



Série « La psychologie peut vous aider » : La dysphorie de genre chez les enfants

Qu'est-ce que la diversité de genre?

La plupart des gens ont peu de doute sur leur genre, se voyant comme un homme ou comme une femme. Chez la majorité des personnes, le sexe biologique ou le sexe assigné à la naissance correspond au corps physique et à l'identité de genre. Toutefois, il est important de mentionner que plusieurs personnes remettent en question la binarité de genre ou la classification du sexe selon deux formes distinctes et opposées. Selon les théoriciens, il serait plus approprié d'appréhender différemment le genre, en le situant sur un continuum ou en le déclinant en plusieurs catégories. D'autres personnes évoquent la transcendance des genres, faisant valoir que les traits, les comportements et les rôles devraient être dissociés complètement du genre.

Il ne faut pas oublier que l'idée qu'il existe deux sexes opposés semble un concept occidental nouveau. On retrouve, dans plusieurs écrits historiques, des descriptions de personnes, appartenant à différentes cultures, qui n'entraient pas dans la catégorie des hommes ou des femmes. Dans certains cas, ces personnes étaient extrêmement respectées et considérées comme des saints ou comme une bénédiction pour leur famille, en raison de leur connaissance approfondie des univers masculin et féminin.

Plusieurs termes ont été suggérés pour décrire les enfants et les jeunes qui ne se conforment pas aux normes sexospécifiques. On parle notamment d'enfants à « genre différent », à « genre indépendant », à « genre créatif » ou à « genre fluide ». De plus en plus, on considère la non-conformité au genre et la variance de genre chez l'enfant comme des manifestations de la diversité humaine et non pas comme l'expression d'une pathologie ou d'un trouble (p. ex., Pyne, 2014). La non-conformité au genre n'est pas un problème de santé mentale. Il n'y a rien de mal ou de dommageable à posséder des traits qui ne cadrent pas avec les normes propres aux genres ou à se comporter sans tenir compte des normes sexospécifiques.

Il est important de faire la distinction entre la diversité de genre/indépendance à l'égard du genre et la dysphorie de genre. Dans certains cas, l'enfant à genre indépendant sera à l'aise avec son sexe biologique, mais il contestera et repoussera les limites des rôles socialement prescrits associés aux hommes/garçons et aux femmes/filles; tantôt il rejettera totalement la binarité de genre (masculin/garçon et féminin/fille), tantôt il s'identifiera clairement et de façon constante au genre contraire à son sexe biologique (Pyne, 2014). En outre, le terme transgenre est parfois utilisé pour désigner les enfants qui manifestent constamment et continuellement une identification sexuelle inversée et qui ont l'impression que leur genre est différent de leur sexe biologique ou du sexe qui leur a été assigné à la naissance. Les enfants et les jeunes transgenres sont plus susceptibles de souffrir de dysphorie de genre (c.-à-d. la détresse engendrée par le fait que leur corps physique ou leur sexe



biologique ne correspond pas au genre qu'ils préfèrent ou à leur sentiment profond d'être un garçon ou une fille).

Qu'est-ce que la dysphorie de genre?

Les personnes qui souffrent de dysphorie de genre présentent une « non-concordance marquée entre l'expérience de genre vécue et le genre assigné (habituellement à la naissance, ou sexe biologique) » (American Psychiatric Association [APA], 2013). La dysphorie de genre renvoie à la tristesse ou à la détresse associée à cette non-concordance.

La dysphorie de genre est un diagnostic psychiatrique qui remplace le diagnostic de trouble de l'identité de genre du DSM-IV (en renforçant probablement le caractère pathologique). Le Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux, 5^{ème} édition (DSM-5; American Psychiatric Association, 2013) décrit comme suit les critères s'appliquant à la dysphorie de genre chez les enfants : (A) Une non-concordance de genre marquée entre le genre assigné et les expériences de genre vécues, pendant au moins six mois et (B) Une détresse cliniquement significative ou une altération du fonctionnement social, scolaire ou d'autres aspects importants du fonctionnement, associée à cette non-concordance.

Le dernier critère est très important : pour poser un diagnostic officiel, la non-concordance de genre doit causer une détresse importante ou des problèmes pour l'individu. Le fait d'avoir un genre fluide, un genre indépendant, un genre créatif ou un genre différent n'est pas nécessairement associé à de la détresse ou à des difficultés et, en soi, cela ne devrait PAS être considéré comme un trouble.

Il est difficile d'estimer la prévalence de l'indépendance à l'égard du genre et de la dysphorie de genre chez les enfants et les jeunes en raison des obstacles à la recherche, au traitement et à la divulgation (Meier et Harris, feuillet d'information de l'APA). Il est impossible de prédire si un enfant à genre indépendant s'identifiera comme un adulte cisgenre (non-transgenre), comme un adulte à genre fluide ou comme une personne transgenre qui souhaite un changement de sexe médical et/ou social (Pyne, feuillet d'information de Santé Arc-en-ciel Ontario). Selon certaines recherches, la diversité de genre diminue avec l'âge, bien que cela puisse être le résultat de pressions pour se conformer aux rôles associés aux femmes et aux hommes, plutôt qu'une véritable transformation de l'identité de genre.

Les données prouvent que, pour les enfants qui ne se conforment pas aux normes sexospécifiques, le rejet de la famille et de la société, ainsi que les tentatives visant à modifier leur identité sexuelle ou leur expression de genre sont préjudiciables (Minter, 2012, p. 422). Les psychologues doivent savoir que l'Association mondiale des professionnels pour la santé transgenre (WPATH) a déclaré contraires à l'éthique les traitements qui visent à modifier l'identité sexuelle ou l'expression de genre d'un individu (parfois nommés « thérapies de conversion »). En effet, il devient de plus en plus évident que les interventions visant à modifier l'identité sexuelle d'une personne causent du tort. Les modèles de traitement d'affirmation du genre, qui visent à déstigmatiser la variance de genre, aider les enfants à accroître leur résilience et à devenir à l'aise avec eux-mêmes et avec leur genre préféré, et aider les parents à soutenir leur enfant, sont associés à de meilleurs résultats en matière de santé mentale.



Certains (mais pas tous) les enfants à genre différent/genre indépendant/genre fluide auront envie ou auront besoin de changer de sexe; cela implique, dans certains cas, un changement sur le plan social (changer de tenue vestimentaire, de nom, de pronom), et, pour les jeunes plus âgés et les adolescents, un changement de sexe par voie médicale (hormonothérapie et intervention chirurgicale) (feuillet d'information de Santé Arc-en-ciel Ontario). Les inhibiteurs d'hormones, la substitution hormonale ou la chirurgie dans le but de mettre le corps physique en harmonie avec le sexe ressenti sont des formes de traitement. Le changement de sexe (social et médical) est souvent indispensable dans le traitement de la dysphorie de genre.

Quel est le rôle du psychologue?

Le psychologue peut effectuer une évaluation dans le but de préciser le diagnostic de dysphorie de genre, et d'exclure ou de confirmer la présence d'autres problèmes de santé mentale.

Les psychologues peuvent aider les enfants et leur famille à faire face à la détresse liée à la dysphorie de genre et aux problèmes connexes, ainsi qu'à des situations où l'expression et le comportement de l'enfant sont mal compris. Les enfants qui souffrent de dysphorie de genre et leur famille peuvent tirer avantage des traitements psychologiques visant à soigner les troubles de l'humeur et les troubles anxieux connexes, lesquels ne sont pas rares, mais ne sont pas nécessairement liés aux questions sexospécifiques. Le psychologue peut également aider l'enfant et la famille à prendre des décisions au sujet du moment et de l'étendue du changement de sexe social, si l'enfant et la famille décident de le faire. Un psychologue peut aussi aider l'enfant à surmonter les difficultés associées au fait d'exprimer son identité de genre autrement que ses pairs.

Pour finir, on considère de plus en plus la famille comme une structure d'intervention importante. Des études récentes montrent que le soutien familial et l'acceptation du jeune transgenre par sa famille ont un effet positif important sur la santé mentale et l'estime de soi, et contribuent à la baisse considérable du taux de suicide (p. ex., Veale et coll., 2015). Les psychologues peuvent aider les parents à trouver des façons de soutenir leur enfant et l'expression de son identité de genre. Enfin, les psychologues peuvent défendre les intérêts des enfants et de leur famille en veillant à ce que l'environnement scolaire soit accueillant pour les jeunes à genre différent et facilite l'expression de leur identité de genre.

RÉFÉRENCES

American Psychiatric Association. (2003). *Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux*, 5^e édition. Washington, DC. American Psychiatric Association.

Meier, C. et J. Harris. Feuillet d'information de l'APA : Gender diversity and transgender identity in children.

Minter, S. (2012). « Supporting transgender children: New legal, social, and medical approaches ». *Journal of Homosexuality*, 59, 422-433.



Pyne, J. (2014). « Gender independent kids: A paradigm shift in approaches to gender non-conforming children ». *Canadian Journal of Human Sexuality*, 23(1), 1-8.

Pyne, J. et Santé Arc-en-ciel Ontario (2015). Feuillelet d'information de Santé Arc-en-ciel Ontario : Supporting gender independent children and their families.

Veale, J., D. Saewyc, H. Frohard-Dourlent, S. Dobson, B. Clark et le Canadian Trans Youth Health Survey Research Group (2015). *Being safe, being me: Results of the Canadian Trans Youth Health Survey*. Vancouver, Colombie-Britannique : Stigma and Resilience Among Vulnerable Youth Centre, école des sciences infirmières, Université de la Colombie-Britannique.

RESSOURCES

- Canadian Professional Association for Transgender Health (CPATH). La CPATH est une organisation professionnelle interdisciplinaire qui se consacre aux soins de santé des personnes ayant une identité transgenre. www.cpath.ca
- Association mondiale des professionnels pour la santé transgenre (WPATH; anciennement connue sous le nom de Harry Benjamin International Gender Dysphoria Association). La WPATH est une association professionnelle internationale pluridisciplinaire qui se consacre à la promotion des soins fondés sur des données probantes pour les personnes transgenres. La WPATH fournit des guides de pratique clinique et éthique (normes de soins) en matière de soins aux personnes transgenres et aux personnes qui souffrent de dysphorie de genre. www.wpath.org
- Sherbourne Health Centre. Centre de soins de santé de Toronto, qui offre des programmes et des services de soins de santé à la communauté transgenre. <http://sherbourne.on.ca/>
- Trans Programming at the 519. Le 519 est un centre communautaire de Toronto qui offre des programmes particuliers aux personnes appartenant à une minorité sexuelle (lesbiennes, gais, bisexuels et transsexuels) et à la communauté transgenre. Les programmes transgenres fournissent une gamme de services aux personnes à faible revenu, aux personnes marginalisées et aux personnes qui vivent dans la rue. www.the519.org/programsservices/transprograms
- Programme de santé destiné aux transgenres de Vancouver Coastal Health. Ce programme, offert à Vancouver, aide les personnes transgenres à trouver des services de santé et des services sociaux respectueux des personnes transgenres et adaptés à leur réalité. <http://transhealth.vch.ca>

Où puis-je obtenir plus d'information?

Pour savoir si une intervention psychologique peut vous aider, **consultez un psychologue agréé**. Les associations provinciales et territoriales, et certaines associations municipales offrent des services d'aiguillage. Pour connaître les noms et les coordonnées des associations provinciales et territoriales de psychologues, veuillez vous rendre à l'adresse <http://www.cpa.ca/publicfr/Unpsychologue/societesprovinciales/>.



La présente fiche d'information a été préparée pour le compte de la Société canadienne de psychologie par Jennifer Ducharme, Ph. D., psych. agréée, Université du Manitoba. Il s'agit d'une adaptation d'une version antérieure rédigée par Kevin G. Alderson, Ph.D., psych. agréé, Université de Calgary, Calgary, Alberta, et Jacqueline N. Cohen, Ph. D., psych. agréée, East Coast Forensic Hospital, Dartmouth, Nouvelle-Écosse.

Mise à jour : octobre 2015

Votre opinion est importante! Veuillez communiquer avec nous pour toute question ou tout commentaire sur les feuillets d'information de la série « *La psychologie peut vous aider* » :

factsheets@cpa.ca.

Société canadienne de psychologie
141, avenue Laurier Ouest, bureau 702
Ottawa (Ontario) K1P 5J3
Tél. : 613-237-2144
Numéro sans frais (au Canada) : 1-888-472-0657