



Les conséquences négatives des thérapies de conversion et les ressources pour obtenir de l'aide

Qu'est-ce qu'une thérapie de conversion ?

Les thérapies de conversion sont des interventions visant à changer l'orientation sexuelle, l'identité de genre ou l'expression de genre d'une personne, ou encore, à réprimer les comportements sexuels non hétérosexuels¹.

Les conséquences négatives des thérapies de conversion

Plusieurs études² ont révélé que les thérapies de conversion entraînent des effets délétères sur la santé physique et mentale des personnes qui y ont participé :

- vision négative de soi,
- perte de confiance en soi,
- sentiment de honte,
- détresse psychologique,
- symptômes dépressifs et anxieux,
- mauvaise estime de soi,
- idées suicidaires et tentatives de suicide,
- problèmes de toxicomanie,
- difficultés relationnelles et sexuelles,
- cauchemars,
- comportements autodestructeurs,
- diminution de la durée de vie.

Les études laissent suggérer que les thérapies de conversion ont des effets à long terme³. Souvent, ces pratiques arrivent à un jeune âge, ce qui peut compromettre la trajectoire psychodéveloppementale de l'enfant. Ainsi, les personnes survivantes de thérapies de conversion peuvent abandonner l'école et vivre les conséquences négatives du décrochage scolaire sur leur insertion socioéconomique et en emploi⁴.

Plusieurs ordres professionnels au Québec et au Canada, notamment l'Ordre des sexologues du Québec, l'Ordre des psychologues du Québec, la Société canadienne de pédiatrie et l'Association canadienne des travailleuses et travailleurs sociaux, ainsi que de nombreuses organisations internationales comme les Nations Unies, l'Organisation mondiale de la Santé, l'Association mondiale de psychiatrie, la Human Rights Campaign et Amnistie internationale discréditent les thérapies de conversion et reconnaissent les conséquences néfastes qu'elles ont sur la santé⁵.

¹ Éducaloi (2021, 3 mars). *Personnes LGBTQ+ : des protections contre les pratiques de conversion*. <https://educaloi.qc.ca/actualites-juridiques/personnes-lgbtq-protections-conversion/>

² Ashley, F. (2020). « Homophobia, Conversion Therapy, And Care Models for Trans Youth: Defending the Gender-Affirmative Approach », *Journal of LGBT Youth*, 17(4), 361-383.
 Forsythe, A., Pick, C., Tremblay, G., Malaviya, S., Green, A. et Sandman, K. (2022). « Humanistic And Economic Burden of Conversion Therapy Among LGBTQ Youths in the United States », *Jama Pediatrics*, 176(5), 493-493.
 Meanley, S., Haberman, S. A., Okafor, C. N., Brown, A., Brennan-Ing, M., Ware, D., Egan, J. E., Teplin, L. A., Bolan, R. K., Friedman, M. R. et Plankey, M. W. (2020). « Lifetime Exposure to Conversion Therapy And Psychosocial Health Among Midlife And Older Adult Men Who Have Sex with Men », *The Gerontologist*, 60(7), 1291-1302.
 Ryan, C., Toomey, R. B., Diaz, R. M. et Russell, S. T. (2020). « Parent-Initiated Sexual Orientation Change Efforts with LGBT Adolescents: Implications for Young Adult Mental Health And Adjustment », *Journal of Homosexuality*, 67(2), 159-173.
 Saulnier, A., Gadbois, J. et Tremblay, L.-F. (2018). *Qui veut « guérir » l'homosexualité ? Les pratiques de réorientation sexuelle au Québec*, Mémoire présenté par l'Alliance Arc-en-ciel de Québec.

³ Turban, J. L., Beckwith, N., Reisner, S. L. et Keuroghlian, A. S. (2020). « Association between Recalled Exposure to Gender Identity Conversion Efforts And Psychological Distress And Suicide Attempts Among Transgender Adults », *Jama Psychiatry*, 77(1), 68-76.

⁴ Ryan, et al. (2020). *Op. cit*

⁵ Schiavo, N. (2020). *Mettre fin à la torture : Interdiction des pratiques de thérapie de conversion au Canada*, No Conversion Canada. <https://www.ourcommons.ca/Content/Committee/432/JUST/Brief/BRI1028515/br-external/NoConversionCanada-10351592-f.pdf>

Stratégies de rétablissement⁶

- **S'intégrer dans des communautés LGBTQ+** : Le sentiment d'appartenance aux communautés LGBTQ+ favorise la résilience des personnes survivantes de thérapies de conversion. Le fait d'obtenir du soutien de la part d'autres personnes issues de la diversité sexuelle et de genre peut contribuer à leur mieux-être.
- **Suivre une thérapie affirmative** : Cette thérapie doit respecter et valider l'orientation sexuelle, l'identité de genre et l'expression de genre plutôt que tenter de les modifier.
- **Consulter des professionnels et professionnelles de la santé connaissant les enjeux LGBTQ+**.
- **Trouver des communautés religieuses inclusives et respectueuses** de la diversité sexuelle et de genre (pour les personnes LGBTQ+ ayant des valeurs religieuses qui souhaitent concilier leur foi avec leur orientation sexuelle, leur identité de genre et leur expression de genre).

Des ressources pour les personnes LGBTQ+

- **Interligne** offre une ligne d'écoute, un suivi individuel et du soutien juridique au besoin. L'organisme a aussi répertorié les ressources qui existent pour les personnes LGBTQ+, notamment les services qui se trouvent à l'extérieur des grands centres urbains.
- L'organisation **ASTT(e)Q** donne du soutien aux personnes trans. L'organisme **ATQ** offre aussi des services aux personnes trans, dont une ligne d'écoute et des groupes de soutien en ligne.
- L'organisme **Projet 10** fournit un service d'accompagnement pour les jeunes LGBTQ+.
- **Le Centre de santé Meraki** offre du soutien aux parents d'enfants créatifs dans le genre.

Les communautés religieuses inclusives au Québec

À Montréal :

- la mosquée el-Tawhid Juma Circle : Montreal Unity,
- le temple juif Emanu-El Beth Sholom,
- l'église unie Saint-Jean,
- l'église unie Saint-James,
- la cathédrale Christ Church,
- l'église Saint-Pierre-Apôtre.

À Québec :

- l'église unie Saint-Pierre.

À Saint-Damase :

- l'église unie Pinguet.

À Sutton :

- l'église Grace Church.

Les personnes qui se trouvent hors de ces villes peuvent contacter leur congrégation pour trouver des informations sur les lieux de culte ouverts à la diversité sexuelle et de genre dans leur région.

Il est également possible de consulter Find an affirming church (https://www.gaychurch.org/find_a_church/). Ce site (disponible seulement en anglais) permet de faire une recherche d'églises inclusives en fonction du code postal.

Autres ressources à consulter : <https://www.quebec.ca/famille-et-soutien-aux-personnes/violences/homophobie-transphobie/therapies-conversion>

⁶ Dromer, É. *Overcoming conversion therapy: A Qualitative Investigation of Experiences of Survivors* [mémoire de maîtrise, Université de Montréal]. Papyrus. https://papyrus.bib.umontreal.ca/xmlui/bitstream/handle/1866/26217/Dromer_Elisabeth_2021_Memoire.pdf. Sullivan, J, Archibald, R. et Kwag, M. (2022, janvier). SOGIECE/CT Survivor Support Project: Findings from a National Survey, Focus Groups, and Interviews with Hundreds of Survivors, 2021-22, Community-Based Research Centre (CBRC).