, c'est une façon de dire « j'ai besoin qu'on en reparle, ça m'intéresse, ce que tu vis ! »

Puis vient la question : « est ce que tu veux que je le dise dans la famille, ou veux-tu le leur dire ? ».

En en parlant autour de vous vous ferez du bien à ceux qui sont dans la même situation et qui n'osent pas le dire ! Moins il y a de personnes qui sont dans la honte d'avoir un enfant homosexuel plus on a de chance d'éviter d'avoir des gens qui restent tapis, cachés, avec leur gros paquet.