



## 10 conseils pour être un·e allié·e LGBTQIAP+



17/11/2023

Tu aimerais soutenir les personnes de la communauté mais tu ne sais pas comment faire ? Tu as déjà eu peur de faire des maladresses, d'offenser une personne ? Tu veux éviter les comportements blessants ? Infor Jeunes te donne quelques conseils pour devenir un·e meilleur·e allié·e des personnes LGBTQIAP+.



### C'est quoi, un·e allié·e ?

Un·e personne allié·e de la communauté LGBTQIAP+ s'engage, de différentes manières, à lutter contre les discriminations et les préjugés liés à l'identité de genre, à l'expression de genre, aux attirances sexuelles et/ou romantiques, ainsi qu'aux caractéristiques biologiques sexuelles. La personne peut appartenir ou non à la communauté LGBTQIAP+. Une personne ne peut pas s'autoproclamer allié·e.

En tant que bon·ne allié·e, tu peux :

#### 1) T'informer

Pour t'informer, tu peux consulter différents contenus sur les réseaux sociaux, dans des livres, regarder des films et des documentaires, etc. Cela évitera aux personnes discriminées de subir une double peine : vivre les discriminations et les injustices au quotidien ; et devoir sans cesse informer les autres sur la thématique.

#### 2) Remettre en question tes privilèges

Les discriminations sont fondées sur un système social et politique qui octroie des privilèges sur base de la couleur de la peau, de l'origine ethnique, de la richesse, du handicap, de la religion, du genre, etc. Nous sommes presque toutes bénéficiaires de privilèges. **Prends le temps de t'interroger sur les tiens.**

#### 3) Être à l'écoute

Tu n'es pas obligé·e de tout savoir ou de tout comprendre. Il est par contre important de mettre tes connaissances et tes croyances de côté. Respecte le rythme de la personne, attends qu'elle se sente prête et surtout ne sois pas curieux·se. L'écoute, c'est une histoire de confiance entre vous.

#### 4) Demander les pronoms de la personne

Il est risqué de supposer l'identité de genre d'une personne sur base de son apparence. Pour éviter de mégenrer une personne ou d'utiliser le mauvais pronom (il, elle, iel), tu peux simplement demander à la personne avec quel(s) pronom(s) elle se sent à l'aise.

#### 5) Ne pas te comporter comme un·e sauveur·euse

En voulant être empathique avec l'autre, tu risques de prendre une posture de sauveur·euse : prendre l'autre en pitié et vouloir en faire trop. Résultat : la personne en face de toi peut se sentir vulnérable et avoir le sentiment qu'elle a besoin d'être protégée.

#### 6) Agir et intervenir

Si tu es témoin de comportements discriminants, agis et intervient ! Agir, c'est parfois tout simplement refuser de rire à une remarque LGBTQIAP+phobe, montrer son désaccord avec des propos discriminants, questionner ceux-ci, réorienter la conversation au besoin vers un autre sujet, etc.

#### 7) Respecter l'autodétermination des personnes

Pars du principe que chaque personne se connaît mieux que quiconque. Elle, et elle seule, peut savoir exactement comment elle se sent à l'intérieur d'elle-même et quels mots elle veut utiliser pour en parler. Il est important de ne pas désigner par une personne à sa place !

#### 8) Laisser la parole aux personnes concernées

Un·e bon·ne allié·e ne parle pas à la place des gens de la communauté et valorise l'expertise des personnes discriminées. Chacun·e a un vécu, des expériences, des apprentissages et des souffrances qui lui sont propres. Les personnes sont expertes pour parler en leur nom.

#### 9) Ne pas présumer des attirances affectives/sexuelles, de l'identité de genre ou des caractéristiques biologiques sexuelles d'une personne

En tant qu'allié·e, tu ne sais pas « deviner », « déterminer » ou « présumer » l'identité de genre ou les attirances d'une personne. Laisse cette personne t'en parler si elle en a envie, et si elle se sent prête à le faire.

#### 10) Faire attention à ne pas « outer » une personne

Le outing est le fait de « sortir quelqu'un·e » à sa place, sans que la personne ne soit consentante. C'est, par exemple, révéler les attirances ou l'identité de genre d'une personne à une autre. L'outing est donc différent du coming-out, qui consiste à se révéler soi-même aux autres.

Plus d'infos sur l'acronyme LGBTQIAP+ : <https://inforjeunesath.be/informations/lgbtqiap/ca-veut-dire-quoi-lgbtqiap/>

Genre, sexe, attirances : quelles différences ? <https://inforjeunesath.be/informations/lgbtqiap/genre-sexe-et-attirances-quelles-differences/>

Plus d'infos sur la posture de sauveur·euse : <https://www.lescheff.be/allie-e-versus-sauveur-euse-le-jeu-des-22-differences/>