

LA DYSPHORIE DE GENRE

Avec Géraldine COFFE, Alison DEMANGEON, psychologues
& Vincent WARNERY, formateur à l'accueil des personnes LGBTI+

La "dysphorie de genre" (DG) est un diagnostic psychiatrique du DSM-5 défini par :

- 1) l'incongruence entre le genre de la personne et celui qui lui a été assigné à la naissance (transidentité),
- 2) une détresse significative ou une altération du fonctionnement social, scolaire etc.



Un diagnostic contesté

Ce diagnostic, qui remplace les précédentes appellations psychiatriques des transidentités (transsexualisme, trouble de l'identité de genre, ...) fait débat.

En effet, la transidentité y est définie comme un trouble à la source de la souffrance vécue.

Or lorsqu'il y a souffrance, elle est en réalité indissociable du vécu d'expériences de transphobie et leurs conséquences : mégenrage, violences psychologiques, physiques ou étatiques, générant isolement, peur du rejet, hypervigilance, doutes, transphobie intériorisée, peur de l'avenir, ... En d'autres termes, la stigmatisation génère et/ou amplifie l'éventuelle dysphorie, notamment physique (la transphobie visant souvent l'apparence des personnes transgenres). (Cooper et al, 2020).

Considérer cette souffrance comme pathologique revient donc en grande partie à considérer comme pathologique le fait de souffrir de la transphobie.

Transidentité et dysphorie

Le diagnostic de DG ne doit pas être confondu avec la dysphorie. La dysphorie (antonyme d'euphorie) est un **inconfort** ou **souffrance** d'intensité variable pouvant être ressentie par les personnes transgenres. Elle peut être physique (liée à certaines parties de son corps, à sa voix, ...) ou sociale (liée à son prénom d'assignation, au genre et accords utilisés par autrui, etc).

Toutes les personnes transgenres n'en ressentent pas, ou pas toujours. Affirmer son genre permet par contre de la réduire considérablement. Il ne s'agit donc en rien d'un "critère" pour légitimer l'accès aux démarches de transition éventuellement souhaitées.

Accompagnement

Aucun accompagnement psy n'est obligatoire ou systématiquement nécessaire.

Il est toutefois utile de se former à l'accueil des personnes transgenres et à leurs spécificités, dans une approche respectueuse et affirmative.

En plus de renforcer l'efficacité professionnelle et l'alliance thérapeutique, cela contribue à améliorer l'accès aux soins des personnes transgenres, faisant défaut à l'heure actuelle. (Cosnes, 2021)

Pour aller plus loin :
Une histoire de genres (Lexie)

