

LA DYSPHORIE DE GENRE

La dysphorie de genre est caractérisée par une identification forte et permanente à un autre genre, qui mène à une anxiété, à une dépression, à une irritabilité et, très souvent, à un désir de vivre en tant qu'un genre différent que du sexe attribué à la naissance. Les personnes qui présentent une dysphorie de genre se sentent souvent emprisonnées dans un corps incompatible avec leur identité de genre subjective.

L'incongruité de genre ou la non-conformité de genre n'est pas considérée comme un trouble ; c'est simplement une variante de l'identité et de l'expression de genre humaine. Cependant, lorsque le déséquilibre perçu entre le sexe de naissance et l'identité de genre provoque une détresse importante, un diagnostic de dysphorie de genre peut être apporté, l'accent mis sur la détresse de la personne plutôt que sur la présence d'une incongruité de genre. Cette détresse peut généralement entraîner un fort désir de changer son corps médicalement et/ou chirurgicalement pour qu'il corresponde plus étroitement à son identité de genre.

Diagnostic de la dysphorie de genre

- Incongruité marquée entre le sexe de naissance et le ressenti de l'identité de genre présente pendant au moins six mois;
- Souffrance cliniquement importante ou altération fonctionnelle résultant de cette incongruité;
- Au moins une des caractéristiques suivantes :
 - Un fort désir de se débarrasser ou de prévenir le développement de leurs caractéristiques sexuelles primaires et/ou secondaires;
 - Un fort désir pour les caractères sexuels primaires et/ou secondaires qui correspondent à leur identité de genre ressentie;
 - Un fort désir d'être de l'autre sexe ou d'un autre genre;
 - Un fort désir d'être traité comme un autre genre;
 - Une forte conviction de ressentir et de réagir de façon typique comme le ferait l'autre sexe.

Le diagnostic de dysphorie de genre à l'adolescence ou chez l'adulte est centré sur la mise en évidence d'une souffrance importante qui affecte le fonctionnement social, professionnel ou dans d'autres sphères importantes de fonctionnement. **Une non-conformité de genre isolée est insuffisante pour le diagnostic.**

Traitement de la dysphorie de genre

- Psychothérapie :
 - Évaluer et traiter les troubles de santé mentale concomitants (ex. : dépression, anxiété, toxicomanie)
 - Soulager la détresse plutôt qu'à essayer de changer l'identité
 - Aider à faire face aux effets négatifs de la stigmatisation
 - Aider à trouver une expression de genre qui soit confortable
 - Faciliter les modifications du rôle de genre, le coming out et la transition
- Processus de transition vers la conformité de l'identité de genre, qui peut inclure, avec consentement et selon les besoins :
 - Transition sociale
 - Hormonothérapie
 - Traitement par laser ou électrolyse
 - Thérapie vocale
 - Chirurgie de réassignation sexuelle
 - Autres chirurgies affirmant le genre