



Revue de recherche: parcours de genre

Bienvenue à la revue de recherche du projet *Nous sommes alliés-es*. Vous trouverez ici des informations fondées sur la recherche concernant les soins d'affirmation de genre et les jeunes personnes transgenres, bispirituel·les et non binaires (T2NB). Ces ressources ont été développées afin de soutenir le projet *Nous sommes alliés-es*.

En 2023, une équipe de recherche a mené une analyse environnementale pour identifier les messages de mésinformation partagés en ligne concernant les soins d'affirmation de genre pour les jeunes personnes T2NB. L'équipe a examiné les recherches publiées pour systématiquement recueillir systématiquement des informations précises qui répondent aux messages de mésinformation courants. Ces informations ont été organisées par thème et peuvent être consultées dans cette section intitulée *Revue de recherche*. Des références sont également fournies pour les personnes souhaitant en savoir plus.

Si vous avez des questions sur l'accès aux soins d'affirmation de genre pour vous-même ou pour un être cher, nous vous encourageons à contacter un·e prestataire ou un organisme de soins de santé de confiance.

Introduction aux parcours de genre

« Parcours de genre » décrit le cheminement du genre d'une personne au fil du temps.^{1,2} Le développement humain, y compris le développement du genre, se poursuit tout au long de la vie et se réfère à la manière dont les personnes se développent et se découvrent.² L'idée du parcours de genre a été développée à partir de recherches portant sur les expériences de genre des personnes cisgenres.² Ce concept souligne que chaque personne a une compréhension individuelle de son genre en relation avec le monde.^{1,2} Pour les jeunes T2NB, le parcours de genre décrit le chemin vers une meilleure compréhension de soi en tant que personne trans, bispirituelle et non binaire.¹

Études portant sur le parcours de genre

Les sections suivantes présentent un résumé des recherches illustrant que chaque personne vit un parcours de genre individuel, valide et qui dure toute leur vie. Vous trouverez ensuite une liste d'idées pour soutenir les personnes dans leurs parcours de genre.

Les personnes peuvent explorer leur genre tout au long de leur vie

Le parcours de genre de chaque personne est différent. L'exploration de genre aide les personnes à mieux se connaître et à déterminer comment elles souhaitent interagir avec le monde qui les entoure. De nombreuses personnes sont à l'aise avec le genre qui leur a été assigné à la naissance. Cela est appelé « cisgenre ». D'autres réalisent à un moment donné ne pas être cisgenres. Pour certaines personnes, cela peut découler d'une nouvelle compréhension de soi n'impliquant pas de changements majeurs. Pour d'autres, cela peut mener à la nécessité de parler de leur genre, de trouver du soutien et, éventuellement, de faire des changements afin d'exprimer leur genre authentique. Les personnes T2NB utilisent plusieurs termes pour décrire leur genre, y compris sans s'y limiter : garçon/homme, fille/femme, non binaire, trans, bispirituel·le et genre fluide.^{3,4} Les parcours de genre prennent de nombreuses formes et représentent un processus personnel.

Beaucoup de personnes ont une compréhension claire de leur genre dès leur plus jeune âge. D'autres développent une nouvelle compréhension de leur genre à l'âge adulte. La façon dont un individu décrit ou comprend son genre peut évoluer tout au long de sa vie.³⁻⁵ En apprenant à mieux se connaître, il est fréquent d'explorer et d'élargir sa compréhension personnelle de son genre. Au fil de ce processus, les personnes peuvent constater que leur genre reste le même tout au long de leur vie, ou elles peuvent développer une nouvelle compréhension de leur genre. On peut explorer et comprendre des aspects de son genre à différents moments de leur vie.⁵⁻⁷

Les concepts d'affirmation et de transition sociale réfèrent aux étapes entreprises pour exprimer authentiquement son genre ressenti. Recevoir du soutien pendant ces étapes est important pour tout le monde, qu'il s'agisse des enfants, des jeunes ou des adultes.

L'affirmation et la transition sociale peuvent impliquer un changement de nom, de pronoms, de vêtements, de coiffures et d'autres éléments qui nous aident à exprimer son genre. Quel que soit l'âge d'une personne, utiliser son nom et ses pronoms est une marque de respect.^{8,9} Lorsqu'on affirme le genre d'un·e jeune à la maison, à l'école, au travail, au médecin et à d'autres endroits, la santé mentale et les bien-être des jeunes s'améliorent.^{7,9-14} Le soutien parental et familial est donc directement lié au bien-être, présent et futur, des jeunes T2NB.¹⁵

À différents moments, certain·es jeunes et certain·es adultes auront besoin de traitements médicaux afin d'affirmer leur genre. Bien que plusieurs jeunes T2NB ne souhaitent pas utiliser les bloqueurs de puberté ou l'hormonothérapie, il est important que les options thérapeutiques soient connues et accessibles aux jeunes et leurs parents.¹⁶ Les professionnel·les de la santé jouent un rôle important en veillant au bon soutien des jeunes lorsque vient le temps de se renseigner sur ces soins et d'y accéder.⁸ Connaître et prendre en considération les traitements médicaux d'affirmation de genre est une partie importante du parcours de l'identité de genre d'une personne.



Comprendre et échanger sur le genre

La seule façon de connaître le genre d'une personne, c'est de s'en informer. déterminer le genre d'une personne à partir de ses vêtements, de ses cheveux ou de son apparence. Les pronoms utilisés par une personne peuvent être liés à son identité de genre, mais ils ne la révèlent pas nécessairement (par exemple, une personne non binaire peut être plus à l'aise d'utiliser les pronoms il ou elle). Nous ne pouvons pas toujours connaître le genre d'une personne, et c'est normal. Il est important de se pratiquer et d'adopter un langage inclusif et d'éviter les suppositions sur le genre et les pronoms des autres.^{9,17}

Du temps peut s'écouler entre le moment où une personne comprend son genre et où elle se sent à l'aise de le partager. L'identité de genre est parfois considérée comme étant « interne », car un individu comprend son genre en réfléchissant à ses expériences.³⁻⁵ L'exploration du genre peut impliquer l'apprentissage des idées concernant le genre et des concepts similaires au sein de sa ou ses cultures. L'expression de genre ou le partage de son genre est souvent considéré comme étant « externe », car il s'agit des moyens par lesquels on exprime notre genre. Par exemple, on peut exprimer son genre avec les mots, les vêtements, les cheveux, les accessoires et d'autres signes correspondant au concept culturel du genre. Les personnes comprennent souvent leur genre bien avant d'être prêtes à le partager avec d'autres personnes.^{18,19}

Les enfants et les adolescent-es ne disposent pas toujours du vocabulaire nécessaire pour partager leur compréhension de leur genre. Bien que certains enfants aient le vocabulaire pour décrire leur genre dès un très jeune âge, d'autres peuvent avoir un sentiment général que quelque chose est « différent » par rapport à leur genre, sans avoir les mots pour l'exprimer.¹⁸ Découvrir qu'il existe des personnes trans et que la diversité de genre fait naturellement partie de l'expérience humaine est essentiel pour donner plus de place à cette compréhension.⁵

On peut attendre longtemps avant de parler de son genre. Certaines personnes attendent d'être entourées de personnes de confiance. D'autres vont peut-être faire part de leur identité de genre et recevoir des réactions négatives ou peu encourageantes, ce qui les mène à garder le silence jusqu'à plus tard dans leur vie.⁵

Comment soutenir le parcours de genre d'un individu

- Créez des espaces propices à l'apprentissage et la compréhension de la diversité de genre pour tous·tes les jeunes. Accueillez l'incertitude tout au long du parcours.
- Faites confiance aux jeunes et laissez-les partager et approfondir leur compréhension de soi et de leur genre à vos côtés.
- Créez des espaces sécuritaires avant même que les jeunes soient prêt·es à parler de leur genre. Demandez aux jeunes quel type de soutien ils ou elles ont besoin de votre part.
- Demandez quels noms et pronoms les personnes souhaitent que vous utilisez. Rappelez-vous que certaines personnes utilisent un nom et des pronoms spécifiques uniquement dans des espaces où elles se sentent en sécurité et soutenues.
- Gardez les informations concernant le genre d'une personne confidentielles à moins que vous ayez l'autorisation de les partager. Laissez les jeunes gérer le partage de ces informations.
- Informez-vous au sujet des ressources inclusives disponibles et des groupes qui soutiennent l'affirmation de genre, et partagez ces informations. Utilisez un langage inclusif. Faites preuve d'ouverture à la rétroaction.
- Soyez disponible pour écouter et soutenir les jeunes qui rencontrent des défis.
- Célébrez avec les jeunes tout au long de leur parcours de genre.

Références

1. Understanding Gender Identity. [Comprendre l'identité de genre.] Cleveland Clinic. Consultation 12 avril 2024. <https://health.clevelandclinic.org/what-is-gender-identity>
2. O'Neil JM, Egan J, Owen SV, Murry VM. The gender role journey measure: Scale development and psychometric evaluation. [L'échelle du parcours des rôles de genre : élaboration et évaluation psychométrique.] *Sex Roles*. 1993;28(3):167-185. doi:10.1007/BF00299279
3. Katz-Wise SL, Budge SL, Fugate E, et al. Transactional pathways of transgender identity development in transgender and gender-nonconforming youth and caregiver perspectives from the Trans Youth Family Study. [Parcours transactionnels du développement de l'identité transgenre chez les jeunes trans et non conformes dans le genre et perspectives des aidant-es dans l'étude Trans Youth Family Study.] *Int J Transgenderism*. 2017;18(3):243-263. doi:10.1080/15532739.2017.1304312
4. Kuper LE, Wright L, Mustanski B. Gender identity development among transgender and gender nonconforming emerging adults: An intersectional approach. [Développement de l'identité de genre chez les jeunes adultes trans et non conformes dans le genre : une approche intersectionnelle.] *Int J Transgenderism*. 2018;19(4):436-455. doi:10.1080/15532739.2018.1443869
5. Pullen Sansfaçon A, Medico D, Suerich-Gulick F, Temple Newhook J. "I knew that I wasn't cis, I knew that, but I didn't know exactly": Gender identity development, expression and affirmation in youth who access gender affirming medical care. [« Je savais que je n'étais pas cis, je le savais, mais je ne savais pas exactement » : développement, expression et affirmation de l'identité de genre chez les jeunes ayant recours aux soins médicaux affirmant le genre.] *Int J Transgender Health*. 2020;21(3):307-320. doi:10.1080/26895269.2020.1756551
6. Olson KR, Durwood L, Horton R, Gallagher NM, Devor A. Gender identity 5 years after social transition. [Identité de genre cinq ans après une transition sociale.] *Pediatrics*. 2022;150(2):1-7. doi:10.1542/peds.2021-056082
7. Durwood L, Kuvalanka KA, Kahn-Samuels S, et al. Retransitioning: The experiences of youth who socially transition genders more than once. [Retransition : expériences des jeunes ayant effectué plus d'une transition sociale de genre.] *Int J Transgender Health*. 2022;23(4):409-427. doi:10.1080/26895269.2022.2085224
8. Coleman E, Radix AE, Bouman WP, et al. Standards of Care for the Health of Transgender and Gender Diverse People, Version 8. [Normes de soins pour la santé des personnes transgenres et de genre divers, version 8.] *Int J Transgender Health*. 2022;23(sup1):S1-S259. doi:10.1080/26895269.2022.2100644
9. Weinhardt LS, Xie H, Wesp LM, et al. The Role of Family, Friend, and Significant Other Support in Well-Being Among Transgender and Non-Binary Youth. [Le rôle du soutien de la famille, des ami-es et des partenaires dans le bien-être des jeunes trans et non binaires.] *J GLBT Fam Stud*. 2019;15(4):311-325. doi:10.1080/1550428X.2018.1522606
10. Thoma BC, Jardas E, Choukas-Bradley S, Salk RH. Perceived Gender Transition Progress, Gender Congruence, and Mental Health Symptoms Among Transgender Adolescents. [Perception de la progression de la transition de genre, congruence de genre et symptômes de santé mentale chez les adolescent-es transgenres.] *J Adolesc Health*. 2023;72(3):444-451. doi:10.1016/j.jadohealth.2022.09.032
11. Fontanari AMV, Vilanova F, Schneider MA, et al. Gender Affirmation Is Associated with Transgender and Gender Nonbinary Youth Mental Health Improvement. [L'affirmation de genre est associée à une amélioration de la santé mentale des jeunes trans et non binaires.] *LGBT Health*. 2020;7(5):237-247. doi:10.1089/lgbt.2019.0046
12. Warwick RM, Shumer DE. Gender-affirming multidisciplinary care for transgender and non-binary children and adolescents. [Soins multidisciplinaires affirmant le genre pour les enfants et adolescent-es trans et non binaires.] *Child Health Care*. 2023;52(1):91-115. doi:10.1080/02739615.2021.2004146
13. Schimmel-Bristow A, Haley SG, Crouch JM, et al. Youth and caregiver experiences of gender identity transition: A qualitative study. [Expériences des jeunes et des aidant-es lors de la transition d'identité de genre : une étude qualitative.] *Psychol Sex Orientat Gen Divers*. 2018;5(2):273-281. doi:10.1037/sgd0000269
14. Sherer I, Hanks M. Affirming Pediatric Care for Transgender and Gender Expansive Youth. [Soins pédiatriques affirmant le genre pour les jeunes trans et de genre expansif.] *Pediatr Ann*. 2021;50(2). doi:10.3928/19382359-20210115-01
15. Olson KR, Durwood L, DeMeules M, McLaughlin KA. Mental Health of Transgender Children Who Are Supported in Their Identities. [Santé mentale des enfants trans soutenus dans leurs identités.] *Pediatrics*. 2016;137(3):e20153223. doi:10.1542/peds.2015-3223
16. Ashley F. Thinking an ethics of gender exploration: Against delaying transition for transgender and gender creative youth. [Penser une éthique de l'exploration du genre : contre le retardement de la transition pour les jeunes transgenres et créatifs-ves dans le genre.] *Clin Child Psychol Psychiatry*. 2019;24(2):223-236. doi:10.1177/1359104519836462

17. Hunt L, Vennat M, Waters JH. Health and Wellness for LGBTQ. [Santé et bien-être pour les personnes LGBTQ.] *Adv Pediatr*. 2018;65(1):41-54. doi:10.1016/j.yapd.2018.04.002

18. Kennedy N. Deferral: The sociology of young trans people's epiphanies and coming out. [En différé : la sociologie des épiphanies et des coming-outs des jeunes trans.] *J LGBT Youth*. 2020;19(1):53-75. doi:10.1080/19361653.2020.1816244

19. Turban JL, Dolotina B, Freitag TM, King D, Keuroghlian AS. Age of realization and disclosure of gender identity among transgender adults. [Âge de la prise de conscience et de la divulgation de l'identité de genre chez les adultes transgenres.] *J Adolesc Health*. 2023;72(6):852-859. doi:10.1016/j.jadohealth.2023.01.023