



# Approches et pratiques affirmatives de l'orientation sexuelle, de l'identité et de l'expression de genre (OSIEG)

## Qu'est-ce qu'une approche affirmative de l'orientation sexuelle ou du genre ?

Les pratiques affirmatives, aussi appelées pratiques d'affirmation, respectent l'orientation sexuelle ainsi que l'identité et l'expression de genre (OSIEG) des personnes. Elles visent à les accompagner dans l'exploration, l'acceptation ou l'affirmation de leur orientation sexuelle, de leur identité de genre ou de leur expression de genre<sup>1</sup>. Ces pratiques prennent acte du consensus scientifique et médical sur le fait que la diversité de genre (la modalité de genre trans ou les identités de genre non binaires) comme la diversité sexuelle (par exemple, l'homosexualité, la bisexualité ou la pansexualité) sont des variations normales de la sexualité et du genre et qu'elles ne constituent pas des troubles mentaux<sup>2</sup>.

**Les approches affirmatives sont respectueuses de l'intégrité et de la dignité des personnes LGBTQ+.** Les approches affirmatives se distinguent radicalement des approches de conversion (parfois appelées correctives ou réparatrices), qui visent plutôt à réprimer l'OSIEG d'une personne afin qu'elle devienne hétérosexuelle et cisgenre (c'est-à-dire, qu'elle développe une identité de genre conforme à celle qui lui a été assignée à la naissance). Ces pratiques ont été jugées non fondées scientifiquement, non éthiques et nuisibles par plusieurs organisations, parmi lesquelles on compte de nombreux ordres et associations professionnels au Québec (Ordre des sexologues du Québec, Ordre des psychologues du Québec), au Canada (Société canadienne de pédiatrie, Association canadienne des travailleuses et travailleurs sociaux) ainsi que dans le monde (Organisation mondiale de la Santé, Association mondiale de psychiatrie, Nations Unies, Amnistie internationale, etc.)<sup>3</sup>.

## Les lois québécoises et canadiennes interdisent les thérapies de conversion

Au Québec, la loi consacre désormais le principe que toute personne, qu'elle soit mineure ou majeure, a le droit d'être ce qu'elle est, d'exprimer son orientation sexuelle et son identité de genre propres, ainsi que l'expression de genre qui lui convient. La loi établit que les thérapies de conversion portent atteinte au droit à l'intégrité et à la dignité des personnes qui les subissent. Au Québec et au Canada, il est illégal de faire la promotion ou la publicité des thérapies de conversion, de tirer un profit d'une thérapie de conversion (que ce soit en argent ou autrement), de faire en sorte qu'une personne mineure suive une thérapie de conversion dans un autre pays (même si c'est légal dans ce pays) et de demander à une personne qu'elle offre une thérapie de conversion à quelqu'un.

- <sup>1</sup> 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.
- Pachankis, J. E., Soullard, Z. A., Morris, F., & van Dyk, I. S. (2023). « A Model for Adapting Evidence-Based Interventions To Be LGBTQ-Affirmative: Putting Minority Stress Principles And Case Conceptualization into Clinical Research And Practice », *Cognitive and Behavioral Practice*, 30(1), 1-17.
- <sup>2</sup> American Psychology Association. (2021). *APA Resolution on Gender Identity Change Efforts*. <https://www.apa.org/about/policy/resolution-gender-identity-change-efforts.pdf>
- Coleman, E., Radix, A. E., Bouman, W. P., Brown, G. R., de Vries, A. L. C., Deutsch, M. B., Ettner, R., Fraser, L., Goodman, M., Green, J., Hancock, A. B., Johnson, T. W., Karasic, D. H., Knudson, G. A., Lebowitz, S. F., Meyer-Bahlburg, H. F. L., Monstrey, S. J., Motmans, J., Nahata, L., ... De Cuypere, G. (2022). « Standards of Care for the Health of Transgender And Gender Diverse People », version 8, *International Journal of Transgender Health*, 23, 259. Disponible en français : [https://www.wpath.org/media/cms/Documents/SOC%20v7/SOC%20V7\\_French.pdf](https://www.wpath.org/media/cms/Documents/SOC%20v7/SOC%20V7_French.pdf)
- 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/BR11028515/br-external/NoConversionCanada-10351592-f.pdf>
- <sup>3</sup> Schiavo, N. (2020). *Op. cit.*

Toute personne qui commet ces gestes peut faire l'objet d'accusations et est passible d'une amende ou d'une peine de prison. Les thérapies de conversion, de correction ou de réparation sont aussi illégales dans d'autres régions du monde, notamment dans quelques États des États-Unis et dans des régions d'Espagne, de Malte et d'Allemagne<sup>4</sup>.

**Les démarches visant à accompagner les personnes dans l'exploration, l'acceptation ou l'affirmation de leur orientation sexuelle, de leur identité de genre ou de leur expression de genre demeurent permises par la loi** (Éducaloi, 2021). Toutefois, ces démarches affirmatives légitimes doivent être clairement distinguées des « approches exploratoires du genre », qui reposent plutôt sur l'idée que la non-conformité de genre ou la transitude est une réponse développementale pathologique ou inadaptée<sup>5</sup>.

## Principes de base des approches et des pratiques affirmatives

Les approches affirmatives :

- sont culturellement adaptées et sensibles aux personnes LGBTQ+ et à leurs multiples identités et communautés sociales;
- tiennent compte de l'influence des inégalités sociales sur la vie des personnes LGBTQ+;
- soutiennent l'autonomie, la résilience, l'adaptation et le renforcement des capacités communautaires;
- militent pour la réduction des obstacles systémiques à l'épanouissement et à la santé mentale, physique, relationnelle et sexuelle;
- sont centrées sur les forces des personnes LGBTQ+<sup>6</sup>.

Différentes attitudes, connaissances et pratiques favorisent l'exploration, l'acceptation ou l'affirmation de l'OSIEG, tout en permettant de créer un espace sûr et inclusif, quels que soient les motifs de consultation des personnes.

### Attitudes à développer

- Accepter la complexité de l'orientation sexuelle et du genre, incluant le fait que les identités de genre ne s'alignent pas toujours avec le sexe assigné à la naissance, au-delà d'une simple catégorisation binaire.
- Faire preuve d'ouverture à l'égard de la diversité sexuelle et de genre.
- Respecter l'autodétermination des personnes et les accepter sans égard à leur orientation sexuelle et leur genre.
- Faire preuve de sensibilité et d'humilité culturelles par rapport aux communautés LGBTQ+ ainsi qu'à la diversité des personnes et des parcours LGBTQ+, qui sont aussi influencés par d'autres caractéristiques (âge, religion, parcours migratoire, expérience du racisme, etc.)

- Reconnaître et promouvoir l'égalité de droits entre les personnes LGBTQ+ et les personnes hétérosexuelles et cisgenres.

### Connaissances à acquérir

- Comprendre que l'identité de genre et l'orientation sexuelle sont des construits distincts, bien qu'interreliés.
- Comprendre les conséquences de la socialisation dans une société à prédominance cis-hétérosexuelle sur les personnes LGBTQ+ et de l'intériorisation de messages négatifs à propos de leur orientation sexuelle, de leur identité de genre ou de leur expression de genre sur la souffrance qu'elles peuvent ressentir.
- Comprendre le rôle de la discrimination, de la stigmatisation et des microagressions auxquelles les personnes LGBTQ+ sont exposées en raison de leur orientation sexuelle, de leur identité de genre ou de leur expression de genre dans l'évaluation de leur santé et de leur bien-être.
- Reconnaître les parcours de résilience des personnes LGBTQ+ ainsi que les qualités et les forces du caractère qu'elles ont développées pour faire face à l'adversité, tels que :
  - le développement de relations intimes épanouissantes malgré l'absence de reconnaissance familiale, sociale ou légale;
  - des parcours d'affirmation de l'OSIEG marqués par l'authenticité en dépit de la réprobation familiale, communautaire ou sociale;
  - un engagement communautaire et civique remarquable devant les crises sanitaires (le VIH-sida, par exemple), l'exclusion sociale et les injustices, notamment à travers la création de ressources communautaires autogérées et de réseaux (inter)nationaux de solidarité;
  - le courage et la persistance scolaire ou professionnelle en dépit de contextes hostiles, etc.

<sup>4</sup> Charruau, J. (2020). « L'interdiction des "thérapies de conversion sexuelle". Étude de droit comparé », *Revue internationale de droit comparé*, 4, 1065-1088.

Éducaloi. (2021, 3 mars). *Personnes LGBTQ+ : des protections contre les pratiques de conversion*, <https://educaloi.qc.ca/actualites-juridiques/personnes-lgbtq-protections-conversion/> Schiavo, N. (2020). Op. cit.

<sup>5</sup> Ashley, F. (2023). « Interrogating gender-exploratory therapy », *Perspectives on Psychological Science*, 18(2), 472-481.

<sup>6</sup> American Psychological Association (2015). « Guidelines for Psychological Practice with Transgender And Gender Nonconforming People », *American Psychologist*, 70(9), 832-864. American Psychology Association (2021). Op. cit.

McNamara, G. and Wilson, C. (2020). « Lesbian, Gay And Bisexual Individuals Experience of Mental Health Services - A Systematic Review », *The Journal of Mental Health Training, Education and Practice*, 15(2), 59-70.

O'Shaughnessy, T. et Speir, Z. (2018). « The State of LGBQ Affirmative Therapy Clinical Research: A Mixed-Methods Systematic Synthesis », *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity*, 5(1), 82-98.

Pachankis, et al. (2023). Op. cit.

Ritter, K., & Terndrup, A. I. (2002). *Handbook of Affirmative Psychotherapy with Lesbians And Gay Men*, New York: Guilford Press.

Singh, A. A., & Dickey, I. m. (2017). Introduction, *Affirmative Counseling And Psychological Practice with Transgender And Gender Nonconforming Clients*, Washington, DC: American Psychological Association.

- Reconnaître que le soutien et les soins affirmatifs produisent des résultats positifs pour les personnes LGBTQ+, en particulier pour les personnes trans.

### Pratiques à implanter

- Demander et utiliser le prénom et les pronoms affirmés.
- Éviter de présumer de l'orientation sexuelle (présomption d'hétérosexualité) ou de l'identité de genre (présomption de cisgenralité) des personnes.
- Utiliser un langage épïcène ou neutre sur le plan du genre (par exemple, « votre partenaire » plutôt que « votre conjoint » ou « votre conjointe »).
- Adopter une approche sensible au traumatisme priorisant les sentiments de contrôle, de sécurité et de choix sur sa démarche d'exploration, d'acceptation et d'affirmation de son orientation sexuelle, de son identité de genre ou de son expression de genre.
- Adopter le modèle du consentement éclairé avec les personnes désirant poursuivre une démarche d'affirmation de genre (voir les Standards de soins pour la santé des personnes transsexuelles, transgenres et de genre non conforme<sup>7</sup>).

### Recommandations pour les professionnelles et les professionnels de la santé et des services sociaux

- Prendre conscience de ses propres conceptions de la diversité sexuelle et de genre et de leur influence sur ses interventions.
- Réfléchir aux préjugés sur la diversité sexuelle et de genre et sur les personnes LGBTQ+ qui pourraient influencer ses interventions.
- Parfaire sa formation sur les enjeux LGBTQ+ à partir des outils et des ressources disponibles sur les approches affirmatives.
- Obtenir de la supervision par des personnes spécialisées.
- Travailler dans une approche multidisciplinaire.

### Pour aller plus loin

- La **formation Trans-diversité 2 : Santé et services sociaux**. Elle porte sur les pratiques affirmatives et est offerte gratuitement en ligne. Elle a été conçue pour mieux outiller les professionnelles et professionnels de la santé et des services sociaux dans l'accompagnement des personnes trans et non binaires (tant les adultes que les enfants) (Pullen Sanfaçon, 2022).

- Le guide *Mieux nommer et mieux comprendre : changer de regard sur les réalités de la diversité de genre et les enjeux trans*. Conçu par le Conseil québécois LGBT, il s'adresse aux personnes offrant des services de première ligne à des personnes trans. Il vise à les outiller pour favoriser des interactions respectueuses avec cette clientèle<sup>8</sup>.
- L'Institut national de santé publique du Québec (INSPQ) offre gratuitement une formation en ligne : **Sexes, genres et orientations sexuelles : comprendre la diversité**. Elle s'adresse aux professionnelles et professionnels de la santé et des services sociaux, des milieux de l'enseignement et des services publics ou communautaires.
- L'Environnement numérique d'apprentissage provincial (ENA) offre ces formations :
  - Réalités et besoins des personnes âgées** LGBT (ENA ID : 3184);
  - Mieux intervenir auprès des personnes LGBTQI+ racisées et migrantes** (ENA ID : 3631);
  - Violence conjugale : connaître, détecter, intervenir** (inclut de l'information sur l'intervention auprès des personnes de la diversité sexuelle et de genre; ENA ID : 3631).
- Des organismes communautaires font aussi de la formation ou de la sensibilisation dans les milieux partenaires du réseau de la santé et des services sociaux. Voici un répertoire **des activités de formation et de sensibilisation aux réalités LGBTQ2+ au Québec** : <https://inclusion-lgbtq2.ca/>.

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

<sup>7</sup>. Coleman, et al. (2022). *Op cit*

<sup>8</sup>. Conseil québécois LGBT (2020). *Mieux nommer et mieux comprendre : changer de regard sur les réalités de la diversité de genre et les enjeux trans*, Montréal.

