



C'EST QUOI TON GENRE ?

Genres,
sexualités,
et identités
à l'adolescence

Ce livret est destiné aux **jeunes**, aux **parents**
et aux **partenaires professionnels**.

Il a pour objectif d'aider à se repérer
dans les définitions et dans la jungle des idées reçues
autour des questions de genre
et d'orientation amoureuse et/ou sexuelle.

Vous y trouverez également
des ressources culturelles
et des contacts.

1 Pour bien poser les choses...

■ Le sexe biologique

correspond aux organes génitaux (vulve pour les femmes, et pénis pour les hommes). Il est communément admis deux sexes, un masculin et un féminin. Cela ne prend pas en considération l'existence des personnes intersexes qui représentent environ 1,8% des naissances (le même pourcentage que les personnes rousses dans la population française !). Ces dernières ont des variations des organes génitaux et des caractères sexuels secondaires (poitrine, taux d'hormones, pilosité, etc...).

■ Le genre

n'est pas le sexe biologique. C'est un concept social qui correspond à la manière dont se ressent et se définit une personne. On parle alors **d'identité de genre**. Généralement, le genre assigné à la naissance, correspond à l'observation du sexe biologique, vulve ou pénis. Quand le genre correspond au sexe de naissance, on dit « **cisgenre** ».



2 Mais ce n'est pas si simple

Il arrive que le genre et le sexe biologique ne coïncident pas.

On peut alors parler des transidentités, de non-binarité, etc. Il existe une multiplicité de genres. Par exemple, on peut être désigné comme garçon à la naissance, et se sentir fille en grandissant.

■ **Être transgenre**, c'est ressentir une inadéquation entre son genre ressenti et celui par lequel on a été désigné à la naissance. On parle **d'incongruence de genre**. Par exemple, Camille a été désignée fille à la naissance. En grandissant, Camille se sent garçon et souhaite désormais qu'on le genre au masculin.

La dysphorie de genre est un terme psychiatrique pointant la souffrance associée à cette incongruence de genre. Il n'y a pas toujours de souffrance associée au simple fait d'être transgenre. Être une personne trans n'entraîne donc pas automatiquement une dysphorie.

■ **La non-binarité** concerne les personnes s'identifiant comme n'étant pas de genre complètement masculin ou féminin (mélange ou entre les deux ou aucun des deux ou fluidité des genres).

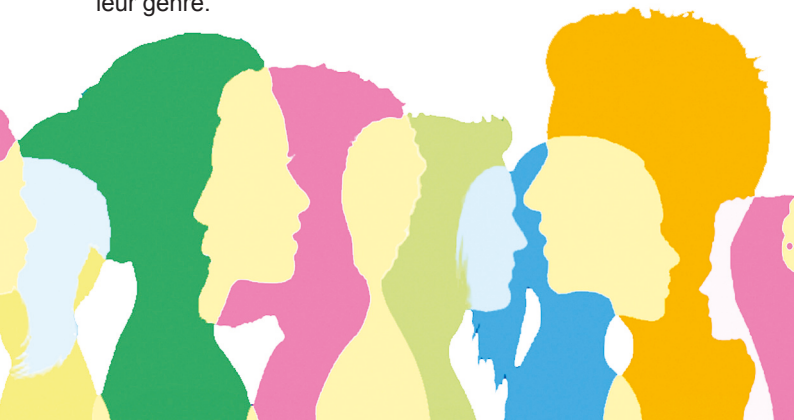


③ L'orientation sexuelle
correspond à l'attirance sexuelle que l'on ressent
pour une ou plusieurs autres personnes.

■ **L'orientation amoureuse/romantique**
est l'attirance sentimentale que l'on ressent pour
une ou plusieurs personnes.

■ On peut également n'être attiré par personne
physiquement et /ou sentimentalement
(asexualité, aromantisme, etc.).

■ À partir de là, toutes les situations sont possibles. Par
exemple, Ryan a été reconnu comme garçon à sa nais-
sance et se reconnaît de genre masculin. Il aime le foot et
les voitures, et a eu des relations sexuelles à
l'adolescence avec des garçons. Pourtant, Ryan se définit
comme purement hétérosexuel. Il est en couple avec des
filles. Autre exemple : Gina, désignée fille à la naissance,
se vit comme garçon à l'adolescence. Gina souhaite qu'on
la prénomme Raphaël et son pronom devient « il ».
Il tombe amoureux de personnes indifféremment de
leur genre.



④ Une illustration pour se repérer



Non-Binaire
Femme ← → Homme

Identité de genre

Bisexuelle
Homosexuelle ← → Hétérosexuelle

Orientation sexuelle

Intersexe
Femelle ← → Mâle

Sexe

Androgyne
Féminine ← → Masculine

Expression de genre

6 Dans la jungle des idées reçues...



Non, ce n'est pas une maladie !

Il s'agit d'un ressenti et d'un vécu profond de la personne.

N'importe qui peut être concerné par les questions de genre. Lorsqu'on s'interroge sur qui on aime et/ou nous attire,

qui on est, à qui on a envie de ressembler, on est déjà dans des interrogations de genre sans le savoir.

Un·e enfant dont on dit qu'il (il ou elle) est « garçon manqué » ou « trop sensible » est déjà pris dans **les stéréotypes de genre** plaqués sur lui par la société.

Ces stéréotypes définissent de manière simplificatrice comment doit être un garçon ou une fille.

Non, ce n'est pas un choix !

Personne ne décide de son identité de genre ou de son orientation sexuelle et/ou amoureuse. Cela s'impose à chacun·e.

Non, ça ne fait pas toujours souffrir !

La majorité du temps, la souffrance est liée à la réaction de l'entourage et/ou de la société. Elle peut être aussi liée au fait de s'être forcé·e à être quelqu'un d'autre pendant des années. Le cheminement interne qui conduit quelqu'un à comprendre enfin qui il est, est un soulagement (il peut prendre des années, même si on peut avoir l'impression que cela sort de nulle part).

...

⑥ Dans la jungle des idées reçues (suite)...



Non, ce n'est ni une mode ni une épidémie !

Ces questions pouvant sembler nouvelles ne le sont pas. Il y a toujours eu des personnes trans et homosexuelles dans toutes les sociétés. Aujourd'hui, les minorités sont surtout plus **visibles** qu'avant, et c'est un sujet dont on parle. D'où cette impression qu'ont certaines personnes d'une « épidémie » qui se propagerait. Il s'agit en réalité d'un vécu profond, ça ne se copie pas comme un style vestimentaire !

Oui, l'ado pourra avoir des enfants plus tard !

Ou pas, et ce sera son choix. Homo, bi ou trans, il existe différents moyens d'avoir des enfants et/ou d'être parent : PMA (Procréation Médicalement Assistée), FIV (Fécondation In Vitro), adoption...

Non, ce n'est pas pour se rendre intéressant !

L'adolescence est une période durant laquelle on peut se questionner sur son genre, jouer avec ses identités, expérimenter des relations et sa place dans la société. Ces identités peuvent se cristalliser ou évoluer, tout comme les orientations amoureuses et/ou sexuelles. Il est important de laisser émerger ces questions. Les accueillir, c'est respecter au mieux **l'autodétermination** de l'ado : son pronom et/ou son prénom choisi, son orientation sexuelle et/ou amoureuse, etc....

...



7 Dans la jungle des idées reçues (suite et fin)



Non, on ne va pas charcuter l'ado !

Il y presque autant de manière de transitionner que de personnes trans. Lorsqu'un ado est trans, on peut imaginer qu'il va se transformer du jour au lendemain, et s'inquiéter de l'impact des traitements et des chirurgies. En fait, les chirurgies pour les mineur·e·s sont rares et principalement réalisées en cas de risque vital. Quant à l'hormonothérapie, elle n'est pas non plus automatique (2% des ados transitionnent médicalement). Entre 14 et 16 ans peuvent être proposés des bloqueurs de puberté qui l'arrêtent provisoirement pour laisser le temps à l'ado de réfléchir. La puberté reprend normalement dès leur interruption. À partir de 16 ans, des prises d'hormones peuvent débuter qui reproduisent la puberté biologique du genre choisi. La prise d'hormones ne présenterait pas plus de risques d'effets secondaires qu'un autre traitement lambda. Les parcours de transition sont officiellement validés par l'OMS (Organisation Mondiale de la Santé) et par la HAS (Haute Autorité de la Santé).

Oui, c'est toujours votre ado !

Mais c'est l'idée qu'on se faisait de lui qui est chamboulée. Bien avant sa naissance, les proches imaginaient déjà son avenir, ce qu'il allait devenir. Mais surprise, l'ado répond rarement aux attentes ! Souvent, on n'imagine pas qu'une personne sorte de la norme hétérosexuelle et/ou cis-centrée, et on peut être sous le choc/sidération lors de l'annonce (coming-out). On peut avoir aussi des inquiétudes concernant son insertion dans la société. Si l'ado est soutenu·e, c'est à l'inverse un soulagement de pouvoir vivre telle qu'il est.

Numéros clés

■ Associations ressources pour les personnes trans et en questionnement, et pour leurs proches :

- ▶ Espace Santé Trans : espacesantetrans.fr
- ▶ Outrans : contact@outrans.org
- ▶ Acceptess-T : 01 42 29 23 67
contact@acceptess-t.com
- ▶ Grandir Trans : (association de parents d'enfants transgenres) : grandirtrans@gmail.com
- ▶ REST : (Réseau de Santé Trans) :
reseausantetrans.fr
- ▶ Trajectoires Jeunes Trans :
(plateforme d'informations pour les enfants, adolescent·es et jeunes adultes trans et/ou en questionnement de genre)
trajectoiresjeunestrans.fr

■ Associations ressources pour toutes les personnes LGBTQIA+ et en questionnement :

- ▶ Le checkpoint : (consultations gratuites en santé sexuelle pour les personnes LGBTQIA+ majeures) :
01 44 78 00 00 13 Rue d'Alexandrie, 75002 Paris, France
- ▶ Contact : (dialogue entre les parents, les lesbiennes, gays, bi et trans, leurs familles et ami·e·s) :
0 805 69 64 64 (gratuit)
www.asso-contact.org
- ▶ Ligne Azur : (orientations sexuelles, affectives et identités de genre) : 0 810 20 30 40
www.ligneazur.org
- ▶ SOS homophobie : 01 48 06 42 41
<https://www.sos-homophobie.org/chatecoute>

... Numéros clés (suite et fin)

- ▶ **ENIPSE** : (Équipe Nationale d'Intervention en Prévention et Santé) : **01 44 59 81 01**
43 rue Amelot - 75011 Paris /
Contact : enipse@enipse.fr
- ▶ **Centre LGBTQIA+ de Paris** : **01 43 57 21 47**
63 Rue Beaubourg, 75003 Paris, France
- ▶ **La Mutinerie** : (lieu ressources culturelles) :
01 42 72 70 59
176 Rue Saint-Martin, 75003 Paris, France
- ▶ **Violette And Co** : (librairie féministe, lesbienne, gay, trans, bi, intersexe / espace café) : 52 rue Jean-Pierre Timbaud, 75011 Paris, France
violetteandcoop@gmail.com
- ▶ **Les mots à la bouche** : (librairie LGBT) :
37 rue Saint-Ambroise 75011 Paris **01 42 78 88 30**
contact@motsbouche.com

■ Ressources pour toustes :

- ▶ onsexprime.fr
(questions d'ados sur l'amour et la sexualité)
- ▶ [Sexualité-info-santé.fr](http://Sexualite-info-sante.fr)
- ▶ **E-enfance 3018** : (lutte contre le harcèlement numérique) : **3018 e-enfance.org**
- ▶ **Défenseur des droits** : (défense et promotion des droits de l'enfant, lutte contre les discriminations et promotion de l'égalité...) : **09 69 39 00 00**
www.defenseurdesdroits.fr/fr/saisir-le-defenseur-des-droits
- ▶ **119 Allô Enfance en danger** : (pour tout enfant ou adolescent victime de violences, et pour toute personne préoccupée par une situation d'enfant en danger ou en risque de l'être) : **119**

Pour aller plus loin

■ Podcasts :

- ▶ **Coming Out** : (témoignages de personnes célèbres concernées)
- ▶ **Coming in, coming out** : (témoignages de personnes concernées)
- ▶ **Adieu, monde hétéro** : (témoignages)
- ▶ **La fièvre !** : (témoignages de personnes LGBTQIA+)
- ▶ **LGBT Et alors ?** : (témoignages de proches de personnes LGBTQIA+)
- ▶ **Contre nature** : (Paint, tables rondes entre personnes concernées)
- ▶ **JINS** : (être arabe et/ou musulman·e·x et LGBTQIA+, déconstruction des idées reçues)
- ▶ **Transgenre** : (déconstruction des idées reçues concernant la transidentité)
- ▶ **Le café des transidentités** : (discussion autour des transidentités)
- ▶ **Contre-culture** : (plusieurs épisodes sur les questions de genre)
- ▶ **LSD France culture** : (épisodes sur les transidentités, le lesbianisme)
- ▶ **Le serment d'Augusta** : (sur les discriminations en médecine)
- ▶ **Elles parlent santé** : (santé des femmes)
- ▶ **Hotline** : (16 ans+, sexualité en tous genres)
- ▶ **Sexosafe** : (16 ans+, sexualité des hommes/garçons homosexuels)
- ▶ **Contes et légendes du Queeriqoo** : (contes philosophiques dans lesquels la norme est queer)

Pour aller plus loin (suite et fin)

■ Livres :

- ▶ **Ados sexo**, Camille AUMONT-CARNEL
- ▶ **Le bleu est une couleur chaude**, Jul MAROH
- ▶ **Coming In**, Élodie FONT
- ▶ **Hshouma – corps et sexualité au Maroc**, Zainab FASIKI
- ▶ **Transitions**, journal d'Anne MARBOT
- ▶ **Appelez-moi Nathan**, Quentin ZUTTON
- ▶ **La fin des monstres – récit d'une trajectoire trans**, Tal MADESTA
- ▶ **Genderflou**, Tamos LE THERMOS
- ▶ **Polly**, Fabrice MELQUIOT
- ▶ **Le genre : cet obscur objet du désordre**, A.-C. HUSSON et T. MATHIEU
- ▶ **Une histoire de genres, guide pour comprendre et défendre les transidentités**, Lexie

■ Séries :

- ▶ **Sex Education** : (Netflix)
- ▶ **Mes premières fois** : (Netflix)
- ▶ **Libres !** : (Ovidie et Diglee, ARTE)