



AVEC EN PRIME UN
BALADO



ALLIÉES

EN LIGNE

NAVIGUER L'INCLUSION ET PRÉVENIR
LES VIOLENCES NUMÉRIQUES

M LES 3
SEX*

À PROPOS

Cette brochure s'adresse aux personnes influenceur.euse.s et créateur.trice.s de contenus numériques. Pourquoi vous interpeller dans la lutte contre l'homophobie et la transphobie? Parce que votre influence est réelle. Cette idée vient d'un comité jeunesse queer et d'une équipe de jeunes scénaristes queers : selon elleux, vous pouvez, parfois sans le savoir, devenir de puissant.e.s agent.e.s de changement face à la haine en ligne.

Ce que vous allez lire vise à accompagner vos réflexions, à mettre en lumière certains freins et à soutenir votre présence en ligne auprès de vos abonné.e.s, parmi lesquel.le.s se trouvent peut-être des jeunes de la diversité sexuelle et de la pluralité des genres. Une liste de ressources complémentaires est également disponible à la fin de la brochure.

Pour commencer, un aperçu de notre projet : Allié.e.s est une initiative de sensibilisation et d'éducation menée par, pour et avec des jeunes, visant à lutter contre l'homophobie et la transphobie dans les milieux fréquentés par les jeunes au Québec. Conçu avec des jeunes LGBTQ+, le projet s'appuie sur leur expertise pour favoriser la création de milieux plus inclusifs, sécuritaires et bienveillants.

Ce projet est possible grâce au financement du Bureau de lutte contre l'homophobie et la transphobie du Secrétariat à la condition féminine du Québec.

INTRODUCTION AU MILIEU EN LIGNE

Votre milieu, le monde numérique, communément appelé «en ligne», ne ressemble pas toujours à un «endroit» au sens classique du terme. Pourtant, nous y partageons depuis longtemps nos vies, nos opinions et nos relations. Qu'on le perçoive comme un espace réel ou irréel, son influence sur nos vies est bien tangible — pour le meilleur... comme pour le pire.

Vous êtes les mieux placé.e.s pour constater tous les aspects positifs des plateformes numériques : apprentissage, éducation, agentivité, ouverture sur le monde, connexion rapide et efficace avec les autres, et bien plus. Mais vous en connaissez aussi l'envers : impacts nocifs voire dangereux, baisse de l'estime de soi par comparaison, compétition, isolement, haine, etc.

C'est en reconnaissant vos bonnes intentions à l'égard des diversités que nous nous adressons à vous aujourd'hui. Nous croyons que vous pouvez développer davantage d'outils pour réagir aux trolls haineux tout en restant sûr.e.s de vos valeurs et de celles que vous partagez avec vos communautés en ligne.

En prenant cette place, vous pouvez contribuer à changer les comportements pour le mieux. Pas besoin d'être un.e héros ou héroïne : il suffit d'être conscient.e du pouvoir que vous avez sur le sentiment de sécurité que les jeunes queers peuvent ressentir sur vos réseaux.

AVANT DE COMMENCER

Rappelons d'abord une chose importante : vous n'êtes pas responsable des commentaires haineux à l'égard des jeunes LGBTQ+. Cependant, votre pouvoir d'agir est souvent plus grand que vous ne le croyez. Il est normal de ne pas tout savoir sur les réalités queers et de se sentir désemparé.e lorsqu'une situation d'homophobie ou de transphobie survient dans les commentaires sur vos réseaux sociaux. Maintenant que ceci est dit, y a-t-il des choses supplémentaires que vous pourriez apprendre, faire ou mettre en place pour soutenir les communautés numériques LGBTQ+? C'est ce que nous allons explorer ensemble! Avant cela, il est important de souligner que de nombreuses situations restent trop rarement abordées dans le monde numérique. Pour illustrer cela, découvrez le sketch de l'épisode : **EN LIGNE** du Bulletin d'information Allié.e.s, qui met en scène une situation malheureusement trop fréquente pour des jeunes queers.



MIX MANIACS VOUS INVITE À PLONGER DANS L'UNIVERS COMPLEXE DE LA PRÉSENCE EN LIGNE DES PERSONNES LGBTQ+,

où la visibilité s'accompagne malheureusement aussi de cyberviolences et d'insultes parfois anonymes. À travers une conversation textuelle entre deux jeunes, Marie et Florence, on découvre les difficultés vécues notamment par les personnes asexuelles, souvent incomprises et ciblées sur les réseaux sociaux.

CONCEPTS CLÉS

À CONNAÎTRE

Les violences facilitées par les plateformes numériques existent depuis plusieurs années. Cependant, de nombreuses recherches démontrent le même constat : la haine en ligne est plus forte et plus violente que jamais, et elle se manifeste de plus en plus dans nos espaces de vie.

Dans le rapport Enseigner à l'école au Québec face à la misogynie, l'antiféminisme, l'homophobie et la transphobie, Dupuis-Déri (2026) explique que les manifestations de misogynie, d'homophobie et de transphobie chez les élèves se traduisent par : du sexisme ordinaire, une opposition au féminisme, la stigmatisation d'enseignantes parce qu'elles sont femmes ou féministes, l'opposition à la diversité de genre et sexuelle, le défi « si tu fais ça, t'es gai », des graffitis sexistes et homophobes, des attaques groupées contre les comités et célébrations de la diversité, la dégradation des drapeaux arc-en-ciel (vols, incendies) ainsi que des saluts nazis (p. 5)¹.

Ceci dit, une des solutions à ces enjeux sociaux est certainement l'éducation. Elle nous permet de mieux comprendre les situations et donc d'agir de manière plus efficace. Voici quelques définitions essentielles à ajouter à vos connaissances générales.

ANTI-GENRE (OU ANTI-DIVERSITÉ)

Contre-mouvement qui lutte pour la préservation de deux genres, masculins et féminins, qui seraient immuables, différents, exclusifs, nécessairement hétérosexuels et qui constitueraient le fondement de la famille hétérosexuelle².

CYBERHARCÈLEMENT

Agissements malveillants répétés ou non, dans un cadre public ou restreint, qui peuvent prendre différentes formes telles que les intimidations, les insultes, les menaces, les rumeurs ou la publication de photos ou de vidéos par le biais de technologies de communication et d'information³.

DISCOURS HAINEUX EN LIGNE

Le gouvernement du Canada définit le «discours haineux» comme le contenu d'une communication en ligne qui exprime de la haine et de l'aversion envers une personne ou un groupe de personnes en se fondant sur un motif de distinction illicite (Patrimoine Canadien, 2024). Le rapport de la Fondation canadienne des femmes (2019) a mis en lumière l'ampleur des discours et des images humiliants, discriminants et violents dirigés contre les femmes, les filles et les personnes 2ELGBTQI+⁴.

TRANSPHOBIE

«Peur irrationnelle des personnes transgenre et par extension, haine des personnes transgenres». La forme la plus courante reste la transmisogynie, qui associe aux femmes trans tous les défauts prétendument féminins : frivolité, manipulation, dissimulation, mensonge⁵.

POUR VOUS AIDER À MIEUX COMPRENDRE LES TYPES DE CONSEILS ET INTERVENTIONS POSSIBLES EN LIGNE,

écoutez l'épisode 5 de la série
Bulletin d'information : Allié.e.s.



Madison Lavigne est travailleuse sociale au sein de l'organisme CIEL [Le Centre pour l'intelligence émotionnelle en ligne] où elle œuvre dans le programme de prévention. Elle mène également un mémoire de recherche portant sur l'analyse des discours biphobes en ligne, s'intéressant aux dynamiques de stigmatisation et à leurs impacts sur les personnes bisexuelles.

CE QUE DISENT

LES RECHERCHES

La présence en ligne des adolescent.e.s est importante à travers le monde. Plus de 97 % des adolescent.e.s aux États-Unis utilisent Internet quotidiennement et, en Allemagne, ils, elles, ou iels passent en moyenne quatre heures par jour en ligne⁶. Les jeunes LGBTQ+ passent encore plus de temps en ligne, environ cinq heures par jour⁷. Ces espaces numériques représentent un double enjeu : ils, elles ou iels y cherchent soutien et communauté, tout en naviguant dans un environnement parfois toxique qui continue de promouvoir ou d'accepter des messages hétérosexistes et transphobe⁸.

Les réseaux sociaux restent des outils clés pour se connecter aux communautés LGBTQ+, permettant aux jeunes d'explorer leur identité et d'obtenir du soutien tout en restant anonymes⁹. Cependant, une utilisation intensive des plateformes est associée à davantage de solitude, de dépendance, à une baisse de la performance académique, à la privation de sommeil et à des problèmes de santé mentale¹⁰. Même si les réseaux sociaux peuvent réduire certaines formes de discrimination, les jeunes LGBTQ+ restent à plus haut risque de victimisation de cyberviolences¹¹.

Pour illustrer l'ampleur de ces conséquences,

65%

des élèves LGBTQ+ du secondaire aux États-Unis déclarent avoir éprouvé des « sentiments persistants de tristesse ou de désespoir » au cours de l'année écoulée, soit plus du double du taux observé chez les élèves cisgenres ou hétérosexuels (CDC, 2024)¹².

QUESTIONS

D'INTROSPECTION PERSONNELLE

Afin de mieux comprendre les réalités des jeunes queers et de favoriser une approche inclusive en en ligne, engagez-vous dans un court exercice d'introspection. Aucune pression : il n'y a ni bonnes ni mauvaises réponses, juste des pistes pour cultiver l'empathie et affiner votre démarche.

Quelques questions à réfléchir :

- ◆ Comment vous sentez-vous à l'idée de modérer ou réagir aux commentaires discriminants sur vos comptes ?
- ◆ Y a-t-il des situations où il vous est difficile d'adopter une posture d'allié.e ?
- ◆ Quelles fonctionnalités ou pratiques de vos réseaux (modération, hashtags, stories, contenus éducatifs...) pourriez-vous utiliser ou améliorer pour renforcer l'inclusion ?
- ◆ Que signifie pour vous créer un espace en ligne sûr et inclusif pour vos abonné.e.s LGBTQ+ ?
- ◆ Quelles publications ou interactions passées vous ont fait réfléchir à l'impact de vos contenus sur des jeunes LGBTQ+ ?
- ◆ Quelles actions concrètes, publications ou stratégies pouvez-vous mettre en place dès maintenant pour rendre vos comptes plus inclusifs et bienveillants ?

NOTES PERSONNELLES



CONSEILS

D'ACTION ET DE SOUTIEN CONCRET

Parmi tous les milieux abordés dans le projet Allié.e.s, l'espace numérique demeure probablement l'un des moins explorés dans la littérature scientifique. Il est donc parfois difficile d'identifier des pistes d'actions concrètes pour soutenir les jeunes LGBTQ+ qui peuvent faire partie de vos abonné.e.s.

Cela dit, les jeunes de notre comité jeunesse nous ont partagé un message clair.

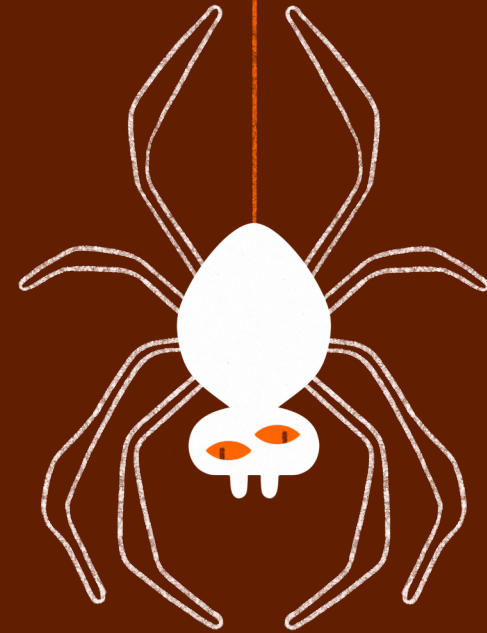
Lorsque des commentaires haineux apparaissent, (misogynes, homophobes, biphobes, lesbophobes, transphobes, etc.) faire quelque chose compte. Plusieurs jeunes expliquent que ce qui les blesse le plus n'est pas seulement la haine elle-même, mais l'absence de réaction de la part des créateur.rice.s de contenu qu'ils, elles ou iels suivent.

Répondre à un commentaire haineux, rappeler vos valeurs d'inclusion dans une publication, modérer certains propos ou prendre position peut faire une réelle différence. Pour plusieurs jeunes, voir un.e influenceur.euse intervenir signifie que leur sécurité et leur dignité comptent.

Enfin, il peut être utile de réfléchir à votre rôle à travers la notion d'éthique de la responsabilité, développée par le sociologue allemand Max Weber. Cette perspective invite les personnes qui détiennent du pouvoir ou de l'influence à considérer non seulement leurs intentions, mais aussi les conséquences concrètes de leurs actions, ou de leur inaction, sur les autres¹³.

À l'ère des réseaux sociaux, la parole publique des créateur.rice.s de contenu peut avoir un impact réel sur les communautés qui les suivent. Choisir d'intervenir, de modérer ou de réaffirmer ses valeurs peut contribuer à créer des espaces numériques plus sécuritaires pour les jeunes qui vous regardent.

On pourrait aussi réduire toute la section conseils à celui fort judicieux de l'oncle de Peter Parker [Ben] dans Spider-Man¹⁴



**“WITH GREAT POWER COMES
GREAT RESPONSIBILITY.”**

**« UN GRAND POUVOIR IMPLIQUE
DE GRANDES RESPONSABILITÉS. »**

RESSOURCES

FONDATION CANADIENNE DES FEMMES

Les faits sur la haine, le harcèlement et la violence en ligne fondés sur le genre

LECTURE INTÉRESSANTE POUR Combattre l'homophobie en ligne, avec Frédéric Jacquet et Jeremy Faledam

PORTRAIT DE L'INTIMIDATION CHEZ LES JEUNES DE LA DIVERSITÉ SEXUELLE ET DE GENRE AU QUÉBEC

L'intimidation vécue par les jeunes de la diversité sexuelle et de genre

RÉSUMÉ INFOGRAPHIQUE sur les expériences en ligne des jeunes LGBTQ+ et informations sur la manière de créer des espaces numériques plus sûrs et plus soutenant pour tou.te.s les jeunes

The Online Experiences of LGBTQ+ Youth

BIBLIOGRAPHIE

1

Dupuis-Déri, F. (2026, hiver). Enseigner à l'école au Québec face à la misogynie, l'antiféminisme, l'homophobie et la transphobie [Rapport de recherche, Fédération autonome de l'enseignement]. UQAM. https://www.lafae.qc.ca/public/file/2026_Rapport_montee_misogynie_homophobie_transphobie-Francis-Dupuis-Dery.pdf

2

Valencia, S. (2023). Véritablement radicales : Les luttes transféministes face au tournant néoconservateur antigendre et à sa convergence avec le mouvement transexclusif. In Z. Ali et al. (Dir.), *Gagner le monde : Sur quelques héritages féministes* (p. 144). Remue-ménage.

3

Bagaud, E., & Peel, M.-A. (2024). *Intelligence collective : Luttons contre les cyberviolences basées sur le genre. Les 3 sex**

4

Bagaud, E., & Peel, M.-A. (2024). *Intelligence collective : Luttons contre les cyberviolences basées sur le genre. Les 3 sex**. Ibid.

5

Nicot, S., & Augst-Merelle, A. (2006). *Changer de sexe : Identités transsexuelles* (p. 183). Cavalier Bleu. Voir aussi Gill-Peterson, J. (2025). Une brève histoire de la trans-misogynie : Pour une lecture anti-impérialiste de la transféminité. Shed Publishing ; Kirkorian, G. (2003). *Transphobie*. In L.-G. Tin (Dir.), *Le Dictionnaire de l'homophobie*. Presses universitaires de France.

6

Herrmann, L., Bindt, C., Hohmann, S., & Becker-Hebly, I. (2023). Social media use and experiences among transgender and gender diverse adolescents. *International Journal of Transgender Health*, 25(1), 36–49. <https://doi.org/10.1080/26895269.2023.2252410>

7

Ibid.

8

Fisher, C. B., Tao, X., & Ford, M. (2024). Social media: A double-edged sword for LGBTQ+ youth. *Computers in Human Behavior*, 156, 108194. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2024.108194>

9

Berger, M. N., Taba, M., Marino, J. L., Lim, M. S. C., & Skinner, S. R. (2022). Originally published in the *Journal of Medical Internet Research*. <https://www.jmir.org>

10

Ibid.

11

Ibid.

12

Centers for Disease Control and Prevention (CDC). (2024). *Youth risk behavior survey: Survey data summary & trends report: 2013–2023*. U.S. Department of Health and Human Services.

13

Weber, M. (1946). *Politics as a vocation*. In H. H. Gerth & C. W. Mills (Eds. & Trans.), *From Max Weber: Essays in sociology* (pp. 77–128). Oxford University Press.

14

Bocquillon, M., Derobertmasure, A., Demeuse, M., & Gauthier, C. (2020). Un grand pouvoir implique de grandes responsabilités... ou quel est le point commun entre Spider-Man et tout enseignant ? *Formation et profession*, 28(3), 119–122. <https://doi.org/10.18162/fp.2020.a214>

