

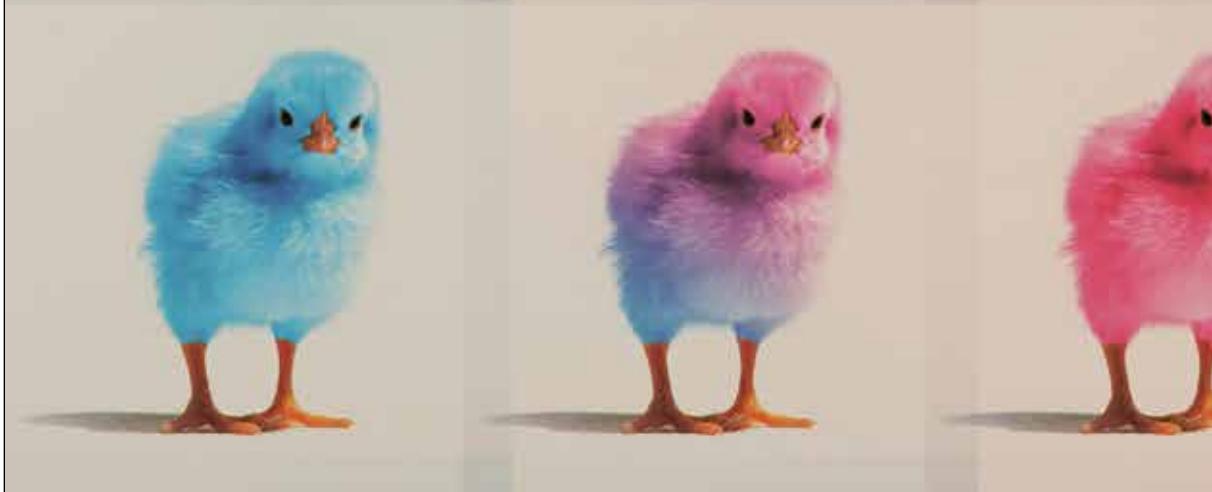
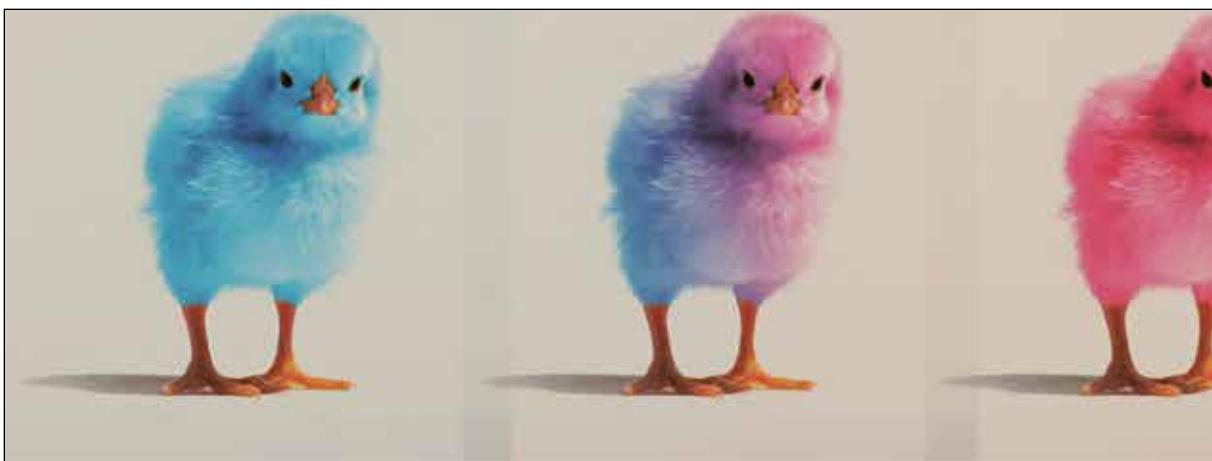
\*\*\*

# RÉINVENTER LE GENRE

DE PLUS EN PLUS D'ENFANTS ET  
D'ADOLESCENTS SE DÉFINISSENT AUTREMENT  
QUE COMME GARÇON OU FILLE.  
UN PHÉNOMÈNE ENCORE MAL CONNU QUI  
ÉBRANLE LES PARENTS ET LA SOCIÉTÉ.

par **Marie-Hélène Proulx**

IMAGE SOURCE : SVPRODUCTION / GETTY IMAGES. MONTAGE : L'ACTUALITÉ



# En apparence,

ce jeudi ressemble à un jour de classe bien ordinaire à l'école secondaire de la Cité-des-Jeunes, à Vaudreuil-Dorion. Mais en vérité, il se passe quelque chose d'historique en ce 27 octobre, qui aurait été difficile à imaginer il y a 10 ans à peine. Ça aurait été carrément hérétique à l'époque où mon père de 73 ans y apprenait l'algèbre et l'accord du participe passé : la tenue à midi d'une rencontre du premier comité d'élèves LGBTQ+ de l'établissement, sous la houlette bienveillante de la psychoéducatrice Geneviève Fournier.

«On capote : on s'attendait à environ 10 inscriptions, on en a eu une trentaine !» dit-elle avec enthousiasme, en me tendant un bracelet aux couleurs de l'arc-en-ciel.

Cette initiative n'est pas unique au Québec — d'autres écoles ont mis en place des comités de sensibilisation ces dernières années, la diversité sexuelle étant aujourd'hui moins taboue. Jusqu'à présent à la Cité-des-Jeunes, une vingtaine d'élèves ont dévoilé à un membre du personnel qu'ils sont transgenres — c'est-à-dire qu'ils ne s'identifient pas à leur sexe assigné à la naissance — ou encore qu'ils sont non binaires — un terme englobant les personnes qui se définissent à la fois comme un homme et une femme, ou quelque part entre les deux, ou ni comme l'un ni comme l'autre. Du jamais-vu dans cette polyvalente de 3 500 élèves.

Depuis 2020, une quinzaine d'adolescents de l'établissement ont fait rectifier leur prénom au dossier d'inscription, et demandé aux copains et aux enseignants de bannir celui qu'ils portaient avant — ce à quoi ils ont droit même si des démarches officielles n'ont pas été entreprises au bureau du Directeur de l'état civil (DEC). Il y a maintenant six ans que le Québec permet de modifier la mention du sexe sur l'acte de naissance d'un mineur, démarche qui s'accompagne souvent d'une correction du prénom pour mieux refléter l'identité de genre de la personne. Un total de 701 jeunes Québécois se sont prévalus de cette possibilité, avec une croissance marquée des requêtes à partir de 2021, selon les données transmises par le DEC.

La cloche du dîner retentit à la Cité-des-Jeunes, et une joyeuse troupe d'ados débarquent dans le local du service d'animation spirituelle et d'engagement communautaire, tout de suite aimantés par les bonbons d'Halloween au centre des tables. Ça gigote et ça rit pour des broutilles. À l'ordre du jour : s'entendre sur les règlements, trouver un nom au comité, mais d'abord se présenter «avec nos noms

et pronoms», suggère une élève. «On y arrive justement», annonce Geneviève Fournier, en s'empressant de distribuer des photocopies d'un outil d'exploration de soi appelé Licorne du genre.

Les participants, dont la majorité ont moins de 14 ans, sont invités à personnaliser leur licorne mauve en cinq points. D'abord, leur sexe assigné à la naissance, puis leur orientation sexuelle : sont-ils attirés par les garçons, les filles, ou des personnes qui se définissent autrement ? Ensuite, leur orientation affective : avec qui préfèrent-ils avoir une relation amoureuse ? Leur identité de genre, aussi : à l'intérieur d'eux, se sentent-ils garçon, fille, quelque part entre les deux, ou ni l'un ni l'autre ? Et finalement, leur expression de genre : quelle est leur manière de s'afficher publiquement ? Car on peut être né homme et se sentir homme, mais aimer porter un collier de perles, par exemple.

Pas obligé de déballer toutes ces informations devant la galerie, insiste Geneviève Fournier — «c'est un exercice intime». Mais plusieurs élèves mettent cartes sur table après s'être nommés. Une telle se dit sans identité de genre pour le moment, «probablement non binaire». D'autres jeunes affirment être pansexuels (attirés sexuellement et affectivement par une personne, sans égard à son sexe ou à son genre) ou asexuels (éprouvant peu ou pas de désir sexuel, ou dans certains contextes relationnels seulement).

Dieu merci, l'hétérosexuelle cisgenre que je suis — c'est-à-dire née femme, et pas trop malheureuse de l'être — s'était familiarisée avec ce vocabulaire avant la rencontre. D'étonnantes glossaires en ligne répertorient jusqu'à une centaine d'identités de genre et d'orientations sexuelles et affectives, telles que les *trixiques* ou les *orbisians* (des non-binaires attirés par les femmes), ou bien les *lithromantiques* (des personnes ne souhaitant pas de relation amoureuse réciproque). Et d'autres plus marginales encore, comme les *xénogenres*.

J'ai aussi appris que les personnes trans ne sont pas forcément «binaires» — c'est-à-dire animées par le désir d'évoluer du genre F au genre M, ou vice versa, en adoptant les codes traditionnels associés aux gars ou aux filles. Les processus de transition sont maintenant moins nets et linéaires. Certains conservent des éléments des deux sexes dans leur apparence parce qu'ils se situent quelque part dans le spectre de la non-binarité, par exemple. D'autres décident de laisser de côté les démarches médicales pour ne faire qu'une transition légale (l'acte de naissance) ou bien une transition sociale, en modifiant seulement leur style et leurs pronoms auprès de leur entourage. Et tout cela peut fluctuer avec le temps, selon le cheminement de la personne.

\*\*\*

# « Coudonc, c'est donc ben

compliqué, leur affaire ! » Dans la dernière année, j'ai entendu cette phrase un nombre incalculable de fois, souvent assortie d'un soupir exaspéré, lors de discussions avec des amis abasourdis par les quêtes d'identité des ados autour d'eux (la phrase en question est parfois sortie de ma bouche...). Et j'ai retrouvé la même confusion, doublée de multiples inquiétudes, durant mes entrevues avec des parents de jeunes trans et non binaires, qui ont tous exigé l'anonymat.

« Moi, je n'ai plus de fille : j'ai un enfant, point », a témoigné une maman en larmes lors d'une séance de soutien virtuel à laquelle JAG, un organisme LGBTQ+ de la Montérégie, m'avait permis d'assister en octobre dernier. Son ado non binaire venait de larguer son prénom de naissance et souhaitait passer au iel, un prénom personnel neutre dont l'entrée dans le dictionnaire *Robert* a semé la controverse en 2021. « Je trouve extrêmement difficile de m'adapter, je passe mon temps à me tromper. Mais ça me fait tellement de bien de constater, grâce à ce groupe, à quel point on est nombreux à y perdre notre latin, à se demander où tout ça s'en va. »

Contrairement à ce que bien des gens pensent, ce mouvement n'est ni une mode ni une « passe », même si on manque encore de recul historique pour en évaluer la portée, soutiennent l'ensemble de mes interviewés. La plupart estiment qu'une sorte de révolution est en cours, et que le train ne fera pas marche arrière.

Les données varient un peu d'une étude à une autre, mais selon une vaste enquête menée en 2020 dans plusieurs pays, de 1,2 % à 2,7 % des enfants et des adolescents se définissent maintenant comme transgenres, cette proportion pouvant même atteindre 8,4 % lorsqu'elle inclut les diverses identités de genre.

Au Québec, 0,52 % des 15 à 34 ans ont déclaré faire partie de la catégorie « trans et non binaires » à l'occasion du recensement de 2021 — le Canada est d'ailleurs le premier pays au monde à produire des données sur ce sujet dans le cadre de son enquête populationnelle. Mais ce chiffre est sous-estimé, disent les experts, car ce sont souvent les parents qui remplissent le formulaire de recensement. Or, des recherches montrent qu'ils ne sont pas les premiers avertis quand l'enfant s'interroge sur son genre.

Autre signe que le phénomène sort de la marginalité : en 2022, pour la première fois, l'Association professionnelle mondiale pour la santé des personnes transgenres (WPATH), qui réunit des chercheurs et des professionnels de la santé, a consacré un chapitre entier aux adolescents dans la huitième édition de sa bible des meilleures pratiques. Une décision notamment motivée par la « croissance exponentielle » du nombre de mineurs qui se présentent dans les cliniques spécialisées partout sur la planète. Au Canada, une étude menée auprès de neuf établissements offrant des soins d'affirmation de genre indique que les jeunes patients dirigés vers ces cliniques sont passés de près de 0 en 2004 à 1 050 en 2016.

Au CHU Sainte-Justine, les demandes de consultation à la clinique de diversité du genre ont aussi « monté en flèche », observe le pédiatre Nicholas Chadi, qui a cofondé ce service en 2019 avec l'endocrinologue Lyne Chiniara, afin de pallier le manque de ressources. Les jeunes trans et non binaires y sont pris en charge par une équipe composée entre autres de psychologues, de travailleurs sociaux, de médecins et de psychiatres. Nicholas Chadi estime recevoir chaque mois de 25 à 30 recommandations de patients de la part de médecins ou d'infirmières ; les délais d'attente s'élèvent maintenant à un an.

Même si l'établissement accueille des enfants dès l'âge de huit ans, la plupart se présentent pour la première fois à l'adolescence, sans avoir nécessairement manifesté de la « dysphorie de genre » dans le passé (ce terme médical désigne la détresse que peut provoquer le sentiment de discordance entre le sexe à la naissance et l'identité ressentie). La tendance s'observe dans toutes les cliniques spécialisées en Amérique du Nord.

« Il ne faut pas croire pour autant que la diversité sexuelle et de genre vient d'être inventée », nuance Michel Dorais, professeur retraité de l'Université Laval qui étudie ces questions depuis 50 ans, notamment à titre de sociologue spécialiste de la sexualité. « Elle est présente depuis toujours, presque partout dans le monde. »

**« Il ne faut pas croire que la diversité sexuelle et de genre vient d'être inventée. Elle est présente depuis toujours, presque partout dans le monde. »**

**Michel Dorais, professeur retraité de l'Université Laval qui étudie ces questions depuis 50 ans**

En Inde, par exemple, les *hijras* forment officiellement un troisième genre depuis 2014, et au Canada, les personnes-aux-deux-esprits, une appellation autochtone pouvant entre autres inclure les notions d'homme-femme, de transgenre et d'intersexué, existent depuis longtemps dans les traditions des premiers peuples. Ce qui a changé, par contre, « c'est de pouvoir enfin être reconnu à la face du monde », dit Michel Dorais, qui est aussi l'auteur d'une trentaine d'ouvrages, dont *Nouvel éloge de la diversité sexuelle* (VLB éditeur, 2019).

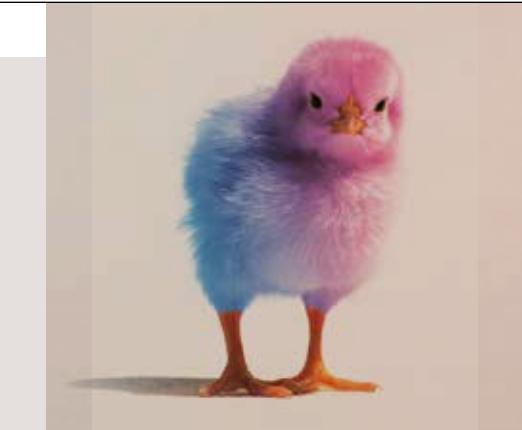
D'après des experts, l'acceptation sociale grandissante favoriserait la montée actuelle des dévoilements survenant plus tard, au début de la puberté ou après celle-ci. Car même s'il n'y a pas eu de signaux évidents pendant l'enfance, ça ne veut pas dire que l'adolescent ne ressentait pas d'inconfort quant à son sexe assigné à la naissance, selon de nouvelles études suisse et canadienne menées auprès de petites cohortes de patients de cliniques d'affirmation de genre. La majorité d'entre eux se savaient trans ou non binaires depuis longtemps, sans avoir osé l'exprimer à leurs proches.

Les jeunes évoluent de moins en moins dans une « manufacture à personnes hétérosexuelles et cisgenres », comme c'était le cas des générations précédentes, remarque Martin Blais, titulaire de la Chaire de recherche sur la diversité sexuelle et la pluralité des genres à l'UQAM. D'une part, le mariage et la parentalité gais faisaient déjà partie du décor à leur naissance ; d'autre part, des modifications législatives récentes permettent aujourd'hui aux minorités de genre de s'assumer au grand jour sans se faire lancer des roches – du moins sur papier.

Par exemple, au Québec, la Charte des droits et libertés de la personne interdit depuis 2016 que quelqu'un soit discriminé en raison de son identité ou de son expression de genre, et en juin 2022, dans la foulée de la réforme du droit de la famille, le Québec est devenu l'un des seuls endroits sur la planète où une personne trans, non binaire ou intersexée (née avec des caractéristiques des deux sexes) peut cocher la case X sur les documents relatifs à l'état civil, plutôt que les traditionnels H ou F.

Petit à petit, des changements font leur chemin dans les institutions publiques, dont les écoles et les établissements de santé, qui sont incités par ces lois à adopter maintenant des pratiques inclusives – le respect du prénom et du nom choisis par les citoyens, entre autres. Les entreprises privées sont aussi de plus en plus nombreuses à tenir compte de la diversité de genre au travail ; certaines encouragent les employés à mentionner leur prénom (elle/lui/iel) sous leur signature de courriel, par exemple, ou misent sur des communications qui privilégient l'utilisation de termes épiciènes (des mots neutres seyant à toutes les identités, comme « brave » ou « personne »).

Ce climat favorable laisse aux jeunes « une plus grande liberté d'être eux-mêmes, d'explorer de nouveaux mots pour définir la masculinité et la féminité, de jouer avec la frontière entre les deux », estime le chercheur Martin Blais, qui voit dans ce mouvement une continuité de l'œuvre des regroupements féministes et LGBTQ+.



## DEUX INTERROGATIONS

DANS LA RECHERCHE SUR L'IDENTITÉ DE GENRE,  
DEUX POINTS SUSCITENT LA CURIOSITÉ.  
LES EXPLICATIONS SONT ENCORE AU STADE  
DE LA THÉORIE.

\*\*\*

# La vague d'émancipation

est aussi portée par les réseaux sociaux, où les témoignages d'influenceurs trans et non binaires abondent, notamment sur YouTube et TikTok – ceux des Québécois Gabrielle Marion et Chase Ross, par exemple. Le contenu en ligne a joué un rôle majeur dans la réflexion de tous les jeunes avec qui j'ai échangé. « Les comptes LGBTQ+ sur Instagram m'ont ouvert une porte sur la diversité que je n'avais pas avant », affirme Maxim, un garçon trans de 16 ans qui préfère taire son nom de famille.

Apprécié de ses pairs, doué à l'école et bien entouré à la maison, l'ado a pourtant longtemps souffert d'un indicible mal-être qui l'a conduit au bord du suicide, à 12 ans. C'est en écoutant des hommes trans raconter leur parcours sur Internet qu'il s'est reconnu. « Ils décrivaient exactement ce que je ressentais. Dans ma tête, ça a fait... Wow. Depuis que j'ai amorcé les démarches pour masculiniser mon corps, j'ai recommencé à me regarder dans le miroir, parce que celui que je vois est enfin celui que je suis vraiment. »

## 1.

### LES JEUNES QUI S'INSCRIVENT DANS LE SPECTRE DE L'AUTISME SONT SURREPRÉSENTÉS PARMI LES JEUNES TRANS.

Ils constituent de 5 % à 10 % de ceux vus en clinique, selon le psychiatre Richard Montoro, du Centre d'identité sexuelle de l'Université McGill, qui prodigue des soins en santé mentale. La cooccurrence de l'autisme et de la dysphorie de genre fait l'objet d'un nombre croissant d'études partout dans le monde depuis huit ans.

Une des hypothèses laisse croire que ces personnes seraient moins en mesure de détecter et d'intégrer les stéréotypes ainsi que le jugement des autres, si bien qu'elles vivraient plus librement, conformément à leur identité plutôt qu'aux diktats sociaux.

Des thèses controversées selon lesquelles les réseaux sociaux et l'influence des pairs entraîneraient des jeunes plus vulnérables sur la piste de la transition de genre ont fait beaucoup de bruit il y a quelques années — en particulier celle de l'Américaine Lisa Littman, chercheuse à l'origine du concept de « dysphorie de genre soudaine » (en anglais, *rapid onset gender dysphoria*).

L'Américaine avançait, dans une étude menée auprès de parents recrutés dans des milieux conservateurs (et non auprès des enfants eux-mêmes), que ce trouble pouvait apparaître de manière subite après que des jeunes eurent été « contaminés » socialement.

La théorie diffusée en 2018, et qui circule encore, a affolé de nombreux parents, car elle remue l'une des peurs qu'ils expriment le plus souvent : celle que leur enfant regrette son choix plus tard. Lorsque le jeune opte pour une transition légale ou sociale, les conséquences sont réversibles. Mais c'est une autre paire de manches pour les transitions médicales, qui peuvent être amorcées de manière graduelle dès le début de la puberté. À 14 ans, les adolescents québécois n'ont plus besoin du consentement de leurs parents pour aller de l'avant.

Il ne suffit pas d'appuyer sur un bouton pour obtenir des soins d'affirmation de genre dans la province — ceux-ci sont encadrés avec sérieux, et les effets du premier médicament souvent

## 2.

### LES PERSONNES NÉES FILLES QUI EFFECTUENT UNE TRANSITION VERS UN PARCOURS MASCHULIN OU NON BINAIRE SONT DE 2,5 À 7,1 FOIS PLUS NOMBREUSES À RÉCLAMER DES SOINS D'AFFIRMATION DE GENRE.

Les scientifiques soulèvent deux possibilités. D'abord, les filles ressentent plus vite les effets de la puberté, avec la poussée apparente des seins et le déclenchement des menstruations. Ces changements sont susceptibles d'entraîner une dysphorie de genre assez importante pour les inciter à consulter. Ensuite, il est peut-être plus tabou pour une personne assignée garçon à la naissance de se considérer comme une fille, ce qui retarderait, voire empêcherait le dévoilement et la transition.

proposé, les bloqueurs de puberté, sont entièrement réversibles. Toutefois, d'autres traitements ont des répercussions semi ou totalement permanentes, comme la prise d'hormones sexuelles. Ces dernières nuiraient aussi potentiellement à la fertilité.

« J'ai peur que mon fils me reproche un jour de l'avoir laissé faire ça », m'a confié la mère d'un ado de 14 ans qui vient de commencer la prise de testostérone à petites doses, et qui a refusé de faire prélever ses ovules pour plus tard, au cas... Son enfant, assigné fille à la naissance, était si mal dans sa peau qu'il se mutilait. « Il dit que ça presse, qu'il veut vivre son adolescence en tant que garçon, et qu'il ne voudra jamais de bébé. Mais moi, ça m'effraie. Comment on fait pour être sûr ? Et si c'était autre chose que de la dysphorie de genre ? Je le trouve bien jeune pour prendre des décisions aussi lourdes. »

Il n'y a aucun moyen d'être « sûr à 100 % » que l'enfant ne changera jamais d'idée, convient Richard Montoro, psychiatre et codirecteur du Centre d'identité sexuelle de l'Université McGill (MUSIC), un établissement de soins en santé mentale également inondé de demandes de consultation, en particulier chez les 14 à 25 ans.

La recherche révèle que l'identité de genre devient moins changeante à partir de 13 ans et qu'en principe, le jeune serait alors assez mûr pour bien évaluer ses besoins, explique le médecin spécialiste. « Mais pour l'instant, on ignore encore ce qu'il adviendra à long terme des jeunes trans et non binaires qui témoignent ouvertement de la dysphorie de genre pour la première fois à l'adolescence, puisque la montée de ces cas est un phénomène récent. Des études longitudinales sont en cours. »

**« Les adolescents se construisent en partie dans le rejet du monde des adultes, alors il y a possiblement un peu de ça dans leur volonté de redéfinir les genres en créant un lexique que les plus vieux ont du mal à saisir. »**

Line Chamberland, sociologue

On sait par contre, grâce aux travaux menés par l'Américaine Kristina Olson, de l'Université de Princeton, que les retours en arrière sont rares chez ceux dont la dysphorie est exprimée dès l'enfance, un phénomène mieux connu des scientifiques. Depuis 10 ans, la professeure de psychologie suit environ 300 jeunes trans et non binaires qui avaient de 3 à 12 ans au départ. Lors d'une étape de sa recherche, elle a noté que 94 % des participants se définissaient encore de la même manière qu'au début, que 3,5 % avaient évolué à l'intérieur du spectre de la non-binärité, et que 2,5 % se sentaient à nouveau en harmonie avec leur sexe de naissance. Ses résultats sont corroborés par d'autres suivis à long terme effectués aux Pays-Bas auprès d'enfants trans devenus adultes.

« On constate jusqu'ici que très peu de jeunes *détransitionnent*, et le petit pourcentage qui le font ne regrettent pas forcément d'être passés par là », souligne Annie Pullen Sansfaçon, titulaire de la Chaire de recherche du Canada sur les enfants transgenres et leurs familles.

La professeure de travail social à l'Université de Montréal a coréalisé en 2020 des entrevues de fond auprès de 20 personnes âgées de 15 à 25 ans ayant discontinué leur parcours trans et non binaire. « Ce qui me frappe d'abord, c'est qu'il n'y a pas de *pattern*, le portrait est très diversifié. » Il y en a pour qui la transition est ressentie comme une « erreur » et qui en ressortent amers ; certains vivent des émotions contradictoires ; et enfin, d'autres sont heureux d'avoir traversé cette expérience, car elle leur a permis de grandir, de mieux se connaître.

Quant à l'hypothèse que des *détransitionneurs* puissent s'engager dans une démarche de transition médicale à la suite d'un lavage de cerveau sur les réseaux sociaux, elle est sérieusement remise en cause par une vaste étude menée actuellement par Mélanie Millette et Olivier Turbide, tous deux professeurs au Département de communication sociale et publique de l'UQAM.

Les chercheurs ont entrepris d'analyser 10 000 tweets et 193 articles de la presse internationale parus entre 2017 et 2021, qui traitent tous de *détransition*. « Jusqu'à présent, seules quelques personnes soutiennent que leur transition a été influencée par les médias sociaux, en parallèle avec d'autres facteurs — des problèmes de santé mentale, par exemple », note Mélanie Millette, spécialiste des usages des technologies numériques. Mais surtout, aucune n'affirme avoir été « embrigadée par des vidéos sur Internet », même les plus aigries par leur expérience, observe-t-elle.

« Ce sont principalement des parents ou des militants antitrans qui tiennent ce genre de propos. » Les critiques des *détransitionneurs* portent plutôt sur l'accompagnement médical, jugé inadéquat (faible degré d'écoute, impression d'avoir été bousculés dans leur décision, préjugés du personnel, etc.).

Par ailleurs, pour qu'une personne s'identifie à du contenu diffusé sur Internet ou à la télévision, il faut que celui-ci entre en résonance avec son vécu. « Il y a une sorte d'interdépendance entre le média et le récepteur — le média en lui-même n'a pas de superpouvoir », explique Mélanie Millette, qui fera paraître cette année une étude sur la manière dont les membres de la communauté LGBTQ+ utilisent les réseaux sociaux. Plusieurs de ses participants lui ont confié avoir ressenti pour la première fois le droit d'exister lorsqu'ils ont découvert en ligne des gens qui leur ressemblaient.

\*\*\*

## J'avoue qu'au début

de mes recherches sur les déclinaisons de genre, j'ai flirté avec l'idée que des jeunes puissent souscrire à une étiquette pour se singulariser, voire brasser la cage de leurs parents, de la même manière que j'aimais me donner des airs de « *no future* » tourmentée en bottes de combat dans les années 1990.

« Les adolescents se construisent en partie dans le rejet du monde des adultes, alors il y a possiblement un peu de ça dans leur volonté de redéfinir les genres en créant un lexique que les plus vieux ont du mal à saisir », pense la sociologue Line Chamberland, une pionnière dans la recherche sur la diversité sexuelle au Québec.

Mais sinon, comme les modèles de vie sexuelle et amoureuse se sont multipliés au cours des dernières décennies, les jeunes ressentent peut-

être le devoir de se positionner par rapport à ces questions, tant sur le plan personnel qu'aux yeux des pairs, selon la professeure retraitée de l'UQAM. « D'autant que c'est une génération habituée à endosser des étiquettes, notamment en milieu scolaire, où se côtoient des élèves défis nis comme TDAH, TDA, TSA... »

Pour certains jeunes trans et non binaires avec qui je me suis entretenue, trouver sa place précise dans la famille sans cesse grandissante des identités de genre est une source de pression, et les étiquettes sont parfois jugées étouffantes. Mais pour d'autres, explorer ce vocabulaire permet plutôt de se comprendre, de s'accepter, et même de créer un espace communautaire rassurant.

Chose certaine, ce n'est pas pour « faire des caprices », soutient Martin Blais, « car de tels parcours s'accompagnent d'ostacisation et de stigmatisation », rappelle le chercheur de l'UQAM à la tête de BRAV, une recherche panaquéenne visant à documenter les expériences personnelles des jeunes LGBTQ+. Le nom de l'étude donne le ton: BRAV, pour « bien-être et résilience devant l'adversité ». Car même à l'ère des concours de drag-queens à la télé, dévier des normes est encore puni par la société, dit-il.

« Pour me protéger, je me suis construit une fausse réalité : je ne m'entoure que de gens aussi ouverts que moi », raconte Elizabeth Jérôme, une élève de 17 ans rencontrée au comité LGBTQ+ de la Cité-des-Jeunes.

Elle est lesbienne « et pour ce qui est du reste, [elle] n'a encore aucune idée ». Son amie Daphné Rochon, qui a également accepté de témoigner, est non binaire et bisexuelle.

Toutes deux estiment que les préjugés sont aussi présents chez les gens de leur âge que chez les adultes, même si les dévoilements sont plus nombreux à notre époque. D'ailleurs, des élèves refusent de s'associer à ceux qui participent au comité sur la diversité sexuelle de leur école, assurent-elles ; à tel point que les membres ont proposé de rebaptiser le groupe en enlevant le sigle LGBTQ+ (il s'appelle maintenant Fierté-des-Jeunes). « On dirait que les autres ont peur qu'on soit contagieux », lance Elizabeth.

Même topo à GRIS-Québec, un organisme LGBTQ+ de la Vieille Capitale, qui m'a accueillie le temps d'une soirée l'automne dernier. Quelques jours avant ma venue, deux techniciens en travail social s'étaient rendus dans une école secondaire de la région, où des élèves avaient créé une page Facebook pour intimider un jeune homosexuel de 12 ans. « Certains souhaitaient sa mort, on lui suggérait même de se pendre », raconte Yan Audet-Marcoux, l'un des intervenants appelés en renfort par la direction scolaire. « Alors on a donné un atelier de sensibilisation en classe. »

En plus de ces formations, GRIS-Québec offre un lieu de rencontre aux personnes trans et non binaires de 12 à 25 ans — le local L'Accès, dans l'arrondissement de La Cité-Limoilou. Trois fois par semaine, à partir de 17 h 30, on peut y débarquer avec son souper. Il y a un micro-ondes, un frigo, quelques denrées pour dépanner. Sur les étagères, des jeux, du matériel d'art. Des canapés neufs grâce à un donateur. Et surtout, des intervenants issus pour la plupart de la diversité sexuelle, à qui les jeunes n'ont pas à donner un cours sur l'identité de genre.

Un tour de table s'amorce, où nous déclinons nos noms et pronoms (féminins, masculins, neutres, libres), et où j'apprends par ailleurs ce que signifie « morinom » (le nom assigné à la naissance que les gens trans et non binaires ont enterré, ou *deadname*). Puis nous sommes invités à répondre à une question-surprise piégée dans un bocal : « Quand tu as rencontré la personne la plus proche de toi, quelle a été ta première impression ? » Des jeunes participent plus tard à un atelier de recyclage ; certains vont vapoter dehors ; des petits nouveaux visiblement nerveux d'être là pour la première fois font des mandalas avec une intervenante.

Je fais la connaissance de Flavie Fleury, 21 ans, qui se définit comme pansexuelle. Elle dit privilégier les relations significatives plutôt que l'attraction sexuelle ; elle est aussi non binaire, bien qu'elle « évolue tranquillement vers la féminité ». Née garçon, elle arbore une légère pilosité au visage, mais pour le reste son expression est quelque part entre les deux pôles de la binarité, avec ses cheveux mi-longs turquoise et ses vêtements aux motifs fleuris et animaliers. Elle n'est pas sûre de vouloir subir des opérations pour se féminiser davantage.

L'étudiante en science politique à l'Université Laval est une « douce révolutionnaire », qui dit comprendre la résistance des gens devant les nouvelles expressions de la diversité incarnée par sa personne. « Il faudra encore beaucoup de temps avant qu'on se libère des stéréotypes de genre.

**Je fais la connaissance de Flavie Fleury, 21 ans, née garçon, qui se définit comme pansexuelle. Elle dit privilégier les relations significatives plutôt que l'attraction sexuelle ; elle est aussi non binaire, bien qu'elle « évolue tranquillement vers la féminité ».**

D'ici là, il faut favoriser le dialogue, faire preuve de patience quand les gens se trompent de prénom ou disent "madame" au lieu de "monsieur". Moi, je ne veux pas imposer notre façon de penser, je veux juste montrer qu'on existe.»

Flavie Fleury fréquente L'Accès de GRIS-Québec entre autres pour avoir un «meilleur cercle social», car elle n'a jamais eu beaucoup d'amis au secondaire, lorsqu'elle était encore un garçon. Des «morons» la traitaient de dégueulasse, d'anormale, se rappelle-t-elle. Elle avait aussi besoin de discuter des profondes interrogations qui l'animaient: «Ai-je raison de penser que ce n'est pas juste une phase, ce que je vis? Et puis, c'est quoi au juste, la normalité?»

À la maison, ses parents l'ont accusée de vouloir tuer leur fils pour devenir une personne fictive, par manque d'amour-propre. Les tensions avec eux se sont depuis apaisées, mais leurs questions invasives sur sa vie sexuelle et affective la minent. «On dirait qu'ils sous-entendent que personne ne voudrait de moi, que je suis atteinte d'une maladie.»

\*\*\*

## Une pléthore de travaux montrent

que les gens transgenres et non binaires sont beaucoup plus susceptibles d'être agressés physiquement et sexuellement, d'être discriminés au travail, d'éprouver des difficultés financières, de subir du taxage et du harcèlement à l'école, d'être maltraités par le corps médical... Et, sans surprise, d'être anxieux et dépressifs. En 2018, ils étaient cinq fois plus nombreux que le reste de la population à avoir déclaré une santé mentale mauvaise ou passable lors de l'Enquête sur la sécurité dans les espaces publics et privés de Statistique Canada. La proportion est la même en ce qui concerne les idées suicidaires chez les jeunes, selon une étude de l'Université d'Ottawa qui se basait sur l'Enquête canadienne sur la santé des enfants et des jeunes de 2019.

Le manque d'écoute, de compréhension et d'acceptation de la part des parents est le motif numéro un de souffrance chez les ados trans et non binaires, m'ont affirmé tous les organismes de soutien consultés lors de ce reportage, dont Tel-jeunes et JAG. Certains sont même reniés par leurs

proches, bannis de la maison. Des travaux montrent qu'ils sont surreprésentés parmi les services de protection de l'enfance, notamment au Québec.

Pourtant, les bras tendus changent tout. «Je comprends que la famille puisse éprouver des craintes et vivre des deuils lorsqu'un jeune veut entreprendre une démarche d'actualisation de son genre», dit Lou-Ann Morin, psychologue clinicienne qui travaille auprès des adolescents de la communauté LGBTQ+, à Montréal. «Mais il faut savoir que l'appui des parents a un impact énorme sur leur santé mentale.»

Une étude ontarienne examinant les taux de dépression, d'idéations suicidaires et de tentatives de suicide chez 433 personnes trans et non binaires de 16 à 24 ans a révélé des écarts colossaux entre celles qui jouissaient d'un milieu familial très bienveillant et celles qui n'avaient pas cette chance. Par exemple, le risque que l'enfant attente à sa vie chutait de 93 % au sein de familles offrant un grand soutien.

«Je vois régulièrement des jeunes renâtre une fois que leurs parents ont encaissé le choc», affirme Amélie Sauvé, sexologue spécialisée en éducation sexuelle des enfants et des adolescents à Gatineau, dont une bonne partie de la clientèle est trans et non binaire. Certaines familles voyaient venir depuis longtemps la transition, parce que l'inconfort par rapport au sexe assigné à la naissance s'exprimait depuis un jeune âge. «Dans ce cas, c'était presque attendu, dit-elle. Mais la grande majorité des parents tombent des nues, et il faut déconstruire avec eux une montagne de peurs et de préjugés.»

C'est ce qu'a vécu Julie, une maman célibataire d'un garçon trans de 14 ans qui habite à Montréal. «Mon enfant né fille était très robes à froufrous et vernis à ongles, alors je n'ai rien vu venir», confie-t-elle en me montrant des photos. Sur le coup, elle a beaucoup pleuré le prénom qu'elle lui avait choisi, comme si quelque chose mourait en elle. «L'apaisement est arrivé quand j'ai compris que je n'avais pas perdu mon fils. Au contraire, j'ai même retrouvé la lumière et l'in-

**Le manque d'écoute, de compréhension et d'acceptation de la part des parents est le motif numéro un de souffrance chez les ados trans et non binaires. Certains sont même reniés par leurs proches, bannis de la maison. Des travaux montrent qu'ils sont surreprésentés parmi les services de protection de l'enfance.**

# « J'ai envie qu'Éloïse grandisse dans une société où elle sent qu'elle peut déplacer le curseur à sa guise, sans avoir à choisir entre garçon ou fille si ça lui chante. Après tout, ça ne fait de mal à personne. »

Maude, mère

souciance dans ses yeux. Il s'était éteint dans les dernières années.»

Depuis l'affirmation de son identité de genre, son fils est plus extraverti. « Je dirais même extravagant. Tu ne peux pas le manquer dans la rue avec son maquillage et ses souliers plate-formes ! » Il voit du monde, il peint, il fait de l'aquarelle, de la sculpture... « C'est sûr que je redoute les violences qu'on pourrait lui infliger ; je les connais, les statistiques, dit l'ancienne intervenante sociale, un sanglot dans la voix. Mais j'ai eu une grande leçon : il ne m'appartient pas, je ne peux que l'accompagner. »

Les apprentissages s'accumulent aussi pour Maude depuis la naissance d'Éloïse, il y a sept ans. « Je note toutes mes observations dans un cahier, avec les dates, en me disant qu'un jour, il faudrait raconter notre histoire, parce qu'elle illustre bien l'incompréhension de la société à l'égard de l'identité de genre », dit cette psychologue en m'accueillant dans sa vaste maison de type chalet suisse, dans les Laurentides.

Sa fille, un petit elfe au sourire mutin et aux yeux couleur de jade, vêtu d'un chandail noir arborant un dinosaure en paillettes, nous suit partout dans la demeure. Entre deux ou trois step-pettes, elle attire mon attention sur ses créations faites avec des roches du Bas-du-Fleuve, ses dessins de Pokémons, sa collection de billes, ses Beyblades. Je suis toutefois fermement expulsée de la tente érigée dans sa chambre, où l'enfant conserve ses livres, parce qu'elle craint que je renverse mon café sur les couvertures jonchant le sol. Heureusement, je ne semble pas avoir gâché mon capital de sympathie, car elle m'accorde la permission de revenir chez elle n'importe quand, sa maman étant « toujours disponible », déclare-t-elle.

Maude me sourit — elle sait que sa petite a la langue bien pendue. Et du tempérament à revendre. Éloïse avait deux ans quand elle a annoncé à sa mère qu'en vérité, elle était un garçon. « Il aurait fallu que j'use de violence pour l'habiller en petite fille, et si je l'appelais "ma princesse", c'était le pétage de coche assuré. » Elle est toujours en t-shirt et en pantalon et,

depuis l'an dernier, elle porte ses cheveux courts. Si bien que tous les étrangers l'appellent « mon p'tit gars ». Pourtant, Éloïse ne souhaite pas changer son prénom ni être nécessairement genrée au masculin ; ses parties génitales ne la dégoûtent pas non plus.

« Au fond, elle est non binaire : elle aime naviguer entre le masculin et le féminin, un peu comme le faisait David Bowie. Quand elle veut jouer avec les gars, elle est *“one of the boys”*, mais parfois elle préfère se joindre aux filles, et elle leur dit qu'elle est une fille. »

Maude n'y voit aucun mal ; au contraire, Éloïse la force à revisiter ses stéréotypes de genre. Par exemple quand elle refuse de porter un maillot de bain de fille parce que c'est moins confortable qu'un short, ou qu'elle demande à sa mère pourquoi celle-ci s'inflige la torture de l'épilation. « C'est elle qui a raison de ne pas vouloir se conformer. »

Mais à l'école, ça ne passe pas. Quand Éloïse a commencé la maternelle, en 2021, elle ne cadrait pas dans certains exercices en classe, dont l'un qui invitait les élèves à choisir quelle image les représentait — la fille en jupette avec des lulus, ou le garçon en salopette. « Mon enfant s'est rendu compte que c'est bien important de savoir si on est l'un ou l'autre, et qu'on n'a pas le droit d'être les deux. » Maude raconte qu'un jour, l'enseignante l'a informée qu'elle avait demandé à Éloïse de choisir entre « il » et « elle ». Et comme elle avait répondu « il », une annonce avait été faite à la classe qu'il fallait désormais la considérer comme un garçon, et qu'elle utiliserait la toilette des gars.

« Des élèves l'ont même dirigée hors de la toilette des filles, et il a fallu qu'Éloïse baisse ses culottes pour leur prouver qu'elle avait le droit d'y être », relate Maude, encore choquée par cette histoire. Son enfant s'est mise à faire des crises à l'heure du bain. « Elle disait qu'elle était une erreur de la nature, un garçon défectueux puisque sans pénis, et qu'elle voulait disparaître. "Pourquoi vous m'avez mise au monde ?" »

Les humains ont beaucoup de difficulté à composer avec l'incertitude, me dit la maman psychologue — « ça leur fait vivre de l'insécurité, alors ils se créent des catégories bien nettes et bien binaires pour se rassurer ». C'est peut-être plus simple à gérer dans nos têtes, mais en même temps, ça nous rend malheureux, car on s'oblige à correspondre à des stéréotypes de genre inatteignables qui nous mettent en échec, soutient-elle. « J'ai envie qu'Éloïse grandisse dans une société où elle sent qu'elle peut déplacer le curseur à sa guise, sans avoir à choisir entre garçon ou fille si ça lui chante. Après tout, ça ne fait de mal à personne. »



# LA TRANSITION MÉDICALE : COMMENT ÇA MARCHE ?



**Il n'y** a pas de parcours classique de transition (certains privilégient plutôt l'expression « parcours d'affirmation de genre »). Tous les cas sont uniques et les soins sont adaptés aux besoins de chacun, insistent les deux directeurs de la clinique de diversité du genre du CHU Sainte-Justine, le pédiatre Nicholas Chadi et la pédiatre endocrinologue Lyne Chiniara.

Ce service consacré à la santé des jeunes trans et non binaires, l'un des seuls au Québec, accueille majoritairement des adolescents aux prises avec une dysphorie de genre importante. Souvent, on leur prescrit d'abord des agonistes GnRH, ou bloqueurs d'hormones, qui stoppent le processus de puberté — les menstruations cessent et la mue de la voix est mise sur pause, entre autres.

Les effets de ce traitement, qui est administré depuis plus de 30 ans aux enfants souffrant de puberté précoce, sont réversibles : dès qu'on l'arrête, le développement pubertaire reprend son cours normalement, au stade où il avait été freiné. L'objectif est d'apaiser la détresse du jeune tout en lui donnant du temps pour réfléchir à son identité de genre, qui peut fluctuer avec les années. Par contre, comme les bloqueurs ont le potentiel de nuire à la densité osseuse en l'absence d'hormones sexuelles, on doit les abandonner en général au bout de quatre ans maximum (sauf dans de rares exceptions).

Il n'y a pas d'âge minimal au Québec pour commencer la prise d'agonistes GnRH. Toutefois, il faut que l'enfant ait atteint le stade 2 sur l'échelle de Tanner (qui correspond à l'apparition du bourgeon mammaire chez la fille, et à un

certain seuil de croissance des testicules chez le garçon) et qu'il ressent une souffrance marquée face aux premiers changements pubertaires. Avant 14 ans, l'autorisation des parents est obligatoire — mais même après, la présence de la famille est fortement recommandée.

Les hormones sexuelles, soit l'œstrogène et la testostérone, sont prescrites à des jeunes ayant « la maturité d'en comprendre l'incidence », précise Nicholas Chadi, car contrairement aux bloqueurs pubertaires, elles induisent certains changements qui sont permanents — la pilosité, la mue de la voix, l'augmentation de la taille du clitoris, entre autres. Les hormones pourraient aussi compromettre la fertilité, selon des études en cours, si bien que les patients sont invités à préserver du sperme ou des ovules. On préconise une évaluation psychosociale en profondeur avant le début du traitement.

En vertu d'un protocole suivi par la communauté médicale au Québec, les jeunes en transition entament graduellement la prise de testostérone ou d'œstrogène, avec des doses croissantes. Cela leur permet de s'adapter peu à peu aux transformations corporelles, ou de les entraver s'ils changent d'avis.

La marche à suivre est plus floue en ce qui concerne les patients non binaires, qui sollicitent parfois des soins d'affirmation de genre. Certains ados voudraient ne jamais vivre de puberté, afin de conserver une apparence androgyne, « ou encore avoir une voix plus masculine, mais pas de pilosité », observe Lyne Chiniara. Or, on ne peut prendre des bloqueurs à long terme, et il est impossible de choisir les effets des hormones sexuelles à la carte. « On peut

prescrire des microdoses d'hormone, mais une fois que certaines transformations physiques apparaissent, il n'y a pas de retour en arrière. Alors il faut donner l'heure juste. »

Quant aux opérations d'affirmation de genre sur des mineurs, dont le nombre est en croissance depuis qu'elles ont été autorisées en 2016, elles sont toutes prises en charge par Gr8 Montréal, une division du Complex chirurgical CMC. Il s'agit du seul établissement au Canada à offrir ces services spécialisés. Sur les 250 interventions ayant été réalisées sur de jeunes patients canadiens jusqu'à présent, plus de la moitié (160) ont eu lieu en 2021 et 2022.

Chacune de ces demandes est étudiée et approuvée à la pièce par des experts du Centre Métropolitain de Chirurgie, une autre division du Complex chirurgical CMC, en collaboration avec les cliniques spécialisées en soins d'affirmation de genre. Il faut obéir à certains critères et obtenir des lettres d'appui de professionnels en santé mentale. Ces interventions sont remboursées par la Régie de l'assurance maladie du Québec. La mastectomie est permise à partir de 16 ans, mais les opérations génitales (telles la phalloplastie et la vaginoplastie) ne peuvent être effectuées avant la majorité.

Les soins d'affirmation de genre pour les ados trans ont débuté dans les années 1980, d'abord aux Pays-Bas. Les études, bien qu'encore peu nombreuses, semblent indiquer que la démarche est sécuritaire, et qu'elle améliore le bien-être et la santé psychologique des patients à long terme. C'est pourquoi l'Association professionnelle mondiale pour la santé des personnes transgenres (WPATH), qui réunit des chercheurs et

des professionnels de la santé de différents pays, recommande une plus grande accessibilité de ces soins, dans le respect de critères précis décrits dans ses Standards de soins.

La clinique de diversité du genre du CHU Sainte-Justine souscrit aux principes de l'approche « transaffirmative » préconisée par la WPATH, qui repose sur la capacité du jeune à s'autodéterminer et à consentir aux traitements de manière éclairée. Cette école de pensée encourage les soignants à suivre le rythme des patients sans leur mettre de pression, tout en soutenant leurs parents. Environ 150 professionnels au Québec adhèrent à ces principes, selon une liste accessible en ligne.

Certains s'y opposent néanmoins, estimant que les adolescents n'ont pas la maturité cognitive pour prendre des décisions aussi importantes, et que les effets des soins d'affirmation de genre sur la santé des mineurs n'ont pas encore été assez scrutés par la science. Ainsi, les autorités suédoises, qui étaient pourtant pionnières en matière d'accompagnement médical des personnes trans, ont décidé de resserrer les règles en 2022, jugeant les risques supérieurs aux bénéfices. Désormais, les bloqueurs et les hormones sexuelles sont réservés en Suède aux jeunes patients manifestant depuis l'enfance de la dysphorie de genre, sauf dans des circonstances exceptionnelles. Le pays mise plutôt sur l'accompagnement psychologique et psychiatrique pour traiter ceux dont la dysphorie s'exprime à partir de la puberté. ▀