

### Bulletin « La Voix des familles » – Numéro 14 (30 mars 2021), La diversité de genre

Résumé de KJ (Krystal-Jyl) Thomas, M.S.S., travailleuse sociale autorisée (RSW)

Les travailleuses sociales KJ Thomas et Tracey Kent ont animé cette séance avec le conférencier invité, Nathan Strayed, M.S.S., travailleur social autorisé (RSW), de Trailhead Counselling, qui a donné une présentation sur la diversité de genre et l'inclusion.

Au cours des dernières années, nous avons vraiment commencé à constater des changements dans l'acceptation et la compréhension de l'identité personnelle et des relations avec les autres. Nous voulons que nos groupes de soutien aux familles soient des espaces sûrs pour toutes et tous, et nous souhaitons soutenir les communautés LGBTQIA2S+. Pour commencer, examinons l'acronyme LGBTQIA2S+ et sa signification (aussi connu comme « LGBTQIA2+ », ou encore « GLBTQIA2+ » en français). Il fait référence aux personnes s'identifiant comme « lesbiennes, gaies, bisexuelles, transgenres, en questionnement, intersexuées, asexuelles et bispirituelles ». Le « + » permet d'intégrer et de reconnaître que nos identités et la terminologie peuvent évoluer. Certaines personnes abrègent ce terme par « LGBT », mais il reste important d'être conscient et de reconnaître toutes les variations de la beauté de nos esprits et de nos corps. Un autre terme que vous pourriez entendre est « queer ». Alors qu'il était autrefois utilisé de manière péjorative, ce terme a été « reconquis » et réhabilité par la communauté LGBTQIA2S+. « Queer » est désormais une expression générique pour désigner les minorités de la communauté LGBTQIA2S+. Un autre terme relativement nouveau dans le langage courant est « cisgenre ». Il s'agit d'une personne qui s'identifie au sexe et au genre qui lui ont été attribués à la naissance. Enfin, l'utilisation appropriée des pronoms est désormais reconnue et encouragée. Cela signifie qu'il faut désigner une personne par les pronoms auxquels elle s'identifie. Pour certaines personnes, « il » ou « elle » ne correspond pas à leur identité et, dans ce cas, elles peuvent choisir d'utiliser les pronoms « iel » ou « ile », ou d'autres termes.

La différence entre le sexe et le genre est souvent source de malentendu. Une ressource utile à cet égard est le site Genderbread Person (v4.0). L'explication complète se trouve sur le site <https://www.genderbread.org/> (en anglais). Le sexe fait généralement référence aux organes génitaux anatomiques avec lesquels nous naissons, et tout le monde ne naît pas avec « l'un ou l'autre » des deux sexes. Saviez-vous que la naissance de personnes avec des cheveux roux est aussi courante que de la naissance de personnes intersexuées? Le genre peut être décrit comme l'identité et l'expression d'une personne. L'une des principales choses à retenir est que le sexe et le genre ou l'expression de genre sont des choses différentes. Il s'agit d'éléments changeants qui existent au sein d'un plus vaste continuum. L'objectif est que chacun puisse présenter son corps d'une manière qui lui convienne et de respecter le choix des autres de faire de même. Avec toutes ces variables à prendre en compte, on peut se demander comment s'adresser de manière appropriée à quelqu'un. La meilleure réponse à cette question est de le demander directement à la personne concernée ce qu'elle préfère. Il peut nous arriver de nous tromper, mais dans ces cas, la bonne démarche à suivre est d'avoir un dialogue respectueux avec la personne. Nous commençons à nous éloigner de l'époque où le rose était

réservé aux filles et le bleu aux garçons. En fait, il n'y a pas si longtemps, même cette norme était inversée. Bien que l'évolution de la pensée sociétale puisse être déroutante, nous créons les normes d'acceptation et nous avons donc le pouvoir de changer ces normes pour nous assurer que nos communautés sont inclusives.

Les familles peuvent aider leurs proches en leur offrant un espace accueillant et sans jugement. Les personnes appartenant à la communauté LGBTQIA2S+ présentent souvent davantage de problèmes de santé mentale en raison de la stigmatisation supplémentaire à laquelle elles sont confrontées au quotidien et à un système de santé qui n'est pas encore totalement inclusif. Même si nous ne comprenons pas les choix de nos proches, le fait d'être ouvert à les écouter, à apprendre et à continuer de les soutenir contribuera à assurer l'harmonie au sein du foyer. Il existe également d'excellentes ressources que vous pouvez consulter pour vous aider à progresser.

### Ressources

- La clinique de counseling LGBT2SQ+ du Centre de santé communautaire du Centre-ville est disponible chaque mercredi. Courriel : [lgbtq2sqwednesday@centretownchc.org](mailto:lgbtq2sqwednesday@centretownchc.org)
- Ligne de crise 24h de Trans LifeLine : 1-877-330-6366
- LGBT YouthLine est une organisation dirigée par des jeunes qui offre un soutien par les pairs et des possibilités de leadership aux jeunes LGBTQIA2S+ de l'Ontario (en anglais seulement) : <https://www.youthline.ca/>.
- Le LGBT Wellbeing Check-in Program offre une ligne d'assistance téléphonique destinée aux adultes LGBT handicapés (18 ans et +) et aux adultes LGBT plus âgés (55 ans et +). Pour accéder au programme (en anglais seulement), contactez l'organisation The Good Companions au 613-236-0428 ou à [info@thegoodcompanions.ca](mailto:info@thegoodcompanions.ca).
- Kind Space est une organisation d'Ottawa qui s'engage à rendre accessibles des ressources, des événements et des programmes éducatifs aux personnes de toutes orientations sexuelles, identités et expressions de genre (en anglais seulement) : <https://kindspace.ca/>.
- LGBTTQ+ Around the Rainbow est un programme communautaire qui offre une gamme complète de services d'éducation, de counseling et de soutien offerts par Services à la famille Ottawa. Il soutient les communautés lesbiennes, gaies, bisexuelles, transgenres, bispirituelles, queer et en questionnement (LGBTTQ+) et leurs alliés à Ottawa : <https://familyservicesottawa.org/children-youth-and-families/around-the-rainbow/>.