

## **CHAPITRE 3 :**

# **DEVENIR HOMOSEXUEL : ASPECTS FAMILIAUX ET INDIVIDUELS**

Nous avons vu que la sexualité a beaucoup de strates, allant du biologique au social, jusqu'à l'expérience familiale et individuelle. Il est possible que l'homosexualité ait des composantes biologiques, même si on ne les a pas encore trouvées ; il est certain qu'elle a des aspects sociaux et culturels ; et il ne fait aucun doute qu'elle comprend des éléments psychologiques. Au niveau psychologique, donc, comment devient-on homosexuel ?

Tout d'abord, il est important de faire une distinction entre l'orientation sexuelle (le sexe envers lequel on ressent de l'amour et du désir) et l'identité sexuelle (le fait d'assumer pleinement cette orientation). Il peut y avoir orientation sexuelle, mais pas d'identité ; c'est, en fait, une situation assez fréquente. La première apparaît généralement pendant l'enfance ; la seconde ne peut prendre forme qu'à l'adolescence (car on n'a pas la conscience de soi avant cette étape), et ne peut se développer pleinement qu'à l'âge adulte – c'est-à-dire, après l'âge de vingt ans environ.

### ***Genre et orientation sexuelle***

Avant même que puissent se développer l'orientation et l'identité sexuelle, il y a d'abord la conscience du genre<sup>1</sup> : l'enfant sait, depuis ses deux ans, qu'il est d'un sexe et pas de l'autre, et que cela implique une série de conduites. A l'âge de trois ans au plus tard, l'enfant s'identifie soit comme un garçon, soit comme une fille, et apprend à se conduire comme tel. Cela peut paraître évident, mais les choses ne se passent pas toujours comme cela. Il y a des garçons qui depuis leur plus petite enfance se sentent plus identifiés avec les filles, et qui préfèrent jouer avec elles à la poupée qu'avec leurs camarades au football. Ces garçons peuvent développer des conduites, des attitudes et des goûts qui sont généralement associés à l'autre sexe. Alors, on les appelle des garçons « efféminés ». Ils ont une apparence et des conduites qui ne sont pas celles de leurs camarades, et ceux-ci les identifient comme différents, leur infligeant souvent toutes sortes de moqueries et d'agressions.

Cette confusion de genre n'est pas, en elle-même, un signe précurseur d'homosexualité. Mais beaucoup d'homosexuels rapportent qu'ils se sont sentis identifiés très tôt à l'autre sexe. Ils décrivent souvent cette sensation comme le fait d'avoir été plus sensibles, d'avoir eu des intérêts esthétiques et d'avoir été moins agressifs que les autres garçons de leur âge. Ces différences font que ces enfants se sont sentis comme des « étrangers » vis-à-vis de leurs pairs et souvent de leur famille.

Peut-on vraiment dire que cette « confusion de genre » est une caractéristique, ou même une cause, de l'homosexualité ? Est-il vrai que les homosexuels ne sont que des hommes efféminés ? Voyons l'état actuel des recherches dans ce domaine.

### ***Une enfance typique des homosexuels ?***

---

<sup>1</sup> Dans l'acceptation actuelle, on utilise le terme « sexe » pour signifier les caractéristiques innées biologiques, anatomiques des personnes mâles ou femelles, et « genre » pour signifier les rôles masculin et féminin que la société attribue (et impose) à chaque sexe. Le premier est naturel, le second est appris.

Une équipe de chercheurs américains a suivi l'évolution psychosexuelle de deux groupes de garçons pendant une quinzaine d'années, à partir de l'âge de sept ans en moyenne. Le premier groupe comprenait 44 garçons amenés par leurs parents en consultation pour des conduites « féminines » (comme jouer à la poupée, préférer la compagnie des filles, et s'habiller comme elles). Le second groupe était composé de 56 garçons considérés « normaux », afin de le comparer au premier. Au bout de quinze ans, presque tous les garçons du deuxième groupe se sont révélés être presque exclusivement ou exclusivement hétérosexuels (0 ou 1 sur l'échelle de Kinsey). Par contre, presque la moitié des garçons efféminés étaient devenus presque exclusivement ou exclusivement homosexuels (5 ou 6 sur l'échelle de Kinsey). Il semblerait donc que les garçons efféminés aient plus de chances de devenir homosexuels. On pourrait donc dire, au moins dans certains cas, qu'il peut y avoir dans l'homosexualité une certaine confusion de genres.

Cependant, il faut nuancer ses conclusions. D'abord, si presque la moitié des garçons efféminés sont devenus homosexuels, plus de la moitié sont hétérosexuels. En deuxième lieu, la thèse de l'homosexuel efféminé serait applicable à quelques hommes seulement : ceux qui, étant adultes, présentent des attitudes ou des conduites efféminées – et cela n'est certainement pas le cas pour tous les homosexuels. Il y a, après tout, une vaste proportion d'homosexuels qui ont une apparence et des conduites entièrement « masculines ». Finalement, cette confusion de genre pendant l'enfance ne semble pas s'appliquer aux femmes : aucune étude n'a, pour l'instant, montré que les « garçons manqués » aient plus de chances de devenir des lesbiennes.

Il y a également un autre élément à prendre en considération. Dans notre société, le garçon efféminé est beaucoup plus un objet de dérision que la fille « masculine ». Celle-ci gagne bien souvent en pouvoir et en prestige par son assimilation au sexe « fort », alors que le garçon efféminé se rabaisse de par sa ressemblance avec le sexe « faible ». En plus, la fille peut jouer avec filles et garçons sans distinction, étant acceptée des deux côtés, alors que le garçon est accepté seulement par les filles – ce qui ne peut que renforcer sa confusion et son sentiment d'être « bizarre ».

Il est important de noter, en effet, que les filles sont en général plus libres d'adopter des conduites des deux genres. Du moins actuellement, les filles peuvent aussi bien jouer au football qu'à la poupée. Elles peuvent prendre des cours de danse, mais aussi de karaté. Par contre, il n'est pas aussi bien vu que les garçons prennent des cours de danse.

Ce phénomène social et culturel a des implications intéressantes. Le garçon efféminé est stigmatisé depuis sa petite enfance comme un être à part. Ses parents eux-mêmes le traitent d'une façon particulière : la mère tend à le surprotéger, et le père à s'éloigner de lui. Ces attitudes affecteront probablement le développement psychosexuel de l'enfant ; ne pourraient-ils pas contribuer à son éventuelle homosexualité ?

Si cela était vrai, nous verrions comment un attribut probablement inné (le fait d'avoir par exemple un tempérament plus timide ou sensible) se transforme, pour des raisons strictement culturelles, en un facteur influant sur l'orientation sexuelle. Et cela non pas à cause d'une homosexualité innée, mais à cause de la classification (et la division) sociale des genres. Peut-être y aurait-il moins d'homosexualité si les rôles masculin et féminin étaient moins rigides et tranchés pour les enfants et les adolescents. Il est possible que le fait d'encourager ces rôles chez les enfants, précisément pour qu'ils ne deviennent pas homosexuels, développe en eux des tendances homosexuelles.

Curieusement, cette approche « culturelle » (et sans doute partielle) de l'homosexualité masculine ressemble à une des explications psychanalytiques de l'homosexualité. Selon celle-ci, l'homosexuel n'aurait pas eu de modèle masculin auquel s'identifier, parce qu'il aurait eu un père distant et une mère surprotectrice. Dans le schéma que nous venons de décrire, le garçon efféminé est en effet isolé et éloigné de la compagnie masculine, y compris celle de son père et de ses frères. En fait, certains théoriciens de l'homosexualité pensent que cet éloignement a lieu précisément parce que l'enfant est « différent » dès le début ; le père tend à prendre ses distances justement parce que son garçon n'a pas les conduites ou le tempérament masculin qu'il aurait souhaités.

## ***La théorie psychanalytique***

La théorie originelle de Freud est, bien sûr, beaucoup plus complexe. Selon lui, l'homosexualité dérive d'un complexe d'Œdipe mal résolu, et donc d'une suspension du développement psychosexuel normal. Dans cette optique, tous les enfants passent par une phase pendant laquelle ils sont amoureux de leur parent du sexe opposé. Le garçon, amoureux de sa mère et jaloux de son père, désire (inconsciemment) tuer celui-ci afin d'avoir sa mère pour lui seul. Mais sa peur d'être puni est telle qu'il finit par renoncer à la mère et oriente son désir vers d'autres femmes. Dans quelques cas, les choses ne se passent pas ainsi et le garçon reste enfermé dans son désir pour la mère. Mais, comme ce désir est impossible à accomplir (à cause du tabou de l'inceste et de sa peur du père), il finit par renoncer à toutes les femmes et se retranche dans l'homosexualité.

Mais, Freud a ensuite compliqué encore ce schéma. En effet, il ne croit pas en une seule sorte d'homosexualité ni en une cause unique. Il formule alors d'autres approches : fixation du garçon sur sa mère puis identification avec elle (choisissant donc des objets sexuels masculins) ; père distant et castrateur ; narcissisme qui fait qu'une personne cherche des objets sexuels identiques à elle ; peur envers les personnes de l'autre sexe.

L'expérience clinique et la réflexion théorique ont depuis lors montré qu'aucun de ces facteurs (pour convaincants qu'ils puissent paraître) n'apparaît systématiquement chez tous les homosexuels.

Dès 1915, Freud exprime l'idée que l'hétérosexualité elle-même n'a rien de naturelle. Il écrit : « *dans un sens psychanalytique, l'intérêt sexuel exclusif de l'homme pour la femme constitue également un problème et non pas quelque chose de naturel, basé en fin de compte sur une attraction chimique*<sup>1</sup> ». Il ajoute : « *Notre libido oscille normalement pendant toute la vie entre l'objet masculin et féminin... La psychanalyse s'érige sur le même terrain que la biologie en acceptant comme prémisse une bisexualité originelle de l'individu humain (ou animal)*.<sup>2</sup> ».

## ***Non pas une, mais beaucoup de causes possibles***

Il semblerait donc qu'il n'y a pas d'enfance « typique » des homosexuels. Quelques homosexuels ont eu des conduites ou des attitudes propres à un autre genre, et beaucoup d'autres non. Quelques-uns ont eu des pères distants, et d'autres non ; ou des expériences traumatisantes avec des personnes de l'autre sexe, et d'autres non. C'est-à-dire qu'il ne semble pas y avoir d'explication qui soit valable dans tous les cas.

Un éclaircissement important : cela ne veut pas dire qu'il n'existe pas de causes psychologiques de l'homosexualité. Et cela ne signifie pas non plus que l'on ne puisse pas en trouver chez un individu donné : chacun pourra découvrir, dans son histoire personnelle, un ou plusieurs facteurs décrits par Freud ou ses disciples. Ce que nous voulons souligner ici, c'est que ces causes éventuelles ne sont pas généralisables, ne sont pas universelles.

Par ailleurs, la recherche d'une cause de l'homosexualité s'inscrit, historiquement, dans un modèle médical. Dans la médecine, toute maladie a une explication et *une* évolution. Si l'homosexualité est une pathologie, elle doit donc bien avoir une cause. Mais, à partir du moment où nous cessons de voir l'homosexualité comme une maladie, il n'est plus nécessaire de chercher une cause pathogène unique. S'ouvre alors la possibilité théorique d'une grande variété de causes et de modalités, qui ne dépendent plus d'une évolution pathologique déterminée, mais, de la psychologie personnelle, de la famille et du contexte social et culturel.

Dans ce modèle alternatif, chaque individu construit son orientation sexuelle : il n'y a pas une cause ni une forme unique de l'homosexualité. Et il n'y en a pas non plus de l'hétérosexualité. Il semble difficile d'imaginer une seule théorie de l'hétérosexualité. Si on met de côté la procréation (qui n'est pas la seule raison de faire l'amour, et qui a lieu bien peu de fois dans la vie), on

---

<sup>1</sup> Sigmund Freud, *Trois essais sur la théorie de la sexualité*, 1905

<sup>2</sup> Sigmund Freud, « Psychogenèse d'un cas d'homosexualité féminine », 1920

s'aperçoit que la relation entre hommes et femmes est infiniment complexe ; elle n'a pas un seul objectif, ni une forme typique, ni une raison d'être universelle. La relation sexuelle entre un homme et une femme peut avoir comme fin la procréation, mais peut (et c'est le cas le plus souvent) relever d'autres choses comme l'amour, la solitude, le pouvoir, ou tout simplement le plaisir. Cependant, on a voulu que l'homosexualité ait une seule cause, une seule forme, et une seule théorie. Il semble de plus en plus clair, toutefois, qu'elle a mille formes, mille causes, et qu'elle peut difficilement être comprise à travers une seule théorie.

### ***La construction de l'homosexualité***

Dans cette optique, chaque personne construit son homosexualité, et le fait en suivant une séquence plus ou moins prévisible. Il semble y avoir, en gros, deux types d'évolution. Dans la première, nous pourrions dire que l'homosexualité se développe à partir d'expériences objectives : il y a d'abord des actes sexuels, et puis une conscience de l'homosexualité. Cette séquence est plus fréquente chez les hommes qui sont souvent « initiés » à l'homosexualité à travers des actes sexuels. Les femmes, par contre, tendent à « s'initier » à travers la subjectivité et les sentiments. Dans cette seconde évolution (qui peut évidemment avoir lieu chez les hommes aussi), la personne connaît d'abord les sentiments, et le désir, et passe ensuite aux actes.

Dans les deux cas, la personne intègre peu à peu les dimensions externe et interne, jusqu'à accepter son orientation sexuelle. Ici aussi on note généralement deux phases : d'abord l'homosexuel s'assume face à lui-même, en prenant conscience de son désir, et puis face à la société quand il se donne à connaître comme tel. Pour résumer, il y a d'abord une intégration d'actes, de sentiments, de désirs et de pensées ; puis un processus dans lequel la personne accepte son homosexualité en elle-même, et ensuite face à la société. A la fin de cette évolution (sur laquelle nous reviendrons), il y a une expérience, une affectivité, une sexualité et une identité homosexuelles qui vont depuis la vie intime jusqu'à la sphère sociale.

### ***Les temps de l'homosexualité***

Combien de temps dure le processus ? Selon une étude américaine datant d'une vingtaine d'années, les hommes homosexuels prennent conscience de leurs désirs homoérotiques vers treize ans en moyenne, ont leur première expérience homosexuelle autour de quinze ans, leur première relation de couple vers vingt-deux ans, et finissent de développer une identité gay positive vers l'âge de vingt-huit ans.

La construction de l'identité gay dure donc une quinzaine d'années en moyenne. Cela implique une longue période de confusion et d'incertitude qui a, bien évidemment, un coût affectif très élevé. Dans de nombreux cas, ils ont passé leur jeunesse dans des conflits intérieurs ou dans des relations problématiques, engagés dans la difficile tâche de démêler leur identité sexuelle.

Par contre, si l'on considère qu'un hétérosexuel commence (par exemple) à sentir des désirs sexuels à l'âge de douze ans, a une première expérience sexuelle à dix-sept ou dix-huit ans et une première relation amoureuse vers les dix-huit ans – dans un processus qui dure six ans en moyenne –, on voit immédiatement l'énorme différence entre le développement psychosexuel des homosexuels et des hétérosexuels. Les temps de la vie sont en effet très différents pour les deux populations.

Une autre différence tient au fait que, dans la vie des hétérosexuels, les séquences de la vie se succèdent d'une façon plus ou moins prévisible, et chacune prépare en quelque sorte la suivante : des flirts ados aux amours de jeunesse, puis à la cohabitation ou au mariage et à la paternité, et ainsi de suite.

C'est rarement le cas pour les homosexuels.

## *Théories du développement homosexuel*

Les théoriciens ont cherché des modèles alternatifs pour comprendre le développement de l'identité homosexuelle.

Une première étape dans le développement de l'identité homosexuelle a lieu pendant l'adolescence, qui est très différente chez les hétérosexuels et les homosexuels. Théoriquement, cette phase (généralement de douze à vingt ans environ), est une étape de transition entre l'enfance et l'âge adulte. L'adolescence sert à apprendre plusieurs choses qui sont indispensables pour la vie adulte. Ainsi, pendant cette période, on doit théoriquement établir une identité sexuelle stable, apprendre à maîtriser et à canaliser ses pulsions sexuelles et à entrer en relation avec l'autre sexe, développer une identité sociale indépendante de la famille à travers l'appartenance à un groupe de pairs, et commencer à assimiler les règles des relations sociales et amoureuses.

Ce développement, qui n'est ni facile ni automatique pour le jeune hétérosexuel, est cependant facilité par la société : il ne lui manque ni les opportunités, ni les exemples à suivre, ni le contexte social, ni les ami(e)s avec qui partager cette étape cruciale.

Tout est différent pour le jeune homosexuel. En premier lieu, il découvre peu à peu que ses désirs sexuels ne ressemblent pas à ceux de ses camarades. Il ne partage pas l'intérêt immense de ses camarades pour l'autre sexe, il songe constamment à son meilleur ami, et se rend compte que son obsession ne semble pas être partagée, ou il découvre à travers ses rêves et fantasmes érotiques que sa sexualité n'a rien à voir avec les livres qu'il lit, les films qu'il voit ou les chansons qu'il écoute.

Quand l'adolescent commence à découvrir ces contrastes, plusieurs choses se produisent qui peuvent déterminer le cours de sa vie entière. Tout d'abord, il se sent différent, et d'une façon qu'il sait illicite, de par les commentaires et les plaisanteries qu'il entend à propos des homosexuels. De ce fait, l'adolescent s'identifie de moins en moins à ses camarades et cesse d'appartenir véritablement au groupe. Il sait qu'il n'est pas comme les autres. Il va aux fêtes et prend conscience qu'il ne ressent pas les mêmes choses et n'a pas les mêmes réactions que ses amis. Au cinéma, il se sent plus attiré par les acteurs de son sexe. En cours de gymnastique, il apprend à détourner le regard des corps autour de lui...

Il sait aussi qu'il ne peut rien partager de tout cela ; très tôt, il se rend compte que ses désirs et sentiments ne sont pas permis. Il commence à se sentir seul et incompris, peut-être même exclu de la société. La honte s'infiltré peu à peu dans son esprit, affectant inévitablement son estime de soi et sa relation avec le monde. Il s'isole peu à peu, prend l'habitude de cacher ses sentiments, s'exprime moins, montre moins de lui-même, s'éloigne de sa famille. C'est à cause de toute cette dynamique que l'adolescence est une étape particulièrement difficile pour les homosexuels.

Il est possible que le jeune homosexuel adopte des conduites et attitudes hétérosexuelles outrancières, pour montrer aux autres (et se convaincre lui-même) qu'il est « normal ». Pendant cette phase de déni, le jeune homosexuel peut s'engager dans des relations hétérosexuelles superficielles et irréfléchies, avec tous les risques que cela implique pour sa santé physique et psychologique. Ces expériences peu satisfaisantes serviront, entre autres, à confirmer qu'il ne ressent rien pour l'autre sexe.

Dans la culture populaire, il arrive que l'homosexuel soit perçu comme quelqu'un n'ayant pas eu de relations avec l'autre sexe ; s'il les avait eues, il ne serait pas homosexuel. Ou bien on croit que les homosexuels ont horreur de l'autre sexe. En réalité, beaucoup d'homosexuels, hommes et femmes, ont fait un effort pour avoir des expériences hétérosexuelles – soit pour en faire l'essai, soit pour nier leur homosexualité. Ce genre d'exploration est plus commun qu'on ne le pense, et elle fait partie de la construction de l'identité homosexuelle.

Cette prise de conscience de son homosexualité n'est pas simple ; et elle est compliquée encore davantage par la difficulté qu'ont tous les adolescents à comprendre et à exprimer clairement leurs sentiments. La verbalisation n'est jamais un point fort chez les jeunes, encore moins quand la culture ambiante ne leur offre pas le vocabulaire nécessaire et que la société censure l'expression de certains désirs et sentiments. Comme l'a écrit Oscar Wilde, l'homosexualité est l'amour qui n'ose

pas dire son nom : il est immensément difficile de verbaliser et de partager des sentiments interdits. Cette première étape dans la construction de l'identité homosexuelle est donc imprégnée de confusion, de doutes, de solitude et, très souvent, de honte.

Dans une seconde étape, le jeune homosexuel parvient enfin à nommer ce qu'il ressent ; il commence à reconnaître la possibilité que ses désirs, fantasmes et sentiments soient homosexuels. Il commence à explorer cette idée, et la partage peut-être avec un confident. L'homosexualité peut devenir pour lui une obsession, un éternel dilemme à résoudre ou le thème principal de l'existence. Il est possible qu'il cherche de façon compulsive des contacts sexuels avec des personnes du même sexe, pour se faire une idée et sortir enfin de l'incertitude. Souvent, ces personnes seront plus âgées que lui et seront déjà connues comme homosexuelles. Ou le jeune homosexuel peut entamer des relations avec n'importe quel inconnu, avec tous les dangers que cela implique. Cette phase d'exploration peut être très chaotique ; la plupart du temps, elle est traversée de sentiments incontrôlables, de réactions impulsives, de relations courtes et instables, de promiscuité, de moments d'extase suivis de confusion et de honte.

### ***Les risques de l'adolescence***

Cette phase d'exploration pendant l'adolescence et la jeunesse est associée à certains risques. Les premiers contacts sociaux et sexuels avec d'autres homosexuels ont souvent lieu dans un contexte qui encourage la consommation de drogues et d'alcool. Le jeune homosexuel est particulièrement vulnérable à l'abus de ces substances, étant donné l'intensité émotionnelle, la confusion et l'anxiété qu'il ressent. L'alcool et les drogues peuvent se transformer en habitudes, dues à la fréquentation de bars et discothèques gay d'un côté, et à l'évasion qu'ils offrent, de l'autre.

Il existe en outre des risques importants de dépression pendant cette phase. En fait, de nombreuses études montrent que le taux de suicides est extrêmement élevé chez l'adolescent homosexuel. Aux Etats-Unis, les jeunes homosexuels (des deux sexes) représentent le tiers de tous les suicides juvéniles (alors que les homosexuels ne constituent tout au plus que 5 ou 6 % de la population). Un homosexuel sur trois a essayé de se suicider au moins une fois. Il est possible que nombre de problèmes observés chez les adolescents (alcoolisme, abus de drogues, conduite délinquante, dépression) comportent un élément de confusion à propos de leur orientation sexuelle.

### ***Le deuil de l'hétérosexualité***

C'est donc à travers tout un processus d'exploration que le jeune homosexuel commence à s'identifier comme tel. Mais cela implique aussi un deuil de l'identité hétérosexuelle qui lui a été inculquée depuis toujours. En effet, tous les enfants grandissent avec l'idée qu'un jour ils se marieront et fonderont une famille : c'est ce que leur répètent inlassablement leurs parents, l'école, la culture et la société en général. Se rendre compte que cela n'arrivera probablement pas, et qu'il faudra renoncer à un projet de vie longuement préparé, est un processus extrêmement lent et douloureux. Il s'agit d'une perte importante ; et, comme dans toutes les pertes, il y a un travail de deuil à faire.

Ce deuil comprend toutes les phases décrites par Elizabeth Kübler-Ross dans *On Death and Dying*. Selon ce livre, le deuil comprend nécessairement une série de réactions qui sont normales quand nous souffrons une grande perte affective. Ainsi, nous passons par le déni (« ce n'est pas vrai, je ne peux pas le croire »), la colère (« comment ont-ils pu me faire cela ? »), le marchandage magique (« je pourrai peut-être faire quelque chose pour l'éviter »), la dépression (« ma vie n'a plus de sens »), la culpabilité (« j'aurais dû agir autrement »), et enfin l'acceptation (« j'ai fait de mon mieux, et il n'y a plus rien à faire »). Chez la personne qui prend conscience de son homosexualité, nous trouverons donc le déni (« ce n'est peut-être pas vrai »), la colère (« pourquoi moi ? »), le

marchandage (« je ferai tout pour l'éviter »), la dépression (« je ne serai jamais heureux »), et enfin, si tout marche bien, l'acceptation.

Combien de temps dure ce processus ? Pour certaines personnes, il n'a jamais de fin – et c'est peut-être la différence la plus importante entre les homosexuels heureux et ceux qui ne finissent jamais de faire leur deuil du mariage, des enfants qu'ils auraient pu avoir, et de l'approbation familiale et sociale qu'ils n'auront jamais. Bien sûr, entre ces deux extrêmes, il y a beaucoup d'homosexuels pour qui ces choses ne sont pas importantes, et qui n'ont aucun regret pour la vie hétérosexuelle – apparemment. Mais la plupart des homosexuels passent par un deuil de l'hétérosexualité, même s'il n'est pas tout à fait conscient.

Ce deuil se développe généralement par étapes, et débouche sur une acceptation de l'homosexualité – mais cette acceptation est rarement totale ou définitive. Un certain regret surgit à nouveau dans les moments importants de la vie, et l'homosexuel doit alors réexaminer et accepter en des termes nouveaux son orientation sexuelle. Il peut y avoir une recrudescence du deuil chaque fois qu'un ami ou un frère se marie, ou à la naissance des neveux, ou à la mort des parents. Même les événements les plus joyeux de la vie (comme les anniversaires, le réveillon, les vacances, les succès professionnels) peuvent avoir un fond de mélancolie, parce que l'homosexuel ne peut les partager avec sa famille. Même s'il est profondément heureux dans sa vie personnelle, il se sentira parfois triste au milieu des célébrations les plus joyeuses – et souvent sans savoir pourquoi.

Il est donc important de prendre conscience de ce deuil, qui peut durer indéfiniment ou resurgir sous des formes différentes. Cela changera probablement au fur et à mesure que les droits civiques de cette population s'étendront : si les homosexuels pouvaient se marier et adopter des enfants, s'ils jouissaient de tous les droits qui sont actuellement réservés aux hétérosexuels, la sensation de perte ne serait évidemment pas la même. En attendant, il est très important que chaque homosexuel assume et comprenne ce deuil, comme une partie de son identité et de son histoire.

### ***La reconstruction de l'histoire personnelle***

Un autre aspect important de cette phase est la reconstruction de l'histoire personnelle. Les adolescents qui découvrent en eux-mêmes des désirs, des fantasmes ou des sentiments homosexuels peuvent se demander, très logiquement, d'où ils viennent. Et même s'il n'existe pas d'explications définitives de l'homosexualité, il est salutaire de se poser la question. En effet, la notion d'identité (qui implique, après tout, une connaissance de soi) exige que l'on se demande pourquoi, et depuis quand, on est homosexuel – même s'il est impossible de le déterminer avec précision. Ce qui importe, ce n'est pas la vérité, mais la révision de l'histoire personnelle. Ce réexamen du passé est particulièrement difficile pour les homosexuels, parce qu'ils doivent chercher des origines, des explications et des connexions là où les hétérosexuels n'auraient pas idée de porter leur attention. Ceux-ci n'ont aucune question à se poser sur leur orientation sexuelle, qui leur semble naturelle et donnée depuis toujours.

Il est capital d'identifier les étapes de cette prise de conscience, de faire les connexions et d'établir la chronologie dans cette recherche de soi-même.

Surgit ainsi une reconstruction de l'histoire personnelle, une archéologie du désir, qui est très différente de celle des hétérosexuels – et qui est un élément indispensable dans la formation d'une identité gay pleinement assumée. Tout le monde a besoin de se faire un récit de sa propre vie, qui lui donne un sens et une cohérence interne. Cela est particulièrement important dans le cas des minorités, pour qui le passé est le ciment même de la communauté. Comme l'ont bien compris toutes les minorités persécutées, pour avoir une identité il faut avoir une histoire.

### ***Identité et communauté***

L'identité se construit aussi en faisant connaissance avec ses semblables, et dans cette étape d'exploration il est essentiel de connaître d'autres homosexuels. On apprend ainsi qu'on n'est pas seul, qu'il y a de nombreuses façons de vivre l'homosexualité, et qu'il existe beaucoup de partenaires possibles. On comprend aussi qu'on appartient à une communauté, et cela est indispensable lorsqu'on fait le deuil de l'identité hétérosexuelle. Finalement, le fait de partager avec d'autres ses premières expériences homosexuelles est le premier pas dans le long travail de sortie du placard, que nous analyserons dans le chapitre suivant.

Après la phase d'exploration, le jeune homosexuel essaie généralement d'établir une relation de couple. Comme toutes les premières relations, celle-ci se caractérise par des sentiments confus, des rêves d'amour éternel, des séries interminables de malentendus, une énorme dépendance et beaucoup d'idéalisation. Mais les choses sont encore plus compliquées pour les homosexuels. Comme il n'y a pas de modèles de couples gays dans la culture ni de règles du jeu applicables, beaucoup de personnes (surtout si elles ont eu auparavant des relations hétérosexuelles) entrent dans leur première relation homosexuelle avec des attentes et des illusions totalement éloignées de la réalité. Elles peuvent penser, par exemple, que le fait d'être avec quelqu'un du même sexe fera disparaître comme par magie les difficultés rencontrées dans les relations antérieures ; ou que cela permettra de résoudre tous les problèmes et de satisfaire tous les besoins.

Positive ou non, la première relation fera avancer la construction de l'identité homosexuelle. Après la confusion, le doute et les illusions, la personne qui entame enfin une relation homosexuelle *dans les faits* arrive à une meilleure compréhension de ses désirs et de ses besoins, et (surtout si l'expérience sexuelle a été positive) sait qu'elle y retournera. S'ouvre ainsi la possibilité d'un avenir homosexuel dans la réalité, et non plus seulement dans l'imagination. L'homosexualité interdite devient réalisable – et cela implique déjà une certaine acceptation. L'image de soi commence à changer, et on se découvre des sentiments et des sensations inconnus jusqu'alors. La vie sociale avec d'autres homosexuels se développe. Pour la première fois, il y a des expériences réelles et partagées, qui peuvent être élaborées comme telles. En un mot, la nouvelle identité commence à prendre forme.

### ***L'adolescence biphasique des homosexuels***

Plusieurs auteurs ont observé que beaucoup d'homosexuels passent par deux adolescences (ou une adolescence « biphasique »). Ils traversent d'abord une adolescence chronologique, entre douze et vingt ans ; mais, comme nous l'avons déjà remarqué, ils n'y apprennent pas ce dont ils auront besoin pour une vie homosexuelle. Ils passent donc à côté de plusieurs tâches indispensables pour leur avenir, comme la formation de l'identité et l'exploration de l'amour et de la sexualité. Ces tâches restent à faire : ces personnes devront accomplir ultérieurement l'exploration et la consolidation de leur identité sexuelle. Alors, quand elles vivent leur première relation homosexuelle, même des années ou des décennies plus tard, elles entrent enfin dans l'adolescence psychologique (et non plus chronologique), et commencent à explorer leur véritable identité sexuelle, amoureuse et sociale. Il s'agit souvent d'une étape de grand bonheur : la personne se sent libérée, et découvre une intensité affective et érotique qu'elle n'avait jamais crue possible. Elle sent par moments qu'elle vit une seconde jeunesse, pleine de vigueur et de spontanéité.

Mais à côté de cette explosion de joie réapparaissent toutes les difficultés de l'adolescence : le manque de confiance en soi, l'impulsivité, l'incertitude, l'irresponsabilité – toujours alarmantes chez l'adulte. Cette étape présente en effet de grands risques ; mais nous ne devons pas en conclure que la personne est en train de perdre la raison (même si elle l'imagine). Nous devons nous rappeler qu'il s'agit d'une phase, et que la personne retrouvera son statut d'adulte quand elle aura fini de transiter par cette seconde adolescence. Alors, si tout va bien, elle acceptera et consolidera peu à peu sa nouvelle identité homosexuelle.

## ***Une identité heureuse ou malheureuse ?***

Tout comme on peut se construire une identité homosexuelle heureuse, on peut également vivre sa sexualité d'une façon profondément malheureuse – ce qui arrive aussi parfois, bien sûr, dans le monde hétérosexuel. Mais, dans ce dernier cas, personne ne dira qu'un individu est malheureux parce qu'il est hétérosexuel. Par contre, beaucoup de gens considèrent que les problèmes psychologiques des homosexuels sont directement liés à leur orientation sexuelle. Cette vision des choses est même assez répandue parmi les professionnels de la santé mentale, qui en arrivent à déformer leurs critères diagnostiques à cause d'une profonde méconnaissance de l'homosexualité. Il arrive d'entendre dans les services, des psychiatres et des psychanalystes dire qu'un patient est névrotique ou alcoolique, déprimé ou angoissé, ou qu'il a des problèmes de couple, parce qu'il est homosexuel – comme si l'orientation sexuelle était en elle-même une cause de pathologie, et non *la façon de vivre et d'assumer cette sexualité*<sup>1</sup>.

## ***Le troisième âge***

Les recherches sur le vieillissement des homosexuels, même limitées en raison de l'intérêt très récent pour le sujet, confirment que l'orientation sexuelle en soi ne prédit pas le niveau de bien-être psychologique aux différentes étapes de la vie. Par contre, il semble clair que les homosexuels vieillissent mieux dans la mesure où ils ont accepté et vécu ouvertement leur orientation. En particulier, les chercheurs dans ce domaine ont trouvé moins d'autocritique et de problèmes psychosomatiques, et un niveau de bien-être plus élevé chez les homosexuels du troisième âge dans la mesure où ils se sont rendu compte de leur orientation relativement tôt, ont appartenu à un groupe ou à une communauté de leurs semblables, ont eu de nombreux amis et ont rejeté les stéréotypes traditionnels concernant l'homosexualité<sup>2</sup>.

## ***Choisir sa propre homosexualité***

Ici s'offre toute une gamme de possibilités. On ne peut peut-être pas choisir son orientation sexuelle, mais on peut certainement décider de la manière dont on la vit. Dans la vie intime, une personne peut décider du type de relations qu'elle aura : elle peut choisir de construire un couple stable, monogame ou non, ou bien d'avoir de multiples relations passagères. Elle peut partager sa vie avec son partenaire et un petit cercle d'amis, ou bien opter pour la vie sociale des bars et discothèques, ou de la communauté gay. Elle peut reproduire les rôles et stéréotypes du mariage hétérosexuel, ou inventer de nouvelles modalités de relation. Dans l'aspect public, l'homosexuel peut décider de vivre dans la clandestinité (dans le fameux « placard »), cachant son orientation même à sa propre famille, ou bien prendre le risque de s'identifier ouvertement comme tel. Nous verrons qu'il y a, en effet, une grande variété de styles de vie et de relations de couple dans le monde de l'homosexualité.

C'est justement parce qu'il n'y a pas de modèles ni de règles préétablis que les homosexuels ont une liberté que l'on rencontre moins souvent chez les hétérosexuels. En plus, comme nous le verrons plus loin, nombre d'entre eux se sont éloignés de leur famille d'origine, et ils n'ont généralement pas d'enfants. Cela ouvre des possibilités difficilement concevables dans le monde hétérosexuel. Evidemment, cette liberté a aussi des limites : après tout, les homosexuels sont bien obligés, comme tout le monde, de travailler et de vivre en société.

---

<sup>1</sup> L'American Psychiatric Association a éliminé l'homosexualité de son manuel diagnostique, le *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*, en 1973. Elle a seulement gardé la catégorie d'une homosexualité mal assumée, c'est-à-dire vécue dans la honte ou la culpabilité.

<sup>2</sup> John Alan Lee, éd., *Gay Midlife and Maturity*, New York, Harrington Park Press, 1991.

En outre, la société actuelle ne laisse pas beaucoup de place à l'excentricité et au non-conformisme. Le monde globalisé de l'an 2000 dicte des façons de penser, de sentir et de vivre qui influencent les homosexuels tout autant que les hétérosexuels. Même les populations les plus marginalisées finissent par adopter le modèle consumériste d'une réalisation personnelle basée sur les possessions matérielles. Loin d'être originaux ou contestataires, beaucoup d'homosexuels deviennent aussi conformistes et conventionnels que tout un chacun. Qui plus est, beaucoup des attitudes et caractéristiques de la culture gay ont été adoptées par la culture majoritaire : nous pourrions interpréter dans ce sens l'androgynie qui prédomine actuellement dans la mode et la publicité, sans parler de la métrosexualité...

C'est donc dans ces limites que les homosexuels d'aujourd'hui peuvent inventer de nouvelles façons de vivre, de penser et d'aimer, ou bien adopter un style de vie conventionnel. Dans les chapitres suivants, nous examinerons quelques-unes des options qui existent actuellement pour les homosexuels. Nous verrons aussi les problèmes qu'elles peuvent entraîner. Mais il est clair qu'au-delà de la biologie, de la société, de l'histoire familiale et personnelle, il y a dans l'homosexualité un énorme espace pour la liberté, la créativité, la réalisation de soi et, bien sûr, le bonheur.