



les

CHEFF

les Cercles Homosexuels Etudiantins Francophones Fédérés

Le coming out

N.B. : les conseils et pistes présents dans cette fiche forment une liste non exhaustive et sont à évaluer de manière critique en fonction de la situation.

1) Qu'est-ce que le coming out ?

Le coming out [*of the closet*] est un anglicisme visant à exprimer la « sortie du placard » des homosexuel-le-s, le fait de se révéler au grand jour et d'affirmer qui l'on est.

C'est une étape importante de la vie de la personne homosexuelle, quel que soit l'âge où elle fait cette annonce. D'ailleurs, même si la majorité des coming out adviennent à l'adolescence (période propice aux questionnements sur la sexualité), il n'est absolument pas exclu que des personnes plus âgées le fassent aussi.

À l'opposé de la démarche du coming out, subir un « outing » — ou se faire « outer » — désigne le fait d'être révélé contre sa volonté par une personne qui a découvert (ou, pire, à qui l'on a confié) son homosexualité. C'est souvent une expérience difficile, voire très douloureuse, et d'une grande violence.¹

2) Pourquoi faire son coming out ?

Il faut tout d'abord préciser qu'il n'est pas obligatoire de faire son coming out. La patience est parfois la meilleure des solutions. Cependant, se sentir l'envie de s'affirmer, de faire son coming out répond à un besoin d'être reconnu par son entourage. C'est également un besoin de clarté sur sa personnalité, un désir de ne plus (se) mentir. Souvent, on se sent beaucoup mieux après cette annonce et les liens entre les personnes s'en retrouvent renforcés.

Voici quelques conseils auxquels il est bon de penser avant de se lancer² :

¹ Coll., *Mon fils, ma fille est homo... Qu'est-ce que ça change ?*, Ex Æquo, Tels Quels, 2009, p. 12.

² Coll., *Garçons entr'eux*, Ex Æquo, 2011, p. 16.



les

CHEFF



les Cercles Homosexuels Etudiantins Francophones Fédérés

- ✓ *Est-ce ton désir profond ou te sens-tu obligé de le faire ?
Pourquoi veux-tu faire ou ne pas faire ton coming out ?
Quelles conséquences positives ou négatives imagines-tu ?*
- ✓ *C'est toi seul qui décides et choisis le moment.
Personne ne peut te pousser à faire ton coming out.
Si tu ne te sens pas encore prêt, n'hésite pas à en parler avec d'autres (forum sur le Net, associations), tout en gardant en tête que ta situation est unique.*
- ✓ *Choisis la personne à qui tu voudrais le dire en premier : un ami, un membre de la famille, un prof etc., et choisis un moment où tu te sens bien pour en parler.*
- ✓ *Si tu as mis du temps pour découvrir et accepter ton orientation sexuelle, ton entourage peut aussi avoir besoin de temps pour accepter la nouvelle. Pense aussi au fait que les personnes ne réagiront pas forcément comme tu l'imaginais.*
- ✓ *Si les choses venaient à mal se passer, en famille par exemple, auras-tu des proches qui pourront te soutenir ?
N'oublie pas que le réseau des associations gays et lesbiennes, les centres de planning familial ou d'autres associations de jeunes sont là pour t'aider en cas de problèmes.
Certains forums sur le Net peuvent aussi t'apporter un soutien.*

3) Comment le faire ?

Il y a autant de moyens de faire son coming out que de situations. Pourtant, il y a des pistes qui peuvent aider à franchir le pas :

- ➔ Ne pas se presser et évaluer le meilleur moment ;
- ➔ Écrire une lettre : l'écrit est parfois un bon moyen de partager ses émotions ;
- ➔ Le dire, tout simplement. Il faut cependant penser à éviter les repas familiaux peu propices à l'intimité ;
- ➔ Se faire accompagner d'un allié qui pourra, le cas échéant, temporiser la situation ;
- ➔ La créativité et l'inspiration...



les Cercles Homosexuels Estudiantins Francophones Fédérés

4) Avec qui ?

Tout au long de sa vie, une personne homosexuelle sera amenée à devoir effectuer un coming out. En effet, dans notre société, cette personne est considérée (à tort) comme hétérosexuelle par défaut. Ainsi, celle-ci sera parfois amenée à clarifier les choses. Le coming out sera d'un degré d'importance très variable en fonction de la situation.

Cependant, la nécessité de faire ce coming out est laissée à l'appréciation de la personne ; il ne faut jamais se sentir obligé de le faire.