



Soutenir les jeunes 2S/LGBTQIA+

« Tout le monde commence son parcours en tant qu'adulte de confiance d'un endroit différent, selon ses expériences de vie, ses compétences existantes et son accès à des personnes bien informées. **Peu importe à partir d'où vous débutez votre parcours, vous devez commencer.** »

(Egale, 2024, p. 25)

En lisant ces informations, vous avez franchi une étape importante pour mieux comprendre et soutenir votre enfant ainsi que d'autres enfants et jeunes dans votre vie. Sachez que soutenir une personne 2S/LGBTQIA+ est un processus d'apprentissage continu, et qu'il est normal de ne pas tout savoir.

Le parcours d'un jeune dans l'exploration de son identité n'est pas toujours linéaire, et votre propre processus d'apprentissage ne l'est pas non plus. Prenez le temps qu'il vous faut, accordez-vous le droit à l'erreur, explorez vos questions au fil de votre apprentissage et n'hésitez pas à aller chercher du soutien supplémentaire au besoin.

**L'acronyme 2S/LGBTQIA+ est un terme générique en constante évolution. Pour vous familiariser avec les termes courants, nous vous invitons à consulter les termes et définitions 2S/LGBTQIA+ d'Egale.*

Remarque : Bien que nous utilisions le terme « enfant » tout au long du document, nous reconnaissons que l'enfant dont vous prenez soin peut être un adolescent ou un jeune adulte, et que vous pouvez prendre soin de plus d'un enfant.

Comment le soutien de la famille peut-il favoriser le bien-être mental et réduire les risques?

Des environnements bienveillants et affirmatifs – à l'école, à la maison et dans la communauté – jouent un rôle clé dans la santé mentale et le bien être des enfants et des jeunes.

Les jeunes 2S/LGBTQIA+ ayant dans leur vie des adultes qui les soutiennent, tant à la maison qu'à l'extérieur, sont QUATRE FOIS plus susceptibles de déclarer avoir une bonne ou une excellente santé mentale (Egale, 2021).

Lorsque vous soutenez et validez l'identité de votre enfant, vous l'aidez à développer une santé mentale positive. Vous pouvez également aider votre enfant, ou d'autres enfants et jeunes dans votre vie, à accéder aux soutiens et aux informations dont ils ont besoin. Par exemple, vous pouvez les aider à se renseigner sur des programmes, des services et/ou des événements, et les accompagner pour s'y rendre.



Que devrais-je faire si quelqu'un se confie à moi au sujet de son orientation sexuelle ou de son identité de genre (« sortir du placard »)?

« Sortir du placard », c'est lorsqu'une personne vous dévoile son identité 2S/LGBTQIA+. Pour beaucoup, il s'agit d'une expérience importante qui demande une grande vulnérabilité et beaucoup de courage. Sachez que [sortir du placard n'est pas une obligation pour tout le monde, et que choisir de ne pas le faire ne rend pas leurs expériences et/ou leurs identités moins valides](#). Ces conversations peuvent être une [occasion d'apprendre à mieux connaître la personne](#).

Vous souhaitez en apprendre davantage? Consultez les ressources suivantes :

- [Egale Canada: Sortir du placard: comment réagir lorsqu'un-e jeune 2SLGBTQI se confie à vous sur son identité?](#)
- [PFLAG: Quick tips for supporting your LGBTQ kids—and yourself – during the coming-out process \(en anglais seulement\)](#)
- [Parents & Caregivers for Mental Health : Comprendre le genre, la sexualité et l'expression - Soutenir les enfants et les jeunes homosexuels et de genres divers](#)
- [Egale Canada: The Experiences and Challenges of Being an Affirming Caregiver for Sexual and Gender Minority Youth \(en anglais seulement\)](#)
- [The Genderbread Person: understanding gender identity and expression \(en anglais seulement\)](#)

Des gestes de soutien à mettre en pratique :

Il n'existe pas une seule « bonne » façon de soutenir la santé mentale et le bien être d'un enfant. Le soutien se construit avec les enfants, et non à leur place. Ce qui importe le plus, c'est d'inviter votre enfant à participer aux conversations, de l'écouter et de vous laisser guider par ses indications lorsque vous abordez les questions de sécurité et de vie privée.

Par exemple, si vous envisagez d'entrer en contact avec des familles ayant des expériences similaires, commencez par demander à votre enfant si c'est quelque chose qu'il souhaite. Soyez ouvert à ses idées quant à la forme que pourrait prendre ce lien, notamment en ce qui concerne le moment, les limites, la confidentialité et les activités.

Les suggestions présentées dans le tableau ci-dessous sont simplement des points de départ; des idées à explorer ensemble au fur et à mesure que vous découvrez ce qui constitue un soutien utile pour votre enfant.

ACTIONS DE SOUTIEN			
Encouragez-le à s'impliquer dans divers groupes sociaux, y compris des relations amicales	Renseignez-vous par vous-même sur l'orientation sexuelle, l'identité de genre et l'expression de genre	Écoutez attentivement	Trouvez différentes façons d'exprimer à votre enfant que vous l'aimez
Discutez avec des leaders religieux afin d'aider votre communauté religieuse à soutenir les personnes 2S/LGBTQIA+	Utilisez le prénom et les pronoms qu'il ou elle a choisis	Emmenez votre enfant à des événements et dans des groupes 2S/LGBTQIA+	Demandez à votre enfant si, et comment, vous pouvez l'aider à parler à d'autres personnes de son identité 2S/LGBTQIA+
Demandez à votre enfant comment il ou elle aimerait être soutenu(e) et faites de votre mieux pour répondre à ses demandes	Entrez en contact avec des familles qui pourraient avoir vécu des expériences similaires	Rappelez aux autres membres de la famille de traiter votre enfant avec respect	Discutez ouvertement avec votre enfant de son identité 2S/LGBTQIA+ et écoutez-le avec respect (<i>même si vous êtes encore en phase d'apprentissage et d'assimilation</i>)



ACTIONS DE SOUTIEN			
Faites du bénévolat auprès d'organisations qui soutiennent les personnes 2S/LGBTQIA+	Soutenez les jeunes lorsque d'autres les maltraitent – à la maison, à l'école ou au sein de la communauté	Prenez le temps d'assimiler vos propres émotions et réactions, indépendamment de celles de votre enfant	Si vous « faites une erreur », reconnaissez-la, excusez-vous, corrigez-vous et passez à autre chose

Quel rôle les écoles jouent-elles dans le soutien des jeunes 2S/LGBTQIA+?

Les écoles ont la responsabilité d'assurer un climat scolaire favorable à la santé mentale, inclusif et accueillant pour tous les élèves. Il peut être utile de tenir compte des éléments suivants lorsque vous interagissez avec l'école de votre enfant :

Gérer la confidentialité

- Discutez de ce que votre enfant souhaite partager avec l'école concernant son identité.
- Votre enfant devrait être la personne qui détermine comment il souhaite partager son identité à l'école, à la maison et dans la communauté (p. ex., divulguer des informations sur son orientation sexuelle, partager ses pronoms, modifier son nom dans les documents scolaires, etc.). Communiquez toute attente en matière de confidentialité au personnel scolaire.

Trouver du soutien à l'école

- Repérez des membres du personnel bienveillants au sein de la communauté scolaire et cherchez à établir des liens avec eux.
- Les voies d'accès au soutien à l'école peuvent varier. Communiquez avec des membres du personnel scolaire de confiance afin de mieux comprendre comment votre enfant peut accéder aux services.
- Explorez les ressources de soutien offertes dans son école et dans la communauté.
- Identifiez les membres du personnel en qui votre enfant a confiance et vers qui il pourrait se tourner en premier pour des questions liées à son identité.
- Les besoins de votre enfant peuvent évoluer avec le temps. Prenez le temps de vérifier si les soutiens offerts par l'école répondent toujours à ses besoins et discutez ensemble de la façon d'ajuster ces soutiens, au besoin.

Défendre les droits

- **Familiarisez-vous avec les politiques et les procédures de l'école** afin de connaître les attentes envers le personnel scolaire en matière de soins et de soutien à votre enfant.
- En vertu du [Code des droits de la personne de l'Ontario](#), les personnes sont protégées contre la discrimination et le harcèlement fondés sur l'identité de genre et l'expression de genre. **Votre enfant est protégé par différentes lois** qui peuvent soutenir vos démarches de plaidoyer, notamment la [Loi sur l'éducation](#) et la [Loi pour des écoles tolérantes](#).
- Si votre enfant subit du tort, que ce soit en personne ou en ligne, communiquez avec l'école pour faire part de vos préoccupations et obtenir une réponse et du soutien appropriés.
- La défense des droits des jeunes 2S/LGBTQIA+ est une responsabilité partagée, et les parents/aidants naturels ont un rôle essentiel à jouer. Réfléchissez à la façon dont vous pouvez défendre et soutenir les jeunes 2S/LGBTQIA+.
- Envisagez de vous impliquer au sein de l'école (p. ex., en soutenant les AGH/GSAs et les espaces d'affinité, en revendiquant une éducation sexuelle plus inclusive, des toilettes non genrées, des politiques scolaires inclusives, etc.)



Vous souhaitez en apprendre davantage? Consultez la ressource suivante :

- [Comment défendre ses droits ou ceux d'une personne que l'on aime à l'école](#)

Ressources utiles

RESSOURCES UTILES	
Ressources de SMS-ON :	<p>Ces ressources ont été créées par SMS-ON afin de soutenir les élèves 2S/LGBTQIA+ dans les écoles. Ce sont des ressources destinées à la fois au personnel scolaire et aux élèves.</p> <ul style="list-style-type: none">• Série de publications pour les médias sociaux concernant la santé mentale des élèves 2S/LGBTQIA+• Adultes bienveillants : Soutenir les jeunes 2SLGBTQIA+
Ressources communautaires :	<ul style="list-style-type: none">• 2-Spirited People of the First Nations : une ressource pour les personnes bispirituelles qui met en valeur la résilience et offre du plaidoyer sur les plans physique, mental, émotionnel et spirituel. <i>(en anglais seulement)</i>• Egale Canada : un organisme pour les adultes bienveillants dans la communauté scolaire qui souhaitent apprendre à soutenir et à affirmer les jeunes 2S/LGBTQIA+.• Franco Queer : un organisme pour les francophones 2S/LGBTQIA+ en Ontario et à l'extérieur du Québec. Il offre des services pour les personnes migrantes et nouvellement arrivées, des espaces sociaux, et plus encore.• PFLAG Canada : un organisme national axé sur le soutien aux parents et aux aidants naturels de jeunes 2SLGBTQIA+. <i>(en anglais seulement)</i>
Soutiens en situation de crise pour les jeunes :	<ul style="list-style-type: none">• Black Youth Helpline : appel, courriel, de 9 h à 22 h <i>(en anglais seulement)</i>• LGBT Youthline : clavardage, texto, courriel, du dimanche au vendredi, de 16 h à 21 h 30 <i>(en anglais seulement)</i>• Ligne d'écoute d'espoir pour le mieux être : appel, clavardage, 24 h/24, 7 j/7• Naseeha Youth Helpline : appel, texto, 24 h/24, 7 j/7 – ligne d'aide pour les personnes musulmanes <i>(en anglais seulement)</i>
Ressources en matière de soins affirmant le genre :	<p>Les soins d'affirmation de genre offrent un large éventail de soutiens pour affirmer l'identité 2S/LGBTQIA+ de votre enfant. Ces ressources en ligne sont accessibles aux parents et aux aidants naturels et leur permettent d'obtenir de l'information et des services en dehors du milieu scolaire.</p> <ul style="list-style-type: none">• Santé arc-en-ciel Ontario• Point of Pride: Affirmative Care for Trans Folks <i>(en anglais seulement)</i>• Trans Care Plus <i>(en anglais seulement)</i>• Native Youth Sexual Health Network <i>(en anglais seulement)</i>

Références

Egale (2024). *Adultes favorisant l'affirmation : un guide pour soutenir les enfants et les jeunes transgenres et de diverses identités de genre*. P.5, tiré de :

<https://egale.ca/fr/awareness/adults-favorisant-affirmation/>

