

# «Les enfants, il faut que je vous dise que papa aime les hommes»

## HOMOPARENTALITÉ

Faire son coming out et l'expliquer à ses enfants, voilà un sacré défi! Entre angoisse et soulagement, une famille arc-en-ciel témoigne.

PAR ESTELLE BAUR  
@LENOUVELLISTE.CH

Paul\* et Arthur\* vivent ensemble depuis deux ans et leur parcours de vie présente bien des similitudes. Tous deux se sont mariés et ont eu des enfants avant de faire leur coming out. Paul raconte: «Je pensais être bisexuel. Pendant des années, j'ai essayé de minimiser cette attirance pour les hommes, en me disant que j'allais me marier, avoir des enfants, une maison, et que j'allais gérer cela. Finalement, ça se passait de moins en moins bien avec mon ex-femme: on se disputait beaucoup, j'étais très irritable. On a entrepris des thérapies de couple, ce qui a aidé, mais qui n'a pas résolu le problème. Mon orientation sexuelle ne correspondait pas à mon style de vie; on a senti qu'il fallait se séparer.»

Le couple a alors deux enfants de 8 et 10 ans, à qui il explique que la séparation est due à une mésentente. Mais un jour, l'ex-femme de Paul l'appelle: «Elle me dit qu'elle n'en peut plus, que notre fille n'arrête pas de lui demander si elle est lesbienne. «Tu sais que c'est faux; c'est toi qui es gay. Il faut que tu leur dises!» Pour Paul, c'est l'occasion de franchir le pas: «Ça ne m'a pas angoissé: je savais que ce moment arriverait un jour. J'avais aussi décidé d'être plus cash vis-à-vis de mon entourage.» Il leur parle directement d'Arthur, que les enfants avaient déjà rencontré lors de repas entre amis: «J'avais envie que ça représente quelque chose pour eux d'avoir un amoureux. Je pense que c'est plus facile de dire à ses enfants qu'on aime les hommes en expliquant qu'on a un compagnon. D'autant plus s'ils connaissent la personne. Je savais que ma fille s'entendait bien avec Arthur, ce qui mettait probablement plus de chances de mon côté (rires).»

SELON UN SONDAGE NATIONAL RÉALISÉ AUPRÈS DE 884 PARTICIPANTS EN 2017:

**31%** des familles arc-en-ciel sondées ont eu des enfants d'une relation hétérosexuelle antérieure.

**75%** d'entre elles craignent que leur enfant soit victime de préjugés après l'annonce de leur coming out.

## Pour un coming out parental réussi, il est conseillé de...

... prendre le temps d'en discuter au sein du couple hétéroparental, dans l'intérêt de l'enfant et de la relation qui a existé un certain temps: «Tu n'y peux rien d'avoir une autre orientation sexuelle.»



... être au clair avec soi-même, accepter son identité (parfois avec l'aide d'un psy) avant d'en parler.

... éviter les annonces intempestives et brutales, expliquer et contextualiser les choses pour l'enfant et être à disposition dans la durée pour des questions.

INFOGRAPHIE: JEAN-MARIE GALLAY

### «Mes deux darons»

Les enfants réagissent plutôt bien. Mirabelle\*, 8 ans à l'époque, se souvient: «Je m'en doutais, parce que ça se voyait un peu. J'étais un peu surprise, mais j'étais contente qu'il le dise.» Même constat pour son frère Joe\*, qui avait alors 10 ans: «Je ne dirais pas que je le savais, mais ça ne m'a pas surpris. Ça

**Il faut réfléchir au temps qu'il nous a fallu pour annoncer à nos proches, et accepter qu'il leur faille aussi du temps pour digérer l'information.»**

ARTHUR\*  
A FAIT SON COMING OUT APRÈS AVOIR FONDÉ UNE FAMILLE HÉTÉROSEXUELLE

m'a quand même fait bizarre: il avait toujours été avec ma maman, mais j'étais très content pour lui qu'il ait trouvé ce qui lui convenait. Rien n'avait changé.» Leur père leur conseille de n'en parler qu'à des amis proches: «Si mes enfants devaient apprendre à vivre avec ça, je ne pouvais décemment pas leur demander de le garder secret. Je leur ai donc dit qu'ils pouvaient en parler à des gens de confiance, aussi pour qu'ils

ne reçoivent pas de remarques désobligeantes.» Un pressentiment correct, puisque la confiance de Mirabelle a été trahie: «Je ne l'ai pas dit tout de suite à mes amies, mais mon meilleur ami a vu que j'étais préoccupée et, comme il insistait, je lui ai expliqué. Il l'a dit à tout le monde. Je n'avais pas encore eu le temps de digérer la nouvelle, mais j'ai assumé: je leur ai dit que c'était vrai. Mais si j'avais pu, je ne le leur aurais pas annoncé de cette manière; ça a été assez brutal.» Joe a eu plus de chance: «Quand je l'ai appris, on m'embêtait parfois à l'école, donc je n'en ai parlé qu'à mes amis proches. A l'école secondaire, je me suis fait plein de copains, ça a été plus facile d'en parler. Mais je n'ai jamais senti aucune honte. Pour moi, si les gens ont un problème avec ça, soit on discute d'autre chose, soit ils passent leur route.» Aujourd'hui, il présente Paul et Arthur comme ses «deux papas». Les choses n'étaient pas si simples pour Arthur: «Durant mon adolescence, j'étais le «sale pédé du village». Je n'en ai jamais discuté et j'ai toujours vécu mon homosexualité comme une tare, comme une maladie. A la puberté, mes fantasmes étaient toujours dirigés vers les hommes, mais je n'ai jamais réussi ni à en parler, ni à l'expérimenter.» Il tombe

amoureux de filles et sort avec elles: «Parce que j'avais envie de partager plus que de l'amitié: de la tendresse, pouvoir dormir avec elles, mais ça n'allait pas du tout sexuellement. Je culpabilisais de ne pas leur permettre de s'épanouir avec moi.» Il finit par se marier, devient père, «avant tous ceux qui m'insultaient. C'était ma petite vengeance! Mais je jouais un rôle.» Un jour, il a le coup de foudre pour un homme, dans un bar. «De retour à la maison, je tournais en rond, à tel point que mon fils m'a demandé si j'étais amoureux. Ça a été l'élément déclencheur pour faire une thérapie. Je savais que pour l'assumer pleinement, il fallait que je puisse le formuler clairement. Je me suis donc assis devant le psy et, avec un trac énorme, j'ai dit: «Je suis homosexuel.» Il m'a répondu: «Et alors?» Et là, tout le château de cartes d'angoisses que j'avais imaginé s'est écroulé! Ce jour-là, j'ai revécu. J'avais l'impression de devenir cinglé, entre le paraître et ce que je vivais à l'intérieur. Je n'en pouvais plus. Ça a été une renaissance: j'ai enfin pu vivre comme j'en avais envie et m'épanouir sexuellement.» Il parvient enfin à le verbaliser: «La première personne à qui je l'ai dit, c'est mon fils, qui à l'époque avait 4 ans et demi (il en a 29, aujourd'hui). Je me suis réveillé un matin, je sentais que

c'était le moment: j'étais calme, c'était évident que je devais le faire. Je le lui ai expliqué avec des mots tout simples: «Dans la vie, il y a des gens qui s'aiment. Souvent, c'est un homme et une femme; des fois, une femme aime une autre femme, ou un homme un autre homme. Eh bien moi, j'aime les hommes.» Il m'a regardé et m'a dit: «Oui, je sais.» Puis, il est retourné jouer dans sa chambre. J'étais scotché.»

### Choisir à qui et comment le dire

Reste que le coming out n'est pas une chose facile à annoncer. Selon Paul, «c'est important de bien choisir à qui et comment on va le dire. Est-ce qu'on va le sous-entendre ou est-ce qu'on va vraiment le dire? Va-t-on parler de son compagnon ou juste affirmer «Je suis gay?»» Arthur évoque aussi la nécessité d'être patient: «Lors d'un coming out, il

faut réfléchir au temps qu'il nous a fallu pour l'annoncer à nos proches, et accepter qu'il leur faille aussi du temps pour digérer l'information.» Au final, Arthur et Paul ne regrettent rien. Leur coming out s'est présenté comme un véritable soulagement. Paul conclut d'ailleurs en ces termes: «Accepter que j'allais me séparer m'a rendu très triste. Mais maintenant que j'ai traversé tout ça, ma vie est plus belle que tout ce que j'espérais en termes d'équilibre familial, de relation avec mes enfants et avec mon ex-femme.»

\*Prénoms d'emprunt

Les familles arc-en-ciel sont constituées d'au moins un parent qui se considère lesbien, gay, bisexuel ou trans. Des moments d'échanges sont organisés par l'association Alpagai et par Regenbogenfamilien. Plus d'infos sur [alpagai.ch](http://alpagai.ch) et sur [regenbogenfamilien.ch/fr](http://regenbogenfamilien.ch/fr)

### L'AVIS DU PSYCHOLOGUE

## Des «crises positives» vecteurs de croissance chez l'enfant

«Le regard social, en particulier pour les gens qui ont vécu un autre parcours de vie ou qui ont hésité dans leur orientation, reste extrêmement compliqué», explique Philip Jaffé. «Bon nombre d'entre eux connaissent un moment de basculement qui vient à la fois d'un besoin interne, mais aussi du constat que «les secrets de famille suintent toujours», comme le dit Tisseron. Pour

l'enfant, c'est beaucoup plus gérable et facteur de croissance qu'un parent réalise ce coming out de manière déterminée plutôt que de le surprendre dans sa vie parallèle ou qu'on ne lui explique pas la dissonance ressentie.» Selon le psychologue, ces «crises positives» (changement de profession, de parcours de vie, etc.) sont aussi l'occasion de renforcer le lien familial.

PARTENARIATS