

# Dysphorie de genre

Qu'est ce que c'est ? 

C'est un sentiment de détresse ou de souffrance qui peut être exprimé par les personnes dont l'identité de genre, l'identité sexuée, ne correspond pas au sexe qui leur a été assigné à la naissance.

Les personnes peuvent s'identifier comme présentant une variance de genre, ou bien comme trans, queer, androgynes, neutres, ou autre...

Peut concerner l'enfant et l'adulte.

## Reflexes à avoir



- Eviter les personnes et professionnel·les discriminant·es.
- S'entourer de personnes de la communauté LGBT+ pour discuter d'expériences communes et lutter contre le sentiment d'isolement.

## Préconisations



- Il est important de sensibiliser les professionnel·les à cette thématique.
- Se tourner vers un·e psychologue formé·e à l'accompagnement des personnes LGBT+.
- Information auprès d'associations communautaires ( soutien social, partage des expériences, aide à trouver une expression de genre ...).
- Prise en charge pluridisciplinaire.

## Symptômes



- Désarroi psychologique,
- Angoisse,
- Altération du fonctionnement social, scolaire ou dans d'autres domaines importants,
- Sentiment de dégoût et automutilation,
- Dépression,
- Idées suicidaires...

## Facteurs de risque



- Facteurs de stress au sein de la famille et environnement social.
- Peut se manifester à différents stades du développement mais phase intense durant la puberté.

## Témoignages



*" Quand je croise un miroir, je me sens mal. Parfois, la douleur psychique est tellement forte que je m'arrache les cheveux".*

*" J'ai des crises quand je vois mon pénis depuis que mon copain m'a quittée car je faisais pas assez femme".*

*" Après une dispute violente avec ma mère qui m'a encore mégenré, je me suis enfermé 3 jours sans manger. Ce corps me fait souffrir".*