

Pourquoi faut-il éviter cette phrase ?

Parce qu'elle est empreinte de positivité toxique.

En voulant rester positif·ves à tout prix, nous minimisons les défis et les émotions négatives de la personne souffrant d'infertilité.

Si l'objectif de cette conversation était de réconforter la personne souffrant d'infertilité, cette phrase a plutôt l'effet contraire.

La personne à qui nous nous adressons peut avoir l'impression que nous ne voulons pas entendre parler de ses émotions négatives ou de ses défis.

Que peut-on dire ou faire à la place ?

C'est normal que tu vives des hauts et des bas pendant ce processus.

Je suis là pour toi et pour t'accueillir, peu importe comment tu te sens.

Le parcours de fertilité des personnes vivant des enjeux reproductifs est un sujet intime et parfois douloureux. Évitons de les brusquer en leur posant des questions trop personnelles. À la place, nous pouvons offrir notre soutien et notre écoute en leur laissant choisir ce qu'elles veulent nous partager et à quel moment elles veulent le faire.



Chaire de recherche du Canada sur la procréation assistée pour autrui
crcppa.uqo.ca

Centre ESPER
centre-esper.com

Parlons d'infertilité

Les microagressions à éviter

Fiche 8

“ Reste positif·ve !



Voici pourquoi il faut éviter de dire cette phrase et quelles sont les alternatives à privilégier.