



ORDRE PROFESSIONNEL DES
SEXOLOGUES DU QUÉBEC

17 MAI 2018

AVIS AU PUBLIC concernant les effets nocifs des thérapies dites de conversion ou thérapies réparatrices pour l'orientation sexuelle et le genre

Certaines personnes intervenant en relation d'aide, au Québec ou par télépratique, proposent des thérapies promettant aux clients et clientes la possibilité de modifier l'orientation sexuelle (devenir hétérosexuel.le) ou de faire disparaître le sentiment d'être différents dans leur genre (ne pas être trans). Ces thérapies sont connues sous le nom de thérapies de conversion ou thérapies réparatrices.

L'Ordre professionnel des sexologues du Québec désire informer les personnes qui souhaiteraient obtenir de tels services, pour elles-mêmes ou pour leur enfant, que :

- ▶ l'efficacité de ces thérapies n'est pas démontrée¹;
- ▶ des effets psychologiques nuisibles ont été démontrés sur les personnes qui les ont suivies ;
- ▶ qu'elles sont interdites dans plusieurs régions du monde et par la plupart des associations professionnelles de psychologie, de psychiatrie et de médecine² ainsi que des ordres professionnels³, incluant l'Ordre professionnel des sexologues du Québec comme en fait foi le présent avis.

Les thérapies de conversion peuvent avoir des effets nocifs sur la santé psychologique des personnes qui consultent et leur entourage : augmentation des sentiments dépressifs et anxieux, création de fausses croyances et augmentation de l'isolement social. Les enfants sont particulièrement sensibles à de tels effets et les travaux de recherche actuels insistent sur les conséquences négatives et à long terme de ces approches⁴, comme la perte de la confiance envers les parents, l'anxiété généralisée ou des pensées suicidaires pouvant aller jusqu'à des tentatives de suicide.

Les orientations sexuelles différentes de l'hétérosexualité, les expressions de genre créatives et le fait d'être trans ne sont pas des maladies. Ce sont des expressions de la diversité humaine. Pour certaines personnes, elles s'expriment dès l'enfance, alors que pour d'autres, elles s'expriment à l'adolescence ou plus tard dans le courant de la vie adulte. Cela peut prendre plusieurs années avant de comprendre et d'accepter son orientation sexuelle ou son genre.

Ce que les interventions sexologiques peuvent et doivent faire pour vous

De nombreux travaux de recherche récents ont fait avancer nos connaissances et nous savons aujourd'hui comment améliorer la vie des personnes homosexuelles, bisexuelles, queer et des personnes trans. L'accumulation des jugements négatifs, des expériences difficiles ou simplement du sentiment d'être différent contribuent à des souffrances psychologiques. On peut penser que l'on souffre à cause de son orientation sexuelle ou de son genre. On peut alors se tromper de cible, car la souffrance peut plutôt survenir parce que l'on se sent différent ou en raison des expériences négatives vécues en lien avec sa différence.

Diverses interventions peuvent aider les personnes homosexuelles, bisexuelles, queer ou trans à se sentir en harmonie avec eux et elles-mêmes, à s'accepter, à être fière ou fier de soi et de son parcours.

Les interventions ne doivent pas viser à influencer l'orientation sexuelle ou le sentiment de qui vous êtes. Une personne qui, pendant une

consultation, se sent constamment culpabilisée ou jugée en raison de son orientation sexuelle ou de son genre, ou encore qui doit se défendre pour faire entendre son genre ou son orientation sexuelle, consulte probablement un.e professionnel.le qui n'est pas suffisamment formée.

Tel que le prévoit leur code de de déontologie, les sexologues doivent faire preuve d'une formation continue rigoureuse, exercer selon les règles de l'art et les normes de pratiques reconnues, et ce, dans les domaines où ils sont compétent.es (art. 42 à 46). **Soyez vigilant.es**, car cela n'est pas forcément le cas des consultations offertes en télépratique par des intervenant.es situé.es dans d'autres pays ou par des personnes se disant « thérapeutes » mais sans la formation et les permis de pratique professionnels requis.

Que font les sexologues sensibles aux réalités des personnes issues de la diversité en matière d'orientation sexuelle et d'identité de genre ?⁵

Ils, elles :

- ▶ se montrent inclusifs, inclusives dans leurs interventions (ne tiennent pas pour acquis que vous êtes hétérosexuel.le ou que votre genre correspond nécessairement au sexe qui vous a été assigné à la naissance);
- ▶ respectent votre expression de genre et vous appellent en fonction du genre que vous sentez être le vôtre;
- ▶ n'attendent pas que vous soyez certain.e de votre orientation sexuelle ou de votre genre. La fluidité et la complexité des parcours, des questionnements, des genres et des orientations sont fréquentes
- ▶ ne rapportent pas systématiquement l'origine de vos difficultés à votre orientation sexuelle ou à votre genre;
- ▶ abordent avec vous les conséquences de vous sentir et d'être différent (sentiment d'exclusion, de ne pas se sentir normal, les maltraitements vécus, vos anxiétés...);

Ces attitudes aident la personne à être et à exprimer qui elle est, malgré ses peurs, contribuant à rendre possible des résultats stables à long terme.



Pour toute question relative, à ce sujet n'hésitez pas à communiquer avec l'Ordre professionnel des sexologues du Québec info@opsq.org

Document préparé par par les sexologues :
Denise Medico, Joanie Heppell et Martin Blais.

- 1 - <http://www.apa.org/pi/lgbt/resources/therapeutic-response.pdf>
- 2 - https://www.wpath.org/media/cms/Documents/SOC%20v7/SOC%20V7_French.pdf
- 3 - https://www.ordrepsy.qc.ca/c/document_library/get_file?uuid=b57fed59-38cb-4496-8976-2a5b832cf035&groupId=26707
- 4 - <http://www.apa.org/pi/lgbt/resources/just-the-facts.pdf>
- 5 - <https://www.revmed.ch/RMS/2011/RMS-307/Vers-un-acces-a-des-soins-de-qualite-pour-les-personnes-lesbiennes-gays-bisexuelles-et-transgenre>