

Compréhension de l'identité et de l'expression des personnes transgenres ou d'une diversité de genres

« Lorsque tu n'es pas toi-même, tu deviens triste et déprimé. Je suis heureux de l'avoir dit à tout le monde » [*traduction libre*] (Wren Kauffman, cité dans Purdy).

Il importe que les éducateurs, le personnel scolaire, le personnel des divisions, les élèves et les parents ou tuteurs comprennent ce que signifient et ce qui distingue les identités et les expressions associées aux personnes transgenres ou d'une diversité de genres. L'essentiel de l'information est présenté ci-dessous sous la forme d'un résumé des questions fréquemment posées et de leurs réponses. (Pour obtenir d'autres définitions de termes, consultez le [Glossaire](#). Pour obtenir des renseignements supplémentaires, une liste de ressources figure à l'[annexe B : Ressources sélectionnées en versions électronique et papier](#)).

Questions fréquemment posées

Quelle est la différence entre le sexe biologique, l'identité de genre et l'expression de genre?

Les termes *sexe* et *genre* sont souvent considérés comme interchangeables, mais ils désignent deux réalités distinctes :

- *Le sexe* fait référence aux organes génitaux et reproducteurs et à d'autres caractéristiques biologiques telles que la prévalence des chromosomes et des hormones. Ces particularités anatomiques, généralement assignées à la naissance, définissent une personne en tant qu'homme ou femme, garçon ou fille, d'un point de vue biologique. (Il convient de noter que divers facteurs peuvent contribuer au développement, chez certains enfants, de caractéristiques sexuelles atypiques appelées collectivement *conditions intersexes*.)
- *Le genre* désigne généralement la perception qu'a une personne de son identité sexuelle, indépendamment de ses caractéristiques biologiques. L'identité de genre et l'orientation sexuelle sont deux concepts distincts. Selon l'American Psychological Association (APA), le genre est une construction sociale et culturelle qui renvoie aux rôles, aux comportements, aux activités et aux caractéristiques qu'un groupe social ou culturel donné considère comme « appropriés » pour une femme ou pour un homme. Les conceptions et constructions de genre ont une incidence considérable sur la manière dont une personne se comporte, interagit et se perçoit. Bien qu'il existe des similitudes dans les aspects caractérisant le sexe biologique entre les différentes sociétés et cultures, les conceptions de ce qu'est le genre peuvent varier considérablement (APA, *Réponses 1*).

* Source : Certaines des réponses aux questions sont tirées du document suivant :

AMERICAN PSYCHOLOGICAL ASSOCIATION, *Answers to Your Questions about Transgender People, Gender Identity and Gender Expression*, Washington, DC : American Psychological Association, 2011, 2014. Accessible en ligne à www.apa.org/topics/lgbt/transgender.aspx (3 mai 2016). Copyright © 2011, American Psychological Association. Mis jour en 2014.



Toute personne a une *identité de genre* qui désigne la manière personnelle, intime ou intrinsèque dont elle pense se situer sur le continuum du spectre des identités de genre, c'est-à-dire comme étant de sexe masculin ou féminin, transgenre, bispirituelle, intergenre, bigenre, de genre fluide, transsexuelle, de genre créatif, pangendre, homme ou garçon trans, femme ou fille trans, indépendante dans l'expression du genre, sans genre, en transition homme vers femme, en transition femme vers homme, intersexuée ou autre. (Voir le [Glossaire](#) pour les définitions de quelques-unes de ces identités.)

Par *expression de genre*, on entend la manière dont une personne communique, montre ou « exprime » sa conception personnelle de son identité de genre, que ce soit par ses comportements, son habillement, sa façon de faire sa toilette, sa voix ou ses caractéristiques corporelles (APA, *Questions 1*). Certains chercheurs suggèrent que l'identité de genre d'une personne est formée dès l'âge de trois ans (Ryan, *Supportive families*). L'identité et l'expression de genre de la plupart des gens sont en adéquation avec leur sexe biologique/anatomique (cisgenre) et avec les attentes sociétales qui leur dictent comment être et se comporter. Or, l'identité de genre d'une personne ne correspond pas toujours à son sexe biologique ou anatomique.

Pronoms personnels

Dans le présent document, les pronoms désignant les élèves affichant des identités et expressions d'une diversité de genres sont employés conformément aux principes de la rédaction épiciène.

Le genre, tout comme l'orientation sexuelle, est pluriel et englobe de multiples identités. Aussi le genre peut-il être associé aux trois aspects suivants (spectre du genre) :

- biologie/anatomie;
- perception de soi (identité de genre);
- extériorisation de soi par l'habillement et les comportements (expression de genre).

Quelle est la différence entre l'identité de genre et l'orientation sexuelle?

L'*orientation sexuelle* désigne « l'attirance physique, romantique ou émotionnelle qu'une personne éprouve envers une autre personne » [*traduction libre*] (APA, *Réponses 2*). L'*identité de genre*, quant à elle, renvoie à la manière dont une personne se perçoit et s'identifie sur le spectre des identités de genre, comme nous l'avons mentionné plus tôt.

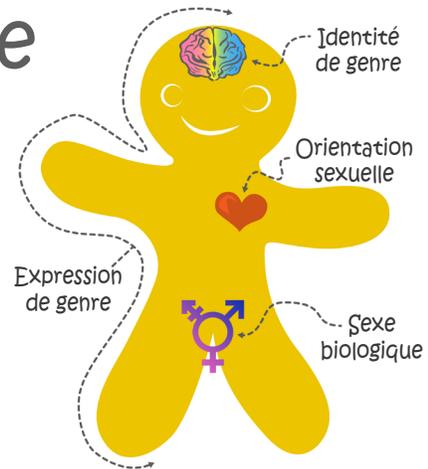
Comme les personnes cisgenres, les personnes transgenres peuvent avoir diverses orientations sexuelles. Ces dernières peuvent être hétérosexuelles, lesbiennes, gaies ou asexuées. L'APA traite ainsi de la relation entre l'identité de genre et l'orientation sexuelle :

Des recherches ont récemment montré qu'un changement relatif à l'attirance sexuelle ou une période d'exploration sexuelle peuvent survenir au cours du processus de transition. Toutefois, les personnes transgenres continuent généralement d'éprouver des sentiments pour les personnes qu'elles aimaient avant leur transition une fois celle-ci terminée. Les personnes transgenres définissent généralement leur orientation sexuelle en se basant sur le genre auquel elles s'identifient. Par exemple, une femme transgenre, une femme ayant effectué une transition depuis un corps dont le sexe assigné à la naissance n'était pas féminin, se définira en tant que lesbienne ou femme gaie si elle est attirée par les femmes. De la même façon, un homme transgenre, un homme ayant effectué une transition depuis un corps dont le sexe assigné à la naissance n'était pas masculin, se définira comme gai s'il est attiré par les hommes [*traduction libre*] (APA, *Réponses 2*).



Personne Gingenre

La « Personne gingenre » est un outil qui permet de comprendre les distinctions entre l'identité de genre, l'expression de genre, le sexe biologique et l'orientation sexuelle selon le spectre des possibilités de chacun de leurs aspects. (Ce schéma est une adaptation de la version traduite par la Fédération canadienne des étudiant-e-s du « Genderbread Person » par Sam Killermann.)



Comment vous, dans votre esprit, définissez votre genre selon votre conformité (ou non-conformité) à ce que vous pensez être les options de votre genre.



La manière dont vous manifestez votre genre par vos actions, votre habillement et votre attitude, et comment ces manifestations sont interprétées selon les normes de genre.



Les caractéristiques sexuelles à votre naissance et pendant votre croissance incluant les organes sexuels, la forme du corps, le ton de la voix, la pilosité, les hormones, les chromosomes, etc.



À qui vous êtes physiquement, spirituellement et émotionnellement attiré, en fonction de leur sexe et genre par rapport au vôtre.

Sexe (Biologie/Corps)	Genre (Culture)	Orientation sexuelle (Attirance/Relation)
<ul style="list-style-type: none"> Chromosomes, organes génitaux et reproducteurs, caractéristiques sexuelles secondaires 	<ul style="list-style-type: none"> Expression de genre Identité de genre Rôles de genre Cisgenre/transgenre 	<ul style="list-style-type: none"> Gai, lesbienne, hétérosexuel, bisexuel, asexuel, pansexuel, etc.



Que signifie le terme transgenre?

Transgenre (ou *trans*) est un terme générique utilisé pour les personnes dont l'identité ou l'expression de genre n'est pas conforme à celle qui est généralement (socialement et culturellement) associée au sexe qui leur a été assigné à la naissance (le sexe indiqué sur leur certificat de naissance) (APA, *Réponses 1*). Ce terme générique regroupe les personnes d'une diversité de genres qui se définissent comme étant de sexe masculin ou féminin, bispirituelles, intergenres, bigenres, de genre fluide, transsexuelles, de genre créatif, pangénres, homme ou garçon trans, femme ou fille trans, indépendantes dans l'expression du genre, sans genre, en transition homme vers femme, en transition femme vers homme, intersexuées ou autre.

Le concept de transgenre n'est pas nouveau; historiquement, « les personnes transgenres ont été documentées dans de nombreuses cultures et sociétés autochtones, occidentales et orientales de l'Antiquité à nos jours. Toutefois, le sens de non-conformité de genre peut varier [dans le temps] et de culture en culture » [*traduction libre*] (APA, *Réponses 1*).

Nombre de cultures et de peuples traditionnels ont embrassé la diversité des genres en Amérique du Nord et dans d'autres parties du monde. Certaines de ces cultures avaient même des mots pour désigner les multiples formes non conformes au binarisme homme-femme. Dans certaines traditions, les personnes qui incarnent des caractéristiques considérées comme étant à la fois masculines et féminines ou qui affichaient un éventail d'expressions de genre se voyaient souvent attribuer des rôles particuliers au sein de leur collectivité. Très vénérées et respectées dans leur collectivité, ces personnes étaient souvent des chefs, des guérisseurs et des chamans.

Comment et quand une personne sait-elle qu'elle est transgenre?

À cette question, l'APA répond ce qui suit. :

Les personnes transgenres vivent leur identité transgenre d'une variété de façons et peuvent prendre conscience de leur identité transgenre à tout âge. Certaines personnes transgenres disent que leurs identités et sentiments transgenres remontent à leurs plus anciens souvenirs. Elles peuvent avoir la vague impression de « ne pas bien cadrer » avec les personnes du sexe qui leur a été assigné à la naissance ou souhaiter ardemment appartenir à l'autre sexe. D'autres prennent conscience de leurs identités transgenres ou commencent à explorer et à expérimenter des attitudes et des comportements non conformes aux normes de genre à l'adolescence ou plus tard dans la vie. Certaines acceptent d'être transgenres, tandis que d'autres éprouvent des sentiments de honte ou de confusion à cette idée. Celles qui font la transition plus tard dans la vie peuvent avoir eu du mal à s'intégrer adéquatement dans un corps dont le sexe assigné à la naissance n'est pas celui qu'elles souhaitaient avoir et finissent par se sentir plus tard très insatisfaites de leur vie. Certaines personnes transgenres, les personnes transsexuelles en particulier, éprouvent une insatisfaction intense à l'égard du genre qui leur a été assigné à la naissance, de leurs caractéristiques sexuelles physiques ou du rôle de genre correspondant à ces caractéristiques. Ces personnes cherchent souvent à s'affirmer en ayant recours à une réassignation sexuelle [*traduction libre*] (APA, *Réponses 2*).

Chez les personnes de tout âge (enfants, adultes), la conformité aux normes du genre varie selon un continuum allant d'une variance nulle, où l'identité de genre et le sexe biologique (assigné à la naissance) concordent, à une variance élevée, où les personnes vivent une douleur affective extrême en raison de la non-concordance entre leur sexe



biologique (assigné à la naissance) et leur identité de genre. Certains jeunes disent se sentir *ni homme ni femme*, tandis que d'autres affirment qu'ils se sentent *à la fois homme et femme*.

Parmi tous les jeunes dont le genre est autre, relativement peu vivent une détresse intense ou éprouvent des sentiments de détresse à l'égard de leur identité. Cependant, les jeunes qui vivent une grande insatisfaction et éprouvent des sentiments de détresse sont souvent les plus à risque dans les écoles.

« Ma fille est transgenre. Elle est sortie du placard et elle en est fière. La communauté l'adore. Tout se passe bien pour elle à l'école et les autres élèves l'aiment » [traduction libre] (parent, cité dans Paul).

Qu'entend-on par dysphorie de genre?

L'expression dysphorie de genre est définie à la fois par la World Professional Association for Transgender Health (WPATH), dans *Standards of Care (SOC) for the Health of Transsexual, Transgender, and Gender-Nonconforming People, Version 7* (Coleman et al.) et par l'American Psychiatric Association, dans *Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux (DSM-5)*. Les deux documents soulignent que le fait d'être une personne transgenre ou d'une diversité de genres relève de la diversité humaine et non d'une pathologie. La *dysphorie de genre* peut être diagnostiquée lorsque des personnes éprouvent une *incongruité* persistante et [traduction] « un inconfort ou une détresse intense causée par une discordance entre leur identité de genre et le sexe qui leur a été assigné à la naissance (et les rôles de genre ou des caractéristiques sexuelles primaires et secondaires s'y rattachant) » [traduction libre] (Coleman et al.⁵).

De nombreux obstacles peuvent se dresser devant les personnes transgenres et nuire à leur bien-être et les amener à éprouver de la détresse. Parmi eux, mentionnons un manque d'acceptation au sein de la société, une discrimination directe ou systémique ou de la violence. En raison de ces expériences négatives, de nombreuses personnes transgenres présentent des taux d'anxiété, de dépression ou de troubles apparentés plus élevés que les personnes cisgenres.

« Beaucoup de personnes transgenres acceptent leur identité de genre sans éprouver le moindre sentiment de détresse ou d'incapacité, et l'affirmation de leur identité de personnes transgenres ne relève pas chez elles d'un trouble mental ou psychologique » [traduction libre] (APA, Réponses 3).



Les éducateurs doivent être conscients du fait que les enfants au genre créatif ou dont le comportement n'est pas considéré comme étant conforme aux normes de genre ne choisiront pas tous d'amorcer un processus de transition. Les recherches cliniques révèlent que la [traduction] « dysphorie de genre et l'identification à l'autre sexe persistent jusqu'à l'âge adulte dans jusqu'à 27 % des cas, les personnes nées au féminin étant plus susceptibles de continuer de s'identifier à l'autre sexe que les personnes nées au masculin » [traduction libre] (Meier et Harris¹).

Incidence pour les éducateurs

Pour les éducateurs, cela signifie que l'enfance et l'adolescence devraient être considérées comme étant des périodes critiques de la formation de l'identité durant lesquelles le genre et la sexualité sont des réalités fluides, puisque leurs expressions sont appelées à changer fréquemment à mesure que les enfants et les jeunes se développent et grandissent. Le problème ne réside pas dans cette fluidité ni dans la nature changeante de l'expression de genre et de l'identité sexuelle. Il se situe plutôt dans l'urgence et l'ampleur que représente la rigidité des stéréotypes liés aux rôles de sexe et de genre qui limitent l'expression naturelle par les enfants de leur genre.

Plus les éducatrices et éducateurs font des efforts pour briser les stéréotypes liés aux rôles de sexe et les normes régissant les comportements masculins et féminins, plus leurs classes seront inclusives pour tous les élèves qui se questionnent sur leur genre et qui explorent les différentes facettes de leur identité (Luecke). Briser et éradiquer les stéréotypes pour libérer les élèves du carcan de leur genre est essentiel à la création d'écoles inclusives. De cette façon, les éducateurs peuvent créer un espace où tous les élèves ont leur place, y compris ceux qui ne cadrent pas avec les normes sociales et culturelles dominantes, et où ils peuvent recevoir un soutien et se sentir valorisés pour ce qu'ils sont et non pour ce que la société voudrait qu'ils soient.

Les comportements et les expressions de genre non conforme sont très répandus chez les jeunes enfants, ceux-ci étant rapportés chez environ 23 % des garçons et 39 % des filles. Jusqu'à présent, les recherches révèlent que l'adoption de comportements et d'expressions de genre non conforme par les jeunes enfants ne veut pas dire que ces derniers deviendront des adultes transgenres. Toutefois, des études montrent que certains enfants affichant des comportements et des expressions de genre non conforme deviennent effectivement gais, lesbiens ou bisexuels en vieillissant. Plusieurs études ont révélé des liens entre les premiers comportements de genre non conforme et l'attraction ultérieure pour des personnes du même sexe. Malgré cela, les enfants courent un risque élevé d'effets néfastes sur la santé s'ils ne grandissent pas dans un milieu qui les soutient et qui est propice à l'affirmation de leur identité sexuelle. Si les professionnels et les parents peuvent amener ou exhorter les jeunes à changer la façon dont ils expriment leur genre, ils ne peuvent changer la perception intime qu'ils ont d'eux-mêmes. Le manque d'affirmation et la pression exercée sur eux pour qu'ils changent leur identité ou leur expression de genre ont des conséquences négatives importantes sur leur santé mentale, y compris des taux d'idéation suicidaire élevés (Sherer et al.¹⁶).

