

Conversations arc-en-ciel

Parler de la diversité sexuelle
et de genre avec les enfants



Introduction

Parler de la diversité sexuelle et de genre avec les enfants est devenu essentiel dans le monde d'aujourd'hui. En tant que parent ou personne proche, il est important de répondre aux questions des enfants avec simplicité et bienveillance afin qu'ils ne restent pas dans l'ignorance, puisque c'est souvent de l'incompréhension que naissent les peurs et les préjugés.

Plus le sujet est abordé tôt, de manière naturelle et adaptée à l'âge de l'enfant, plus cela l'aide à développer son ouverture, sa confiance et sa compréhension du monde qui l'entoure. Écouter les questions des enfants, répondre honnêtement et utiliser des exemples concrets permet de créer un espace sécuritaire où chacune peut se sentir respectée et incluse.

Ce guide comprend 4 sections :

- Une **définition** de la diversité sexuelle et de la diversité de genre
- **Huit conseils** pour parler de diversité sexuelle et de genre avec les enfants
- Des **outils visuels** pour illustrer les concepts et amorcer les conversations
- Un **lexique** des principales terminologies 2SLGBTQIA+

La diversité sexuelle

La **diversité sexuelle et romantique** fait référence à la pluralité des attirances sexuelles et romantiques qu'une personne peut ressentir envers un, plusieurs ou aucun genre. Dans le passé, cette diversité était fortement stigmatisée, et même criminalisée. Aujourd'hui, bien que des préjugés persistent, elle est davantage reconnue et visible dans la société.

Il n'est toutefois pas nécessaire d'avoir une connaissance experte du vocabulaire lié à la diversité sexuelle et romantique pour en parler avec son enfant. L'essentiel est de créer un environnement ouvert, respectueux et sécuritaire, où les questions peuvent être posées librement et sans jugement.

La diversité de genre

La **diversité de genre** désigne la pluralité des identités et des expressions de genre présentes dans la diversité humaine. L'**identité de genre** correspond au sentiment profond et personnel qu'une personne ressent par rapport à son genre. Parmi les identités de genre, on retrouve notamment les identités d'homme, de femme et de personne non binaire, ainsi que plusieurs autres réalités. Ce sentiment apparaît souvent très tôt dans l'enfance, parfois dès l'âge de deux ou trois ans.

Chaque personne possède une identité de genre. Lorsqu'une personne s'identifie au genre correspondant au sexe qui lui a été assigné à la naissance, elle est dite **cisgenre**. Lorsqu'une personne s'identifie à un genre différent du sexe qui lui a été assigné à la naissance, elle est dite **transgenre**.

Le parcours d'affirmation d'une personne trans peut prendre différentes formes selon les besoins et la réalité de chacun-e. Cette transition peut être sociale, légale et, dans certains cas, médicale. *Toutes les personnes trans ne vivent pas ces étapes de la même façon ni au même rythme.*

1. Commencer la conversation

Il est toujours préférable que ce soit vous, comme parent, qui abordez ce sujet avec votre enfant. Si ce n'est pas le cas, votre enfant risque de chercher des réponses auprès de sources moins fiables. Même si vous n'êtes pas totalement à l'aise, que vous redoutez ce moment ou que vous craignez de ne pas trouver les bons mots, l'important est d'ouvrir la discussion avec honnêteté et bienveillance.

N'ayez pas peur de dire qu'il vous manque certaines connaissances. Une conversation n'a pas besoin de tout couvrir à elle seule ; vous pouvez toujours revenir sur le sujet plus tard et poursuivre les échanges avec votre enfant au fil du temps.

2. En parler plus tôt que tard

Selon l'âge de votre enfant, vous n'utiliserez pas les mêmes mots ni les mêmes exemples. Adaptez votre vocabulaire et demandez à votre enfant ce qu'il connaît déjà afin de partir de ses questions et de sa compréhension.

Plus le sujet est abordé tôt, plus la diversité sexuelle et de genre sera perçue comme une réalité normale. Cela peut contribuer à réduire les préjugés et la stigmatisation auxquels font face les personnes 2SLGBTQIA+. Faites savoir à votre enfant que vous lui offrez un espace sain et sécuritaire pour poser ses questions et explorer ses réflexions.

3. Utiliser les vrais mots

Les mots qui désignent les parties du corps — comme « pénis », « vulve », « vagin », « anus », « testicules » ou « seins » — devraient pouvoir être utilisés naturellement et sans gêne. Plus ces mots sont employés dans le quotidien, plus ils deviennent simples à comprendre, à prononcer et à intégrer au vocabulaire de l'enfant.

Employer les vrais mots peut également aider l'enfant à décrire plus clairement une situation problématique ou un comportement inapproprié vécu avec un·e adulte ou un·e autre enfant.

4. Répondre aux questions

Certaines questions peuvent nous surprendre ou arriver à des moments inattendus. Lorsqu'on est pris-e de court, il est normal de ne pas toujours savoir quoi répondre immédiatement.

Donnez-vous le temps de réfléchir en disant par exemple : « C'est une très bonne question, est-ce qu'on peut en reparler un peu plus tard? » L'important est ensuite de revenir vers votre enfant pour poursuivre la discussion et répondre à sa question.

5. Faire comprendre que la différence n'est pas un mal

Expliquez à votre enfant que les différences existent et qu'elles sont normales. Aidez votre enfant à voir au-delà des différences et à apprendre à connaître les personnes pour ce qu'elles sont.

Dès le plus jeune âge, plusieurs stéréotypes entourant le genre et les attirances peuvent influencer les jeunes. Expliquez que l'amour, les familles et l'expression de genre peuvent prendre différentes formes, et que toutes méritent le respect.

Montrez aussi à votre enfant qu'il existe plusieurs réalités familiales : des familles avec deux mères, deux pères, des parents nonbinaires, un seul parent ou encore des familles recomposées. Toutes ces familles sont tout aussi réelles et valides.

6. Donner l'exemple

La façon dont vous réagissez face aux personnes 2SLGBTQIA+ envoie un message important à votre enfant. Faire un effort pour respecter les pronoms, les identités et les réalités des autres contribue à créer un environnement plus respectueux et inclusif.

Prenez également un moment pour réfléchir aux attentes et aux stéréotypes parfois associés aux filles, aux garçons ou aux personnes nonbinaires. D'où viennent ces attentes et comment influencent-elles votre comportement? Si vous sentez que vous manquez d'informations, n'hésitez pas à consulter des ressources pour vous informer davantage.

7. Valoriser un langage inclusif en français

La langue française est très genrée, ce qui peut parfois rendre plus difficile l'expression de certaines réalités liées au genre et à la diversité. Dans les communautés francophones minoritaires, plusieurs jeunes 2SLGBTQIA+ peuvent avoir l'impression que certains mots ou certaines réalités existent plus facilement en anglais.

Utiliser un langage inclusif et respectueux aide les jeunes à se sentir reconnues et accueillies en français. Cela contribue aussi à renforcer leur sentiment d'appartenance à la communauté francophone.

8. Mettre fin à l'intimidation

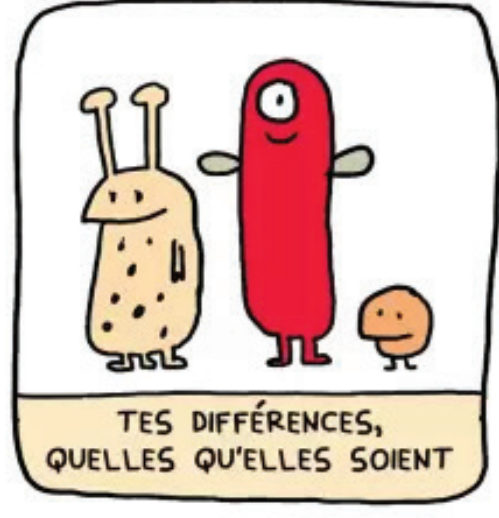
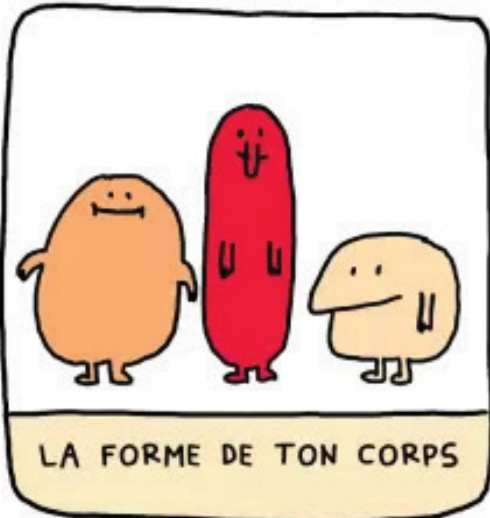
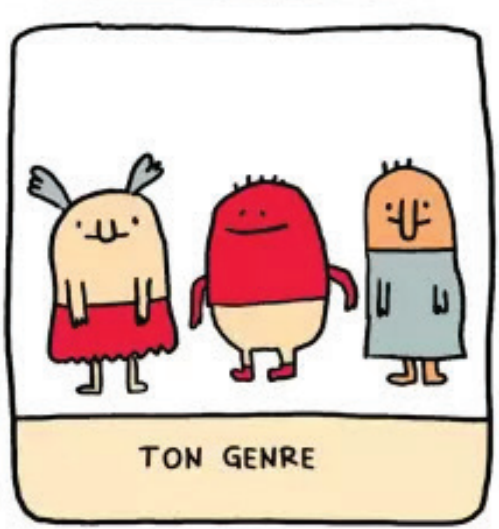
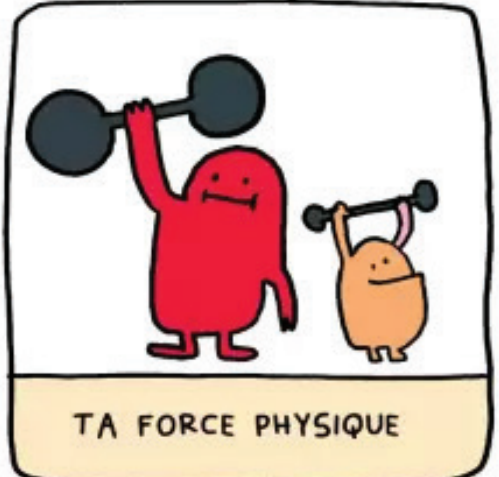
Les personnes 2SLGBTQIA+ font souvent face à l'intimidation et à la discrimination au cours de leur vie, y compris à l'école. Cela peut prendre la forme d'insultes, de rumeurs, d'exclusion, de moqueries ou du refus de respecter le prénom et les pronoms d'une personne.

Vous pouvez discuter avec votre enfant de l'importance d'intervenir ou d'aller chercher l'aide d'un·e adulte de confiance lorsqu'il est témoin d'une situation d'intimidation. Rappelez également à votre enfant que les insultes et les « blagues » blessantes ne sont jamais acceptables, même lorsqu'elles sont présentées comme de l'humour.

Des **outils visuels** pour illustrer les concepts et amorcer les conversations

Sur les prochaines pages vous trouverez des affiches de l'artiste Élise Gravel que vous pouvez lire avec votre enfant. À la suite de ces lectures, votre enfant pourrait avoir des questions ou faire certaines remarques. Il s'agit d'une excellente façon d'amorcer une discussion sur la diversité de manière simple et accessible.

PEU IMPORTE...

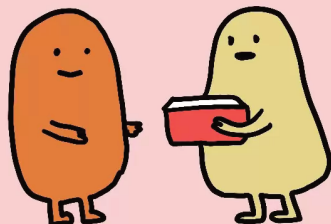


TU MÉRITES D'ÊTRE
AIMÉ(E) ET RESPECTÉ(E).

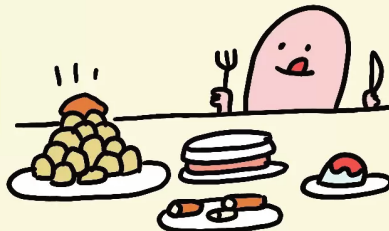
LA DIVERSITÉ ME PERMET:

D'APPRENDRE DE NOUVELLES CHOSSES

C'EST UN JEU DE MON PAYS !



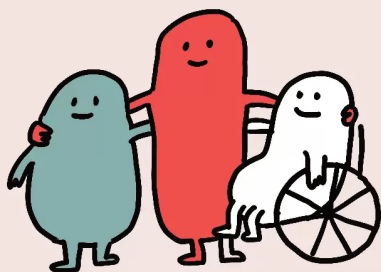
DE DÉCOUVRIR DE NOUVEAUX ALIMENTS...



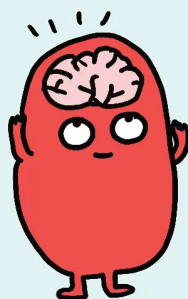
ET DE NOUVEAUX LIVRES, FILMS, MUSICIENS, ARTISTES, ETC.



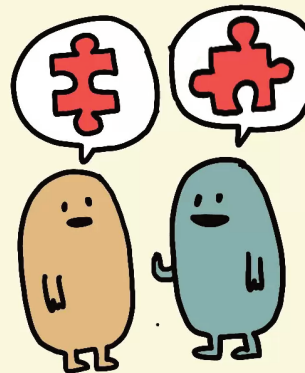
DE ME FAIRE DE NOUVEAUX AMIS



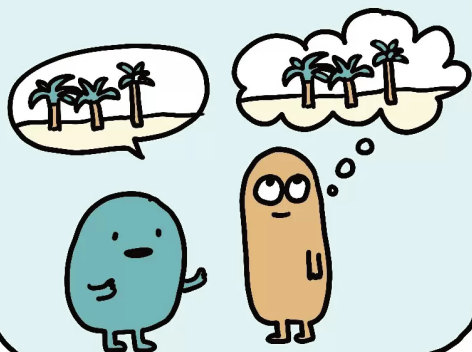
D'OUVRIR MON ESPRIT À DE NOUVELLES IDÉES



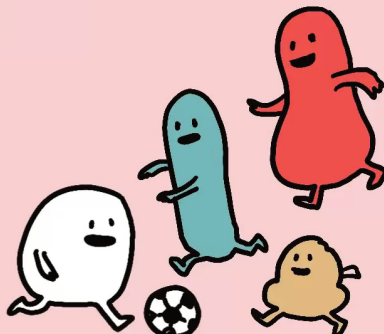
D'ÉTENDRE MES CONNAISSANCES



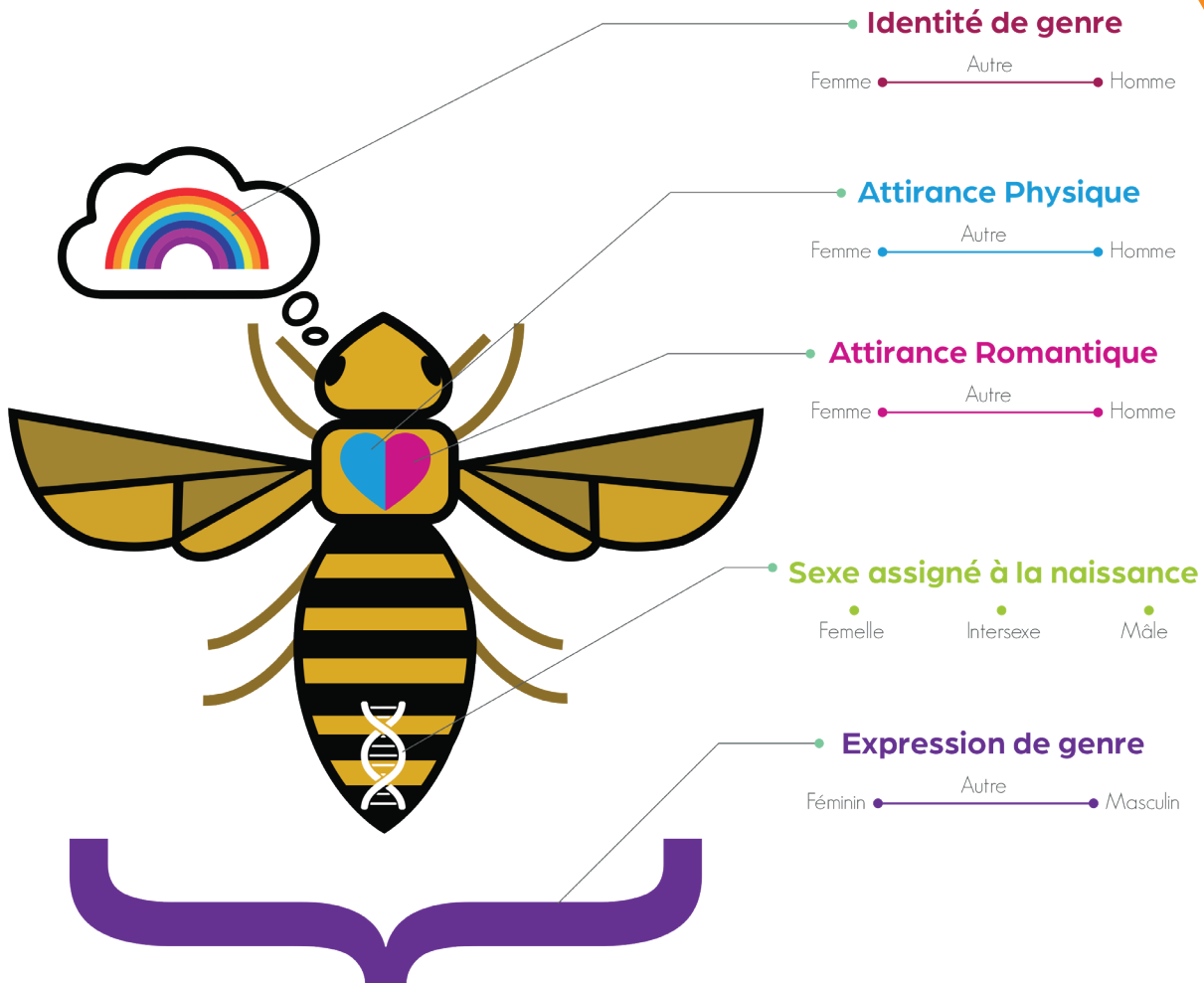
DE VOYAGER SANS QUITTER MON PAYS



D'EXPLORER DE NOUVELLES FAÇONS D'ÊTRE MOI-MÊME.



LA DIVERSITÉ, C'EST BIEN PLUS INTÉRESSANT !



L'abeille du genre

Voici l'**Abeille du genre**, un outil créé par le Comité FrancoQueer de l'Ouest. Il permet de démontrer qu'il existe cinq (5) aspects distincts d'une personne : **l'identité de genre, l'expression de genre, l'attirance physique, l'attirance romantique et le sexe assigné à la naissance.**

Ces aspects sont indépendants les uns des autres. Par exemple, l'identité de genre d'une personne n'est pas liée à ses attirances romantiques ou physiques.

Vous pouvez utiliser cet outil avec votre enfant afin d'explorer et de mieux comprendre ces différentes réalités ensemble.

Nous avons inclus deux versions de l'outil Abeille du genre. La première, plus simplifiée, permet d'aborder ces enjeux avec un public plus jeune, tandis que la deuxième s'adresse à un public plus avancé et propose une réflexion plus approfondie.



L'identité de genre

Le sentiment intérieur d'être un homme, une femme, aucun des deux, les deux, ou un autre genre. Pour les personnes transgenres, leur sexe assigné à la naissance et leur identité de genre ne sont pas les mêmes. Pour les personnes cisgenres, ils sont les mêmes.

Attirance physique/sexuelle

Les attirances sexuelles ou physiques ressenties par une personne peuvent être envers un, plusieurs, ou aucun genre.

Attirance romantique


Les attirances romantiques ou émotionnelles ressenties par une personne. Les attirances peuvent être envers un, plusieurs, ou aucun genre.

Sexe assigné à la naissance

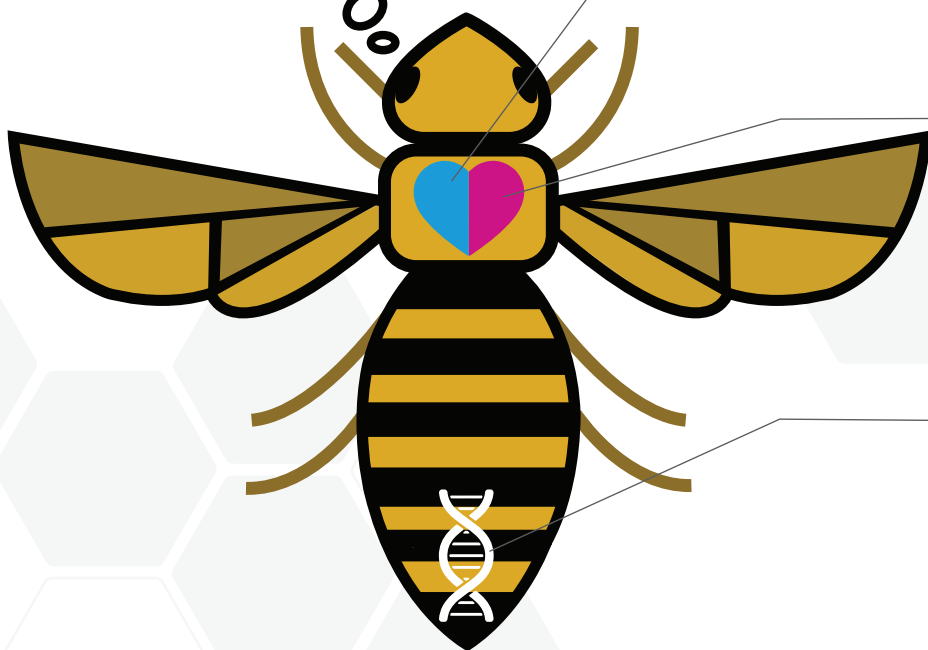
Il s'agit de la désignation « masculin », « féminin » ou « intersexe » donnée à une personne à sa naissance. Le terme intersexe fait référence aux personnes qui sont nées avec des caractéristiques anatomiques, hormonales et/ou chromosomales qui ne correspondent pas aux notions binaires typiques des corps masculins ou féminins.

Expression de genre

Ce sont les facteurs qui déterminent la façon dont le genre est interprété par la société, par exemple, la coupe de cheveux d'une personne, ses vêtements, ses loisirs, son emploi, ses intérêts, etc.



L'abeille du GENRE



• Identité de genre

Le sentiment intérieur d'être un homme, une femme, aucun, aucun des deux, ou un autre genre (ex : nonbinaire, etc.). Pour les personnes transgenres, leur sexe assigné à la naissance et leur identité de genre ne sont pas les mêmes. Pour les personnes cisgenres, ils sont les mêmes.



• Attirance sexuelle

L'attirance sexuelle peut être envers un, plusieurs, ou aucun genre.



• Attirance romantique

L'attirance romantique peut être envers un, plusieurs, ou aucun genre.



• Sexe biologique

Le sexe biologique est basé sur la combinaison de l'anatomie, des hormones et des chromosomes. Le terme endosexue réfère aux personnes avec des caractéristiques typiques des notions binaires de mâle et femelle. Le terme intersexe fait référence aux personnes qui présentent des caractéristiques qui ne sont pas conformes à cette binarité.



• Expression de genre

La manifestation physique de l'identité de genre d'une personne.



*À noter: Ce schéma est une simplification de toutes les identités de genre, attirances et expressions possibles. Nous vous encourageons à découvrir toutes les identités existantes.

Au CFQO nous écrivons « nonbinaire » sans trait d'union, pour affirmer que ces identités ne se définissent pas par opposition à la binarité, mais existent pleinement par elles-mêmes

Un **lexique** des principales terminologies 2SLGBTQIA+

Ce lexique comprend des termes liés à la diversité sexuelle et de genre afin de vous aider à mieux comprendre certaines réalités et le vocabulaire utilisé au sein de la communauté 2SLGBTQIA+. Les définitions présentées constituent un point de départ pour favoriser des discussions ouvertes, respectueuses et inclusives avec votre enfant.

Pour consulter davantage de ressources et de définitions, visitez le site web du Comité FrancoQueer de l'Ouest.

androgyne

Personne dont l'expression de genre n'est pas exclusivement masculine ou féminine

asexuel·le

Personne qui ne ressent aucun ou très peu de désir sexuel.

aromantique

Personne ne ressent aucun ou très peu de désir romantique.

bisexuel·le

Une personne bisexuelle ressent une attirance sexuelle envers les hommes et les femmes, ou par les personnes de sa propre identité de genre et les autres. Une personne biromantique ressent une attirance romantique envers les autres de cette même façon.

binarité du genre

Système qui divise l'humanité en deux genres mutuellement exclusifs et opposés : homme et femme. Ce système ne prend pas en compte la diversité des êtres humains et exclut les personnes intersexes, les personnes trans, les personnes nonbinaires, les personnes non conformes aux normes du genre, celles dont le genre est fluide, etc.

cisgenre

Une personne cisgenre est une personne dont l'identité de genre est en accord avec son sexe assigné à la naissance.

cissexisme / cisnormativité

Préjugé culturel ou sociétal qui privilégie les personnes cisgenres qui respectent les normes de genre. Ce système ignore ou a pour effet de sous-représenter les identités trans ou de la diversité de genre en supposant que toutes les personnes sont cisgenres et qu'elles expriment leur genre d'une manière qui correspond aux normes du genre perçu. Ce mode de pensée établit un lien logique direct et naturel entre le sexe assigné à la naissance, le genre et l'expression de genre.

coming out

Le « coming out », en français « la sortie du placard » ou « la sortie de la garde-robe », est le fait de communiquer son orientation sexuelle ou son identité de genre à certaines personnes. Il s'agit généralement d'un processus graduel qui commence avec un petit groupe de personnes proches (famille ou ami·es). Il est important de ne jamais « outer » (révéler l'orientation ou l'identité de genre) une personne sans son consentement.

drag king / queen

Personne qui performe un genre à travers un personnage, souvent de façon stéréotypée et humoristique. Lorsque le personnage est masculin, on parle d'un « drag king » et lorsqu'il est féminin on parle d'une « drag queen ». Il s'agit d'une performance artistique, de divertissement et/ou de parodie, et non d'une identité de genre ou d'une orientation sexuelle.

diversité sexuelle et de genre

Terme englobant toutes les orientations sexuelles et la pluralité des identités et des expressions de genre.

dysphorie

Sentiment de malaise intense ressenti par une personne trans causé par l'écart entre le sexe assigné à la naissance, les attentes de la société concernant le genre, son corps et son identité de genre. La dysphorie n'est pas vécue par toutes les personnes trans. En revanche, lorsqu'une personne trans ressent du bien-être parce qu'elle est respectée dans son genre ou qu'elle peut exprimer son genre librement, on parle d'euphorie de genre.

gai-e

Personne qui s'identifie en tant qu'homme et est attirée par les hommes. Le terme gai est aussi utilisé comme terme parapluie pour plusieurs identités de la diversité sexuelle.

hétérosexisme et hétéronormativité

L'hétérosexisme fait référence à l'affirmation de l'hétérosexualité comme norme sociale ou comme étant supérieure aux autres orientations sexuelles. Si l'hétéronormativité dicte les normes à suivre en matière de sexes, de genres et d'orientations sexuelles, l'hétérosexisme en assure le maintien, par l'exclusion sociale, la discrimination ou l'invisibilisation des individus qui ne correspondent pas à ces normes.

intersexe

Les personnes intersexes sont nées avec des caractéristiques sexuelles (y compris l'anatomie, les hormones et les chromosomes) qui ne correspondent pas aux notions binaires typiques des corps mâles ou femelles. Le terme intersexe est utilisé pour décrire un large éventail de variations corporelles naturelles.

lesbienne

Une personne lesbienne s'identifie en tant que femme qui est attirée par les femmes.

mégenerer

Attribuer à ou désigner quelqu'un avec un pronom ou un genre qui ne lui correspond pas. Par exemple, appeler quelqu'un qui s'identifie comme un homme « madame ». Si, par erreur, une personne attribue le mauvais pronom à une personne transgenre, elle peut tout simplement s'excuser et mentionner qu'elle fera plus attention à l'avenir.

morinom

Nom assigné à une personne trans ou nonbinaire à sa naissance et qu'elle n'utilise plus. Il s'agit d'une information confidentielle et sensible qu'il ne faut jamais dévoiler sans le consentement de la personne. Morinommer quelqu'un (le fait de l'appeler par son ancien nom) est un manque de respect pour son identité et peut être considéré comme du harcèlement lorsque cela est fait de façon intentionnelle et/ou répétitive.

nonbinaire

Terme pour décrire une identité de genre qui n'est ni exclusivement homme ni exclusivement femme. Cette identité peut se définir comme un mélange de féminin et de masculin, à la fois féminin et masculin, ou aucun des deux. Au CFQO nous écrivons « nonbinaire » sans trait d'union, pour affirmer que ces identités ne se définissent pas par opposition à la binarité, mais existent pleinement par elles-mêmes.

normes de genre

L'ensemble des rôles, comportements, activités et caractéristiques jugés appropriés et normaux par la société pour un genre en particulier. Les personnes qui adoptent des comportements ou qui ont des caractéristiques qui ne correspondent pas aux normes de genre peuvent vivre de la stigmatisation (ex : homme qui reste à la maison pour s'occuper de ses enfants, femme avec de la pilosité).

orientation sexuelle

Terme utilisé pour décrire l'attraction pour un type de personne (hommes, femmes ou autres). Bien qu'elle comprend le mot « sexuelle », l'orientation sexuelle fait souvent référence à une combinaison de plusieurs types d'attirances parmi lesquelles peut se trouver l'attraction esthétique (trouver une personne belle), sensuelle (désirer un contact physique avec une personne), sexuelle (désirer des relations sexuelles avec une personne), intellectuelle (apprécier l'intelligence d'une personne) et romantique (éprouver des sentiments amoureux pour une personne).

queer

Le terme queer, anciennement péjoratif et maintenant réapproprié par la communauté, est un terme parapluie qui désigne toute identité de la diversité sexuelle et de genre.

transgenre

Une personne transgenre est une personne dont le sexe assigné à la naissance ne correspond pas avec l'identité de genre. Le terme trans ou transgenre est un terme parapluie pour plusieurs identités de genre où le sexe assigné à la naissance ne correspond pas avec l'identité de genre.

transition

Un processus complexe à plusieurs phases qui peut s'étirer sur des années, afin d'harmoniser l'anatomie ou l'expression de genre d'une personne trans à son identité de genre. La transition peut se faire sur le plan social (se présenter avec l'apparence, le prénom, les vêtements, etc. qui correspondent mieux à son identité); légal (changement du nom ou de mention de sexe dans les documents officiels); ou physique (hormonothérapie et traitements chirurgicaux de réassignation). Ces différents volets de la transition sont indépendants les uns des autres. Par exemple, une personne peut faire une transition sociale sans aucune intervention médicale.

Two-Spirit / deux-esprit / bispirituelle

Le terme Two-Spirit (parfois traduit à deux-esprit ou bispirituelle en français) est un mot pour désigner une personne de la diversité sexuelle ou de genre chez les communautés autochtones.

Voici une ressource éducative pour apprendre plus sur cette identité :

<https://cfqo.ca/voix-autochtones/>





Nous remercions la
Fédération des parents de l'Île-du-Prince-Édouard
dont les lexiques et ressources suivantes ont contribué à
l'adaptation de ce guide :

Comment parler des diversités de genre aux enfants

https://fpipe.org/wp-content/uploads/2023/06/diversites-de-genre_approved.pdf

Comment parler de la diversité sexuelle aux enfants

https://fpipe.org/wp-content/uploads/2023/06/diversite-sexuelle_approved.pdf