

Mieux nommer et mieux comprendre :

changer de regard sur les réalités
de la diversité de genre et les enjeux trans

Conception: Lou Tajeddine, Pascale Drevillon, Alexandre Drouin, Loïs Crémier, Antoine Beaudouin Gentes

Rédaction: Loïs Crémier et Lou Tajeddine

Graphisme et illustrations: Samuel Alexis Communications

Conception des infographies: Nore Duchesne

Publié en mai 2021. Mis à jour en octobre 2024.

Ce guide offre des outils pratiques aux médias et aux services de soutien de première ligne qui interagissent, directement ou indirectement, avec des personnes trans. Il vise non seulement à **prévenir les situations problématiques et les propos maladroits**, mais aussi à **faciliter des interactions bienveillantes et respectueuses**. Chaque section de ce guide aborde un enjeu spécifique à prendre en considération lorsqu'on s'intéresse aux réalités trans. Les conseils contenus dans chaque section s'appliquent à de nombreux cas de figure, de la recherche journalistique à l'accueil dans les services essentiels, en passant par les pratiques d'entrevue et les interactions quotidiennes en milieu de travail.

Ce guide constitue une introduction sommaire à ces enjeux. Nous vous recommandons de mettre à jour vos connaissances régulièrement et d'adapter ce guide à votre contexte professionnel au fil de l'évolution des pratiques. De plus, plusieurs enjeux liés à la diversité des corps sexués, des genres et des sexualités ne sont pas abordés en profondeur dans ce guide. Nous vous encourageons donc, suite à la lecture de ce guide, à en apprendre davantage sur les obstacles auxquels peuvent faire face les personnes intersexes, les personnes bispirituelles (ou Two-Spirit) qu'elles s'identifient comme trans ou non, ou encore, la parentalité trans et les enfants trans et créatifs dans le genre.

Il est important de souligner que **les mots que nous utilisons en français pour parler du genre dans la société québécoise sont inséparables de l'histoire de la colonisation des terres non cédées sur lesquelles nous nous trouvons**. Nous reconnaissons que ces mots sont issus d'une compréhension occidentale et blanche du genre et de la sexualité et qu'ils ne constituent qu'une manière de les exprimer parmi d'autres. Nous employons donc ce vocabulaire pour désigner les personnes qui s'y identifient volontairement. Par exemple, ce guide désigne par « trans » les personnes qui se reconnaissent sous ce terme parapluie, que leur genre soit binaire ou non (personnes transgenres, transsexuelles, genderqueer, non binaires, non conformes ou fluides dans le genre, etc.).

Les mots soulignés dans le guide sont définis sommairement dans la section Lexique.

Il est à noter que des tournures épïcènes (qui ne marquent pas le genre) sont employées tout au long du guide: elles permettent à la fois de mieux représenter la diversité des genres et de fluidifier la lecture.

Table des matières

- 4 **Changer de regard, de la curiosité à l'écoute**
- 6 **Prendre le temps d'apprendre**
- 7 **Respecter et favoriser l'autodétermination**
- 10 **Différencier l'assignation du sexe à la naissance, l'identité et l'expression de genre**
- 12 **Reconnaître la diversité des parcours de transition**
- 16 **Prendre conscience des contextes particuliers et des obstacles à surmonter**
- 17 **Valoriser l'expertise de personnes concernées**
- 19 **Un mot sur la langue**
- 22 **Lexique**
- 27 **Ressources**

Changer de regard, de la curiosité à l'écoute

La curiosité est une part importante de la motivation à faire de nouvelles découvertes et à développer nos connaissances. Nous encourageons le développement des connaissances sur les enjeux et réalités des diversités sexuelle et de genre car ces connaissances sont nécessaires pour adapter les comportements, le langage, les services offerts et les mentalités. **Mieux comprendre et mieux nommer nécessitent de se familiariser avec des discours que l'on n'a pas l'habitude d'entendre : la curiosité doit donc laisser place à l'écoute.**

Parler des parcours **trans**, des obstacles à la **transition** ou de la vie quotidienne des personnes qui ne sont pas **cisgenres** dans notre société peut rapidement nous mener sur le terrain des sujets intimes,

S'éduquer comme allié.e

Faire ses propres recherches et ne pas dépendre des personnes trans, c'est champion.



La goutte d'eau qui fait déborder le vase

Les personnes trans sont plus souvent incitées ou forcées de répondre à des questions sur leur identité et leur vie intime que les personnes cisgenres. Il arrive souvent qu'on leur demande de divulguer leur ancien nom (le **morinom**), de parler de leurs organes génitaux actuels ou pré-transition, ou encore d'expliquer leur régime d'hormones. **Ces demandes sont pour la plupart innocentes, mais elles n'en sont pas moins intrusives et fréquentes, ce qui peut vite les rendre insupportables.**

Si une personne vous paraît exaspérée devant votre question, alors même que c'est la toute première fois que vous la posez, c'est sûrement qu'elle se l'est déjà faite poser tant de fois qu'elle se sent épuisée, embarrassée ou à bout rien qu'à l'entendre une fois de plus. Dans ce contexte, cette réaction n'est sans doute pas dirigée envers vous, mais c'est le signe que vous vouliez peut-être savoir quelque chose qui ne vous concerne pas. Si le contexte nécessite que vous posiez des questions sur l'intimité d'autrui, c'est à vous de faire de votre mieux pour favoriser un climat d'écoute et de respect.

« Trans » est un adjectif

Utiliser les mots de la diversité de genre adéquatement peut en dire beaucoup sur nos intentions et notre écoute.

- On parle de **personnes trans**. Les mots « trans », « transgenre », « transsexuel·le », « non binaire », « genderqueer », « queer » et autres sont des adjectifs.
- Il existe **plusieurs communautés** trans, non binaires et queers et non pas une seule « communauté LGBT ».

de l'historique médical, des traumatismes, etc. On s'attend souvent à ce que des individus concernés par ces réalités partagent leur expérience afin de nous permettre de la comprendre. Certaines personnes s'y adonnent volontairement dans le cadre de témoignages et de publications auxquelles elles ont consenti ou qu'elles ont elles-mêmes organisées. Néanmoins, s'attendre à ce que toute personne veuille faire ce type de partage, c'est s'attendre à un travail émotionnel et mental considérable (et souvent gratuit) qui peut créer beaucoup d'inconfort, d'anxiété et de mal-être.

Il est donc possible que votre curiosité ne soit pas accueillie favorablement. Il est possible que vous receviez des réponses négatives à des demandes d'entrevue ou à des questions spécifiques. Il est possible que l'on ne veuille pas vous répondre sur un ou plusieurs sujets. Dans ces cas de figure, vous devez accepter ces réponses sans insister. **Les refus ou rejets ne signifient pas qu'il est impossible pour vous de contribuer au travail sur ces enjeux, mais plutôt que d'autres approches sont à prioriser. Plusieurs outils sont offerts dans ce guide à cet effet.**

Faire preuve d'écoute, c'est :

- Avoir à coeur d'employer les mots qu'utilisent les personnes concernées plutôt que des termes qui reflètent des préjugés d'une autre époque.
- Savoir qu'on peut avoir tort même si l'on ne s'y attendait pas et même si l'on pense être bien informé·e ;
- Ne pas avoir peur de remettre en cause ses préconçus et de transformer ses pratiques ;
- Mettre à jour ses connaissances régulièrement ;
- Remettre régulièrement en perspective son intérêt, sa curiosité et ses opinions sur la transition de genre ;
- Accueillir les commentaires et les critiques constructives en matière d'amélioration des pratiques ;
- Faire savoir qu'on est ouvert·e aux commentaires sur nos pratiques ;
- Reconnaître que signaler des erreurs ou recommander des changements de pratique demande un effort important et remercier les personnes qui le font.

Prendre le temps d'apprendre

Lutter contre la marginalisation et l'exclusion des personnes trans est un enjeu social important à l'heure actuelle. Documenter les obstacles légaux, économiques et sociaux auxquels font face les communautés trans demeure crucial aujourd'hui. On peut ressentir le besoin d'agir dans l'urgence, d'informer la population ou de faire avancer ces travaux le plus vite possible. Cela dit, acquérir les outils et les connaissances nécessaires pour participer efficacement aux discussions est un travail continu qui prend du temps. **Se mettre en posture d'apprentissage sur le long terme permet aussi de prioriser la prévention des problèmes, plutôt que la réaction à des problèmes ponctuels à mesure qu'ils surgissent.**

Certaines méthodes de travail sur les enjeux trans sont plus rapides que d'autres ; elles n'ont pas toutes les mêmes objectifs. On priorise souvent le témoignage comme format d'intervention, surtout dans la presse : si cette méthode permet de faire entendre des opinions et de sensibiliser le public, d'autres approches sont nécessaires pour mettre en lumière certaines réalités collectives ou systémiques : l'enquête, le sondage, le panel consultatif, etc.

Agir dans l'urgence peut avoir des conséquences contre-productives.

Par exemple, quand on comprend mal les mots que quelqu'un·e utilise pour définir son genre ou quand on mégenre répétitivement des personnes, même sans

Le respect, c'est essentiel

En interagissant avec des personnes trans, il est tout aussi important de respecter les limites de chacun·e que de favoriser un consentement éclairé.



faire exprès, ces erreurs demandent un travail supplémentaire et peuvent détériorer le lien de confiance. Faire remarquer des erreurs à quelqu'un·e est souvent gênant et accapare une énergie que l'on aurait pu dépenser plus constructivement.

Il faut donc prendre le temps de s'informer et de se mettre à jour régulièrement sur ces problématiques qui évoluent rapidement. Cela implique d'aller chercher de la documentation pertinente et récente, d'entrer en contact avec des organismes ou des groupes qui agissent déjà sur ces enjeux, ainsi que de réfléchir à la place que l'on peut prendre dans la résolution de certains problèmes. En d'autres mots, **se consacrer à cet apprentissage, c'est adopter une posture alliée en laissant d'abord une place à des idées auxquelles on ne s'attendait pas. Ce faisant, on crée un espace pour faciliter le travail des personnes concernées au premier chef.**

Respecter et favoriser l'autodétermination

L'autodétermination est un principe central dans les luttes pour la reconnaissance de la diversité des genres et contre les dynamiques d'exclusion et de marginalisation, notamment des femmes, des personnes trans et des personnes non binaires.

L'autodétermination et l'auto-identification sont des processus qui permettent à une personne de décrire son genre, son attirance ou orientation sexuelle, ou d'autres pans de son identité et de son expérience. Cela inclut des réflexions et des ressentis par rapport à soi-même, ainsi que des réflexions par rapport aux mots que les autres utilisent et aux idées qui circulent dans nos communautés.

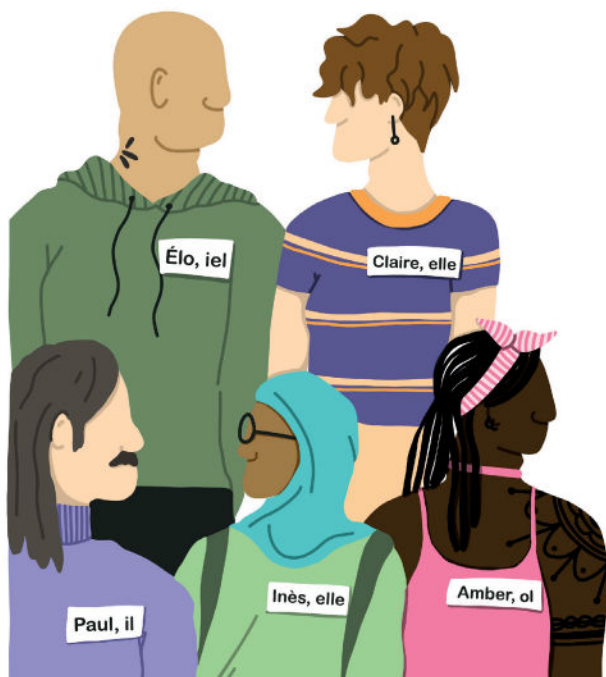
C'est un processus qui met de l'avant la connaissance de soi et le choix des mots qui font sens pour soi. Dans le contexte de l'identité de genre, cela signifie qu'une personne peut affirmer et exprimer son genre quoi qu'il en soit de son sexe assigné à la naissance, de son apparence physique ou des attentes qui y sont reliées.

Toute personne réfléchit et affirme son genre, qu'elle s'identifie au sexe qu'on lui a attribué à la naissance ou non. L'auto-identification n'est pas réservée qu'aux parcours trans; elle concerne tout le monde. L'exploration du genre et l'auto-identification ont lieu tout au long de la vie. Beaucoup de gens pensent que ces processus ne concernent que les adolescent·e·s et les jeunes adultes. Pourtant, des études montrent que l'identité de genre prend forme tôt dans l'enfance, dès l'âge de trois ou quatre ans. De plus, on n'est jamais trop âgé·e pour explorer son identité et son expression de genre, son orientation et ses pratiques sexuelles, ou pour changer sur un ou plusieurs de ces plans.

En apprendre davantage sur le genre de quelqu'un·e peut nous surprendre ou nous demander un temps d'adaptation. Cependant, nier ou douter du genre d'une personne n'a aucun sens: ce serait prétendre pouvoir se mettre à sa place ou la connaître mieux qu'elle se connaît elle-même (ce qui est impossible).

Demander les pronoms, cela va de soi

Exprimer et représenter le genre passent le plus souvent par la langue : par exemple, demandez les pronoms utilisés par une personne.



Les mots qu'on utilise au quotidien peuvent signifier aux autres qu'on les entend et qu'on les respecte. Imaginons le contexte d'une entrevue à propos des impacts de la pandémie de Covid-19 sur

l'industrie de la programmation. On rapporte les propos de Jacynthe. Elle a parlé d'elle au féminin tout le long de l'entrevue. Elle n'a pas mentionné être trans durant l'entrevue.

✓ «Jacynthe travaille pour cette compagnie depuis 5 ans. Elle rapporte que...»

On nous donne ici une information claire et directe. Le genre de Jacynthe n'est pas au centre du propos.

✗ «Jacynthe, qui s'identifie comme femme et préfère le pronom elle, travaille pour la compagnie depuis 5 ans. Elle rapporte que...»

Ce passage, plus long, ajoute des informations qui insinuent que Jacynthe est trans alors qu'elle ne nous l'a pas dit en entrevue. En plus d'être plus compliquée que nécessaire, cette formulation traduit un jugement de la part de la personne qui écrit l'article. Elle sous-entend aussi que le genre de Jacynthe est artificiel (elle «s'identifie comme»; elle «préfère» tel pronom). Ce type de formulations est à éviter.

✗ «"Jacynthe", un homme biologique devenu femme, travaille pour la compagnie depuis 5 ans. Il rapporte que...»

C'est un exemple de pratique aussi mal avisée que violente. Là encore, le genre de Jacynthe est inutilement mis en évidence et perçu comme artificiel (avec les guillemets autour de son prénom). De plus, la personne qui écrit l'article décide de mégenrer Jacynthe et d'offrir sa propre interprétation du genre et des caractéristiques biologiques de Jacynthe. Ce type d'attitudes est évidemment à éviter.

Un langage en constante évolution

Soutenir les communautés trans, c'est aussi s'informer sur les différentes façons dont celles-ci se décrivent, loin d'une approche pathologisante et stigmatisante



Qui décide qui est trans?

Le fait d'être trans était généralement considéré comme une pathologie, notamment tel que décrit par les manuels diagnostiques internationaux (voir: les anciennes versions du DSM de l'American Psychiatric Association, et la CIM de l'Organisation mondiale de la santé). Dans ce contexte, c'est le corps médical qui établissait les critères du statut trans. Aujourd'hui, au Québec, l'accès à certaines interventions dans le cadre d'un parcours de transition médicale requiert encore un diagnostic (notamment de dysphorie de genre) si le parcours de transition est pris en charge dans le secteur public. Cependant, être trans tend à ne plus être considéré comme une maladie à « soigner ». Ce qui est à soigner, c'est la détresse et le mal-être causés par la dysphorie de genre. Un parcours trans est donc pris en charge par le corps médical seulement si des interventions médicales sont désirées par la personne trans. Il revient à la personne en question de s'autodéterminer: c'est elle qui décide si elle se présente en tant que personne trans.

Le consentement libre et éclairé

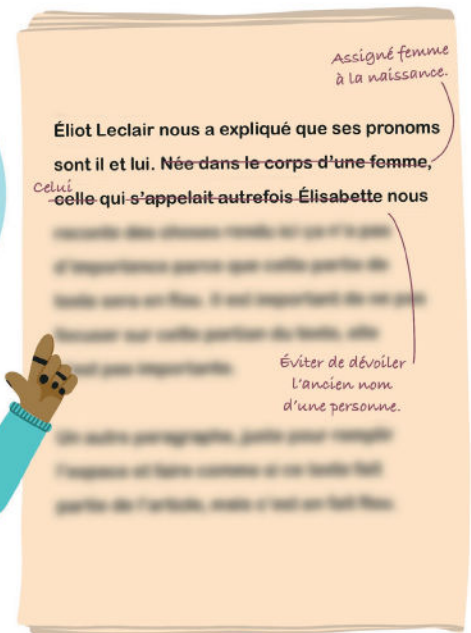
Consentir de manière éclairée, c'est exprimer son accord alors qu'on est en mesure de comprendre ce qu'il va se passer ainsi que les conséquences de ce consentement. Le consentement éclairé s'accorde avec l'idée d'autodétermination: la personne qui consent est responsable de ses propres décisions; elle n'est soumise à aucune pression extérieure et elle a tous les outils nécessaires pour faire le choix qui lui convient. **Permettre le consentement éclairé est tout particulièrement important dans le contexte de l'interaction avec des personnes trans.** Par exemple, le dévoilement d'un statut trans peut avoir des conséquences dommageables, voire dangereuses, lorsque la personne trans ne contrôle pas l'étendue du dévoilement. Si une personne est ouvertement trans à l'école ou auprès de ses ami·e·s, ce n'est peut-être pas le cas dans sa famille ou au travail. Donner l'occasion à une personne trans de consentir de manière éclairée, c'est notamment lui faire savoir:

- les conditions et le but dans lequel ses propos sont recueillis;
- l'étendue de la confidentialité de ses propos, ainsi qu'où et quand ses propos seront diffusés s'il y a lieu;
- quelles questions et quels sujets seront abordés (durant l'entretien, l'entrevue, etc.);
- si le produit fini pourra être amendé et sous quelles conditions;
- si ses propos seront utilisés dans d'autres contextes ou à d'autres fins;
- pendant combien de temps ses propos seront rendus publiques (en ligne, par exemple);
- Il est important de bien expliquer les conséquences à long terme d'un partage d'informations personnelles: par exemple, un·e jeune trans motivé·e à partager son parcours aujourd'hui doit pouvoir se demander comment ce partage influencera sa vie future.

Différencier l'assignation du sexe à la naissance, l'identité et l'expression de genre

La rédaction épiciène et le langage inclusif

Pour comprendre les réalités de la diversité des genres, on doit distinguer plusieurs notions. Le sexe est un concept qui a plusieurs sens dans des contextes légaux et médicaux. Il sert, entre autres, à classer les individus par l'observation des organes génitaux externes. Dans le milieu médical, d'autres caractéristiques biologiques et physiologiques participent à cette notion de sexe: les gonades (ovaires, testicules), les hormones, les chromosomes, ainsi que certaines caractéristiques anatomiques qui se développent à la puberté comme les glandes mammaires. En droit, la notion de sexe sert aussi à traiter de discrimination basée sur le genre des personnes. Au Québec, trois catégories de sexe sont reconnues par l'État depuis 2022 (art. 70.1 CcQ).



La **mention de sexe** (parfois appelée « mention de genre ») désigne la mention M, F ou X qui figure sur les documents d'identification d'une personne (art. 24.1 du *Règlement relatif au changement de nom et d'autres qualités de l'état civil ainsi qu'à la substitution du prénom usuel*, CCQ r-4.).

Désigner le genre les personnes trans

À l'oral comme à l'écrit, on désigne les personnes selon leur genre affirmé et non pas selon leur sexe assigné à la naissance.

En général, les hommes trans sont assignés « fille » à la naissance. Ce sont des hommes. Pareillement, les femmes trans sont assignées « garçon » à la naissance. Ce sont des femmes.

Les personnes non binaires, genderqueer, agenres ou autres sont le plus souvent assignées « garçon » ou « fille » à la naissance. Là encore, on s'adresse à elles et on parle d'elles suivant leur genre affirmé.

La mention de sexe peut être modifiée en cas de transition de genre, sans égard aux interventions médicales effectuées.

La notion de genre désigne les rôles sociaux, les expériences et le sentiments qui donnent suite à l'attribution du sexe dès la naissance de l'enfant. Le genre d'une personne peut s'aligner avec le sexe assigné ou en différer à différents degrés. Alors que le sexe est déterminé par un ensemble de normes légales et médicales, le genre est déterminé au cours de la vie d'une personne par son entourage puis par elle-même. Le point commun entre le sexe et le genre est que ce sont des idées généralement appréhendées dans un cadre **binaire**, qui oppose mâle et femelle, homme et femme, masculinité et féminité. Ce cadre binaire est façonné par notre contexte social et culturel. Il affecte encore aujourd'hui la santé et les droits fondamentaux des personnes dont les caractéristiques sexuelles et/ou l'expression de genre ne correspondent pas aux stéréotypes binaires (voir, par exemple, l'exception à l'art. 268 (3) a) du *Code criminel*, concernant la mutilation d'enfants nés intersexes).

L'expression de genre est souvent, elle aussi, confondue avec le genre ou avec

la mention de sexe qui figure sur les documents officiels. **L'expression de genre, c'est la façon dont une personne exprime son genre, qu'elle soit seule, ou devant d'autres personnes:** sa façon de s'habiller, sa coupe de cheveux, son maquillage, etc. L'expression de genre permet souvent de signaler le genre qui nous correspond aux personnes qui nous entourent. La possibilité d'exprimer notre genre est un facteur de bien-être intérieur.

Étant donné leur **fluidité, le genre et l'expression du genre peuvent évoluer au cours de la vie.** En d'autres termes, certaines personnes s'identifient à un même genre toute leur vie dès l'enfance, d'autres non.

Par ailleurs, **l'attirance et l'orientation ne sont pas causées par le sexe, le genre ou l'expression de genre.** Par exemple, un homme peut être gai, bisexuel, hétérosexuel, asexuel ou autre sans égard à son expression de genre, quelle que soit la manière dont il s'habille, dont il parle, dont il se maquille, etc. Les hommes cisgenres ont toutes sortes de pratiques sexuelles. De la même manière, le fait qu'un homme soit trans ne dicte pas sa son orientation ni ses pratiques sexuelles.

Mieux nommer la diversité des corps

Souvent, on est tenté de dire d'une personne «c'est un homme/une femme biologique» pour caractériser son sexe assigné à la naissance ou son rôle dans la reproduction. Ces expressions sont blessantes pour de nombreuses personnes trans: elles disent que leur sexe assigné à la naissance définit leur genre. Mais ces expressions sont aussi trompeuses car les corps et les apparences physiques sont diverses, que l'on parle de personnes trans ou non. Les femmes et les hommes ont toutes sortes de caractéristiques biologiques (capacités reproductrices, organes génitaux, taux d'hormones, etc.) selon leur sexe assigné, mais aussi leur âge et leur historique médical. L'idée selon laquelle il y aurait un seul modèle d'homme et de femme "biologiques" est un mythe qui ignore cette variété réelle des corps.

Reconnaître cette diversité est possible et bénéfique. Par exemple, on peut :

- **Faire la distinction entre les termes qui se rapportent au genre et les termes qui se rapportent aux caractéristiques biologiques.** « Êtes-vous enceinte ou allaitez-vous? » est suffisant. Il n'est pas nécessaire d'ajouter « Si vous êtes une femme » : car toutes les personnes comprendront la question, quel que soit leur genre.
- **Poser des questions plus directes.** Dans le contexte d'un examen médical, par exemple, poser des questions sur les organes auxquels on s'intéresse plutôt que sur le genre permet de gagner en précision et en clarté : au lieu de « Biologiquement, est-ce que vous êtes une femme? », demander plutôt « Avez-vous un utérus? » ou « Avez-vous des règles? »

Par contre, **la transition de genre peut influencer la manière dont une personne parle de son orientation sexuelle.**

Par exemple, il est possible qu'un homme trans qui s'identifiait auparavant comme lesbienne s'identifie à présent comme un homme hétérosexuel : son attirance envers les femmes ne change pas, mais les mots qu'il utilise changent, parce que son genre change. De la même manière, lorsqu'une personne transitionne, son, sa ou ses partenaires peuvent changer

leurs « étiquettes » d'orientation sexuelle : un homme cis qui s'identifiait comme gai mais dont la partenaire est une femme trans peut utiliser un autre terme dorénavant, comme « queer ».

Faire la différence entre l'assignation du sexe à la naissance, le genre, l'expression de genre et les pratiques sexuelles peut permettre d'avoir moins de préjugés et de prendre conscience de la diversité des corps sexués, des parcours et des désirs.

Reconnaître la diversité des parcours de transition

On appelle « transition » un ensemble de parcours sociaux, médicaux et légaux qui permettent aux personnes trans d'affirmer leur genre. La transition n'est pas un trajet en ligne droite d'un point A à un point B. Une personne peut effectuer une transition de genre sur plusieurs plans.

Transition médicale : entreprendre des procédures d'affirmation de genre par divers changements corporels tels que l'hormonothérapie et la (les) chirurgie(s) (féminisation du visage, double mastectomie, mammoplastie, metoidioplastie, phalloplastie, ovariectomie, vaginoplastie, etc.).

Transition sociale : faire reconnaître son identité de genre, affirmer son ou ses pronom·s et les mots que l'on souhaite que les autres utilisent pour parler de nous, et exprimer plus librement son genre dans

son entourage, sa famille, au travail, à l'école, ou autre. La transition peut se faire dans une ou plusieurs sphères de la vie (à l'école mais pas à la maison, par exemple).

Transition légale: faire changer ses documents auprès du Directeur de l'État civil (acte de naissance, par exemple) et ses informations d'identification auprès de différentes institutions (Revenu Québec, banque, assurance maladie, permis de conduire, etc.

Bien sûr, certaines procédures ont des effets à plusieurs de ces niveaux. Par exemple, la pousse de la barbe (résultant de la prise de testostérone) et l'épilation laser du visage sont des changements corporels qui peuvent avoir des impacts interpersonnels comme un plus grand bien-être en société et la diminution du mégenrage.

Une transition de genre n'est pas une « transformation » !

« Transition » est le mot généralement accepté par les communautés trans pour désigner les étapes d'une affirmation de genre. Il ne s'agit pas d'une « transformation » : ce mot « transformation » sous-entend que l'on aurait affaire à un changement radical à tous les niveaux de la vie d'une personne, voire à une personne différente. Bien sûr, la transition de genre a des impacts à plusieurs niveaux de la vie sociale, familiale et professionnelle. Cependant, loin de « se transformer », les personnes trans insistent plutôt sur le fait qu'elles se réalisent, s'affirment et deviennent plus fidèles à elles-mêmes en transitionnant. Certaines personnes emploient le terme « transformation » pour désigner leur parcours : il convient d'employer ce terme pour reprendre leur formulation en contexte d'intervention.

La transition, les apparences et la crédibilité

Dans notre société, **la perception du genre des personnes est une habitude presque inconsciente.** Parfois, on juge qu'une personne est cis parce que son apparence nous semble conforme aux différents codes de la masculinité ou de la féminité. Parfois, on pense qu'une personne est trans ou non binaire lorsque son apparence ne nous semble pas conforme à l'un des deux genres majoritaires.

Or, de nombreuses personnes qui ne sont pas cisgenres sont perçues comme cisgenres au quotidien. Par exemple, de nombreuses personnes transitionnent d'une manière qui s'aligne avec les normes de leur genre choisi, pour leur bien être et parfois pour leur sécurité. En effet, le **cissexisme**, le risque de violences et les micro-agressions peuvent pousser les personnes trans à viser une apparence conforme aux **stéréotypes de genre**.

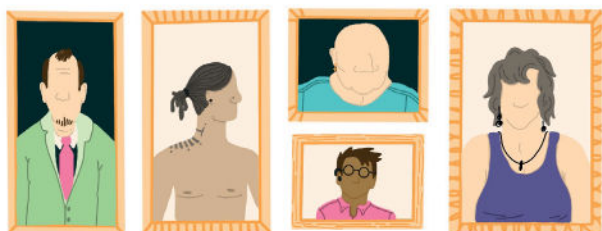
Défaire les préjugés prend du temps. Cependant, **les présuppositions basées sur l'apparence ou le genre présumé posent problème lorsqu'elles nous empêchent d'accorder la même considération et la même crédibilité à chacun·e.** Certains parcours de transition font en sorte qu'il est plus ou moins facile de correspondre aux normes de genre établies mais toute personne, sans égard à son parcours, est digne de respect et d'être entendue pour qui elle est. En ce sens, il est important d'écouter ce que les personnes trans ont à dire plutôt que de chercher à évaluer si leur statut trans est « crédible » ou « véridique ».

Si une image vaut mille mots, on espère que celle-ci suffira*.

Toutes des pommes ?



Tous des hommes !



*s'applique aussi à toutes les autres identités de genre.

Aussi, il est important de souligner que les besoins de toustes sont différents et que tout le monde n'a pas les mêmes options. Certaines personnes trans ne transitionnent pas ou le font seulement plus tard dans leur vie. Cela peut être une préférence ou bien le résultat de certaines contraintes liées à leur milieu de vie. Souvent, les personnes non binaires qui transitionnent doivent faire avec des stéréotypes de genre binaires, ce qui peut influencer leur rapport aux possibilités légales, médicales et sociales.

Des changements légaux récents

Historiquement, la transition désigne un processus légal et médical de «réassignation» suivant un modèle **cisnormatif**. Entre 1978 et 2015, il s'agissait donc de forcer une personne à être «réassignée» au «sexe opposé». Il s'agissait de faire en sorte que la **mention de sexe**, l'anatomie, l'**identité de genre**, l'**expression de genre** et la sexualité soient alignées. En d'autres mots, il fallait que tous ces éléments soient ou bien masculin ou bien féminins, selon les stéréotypes de genre **hétéronormatifs** et cisnormatifs. Ce contrôle du statut trans sans égard à l'autodétermination est encore présent mais ses conditions évoluent. En effet, avec les luttes sociales féministes, gaies et lesbiennes, la défense des droits LGBTQ+ et le militantisme trans des dernières décennies, les idées concernant l'autodétermination et la diversité des genres sont davantage intégrées, autant au niveau de l'État que dans le milieu médical. Les standards de soins et les politiques gouvernementales se voient modifiés en conséquence. Aujourd'hui au Québec, il est admis que les besoins et les désirs des personnes trans sont variés. Par exemple, depuis 2015, les chirurgies ne sont pas requises pour accéder à un changement de nom et de mention de sexe. La Charte québécoise interdit la discrimination basée sur l'identité et l'expression de genre. Néanmoins, il reste beaucoup de travail à accomplir pour reconnaître et soutenir les parcours de transition dans leur diversité.

De plus, **d'autres facteurs comme le fait d'être une personne noire, autochtone ou de couleur, ou encore le fait de vivre avec un handicap, peuvent influencer l'accès à la transition et la manière dont le genre des personnes est perçu au quotidien.**

Les parcours de transition sont le résultat de décisions qui sont prises pour des raisons de bien-être et de santé. Par exemple, une ou plusieurs chirurgies sont nécessaires pour certaines personnes, alors que des moyens comme le port de vêtements de compression ou d'accessoires prothétiques satisfont d'autres personnes.

Les parcours de transition sont aussi influencés par diverses contraintes. Par exemple, des facteurs socioéconomiques et institutionnels influencent la manière dont une personne vit sa transition. Les listes d'attente pour l'hormonothérapie et les chirurgies sont longues et les frais sont souvent élevés. Selon l'emploi occupé, il n'est pas toujours possible de prendre congé afin d'entreprendre une transition médicale et des sacrifices importants peuvent être nécessaires quant aux études ou à la carrière entreprise.

Enfin, chaque personne définit elle-même la finalité de sa transition. Certaines personnes cessent de s'identifier comme trans après avoir franchi certaines étapes médicales ou sociales. D'autres s'identifient comme trans toute leur vie ou considèrent que la transition n'est pas un processus à «terminer». **Il n'y a donc ni étapes standard ni passages obligatoires mais une diversité de parcours et de perspectives.**

Quand on demande à une personne si elle a «fini» sa transition ou si sa transition est «complétée», on veut souvent savoir, en fait, quelles chirurgies elle a choisi et si elle a eu une chirurgie du bas, ou encore quand elle a commencé à transitionner. Ce type de considérations est très intime et ne doit être abordé que dans le cadre d'un questionnaire de santé pertinent ou d'une conversation qui s'y prête.

D'une part, la plupart des gens ne souhaitent aborder le rapport au corps, la perception de soi et l'historique médical qu'avec leur médecin et leurs proches.

D'autre part, ces questions révèlent des préconçus sur ce que doit être une transition de genre: «As-tu eu la grande opération?», «Ça ne se voit pas du tout que vous êtes trans, cela fait longtemps que vous avez fini de transitionner?», «Quand est-ce que tu vas faire ton changement de nom?», «Je ne comprends pas, vous êtes non binaire mais vous voulez une poitrine d'homme?» Autant de questions qui ne valent vraiment pas la peine d'être posées.

Prendre conscience des contextes particuliers et des obstacles à surmonter

Les personnes trans vivent toutes sortes d'expériences, non seulement parce que leurs parcours de transition sont divers mais aussi parce que leurs contextes socioéconomiques, leurs origines, leurs professions et leurs statuts d'emploi, leurs milieux de vie et leurs familles sont différentes.

Une personne non binaire n'aura pas la même expérience selon qu'elle habite **dans une grande ville ou en milieu rural**, selon qu'elle accède facilement ou difficilement aux soins dont elle a besoin et selon qu'elle est entourée de personnes qui comprennent ou qui nient son identité.

Une personne trans et blanche **employée dans une entreprise ouverte et informée** par rapport aux réalités trans n'aura pas le même parcours qu'une personne trans et racisée (noire, autochtone ou de couleur) faisant face à des **discriminations à l'embauche et au quotidien**.

Un·e jeune trans scolarisé·e dans un établissement ayant mis en place des **mesures d'ouverture** à la diversité des genres n'aura pas la même expérience à l'école et dans sa vie adulte qu'un·e jeune

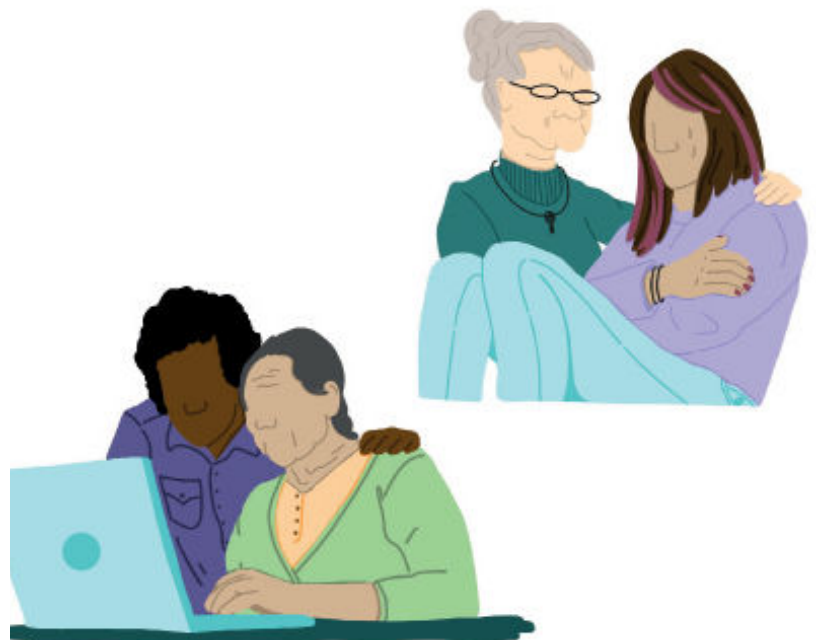
plus isolé·e.

Une personne ayant les **moyens financiers** pour accéder aux interventions d'affirmation de genre qu'elle désire vivra son quotidien différemment d'une personne n'ayant pas ces moyens.

Une personne trans **immigrante**, dont les documents d'identification mentionnent le mauvais prénom et la mauvaise mention de genre, pourra faire face à davantage d'obstacles à sa sécurité, sa santé et son bien-être (difficulté à trouver un logement, un emploi, etc).

Appuyer l'autodétermination des communautés trans

Soutenir les communautés trans en tant que personne cis, c'est favoriser le soutien par les pair·e·s et offrir son aide dans le cadre de projets menés par et pour les personnes trans.



Ces exemples montrent que le fait d'être trans n'est pas vécu de la même manière par tout le monde. **Être trans s'articule avec d'autres pans de l'identité et du vécu. Ces autres facteurs physiques, psychologiques et systémiques ne sont pas négligeables.** Au contraire, il est indispensable de les prendre en compte car ils définissent les parcours des personnes

trans. C'est ce que l'on appelle un point de vue intersectionnel sur les enjeux trans.

Le travail d'adaptation des pratiques professionnelles et l'effort pour de meilleures représentations médiatiques doivent considérer ces intersections. Sans cela, ils risqueraient de reconduire des dynamiques d'exclusion.

Valoriser l'expertise de personnes concernées

Encore aujourd'hui, les personnes le plus souvent sollicitées en tant qu'expertes des enjeux trans sont cisgenres; les articles et reportages journalistiques sont montés et commentés par des personnes cisgenres; les codes de conduite ou guides de meilleures pratiques en milieu professionnel sont souvent conçus et rédigés par des comités à majorité cisgenre. Or, **sans apport de la perspective des personnes concernées au premier chef, même les meilleures intentions et efforts pour s'informer produisent des résultats inégaux (manque de nuance, erreurs de vocabulaire, oublis, etc).** Faire appel à cette perspective incarnée est donc significatif. Il importe de le faire de manière responsable et respectueuse.

Il arrive souvent que des personnes trans soient interrogées ou consultées juste avant l'entrée en vigueur d'une nouvelle pratique: il s'agit en général de sollicitations de dernière minute pour obtenir un témoignage, recueillir des suggestions pour faire de petits

ajustements, ou encore valider le contenu d'une politique déjà terminée. Ainsi, les commentaires critiques, même les plus constructifs, ne peuvent pas être pris en compte par manque de ressources ou de temps. Ce type de sollicitation des personnes trans donne l'impression que le travail a été accompli dans une optique d'alliance et d'ouverture et que des personnes concernées « approuvent » les changements: en fait, les personnes concernées par le travail n'ont pas été en mesure d'y contribuer significativement.

Par ailleurs, la participation de personnes trans est souvent recherchée pour apporter des témoignages personnels plutôt que pour relayer les connaissances et les analyses produites par des communautés. Ce type de participation des personnes trans est le plus souvent bénévole, alors que les personnes cisgenres sont rémunérées pour leur travail. En somme, le point de vue, l'expertise et le contrôle du discours sur ces enjeux restent entre les mains des personnes cisgenres. Malgré les meilleures

Construire ensemble un monde dépassant la cisnormativité, ce sera toujours gagnant !

intentions de ces dernières, de telles dynamiques renforcent une compréhension **cisnormative** des enjeux trans.

Pour changer les représentations et faire évoluer les discours, **solliciter les contributions de personnes trans en amont doit permettre de les valoriser et de les intégrer dans les pratiques courantes.** Aujourd'hui, les meilleures ressources concernant les enjeux trans se basent sur les expertises et les expériences de personnes concernées. Ces dernières y sont valorisées en amont dans la conception des projets et intégrées aux équipes de travail en tant que consultantes ou employées.



Passer le micro, un geste allié

Tendre le micro aux personnes trans témoigne d'une écoute et d'une ouverture mais ce geste a des impacts limités. Les entrevues et les témoignages peuvent évidemment être utiles dans certains contextes mais d'autres moyens de valoriser et d'écouter les perspectives trans existent.

Passer le micro, c'est combattre l'instrumentalisation des personnes trans, c'est-à-dire, faire place à l'émergence d'enjeux qu'on ne connaissait pas ou auxquels on ne s'attendait pas plutôt qu'aller confirmer des informations sur un sujet que l'on comprend déjà. C'est aussi donner la possibilité aux personnes sollicitées elles-mêmes de faire entendre les voix qu'elles jugent nécessaire d'écouter. Ainsi, passer le micro peut mieux refléter et concrétiser la diversité des parcours trans aux yeux des personnes qui n'en avaient pas conscience, tout en créant un espace d'émancipation et de changement social. Il s'agit par exemple de :

- Recruter une ou plusieurs personnes concernées pour diriger un projet
- Favoriser l'inclusion de personnes concernées au sein des équipes de travail à long terme
- Faire appel à un panel consultatif en amont des projets (pour concevoir une étude, commenter les pratiques existantes, émettre des recommandations, etc.)
- Financer ou offrir les ressources matérielles nécessaires à des travaux menés par et pour la communauté concernée (location de salle, matériel audiovisuel, frais de déplacement, etc.)
- Offrir une tribune ou relayer les travaux existants de personnes concernées (inclure des hyperliens vers leurs sites web, citer leurs travaux, etc.)

Un mot sur la langue

Aujourd'hui, utiliser la langue orale et écrite de manière plus inclusive est recommandé par plusieurs institutions, telles que l'Office québécois de la langue française et le Bureau de la traduction du Canada. Les tournures et le vocabulaire épïcènes (qui valent pour tous les genres) permettent une plus grande représentativité de nos discours.

Faire appel à ces outils inclusifs est important, à la fois lorsqu'on s'adresse à un groupe de personnes de genres divers et lorsqu'on s'adresse à une personne sans savoir comment la genrer ou quels termes utiliser pour nommer son genre. En effet, exprimer et représenter le genre passent le plus souvent par la langue.

Au delà de ces pratiques plus inclusives, de nombreuses personnes trans, non binaires et queers élaborent aussi des mots qui leur permettent de faire exister la diversité de genre dans la langue. **Cette créativité linguistique a lieu depuis plusieurs décennies et dans plusieurs langues (anglais, français, espagnol, etc.).**

Dans la francophonie, les communautés concernées utilisent des pronoms et des termes néologiques qui dépassent les deux genres grammaticaux de la grammaire standard (masculin et féminin). Aujourd'hui, ces pratiques tendent à devenir plus visibles et plus répandues. Certaines grammaires

non officielles répertorient les pratiques linguistiques qui ont cours dans leur milieu afin de les systématiser ou d'en garder la trace. Néanmoins, ces outils ont avant tout pour fonction de permettre aux personnes qui en font l'usage d'affirmer leur genre au quotidien. Ainsi, **ce sont des outils qui appartiennent aux communautés trans, non binaires et queers et qui évoluent rapidement, au rythme des discussions qui ont cours dans ces communautés.**

Dans le contexte canadien et québécois, quelques précisions s'imposent. Tout d'abord, il faut garder à l'esprit qu'**il n'y a pas qu'une seule manière de naviguer l'expression du genre entre le français et l'anglais**: cela dépend du milieu et de l'entourage de chacun·e. Par exemple, une personne qui utilise le pronom *they* en anglais peut utiliser un équivalent épïcène en français, tel que *iel* ou *ol*, ou bien utiliser l'un des deux pronoms standard (*il* ou *elle*), ou bien alterner entre ces deux pronoms standard. Ces choix dépendent de considérations personnelles autant que des groupes avec lesquels la personne interagit au quotidien. Par exemple, si l'entourage de la personne n'est pas prêt, motivé ou capable d'utiliser des néologismes couramment, d'autres options sont alors mobilisées.

Entre les normes et la vie quotidienne, que faire et comment faire?

Selon votre milieu professionnel, ses politiques internes et votre public cible, il est plus ou moins facile de faire preuve de flexibilité linguistique. Nous encourageons néanmoins l'évolution et l'adaptation des pratiques autant que possible. Voici quelques outils spécifiques à des situations courantes :

- À l'oral comme à l'écrit, **utiliser les mots que la personne avec qui on interagit utilise pour se définir (titre, métier, occupation, etc.)**: écouter comment les personnes parlent d'elles-mêmes et utiliser ces termes
- **Privilégier des tournures et un vocabulaire épiciènes**, surtout lorsqu'on s'adresse à une personne non binaire ou dont on ne connaît pas le genre. Par exemple : « Est-ce que cela vous surprend? » plutôt que « Êtes-vous surpris-e? »
- **Préférer d'autres formules de politesse aux titres de civilité** (Monsieur, Madame) lorsque c'est possible. Certaines personnes genderqueer ou non binaires préfèrent le titre Mx (prononcé « mix »)
- **Dans une première conversation ou rencontre, poser des questions pour convenir des mots à utiliser** : « Quel est votre nom? Quel est votre pronom? » ; « Vous êtes le parent de cet enfant? Est-ce que vous dites « mère », « père » ou autre chose? »
- **Faire preuve de transparence et être explicite** : « Je n'ai jamais utilisé ce pronom ; je vais faire de mon mieux. » ; « Comment écrivez-vous ce pronom? Pouvez-vous l'épeler? » ; « Est-ce que cela vous convient si je dis/j'écris ... »
- **Se rattraper sans se justifier lorsqu'on fait une erreur** ou qu'on **mégenre** une personne : « Mes excuses! Je prends note. » ou « Ah, pardon. Aucun problème. » plutôt que « Oh non, je m'excuse, c'est parce que j'avais l'impression que... »
- Dans un sondage, une étude statistique ou un formulaire, si des catégories genrées sont inévitables (mention de sexe, genre, identification), considérer la possibilité d'un champ de réponse libre, d'une option « Autre » ou d'une option « Préfère ne pas répondre ».
- Dans un article ou autre publication écrite, mettre une note pour expliquer les néologismes : par exemple, « Alexis est auxiliaire d'enseignement. Tous les jours, iel corrige des copies. Ses collègues travaillent avec ellui dans un local dédié de l'établissement. (...) Note : Alexis utilise les pronoms *iel* (qui remplace *il* ou *elle*) et *ellui* (qui remplace *elle*, *lui*). »

Le principe d'autodétermination s'applique ici aussi. Il n'y a pas de pression à utiliser un langage neutre ou genré en fonction de son identité ou de son apparence physique. Personne n'a plus raison ou tort de choisir les mots qui lui conviennent. De plus, on ne peut pas deviner quels mots conviennent mieux à une personne sans l'écouter ou lui demander. L'important, c'est de rester à l'écoute et d'éviter les généralisations. Par exemple, être non binaire, queer ou autre n'oblige pas à utiliser un langage neutre pour se définir. Inversement, certaines personnes qui se reconnaissent dans la féminité ou la masculinité peuvent aussi

s'approprier un vocabulaire épïcène s'il leur convient mieux.

Enfin, **respecter la diversité des mots et des usages, c'est s'informer sur les différents contextes propres aux mots.** Par exemple, le vocabulaire employé dans ce guide reflète le contexte québécois et nord américain, comme l'usage du mot « trans » et le terme « non binaire ». Ailleurs dans la francophonie, d'autres langues et dans d'autres cultures, on voit différents mots de la diversité de genre. Il est important de refléter autant que possible les idées propres à chaque milieu plutôt que d'appliquer les mots de notre propre contexte à d'autres réalités.

Pronoms neutres: quelques exemples

Les pronoms inclusifs *iel* et *ille* sont courants au Québec et ailleurs dans la francophonie. Le pronom *iel* est reconnu par certains dictionnaires et accepté en tant que traduction du pronom *they* en anglais, surtout au singulier pour désigner une personne non binaire ou non conforme dans le genre (Bureau de la traduction du Canada 2022). La logique de combinaison (il + elle) s'applique aux autres éléments grammaticaux genrés: *cellui* (celui, celle), *celleux* (ceux, celles), *ellui* (lui, elle), *maon*, *taon*, *saon* (mon, ma; ton; ta; son, sa).

Exemple: Ce soir, ille va marcher au parc et sa mère viendra avec ellui.

Ceci s'applique aux terminaisons des mots, ou bien en utilisant le point médian (·), le point (.) ou le tiret (-), ou bien en combinant le masculin et le féminin.

Exemples: Iel est heureuse. Alexis est content·e.

D'autres pronoms, dits neutres, tels que *ya*, *ol* ou *ul* ne sont pas basés sur les pronoms binaires. Il existe différentes propositions de grammaire neutre et un riche éventail de néologismes neutres à travers la francophonie.

Exemple: Man cousan sera là, je viendrai avec ol.

Le plus souvent, ces néologismes s'appliquent au genre des personnes et non pas aux objets inanimés.

Lexique

Comme sur n'importe quel autre sujet, les mots que nous utilisons au jour le jour ont souvent plus d'un sens. Certaines définitions ne sont pas consensuelles et certains termes demanderaient une explication plus longue. Restons donc à l'écoute du sens que chacun·e donne aux mots et à leurs contextes (région, pays, langue première, histoire).

Assignation à la naissance : Processus dans lequel une mention de sexe est déterminée pour l'inscription à l'état civil, en général par un examen sommaire des organes génitaux externes. Cette assignation définit le plus souvent le genre qu'on attribue à une personne dès le début de sa vie.

Attirance et orientation : L'attirance est le fait de désirer un rapprochement physique, affectif, romantique ou sexuel avec une personne. Certaines personnes n'éprouvent pas d'attirance d'un ou plusieurs de ces types (personnes asexuelles, aromantiques, etc.). On définit souvent l'attirance en fonction de l'identité des personnes impliquées : on parle alors d'orientation. Par exemple, les termes *homosexualité*, *hétérosexualité*, *bisexualité* et *pansexualité* désignent des orientations. Tout le monde peut définir son attirance et autodéterminer son orientation. L'attirance et l'orientation peuvent évoluer au cours de la vie.

Rendre les espaces inclusifs

Rendre les espaces inclusifs est un travail sérieux et de longue haleine. Transformons les milieux de vie du salon de coiffure au chantier de construction !

ATTENTION ATTENTION ATTENTION ATTENTION
ZONE INCLUSIVE ZONE INCLUSIVE ZONE INCLUSIVE ZONE INCLUSIVE



Binarité (des genres): La binarité des genres est le système qui façonne notre compréhension du genre aujourd'hui dans notre société occidentale et coloniale. La binarité des genres (homme et femme) est basée sur la reconnaissance légale de deux sexes (M et F) auxquels sont associés des stéréotypes de genre (masculins et féminins).

Cisnormativité: Terme issu de la recherche par et pour les personnes trans, qui désigne le système dans lequel être cisgenre est imposé, attendu, et présupposé comme la norme. Nous vivons dans une société cisnormative : la continuité entre le sexe assigné à la naissance, le genre et l'expression de ce genre définit ce qui est « normal » et « valide ».

Cissexisme: Terme issu de l'activisme et de la recherche par et pour les personnes trans, qui désigne les dynamiques opprimantes et discriminatoires ayant cours dans une société cisnormative. Une attitude ou une dynamique cissexiste consiste, par exemple, à présumer que tout le monde est cisgenre, à priver de services essentiels les personnes qui ne se conforment aux stéréotypes de genre, ou encore, à nier ou à se méfier des identités et expressions de genre qui se situent en dehors de la binarité homme-femme. De telles dynamiques (systémiques) et attitudes (directes ou indirectes) sont aussi dites transphobes. Le terme *transphobie* souligne davantage la peur (phobie) inhérente à l'attitude discriminatoire, plutôt que les préjugés qui causent cette peur.

Cis(genre): Une personne cisgenre ou cis est une personne qui s'identifie de manière non-coercitive au genre qui lui a été assigné à la naissance.

Diversité de genre: Expression qui désigne l'ensemble des genres et qui présuppose leur pluralité en termes d'identités (femme, homme, non-binaire, agendre, etc.) et de parcours (trans, cisgenre, etc.). Dans certains contextes, cette expression désigne seulement les identités et les parcours autres que cisgenres et binaires.

Drag: Les pratiques de drag visent la performance d'un genre de façon ostentatoire, souvent sur scène et devant un public, dans un but comique, critique, artistique ou politique. Il peut s'agir d'une performance d'expressions de genre féminines (drag queen), masculines (drag king) ou autres, sans égard au genre de la personne qui performe.

Euphorie et dysphorie de genre: L'euphorie et la dysphorie de genre résultent d'une concordance ou d'une discordance entre le ressenti et la perception du genre (seul·e ou avec les autres). L'euphorie de genre se manifeste par un sentiment de bien-être et de bonheur, tandis que la dysphorie de genre est caractérisée par une détresse et un inconfort. Historiquement, la dysphorie de genre est un critère diagnostique du statut trans et participe d'un regard pathologisant sur les personnes trans.

Expression de genre: L'expression de genre est l'ensemble des codes utilisés pour signaler un genre, tels que l'habillement, la coiffure, le maquillage, les inflexions de la voix et la démarche. La relation entre le sexe assigné, l'identité de genre et l'expression de genre varie selon les choix individuels et selon les cultures. L'expression de genre peut évoluer au cours de la vie. Il est possible d'exprimer un genre autre que le sien propre (voir *Drag*).

Fluidité de genre: Le genre est dit fluide car s'identifier et exprimer son genre est un processus continu qui évolue à travers le temps. Certaines personnes définissent leur genre comme étant fluide, se déplaçant entre plusieurs catégories. Ces personnes sont dites fluides dans le genre (en anglais *genderfluid*).

Genre: Le genre est un concept qui sert à désigner à la fois des ressentis personnels et des catégories de rôles sociaux. On définit généralement le genre en fonction des deux catégories majoritaires (homme et femme). On peut aussi comprendre le genre comme un continuum ou une constellation qui inclut ces deux catégories mais ne s'y limite pas. Historiquement, le terme provient de la médecine et il a été réapproprié, d'abord dans une optique féministe, pour questionner les rôles sociaux attribués aux personnes en fonction de leur sexe et de leur expression de genre.

Hétéronormativité: Ce concept désigne le système dans lequel l'hétérosexualité est imposée et présumée comme norme. On parle

d'hétérocisnormativité pour insister sur les liens entre la norme hétérosexuelle et la norme cisgenre.

Identité de genre: Terme qui fait référence au genre auquel une personne s'identifie, quels que soient son sexe assigné à la naissance et son expression de genre. L'identité de genre peut évoluer au cours de la vie.

Intersexe: Les personnes intersexes ont des caractéristiques physiques (parties génitales internes ou externes, chromosomes, hormones, etc.) que les médecins responsables de l'assignation du sexe à la naissance ne peuvent pas associer à l'assignation F ou M. Ce terme est tout d'abord utilisé par les personnes qui militent pour leurs droits (fin des mutilations et des chirurgies sans consentement, reconnaissance légale, etc.).

Mention de sexe: La mention de sexe désigne le genre d'une personne sur les documents d'identité officiels. En général, elle est attribuée en fonction de ce qui est indiqué sur le certificat de naissance. Au Québec, la mention du sexe classe les personnes selon trois catégories, soit M, F ou X. La mention de sexe peut être modifiée par une demande officielle et la présentation de documents justificatifs.

Mégenrer: S'adresser à une personne ou parler de quelqu'un·e en utilisant un pronom, des accords ou des mots qui ne correspondent pas à son genre. Le mégenrage peut être volontaire ou non.

Morinom (aussi appelé deadname):

Le morinom est l'ancien prénom d'une personne. Souvent, il s'agit du prénom assigné à la naissance, qui n'est plus utilisé.

Non binaire (ou non-binaire):

Terme parapluie souvent utilisé par les personnes qui situent leur genre quelque part dans le continuum entre les deux pôles «homme» et «femme» ou bien en dehors de ce système binaire du genre. Cela inclut autant les personnes qui s'identifient à la fois comme homme et femme à différents degrés, que celles qui ne s'identifient ni à l'un ni à l'autre.

Non conforme dans le genre (ou de genre non conforme):

Une personne non conforme dans le genre ne se conforme pas aux stéréotypes associés à son genre ou à son sexe assigné à la naissance. L'expression de *genre non conforme* (en anglais *gender nonconforming*) est aussi utilisée.

Prénom choisi: Prénom qu'une personne a choisi et utilise dans sa vie quotidienne.

Queer: Historiquement, queer (signifiant «étrange») est une insulte à l'intention des personnes non hétérosexuelles ou qui ne se conforment pas aux stéréotypes de genre. Réapproprié par les communautés militantes gaies et lesbiennes anglophones dans les années 1970 et 1980, le mot désigne des personnes et des pratiques qui refusent et luttent contre l'hétéronormativité. Une personne queer peut être cis, trans, non binaire, ou autre.

Questionnement: Une personne en questionnement se pose des questions sur son genre, son expression de genre, son désir ou son orientation sexuelle.

Passer le micro et favoriser la visibilité des personnes trans

De nombreuses personnes trans ont façonné et façonnent encore l'histoire. Reconnaître leurs contributions au même titre que celles d'autres personnalités connues plus largement fait partie de la lutte contre leur marginalisation.



Financé par



Stéréotypes de genre: Two-Spirit et bispirituel·le: Terme représentations sociales qui associent certaines apparences, préférences et comportements tantôt à la masculinité, tantôt à la féminité. Traduit en anglais par des communautés autochtones, signifiant le fait d'être à la fois autochtone et queer. Il s'agit d'un mot propre aux Premières nations, aux Inuit et aux Métis pour désigner des rôles de genre ou des sexualités mêlant masculinité et féminité ou des sexualités dépassant les stéréotypes hétéronormatifs. Certaines personnes autochtones se reconnaissent aussi dans le terme *Indigiqueer*. Le terme *bispirituel·le* est une traduction du terme «Two-Spirit» effectuée par des personnes blanches.

Trans (adj.): Terme parapluie qui désigne le fait de ne pas s'identifier à son sexe assigné à la naissance. Certaines personnes trans choisissent les termes *transsexuel·le* ou *transgenre* pour se définir. Certaines personnes non binaires, queer et de genre non conforme s'identifient comme trans. Certaines personnes s'identifient comme transféminines ou transmasculines, c'est-à-dire comme personnes trans qui situent leur genre sur le spectre de la féminité ou de la masculinité, sans nécessairement s'identifier comme femme ou homme.

Transition: La transition de genre consiste à affirmer son genre en effectuant des changements à un ou plusieurs niveaux de sa vie: social (s'affirmer auprès de son entourage, utiliser son nom choisi au quotidien, etc.), médical (traitement hormonal, chirurgie(s) d'affirmation de genre ou autres procédures) et légal (changement de nom et/ou de mention de sexe sur les documents officiels). Les parcours de transition sont variés et ils dépendent de choix individuels autant que de contraintes institutionnelles et sociales.

Travesti·e: Terme souvent employé de manière péjorative pour désigner les personnes qui aiment s'habiller d'une manière qui transgresse les stéréotypes associés à leur genre ou à leur sexe assigné à la naissance, en privé ou en public. Certaines personnes se réapproprient ce terme pour s'auto-identifier.

Ressources

La liste des organismes membres du CQ-LGBT est disponible ici : <https://conseil-lgbt.ca/membres/>

D'autres guides et rapports de recherche d'intérêt peuvent être consultés sur les sites web d'organismes et institutions comme :

- Action santé travesti(e)s et transsexuel(le)s du Québec (ASTT(e)Q) : [Je m'engage : un manuel pour les professionnels en santé et services sociaux qui travaillent avec des personnes trans](#)
- Coalition des familles LGBT : [Guide pour parents et futurs parents LGBT+](#)
- Coalition montréalaise des groupes jeunesse LGBT : [Pratiques d'ouverture envers les jeunes LGBTQIA2S en situation d'itinérance](#)
- [Enfants transgenres Canada / Gender Creative Kids](#)
- Fédération québécoise de planification des naissances (FQPN) : [Guide pour des services d'avortement adaptés aux réalités trans](#)
- Ordre des travailleurs sociaux et des thérapeutes conjugaux et familiaux du Québec (OTSTCFQ) : [Pratiques anti-oppressives auprès des jeunes trans](#)
- [Table nationale de lutte contre l'homophobie et la transphobie](#)
- TransPULSE (2020) [Rapport – Accès à la santé et aux soins de santé pour les personnes trans et non binaires au Canada](#)
- Commission scolaire de Montréal (2017) [Lignes directrices relatives aux élèves transgenres](#)
- Groupe d'action trans de l'Université de Sherbrooke : [Guide de transition légale](#)

