10 Idées reçues sur la transidentité

Introduction à la transidentité
à l'usage des parents d'ados trans

Une brochure de wikitrans.co
Creative Commons 2017 - 2020

Sommaire

Introduction

1 - “Je vais perdre mon fils / fille”

2 - “Et si tu devenais juste plus féminin / masculin ?”

3 - “Et si tu devenais juste homosexuel / homosexuelle ?”

4 - "Mais tu n'as jamais montré de signe !"

5 - "C'est probablement une phase"

6 - “Tu ne ressemblera jamais à un homme / femme”

7 - “Tu es trop jeune / vieux pour commencer”

8 - "Tu ne peux pas être trans ET homo, ça n'existe pas"

9 - "C’est juste une mode"

10 - “Tu n’y as pas assez réfléchi”

Votre rôle en tant que parent

L’auteure

Lexique

Sources

Introduction

Vous êtes parent d'un / une ado trans. C'est lui/elle qui vous a donné ce document, ou vous l'avez trouvé sur internet, parce que vous essayez de comprendre ce qu'il vous arrive.

Vous avez beaucoup de questions, de doutes, de peurs, d'incompréhensions. C'est normal. Votre enfant aussi, et il a besoin de vous.

En tant que parent, votre rôle est de donner toutes les clés à votre enfant pour être heureux et épanoui. Et pour cela, il faudra absolument prendre le temps de comprendre ce qu'il se passe pour aider votre enfant à s'épanouir.

Tout simplement parce que votre enfant a plus de chances avec que sans vous.

Dans la suite de ces pages, nous allons déconstruire les principales idées-reçues sur les personnes trans, et peut-être répondre à des questions que vous vous posez.

Ça veut dire quoi être trans ?

Les personnes trans sont toutes les personnes qui sont **d'un genre différent de leur sexe de naissance.**

Par exemple, un enfant que l'on aura "assigné" à la naissance comme étant un garçon qui se révélera plus tard être une femme, est une femme trans.

La transidentité est avant tout un **sentiment personnel que quelque chose ne va pas dans la perception de votre identité et celle que vous renvoyez au monde.** Cela peut provoquer une dissociation avec l'image que l'on a de soi, qui peut aller du simple abandon (passage à un mode "pilote automatique") à la haine de son corps.

La seule manière connue de réduire cette douleur est la transition de genre.

La transition de genre peut être décrite comme une série de modifications (physiques, mentales, comportementales, etc.) qui permet à la personne de **réduire l'écart entre sa perception d'elle-même et de ce qu'elle renvoie au monde.**

Par exemple : changer de prénom, utiliser des accords différents, changer sa garde-robe, changer de voix, prendre un traitement hormonal, se faire opérer, etc. Chacun de ces éléments étant **facultatifs** et **un choix individuel.**

Ça vient d'où, être trans ?

Beaucoup d'enfants et de parents cherchent à comprendre "pourquoi". Comment cela est arrivé, qu'est-ce qui s'est "mal passé" ? … Parce que comprendre d'où vient la transidentité permettrait hypothétiquement de *résoudre le problème*.

Sachez simplement que les personnes trans existent dans tous les types de familles, dans tous les environnements, et que ni vous ni votre enfant n'est responsable ni à l'origine de sa transidentité.

Chercher à comprendre à tout prix l'origine de la transidentité de votre enfant est une voie sans issue. **Cela n'aidera pas votre enfant, parce qu'il n'y pas de "problème" à résoudre. Ce qui est à privilégier est le devenir de votre enfant.**

Quelques définitions

Une femme trans est un enfant que l'on a assigné garçon à la naissance, et qui plus tard se révélera être une femme. En tant que femme, on utilise des pronoms féminins pour parler d'elle.

Un homme trans est un enfant que l'on a assigné fille à la naissance, et qui plus tard se révélera être un homme. En tant qu'homme, on utilise des pronoms masculins pour parler de lui.

Les personnes non-binaires ne se retrouvent pas dans la binarité des genres et peuvent se définir comme ni homme ni femme, ou bien les deux, ou bien entre les deux.

En opposition avec le mot trans ("de l'autre côté" en latin), on appelle les personnes qui ne sont pas trans : des **personnes cis, ou cisgenre** ("du même côté").

On retrouve ces racines latines dans les mots cisalpin et transaplin, ou Transjordanie et Cisjordanie.

→ *Lexique et sources utilisées de ce livret disponibles à la dernière page.*

À quoi ressemblent les personnes trans ?

Vous avez peut-être en tête des exemples de personnes trans célèbres ou bien de gens dont le physique est très visible et stigmatisé.

Il s'agit dans la plupart des cas de personnes trans en début de transition. En effet, pour la plupart des personnes qui "transitionnent", il y a une période de quelques mois ou années où le changement est en cours et où elles doivent tout réapprendre (comment s'habiller, se comporter, parler, prendre soin de soi).

Durant cette période difficile, elles peuvent être des cibles plus faciles de remarques ou d'agressions, et ont particulièrement besoin d'aide pour avancer.

"Après quelques années, une large majorité des personnes trans retournent à l'anonymat dès que leur vie est de nouveau "normale" et que leur transidentité n'est plus un sujet pour elles."

La population trans en Occident est de 0,3 à 1,6 % (source en fin de document).

Vous avez donc probablement rencontré des centaines d'hommes et femmes trans ayant achevé leur transition.

Votre épicier, votre collègue de bureau, le prof de votre enfant est peut-être trans sans que vous sachiez. **Ce sont des gens comme les autres, qui aspirent à une vie tranquille, probablement comme votre enfant.**

Certaines personnes trans décident de rester visibles, parce qu'elles évoluent dans un environnement très ouvert sur cette question, ou parce qu'elles sont trop médiatisées. C'est le cas de politiques, d'acteurs / actrices ou dirigeant.e.s d'entreprises.

→ *Exemples à la page suivante et d'autres sur notre page https://wikitrans.co/modeles*

Tiq Milan est un homme trans américain, auteur, orateur, militant, et consultant en stratégie médiatique.

Sandra Forgues est une femme trans, sportive française. A remporté le titre de championne Olympique de canoë biplace en 1996.

Chris Mosier est un homme trans, triathlète et orateur. Premier athlète trans à rejoindre à une équipe nationale américaine.

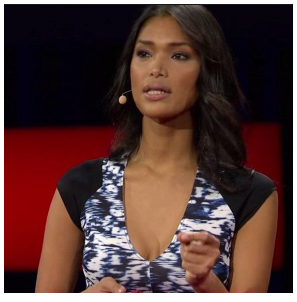
Jack Monroe est une personne non-binaire auteur-e, journaliste et activiste qui écrit des papiers pour de grands journaux américains

Tomoya Hosoda est un homme trans politique et élu japonais.

Karine Espineira est une femme trans française, sociologue et membre de la DILCRAH

Chaz Salvatore Bono est un homme trans musicien, acteur et réalisateur.
Il est l'enfant de la chanteuse Cher.

Amanda Simpson est une Femme trans américaine et conseillère technique principale pour le Bureau de l'industrie et de la sécurité de la présidence des Etats-Unis durant l'ère Obama.



Geena Rocero est une femme trans, avocate, mannequin et conférencière américaine d'origine philippine.

Océan est un homme trans humoriste, chroniqueur, artiste français.

Petra de Sutter est une femme trans est professeure de gynécologie à l'université de Gand et sénatrice belge.

Kelsi Phụng est non-binaire, et est réalisateurice de films d'animations et militant-e franco-vietnamien-ne.

1 - “Je vais perdre mon fils / fille”

Nous avons pu voir des dizaines de parents "bloqués" dans un état où il était impossible de dialoguer avec eux à propos de la transidentité de leur enfant. Ce déni peut avoir des conséquences graves pour ce dernier.

Cet état peut s'apparenter au déni que vivent les proches d'une personne disparue. Cette phase du deuil a une fonction : se protéger du changement. Retarder le moment où il faudra faire face à cette nouvelle situation et ses conséquences.

Vous avez peur pour votre enfant, et vous avez peur pour votre famille. C'est normal. En tant que parent aimant, votre souhait est de voir votre enfant “intégré normalement” dans la société.

Oui, être trans provoque un chamboulement dans une vie, et a de nombreuses conséquences sur le plan physique et social, mais **l’alternative consistant à se mentir à soi-même peut avoir des conséquences bien plus graves.**

Mais comme nous en parlerons plus tard, être trans n’est pas un choix. Ce n’est pas un “trouble” qui peut apparaître de manière temporaire suite à une instabilité émotionnelle. Quand une personne est trans, c’est pour toute la vie.

Si votre enfant est suffisamment sûr de lui pour vous en parler, c’est qu’il a la conviction qu’il s’agit d’une pensée mûre, et qu’il est sûr de son diagnostic. Il faut l’écouter, lui faire confiance.

La première chose à faire pour avancer, c'est de **déconstruire** toutes les idées reçues que vous pourriez avoir sur la transidentité, pour pouvoir communiquer sur de bonnes bases.

Se murer dans un déni et refuser la communication ne fera que retarder l’échéance, et dégrader vos relations avec votre enfant. Durant cette période où vous ne communiquerez pas, votre enfant va continuer à plonger (échec scolaire, dépression, perte de sa confiance en soi). **Agir maintenant** est votre meilleure option pour garder la confiance de votre enfant.

Reprenez de zéro. Mettez de côté tout ce que vous croyez savoir.

2 - “Et si tu devenais juste plus féminin / masculin ?”

Ce que vous proposez à votre enfant est de ne pas changer de genre social (homme ou femme), mais de modifier son comportement, son attitude, pour coller à un hypothétique besoin d’expression de féminité ou masculinité.

En réalité, les personnes trans peuvent avoir des comportements très variés. Il existe des femmes trans continuant à s’habiller en T-Shirt / pantalon après leur transition (à l'instar de femmes cis), et des hommes trans qui continuent de se maquiller pour le plaisir (à l’instar d’hommes cis).

La raison est que les personnes trans ne vivent pas de détresse psychologique parce qu’elles ne peuvent pas s’exprimer de façon genrée (masculine ou féminine), mais **parce qu’elles ne sont pas perçues et reconnues comme de leur genre.**

Être féminin ou masculin ≠ être une femme ou un homme

Tant que votre enfant ne sera pas reconnu comme du genre qu’il souhaite, il lui sera impossible de s’exprimer dans son attitude, son physique, etc.

La souffrance de votre enfant augmentera du fait de l’impossibilité de s’exprimer librement, d’être soi. Imaginez-vous, vous-même, dans une telle contrainte…

C’est pour cette même raison, par exemple, que certaines personnes trans, avant leur transition, se réfugient dans une forme de masculinité ou féminité très normée.

La personne trans peut s’auto-censurer, consciemment ou pas, et suit les stéréotypes de son sexe de naissance pour survivre à son environnement.

Un enfant trans n’a pas à vous prouver qu’il est assez masculin / féminin pour avoir besoin de faire une transition de genre.

3 - “Et si tu devenais juste homosexuel / homosexuelle ?”

Les préférences sexuelles et romantiques n’ont aucun rapport avec l’identité de la personne. Il s’agit de deux choses fondamentalement différentes.

Être reconnu en tant que ≠ Aimer et être aimé

Si bien entendu, une personne vivra sa relation différemment selon si elle est hétéro ou homo, **ce n’est pas une alternative satisfaisante sur le moyen terme.**

Bien au contraire, ne pas être reconnu par son ou sa partenaire comme du genre auquel on appartient est **une grande souffrance pour les personnes trans.**

Proposer à un ado trans de changer son orientation sexuelle plutôt que son identité de genre, c’est proposer une solution complètement à côté du problème.

4 - "Mais tu n'as jamais montré de signe !"

Beaucoup de parents se réfugient derrière cette idée préconçue :
"pour être trans, il faut l'avoir toujours su" : c'est complètement faux.

Cette "théorie" a été inventée par des sociologues des années 90 mais s'est révélée infondée depuis. **On peut comprendre qu'on est trans à n'importe quel âge.** Comme on peut découvrir sa sexualité à tout âge, ou bien un diagnostic médical que l'on n'arrivait pas à définir.

Par exemple, il est tout à fait commun que des petits garçons qui jouaient avec des voitures et des robots et s'amusaient avec des activités "typées masculines" se découvrent être des femmes trans plus tard dans leur vie. **Au contraire, il s'agit plutôt du schéma classique.**

Comme chaque être humain, les personnes trans vivent dans des environnements normés, et **pour survivre, nous nous adaptons tous et toutes aux normes.** Si les garçons jouent aux jeux vidéo et les filles à la dinette et aux poupées, c'est seulement le produit de l'image mentale que l'on projette sur eux : publicité, normes, pression de la société renvoyée sur les parents et les autres enfants, les profs, etc...

Les filles et les garçons s'approprient cette image, parce que c'est ce que l'on attend d'eux, et c'est ainsi qu'ils sont **récompensés par la société.**

Il est tout à fait possible que votre enfant ait eu des pensées furtives sur le sujet depuis longtemps (ou pas), sans jamais arriver à le formuler comme un souhait conscient. Mais les personnes trans, comme tous les enfants, **ont vécu dans des situations qui les poussaient à s'inscrire dans les codes de leur sexe de naissance.**

... Et c'est souvent plus tard, **à la puberté ou lors d'une période de forte tension émotionnelle,** où ils sont poussés dans leurs limites, qu'ils découvrent la vérité sur ce qui leur fait vraiment du bien, sur qui ils sont vraiment. (puberté, séparation des parents, examens, nouvel emploi, surmenage, etc.)

5 - "C'est probablement une phase"

Suite à une étude réalisée sur 3000 personnes trans de tous âges aux Etats-Unis en 2015, un pourcentage de 0.4% des personnes ayant entamé une transition ont compris après coup qu'ils n'étaient pas trans. (soit 12 personnes sur 3000).

Le tableau ci-dessous indique une partie des raisons qui poussent les personnes à ***dé-transitionner***, c'est à dire faire un retour en arrière dans leur parcours. Par exemple, une personne qui commençait à peine à se faire appeler par son nouveau prénom puis qui a abandonné. (les causes peuvent être multiples donc le total est supérieur à 100%)

Causes de dé-transition	Pourcentage
Pression des parents	**35%**
Pression sociale	**32%**
Précarité de l'emploi	**28%**
La transition n'était pas faite pour eux	**5%**

Les résultats indiquent que les personnes trans qui se sentent assez sûres d'elles pour faire un coming out vont en très large majorité assumer leur choix dans la durée.

D'ailleurs, 50% de ces *dé-transitions* ont été simplement temporaires pour les personnes trans, qui ont **attendu d'être dans un environnement plus propice,** quand l'origine était la pression extérieure, pour faire leur transition.

Lors d'une transition, une personne trans lance ses démarches de manière progressive. Il n'est pas question que du jour au lendemain, un homme bourru ressemble à une pin-up ou inversement. Ces processus prennent du temps et sont, pour la plupart, réversibles. **Ce sont beaucoup d'étapes qui vont venir confirmer que la personne est bel et bien sur le bon chemin.**

Quand bien même une personne trans déciderait de dé-transitionner après seulement quelques semaines de traitement hormonal, **une partie voire la totalité des effets disparaîtrait rapidement**.

6 - “Tu ne ressembleras jamais à un homme / à une femme”

Les traitements hormonaux

Les personnes trans prennent, en majorité, ce que l’on appelle un traitement hormonal. Ce traitement est souvent équivalent à celui pris par des femmes ménopausées ou des hommes en déficit de testostérone. Il produit sur le corps un changement sur la durée qui peut largement aider à se faire reconnaître en tant qu’homme ou femme, selon le but choisi.

Ces traitements sont remboursés par la Sécurité Sociale, les mutuelles et par des aides spécifiques pour les personnes trans en France (ALD 31) et sinon ne coûte que quelques euros / mois.

Chez les femmes trans, le traitement hormonal peut, entre autres, provoquer :

- La pousse des seins
- Une réduction de la pilosité de certaines zones du corps
- La redistribution des graisses selon un modèle plus « féminin » (fesses, hanches, cuisses, pommettes…)
- Le développement des hanches (selon l’âge)
- Une peau plus fine et moins grasse
- D’autres effets provoqués par une puberté féminine, comme le changement de l’odeur corporelle, la forme des yeux, etc…

Chez les hommes trans, le traitement hormonal peut, entre autres, provoquer :

- Une masculinisation des os du visage
- La pousse de la pilosité faciale et sur le corps
- Une peau plus épaisse
- Une mue de la voix
- La redistribution des graisses selon un modèle plus « masculin » (ventre, bras, cou…)
- Augmentation de la masse musculaire et de la force
- L’arrêt du cycle menstruel

Il existe plusieurs types de traitement, et il faudra que votre enfant regarde ce dont il a besoin personnellement.

Risques et limites

Ces traitements étant les même que les femmes et hommes cis en déficit d'hormones (ménopause, andropause), **les risques sont assez limités** (comparable à la prise de pilules contraceptives par exemple) avec un **suivi régulier par un médecin** et des prises de sang plusieurs fois par an.

Ces traitements agissent **peu importe l'âge du patient,** qu'il ait 15 ou 45 ans.

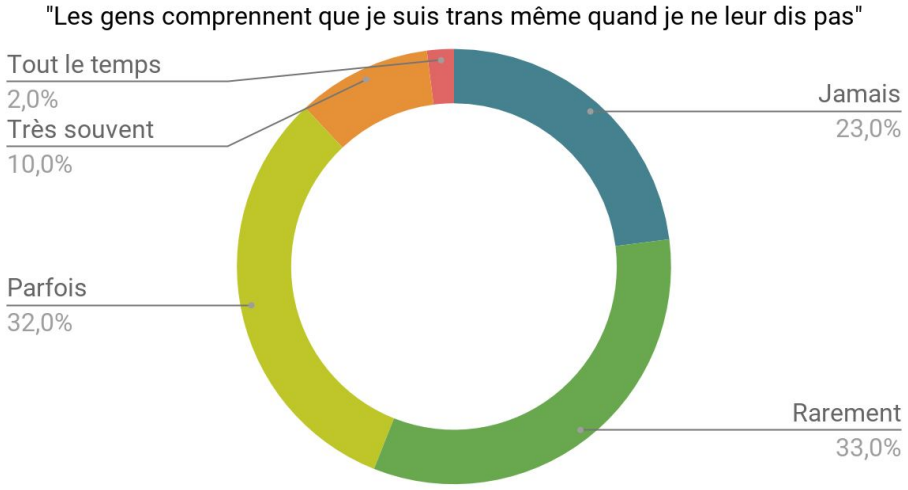
Notez que, comme pour toutes les femmes et les hommes, ces traits physiques sont variables entre les gens et ces changements ne sont pas automatiques. Des femmes trans peuvent continuer à être très poilues à certaines parties du corps et des hommes trans peuvent continuer à avoir un cycle menstruel par exemple.

Ce que dit la loi pour les mineurs

Les mineurs ont besoin de **l'autorisation d'un parent pour commencer** un traitement à partir de 16 ans et des traitements spéciaux existent pour seulement bloquer la puberté de l'enfant dès qu'elle apparaît ou dans le cas où il ne serait pas sûr à 100%.

Malgré tout, étant donné que les changements sont **réversibles durant quelques mois**, un traitement hormonal classique permet en général de prendre une décision d'ici là.

Le “passing”



88% des personnes interrogées indiquent être perçues comme trans “jamais” ou “rarement” ou “parfois”.

Les personnes trans vivent pour la plupart **une phase “d’entre-deux”**, pouvant s’écouler à quelques mois à quelques années, durant laquelle elles peuvent vivre plus de violences, en raison du fait qu’elles sont plus visibles en tant que trans.

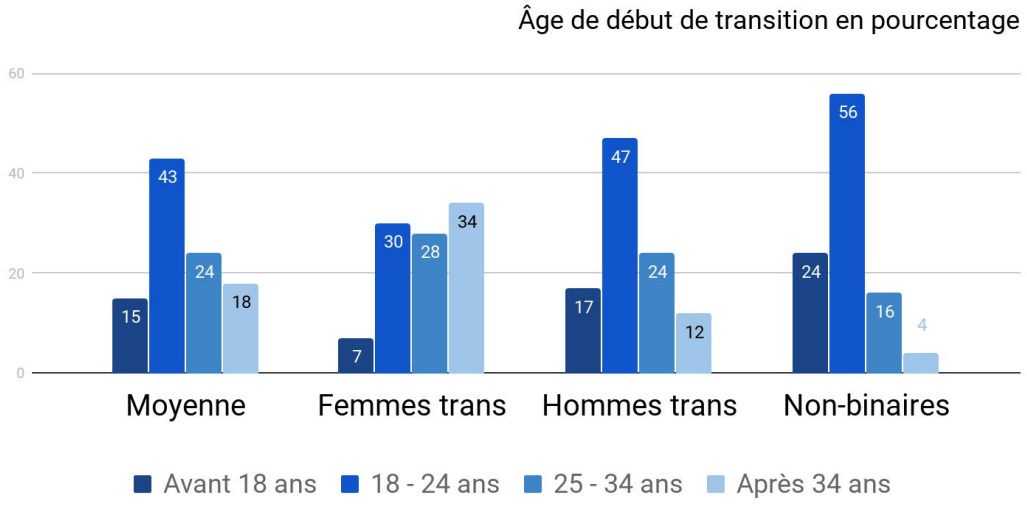
Mais après quelques années, **la plupart des personnes trans obtiennent un “passing”** (c’est à dire qu’elles sont perçues comme des hommes / femmes cis dans leur vie de tous les jours).

Par ailleurs, notez que ce fameux “passing” n’est pas lié qu’au physique pur. C’est une alchimie de plusieurs phénomènes sociaux, dont les habits, la démarche, la voix, l’environnement… Par exemple, une personne trans qui fait plusieurs mois de suivi orthophoniste peut obtenir un passing même si son physique pourrait laisser planer un doute.

Enfin, et c’est important à noter : **il n’est pas nécessaire de n’être jamais perçu comme trans pour vivre une vie heureuse.**

De nombreuses personnes trans vivent d’ailleurs ouvertement comme trans, bien après le début de leur transition, et cela ne les empêchent pas d’être très épanouies sur tous les plans de leur vie. Le monde peut être violent pour les personnes trans, mais **avec une bonne stratégie il est tout à fait possible de trouver un environnement dans lequel on peut s’épanouir.**

7 - “Tu es trop jeune / vieux pour commencer”



Femme trans : une femme que l’on a assignée à la naissance comme étant un garçon.
Homme trans : un homme que l’on a assigné à la naissance comme étant une fille.
Personne non-binaire : une personne qui s’oppose à la binarité des genres et peut se définir comme ni homme ni femme, ou bien les deux, ou bien entre les deux.

L’idée reçue selon laquelle toutes les personnes trans savent qu’elles sont trans et transitionnent **avant leur puberté est totalement erronée.** Comme l’indique ce schéma (même source que précédemment), **67% des personnes trans débutent leur transition entre 18 et 34 ans.**

Votre enfant, peu importe son âge, n’est pas trop âgé pour commencer. **Les personnes trans se découvrent, trouvent le courage de démarrer une transition, et ce, à tout âge, parce que les parcours de vie et les situations sont différentes pour chacun d’entre nous**.

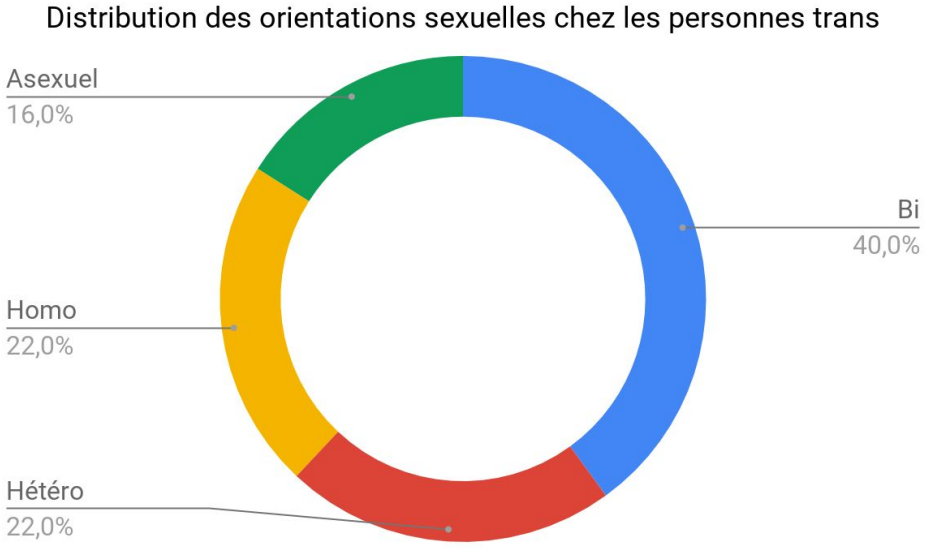
8 - "Mais tu ne peux pas être trans ET homo dans ton genre d'arrivée, ça n'existe pas !"

Et bien figurez-vous que si ! Et pas qu'un peu. **Seulement 22% des personnes trans sont hétérosexuelles.** La majorité sont bisexuelles, c'est à dire qu'ils éprouvent une attirance envers des gens indépendamment de leur genre.

Cette idée-reçue est donc totalement fausse. La population trans reflète une très grande diversité des attirances, en reflet de la variété de leurs parcours et de leurs profils.

Enfin, sachez qu'il existe une partie des personnes trans qui vivent un changement de leur orientation sexuelle durant leur transition. Cela peut être dû au fait que la transition permet de révéler des sentiments jusqu'à alors étouffés par la pression sociale.

Lors de l'étude, 50% des personnes trans interrogées étaient en couple.



Bi : Attirance sans préférence de sexe
Hétéro : Attirance envers les personnes du sexe opposé
Homo : Attirance envers les personnes de même sexe
Asexuel : Absence de désir sexuel. Ce qui ne veut pas dire qu'ils ne peuvent pas tomber amoureuses et être en couple.

Ce graphique et ces chiffres ne prend pas en compte les réponses "Autres"

9 - "C'est juste une mode"

Si l'idée que la transidentité est considérée comme une mode, c'est avant tout parce que de nombreuses personnes trans ont enfin réussi à mettre un mot sur leur ressenti grâce à Internet et les réseaux sociaux. Les médias participent très largement à la visibilité de cette tranche de la population qui devient soudainement très exposée.

En particulier, les émissions tape-à-l'oeil sur TF1 ou M6, et certains films qui abordent le sujet pour faire parler, alors que les scénaristes ne se sont vraiment pas renseignés sur le sujet.

Résultat : on a l'impression qu'il y en a plus qu'avant, même si ce n'est pas vrai. **Parce que la transidentité, sous une forme ou une autre, a toujours existé dans toutes les cultures du monde.**

Jusqu'à récemment, il n'y avait pas de place dans la culture occidentale pour les personnes avec des identités de genre atypiques. Mais ce n'est pas vrai dans d'autres temps et d'autres cultures.

Force est de constater que c'est un phénomène récurrent dans l'histoire humaine.

- Les **Deux-Esprits** dans les cultures natives américaines
- Les **Muxe** dans la culture zapotèque au Mexique.
- Les **Katoï** en Thaïlande.
- Les **Hijra** au Moyen-Orient et en Asie, visibles dans la vie publique depuis des centaines d'années.
- Les **Mahu**, **Fakaleiti** ou **Fa'afafine** en Polynésie

En Europe, il est difficile de retrouver des informations au delà du XXe siècle, en raison de la destruction massive des archives concernant les LGBT durant la 2nd guerre mondiale. Il y a malgré tout des traces de personnes trans en occident que l'histoire a retenue.

10 - “Tu n’y as pas assez réfléchi”

Mettons-nous quelques instants à la place de votre enfant :

Ce dernier sait qu’être trans, c’est dur, que les soutiens sont peu nombreux, et il entend beaucoup d’histoires d’ados qui sont mis à la rue par leurs parents pour leur avoir avoué qu’ils étaient trans.

Il a passé beaucoup de temps à mûrir ce secret, retourner le problème dans tous les sens pour trouver une raison qui ferait qu’il ne serait pas trans. **Parce que personne n’a envie d’être trans et de subir toutes les épreuves et discriminations que doivent affronter les personnes trans.**

Et pourtant...

Sa certitude, son instinct de survie est plus fort que tout ça. Au point d’arriver à assumer ce secret, et d’arriver à vous en parler.

C’est un gigantesque poids qui se libère. Et une énorme peur de la réaction négative voire violente que vous pourriez avoir.

La peur de devenir un étranger pour ses parents, de ne plus être le bienvenu chez soi. Et de devoir attendre encore 10 ans avant de pouvoir commencer sa véritable vie.

Il est de votre devoir de ne pas prendre cette annonce à la légère.

“Ce n’est qu’une phase”, c’est une phrase que l’on prononce quand on espère que quelque chose s’en ira avec le temps. **Mais pour la plupart des personnes trans (99,6%), cette “phase” dure toute notre vie.**

Votre rôle en tant que parent

En tant que parent, votre mission est de vous assurer que votre enfant ait toutes les clés en main pour se développer et devenir un adulte épanoui et capable de surmonter les défis qu'il va devoir affronter.

Votre enfant a besoin de vous pour surmonter une épreuve à la difficulté que peu de gens vivent dans leur vie. **Parce que ça vaut le coup pour votre enfant, et parce que ça vaut le coup pour vous.**

Sans vous, **votre ado trans a bien moins de chances de s'en sortir.** Vous ne ferez que retarder l'inévitable, et lui faire subir des années de souffrance en attendant qu'il puisse, par ses propres moyens, se lancer dans une transition une fois adulte.

Lorsque les parents sont hostiles à la transidentité de leur enfant, les risques de tentative de suicide, détresse psychologique et la potentialité de se retrouver à la rue augmentent drastiquement.

	% des répondants ayant une famille qui les soutiennent	% des répondants ayant une famille hostile
Ont déjà été à la rue	27%	45%
Ont fait une tentative de suicide	37%	54%
Vivent actuellement une sérieuse détresse psychologique	31%	50%

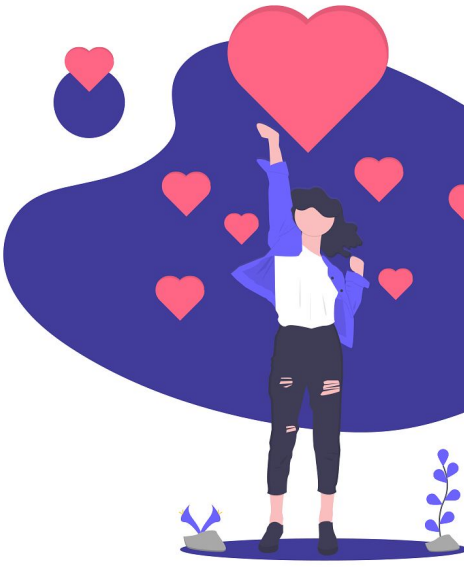
Source : Rapport annuel des personnes trans aux Etats-Unis (2015)

Votre enfant socialise déjà peut-être en tant qu'homme/femme auprès de ses amis, ou sur internet. Il s'agit de moments importants pour son épanouissement personnel et sa découverte de soi.

Avec son accord, vous pouvez l'aider à avancer avec ces quelques idées :

- Utiliser son nouveau prénom s'il en a choisi un
- Utiliser les bons pronoms le concernant (se faire appeler par un mauvais pronom est une vive douleur pour l'estime de soi)
- Proposer des surnoms, noms affectueux affirmant sa nouvelle identité (mon chéri / ma chérie)

- Aider votre enfant avec toutes ces choses nouvelles qu'il doit appréhender : nouveaux vêtements, posture, maquillage, etc.
- L'aider à financer les démarches médicales qu'il souhaite entamer. Par exemple, les femmes trans ont souvent besoin de passer par des séances d'épilation au laser pour détruire la pilosité faciale qui ne part pas simplement avec les hormones.
- L'accompagner dans les coming out qu'il va devoir réaliser auprès du reste de la famille
- L'accompagner à des permanences organisées par des associations trans s'il vous y invite (il y en a dans toutes les plus grandes villes de France et d'autres)
- Être force de proposition vis à vis de choses auxquelles votre enfant n'a pas pensé ou osé vous demander.
- Tout simplement être là pour votre enfant durant cette période difficile qu'il traverse.
- Vous réjouir avec votre enfant de ses progrès.



Le parcours de transition d'une personne trans est souvent assez organique et il change en fonction des individus. **Demandez à votre enfant ce qu'il prévoit de faire et ce dont il a besoin, il a probablement des choses en tête.**

Laissez-lui le temps d'avancer à son rythme, acceptez qu'il prenne parfois son temps sur de nouveaux objectifs qu'il s'est fixé.

C'est un projet titanesque qu'il entreprend, alors n'hésitez pas à le laisser respirer.

Et sinon, les associations sont disponibles pour répondre à vos questions. Cherchez celle qui est la plus proche de chez vous sur internet ;-)

Pour aller plus loin

Reportage : Dans la tête d'un trans

Un reportage d'une heure, réalisée par RTS (chaîne publique Suisse) qui déconstruit les idées reçues et qui est une excellente introduction pour les parents et les proches.

Chercher "dans la tête d'un trans" sur Youtube ou bien cliquer sur ce lien : Dans la tête d'un trans

---

Identités trans, au delà de l'image

Documentaire traitant de la représentation des personnes trans, donnant la parole à de nombreuses acteurs et actrices trans américaines.

Disponible sur Netflix

Les transidentités, racontées par les trans

Podcast de France Culture, pour sortir des récits de transitions spectaculaires, qui traite de l'historique de la reconnaissance des personnes trans en France et de la lutte pour l'accès à leurs droits

Disponible en replay sur France Culture

L'auteure

Je suis Agathe M, une femme trans qui vit en région parisienne et qui suit les questions trans depuis plus de 10 ans.

Après avoir compris que j'étais trans durant mon adolescence, j'ai entrepris de m'éduquer sur toutes les problématiques liées à la transidentité dans le but de faciliter ma transition et de pouvoir aider les gens qui se trouvaient dans la même situation.

Je vois passer beaucoup de personnes trans en difficulté, tous les jours, et le plus gros problème est systématiquement le support de la famille. **Avoir une famille supportive est d'après moi ce qui sépare un enfant trans épanoui et qui a pu surmonter cet enjeu personnel, d'un enfant trans en dépression et en échec social.**

A côté de mon travail d'aide aux personnes trans, je suis cheffe de projet / designer au sein d'une start-up à Paris, où je conçois les nouvelles fonctionnalités des applications et des sites web.

... Et oui, après quelques semaines compliquées, ma famille me supporte entièrement et avec mon compagnon, ce sont mes premiers moteurs, sans qui je ne serais pas aussi heureuse et épanouie aujourd'hui.

Désormais, l'équipe du Wiki Trans et moi-même essayons de réunir toutes les ressources nécessaires à la transition des personnes trans et pour aider les familles à mieux supporter leur proche.

Nous contacter : contact@wikitrans.co

Cette brochure de wikitrans.co est éditée sous la license Creative Commons
Attribution - Pas d'Utilisation Commerciale - Partage dans les Mêmes Conditions 4.0 International
Première édition : 24 avril 2019

Lexique

Femme trans
Un enfant que l'on a assigné garçon à la naissance, et qui plus tard s'identifie en tant que fille / femme. On utilise des pronoms féminins pour parler d'elle.

Homme trans
Un enfant que l'on a assigné fille à la naissance, et qui plus tard s'identifie en tant que garçon / homme. On utilise des pronoms masculins pour parler de lui.

Non-binaire
Qui ne se retrouvent pas dans la binarité des genres et peuvent se définir comme ni hommes ni femme, ou bien les deux, ou bien entre les deux.

Cis / cisgenre
Se dit d'une personne qui n'est pas trans.

Transition
Terme employé pour désigner tous les processus lancés par la personne trans pour être perçue comme un homme / une femme / entre les deux, selon son objectif.

Dé-transition
Retour en arrière temporaire ou permanent vis à vis d'une transition

Passing
Le fait d'être perçu comme le genre que l'on souhaite. Une femme trans a un passing si elle est perçue dans la rue en tant que femme.

Sources

Rapport annuel sur les personnes trans aux Etats-Unis, sur un échantillon de 3000 personnes (2015)
https://transequality.org/sites/default/files/docs/usts/USTS-Full-Report-Dec17.pdf

Les études basées sur des sondages d'échantillons représentatifs de la population concluent que la taille de la population trans est de 0,3 à 1,6 %
https://www.liebertpub.com/doi/10.1089/lgbt.2016.0013

Plus de définitions autour du lexique de la transidentité
https://outrans.org/ressources/lexique-outransien/

Plus d'informations sur notre site https://wikitrans.co