



SOIS TOI-MÊME

RAPPORT COMMUNAUTAIRE

Territoires des x^wməθk^wəyəm
Healthcare Ethics & Equity Team
École des sciences infirmières
Université de la Colombie-Britannique
©2024



HEALTHCARE
ETHICS & EQUITY
T E A M

RECONNAISSANCE DES TERRES

L'Université de la Colombie-Britannique à Vancouver (UBC Vancouver) est située sur les territoires traditionnels, ancestraux et non cédés du peuple Musqueam. Depuis des millénaires, le peuple Musqueam a considéré ces espaces comme une source d'acquisition de connaissances permettant de transmettre leur culture, leur histoire et leurs traditions d'une génération à l'autre .

Nous exprimons notre appréciation, notre gratitude et notre respect à toutes les communautés autochtones dont les terres ancestrales servent de fondement à la diffusion de ce guide, reconnaissant qu'elle s'étendra au-delà du soi-disant Canada. Nous célébrons et honorons les personnes et les communautés transgenres, non binaires et bispirituelles autochtones. Nous reconnaissons les méfaits de la colonisation et le rôle permanent que joue le colonialisme dans la perturbation des modes de connaissance autochtones, notamment en imposant des concepts binaires liés au genre et au sexe.

Ce rapport aborde des questions concernant le bien-être posées par des jeunes autochtones et non autochtones de l'ensemble du soi-disant Canada. Nous reconnaissons que les jeunes autochtones transgenres, non binaires et bispirituels ont une expérience unique des services de santé et que nos efforts pour améliorer l'information sur la santé et les services de santé promeuvent une approche intersectionnelle. Nous encourageons toutes les personnes qui cherchent à améliorer les soins et les services d'affirmation de genre à s'acquitter de leurs fonctions de manière positive et efficace, en faisant preuve d'humilité culturelle dans leurs efforts de lutte en faveur de la sécurité culturelle, de la vérité et de la réconciliation ainsi que de l'éradication du racisme à l'égard des Autochtones.

1 Portail autochtone de UBC Vancouver : <http://aboriginal.ubc.ca/community-youth/musqueam-and-ubc/>

2 L'humilité culturelle est un processus d'autoréflexion visant à comprendre les préjugés individuels et systémiques et à concevoir et maintenir des processus et des relations fondés sur le respect et la confiance mutuelle. Adopter l'humilité culturelle, c'est se reconnaître humblement comme un apprenant lorsqu'il s'agit de comprendre l'expérience de l'autre ». (<https://www.fnha.ca/what-we-do/cultural-safety-and-humility>)

3 La sécurité culturelle est le résultat d'un engagement respectueux reconnaissant les déséquilibres de pouvoir inhérents au système de soins de santé et s'efforçant d'y remédier. Elle se traduit par un environnement exempt de racisme et de discrimination où chacun se sent en sécurité lorsqu'il obtient des soins de santé ». (<https://www.fnha.ca/what-we-do/cultural-safety-and-humility>)

TABLE DES MATIÈRES

VUE D'ENSEMBLE	4
ÉQUIPE DE RECHERCHE	4
RECHERCHE PARTICIPATIVE	5
PARTICIPANTS	5
ÉQUIPE CONSULTATIVE DE JEUNES	6
GROUPES DE DISCUSSION	8
ENQUÊTE EN LIGNE	12
DÉVELOPPEMENT DES RESSOURCES	15
PROGRAMME DE RECHERCHE	17
CONCLUSION	18
REMERCIEMENTS	19

VUE D'ENSEMBLE

Sois toi-même est un projet de recherche participative. De mai 2023 à avril 2024, des jeunes transgenres, bispirituelles et non binaires (TBNB) de tout le Canada ont collaboré avec des chercheurs de l'Université de la Colombie-Britannique.

Notre projet visait trois objectifs. Le premier était de connaître les préoccupations des jeunes TBNB sur leur santé et les soins de santé. Le deuxième objectif était de concevoir des ressources documentaires sur la santé afin de répondre à la grande majorité de ces préoccupations. Le dernier était d'élaborer un programme de recherche à venir sur des sujets de santé importants pour les jeunes TBNB.

Nous espérons que les ressources documentaires et le programme de recherche générés par ce projet aideront les

jeunes TBNB à cheminer dans leur identité de genre.

ÉQUIPE DE RECHERCHE

Drew B. A. Clark, responsable principal de la recherche

Kaeden Seburn, jeune coresponsable de la recherche

Elizabeth Saewyc, coresponsable de la recherche

Lorraine Grieves, responsable de l'utilisation des connaissances

Chase Willier, responsable conseil autochtone

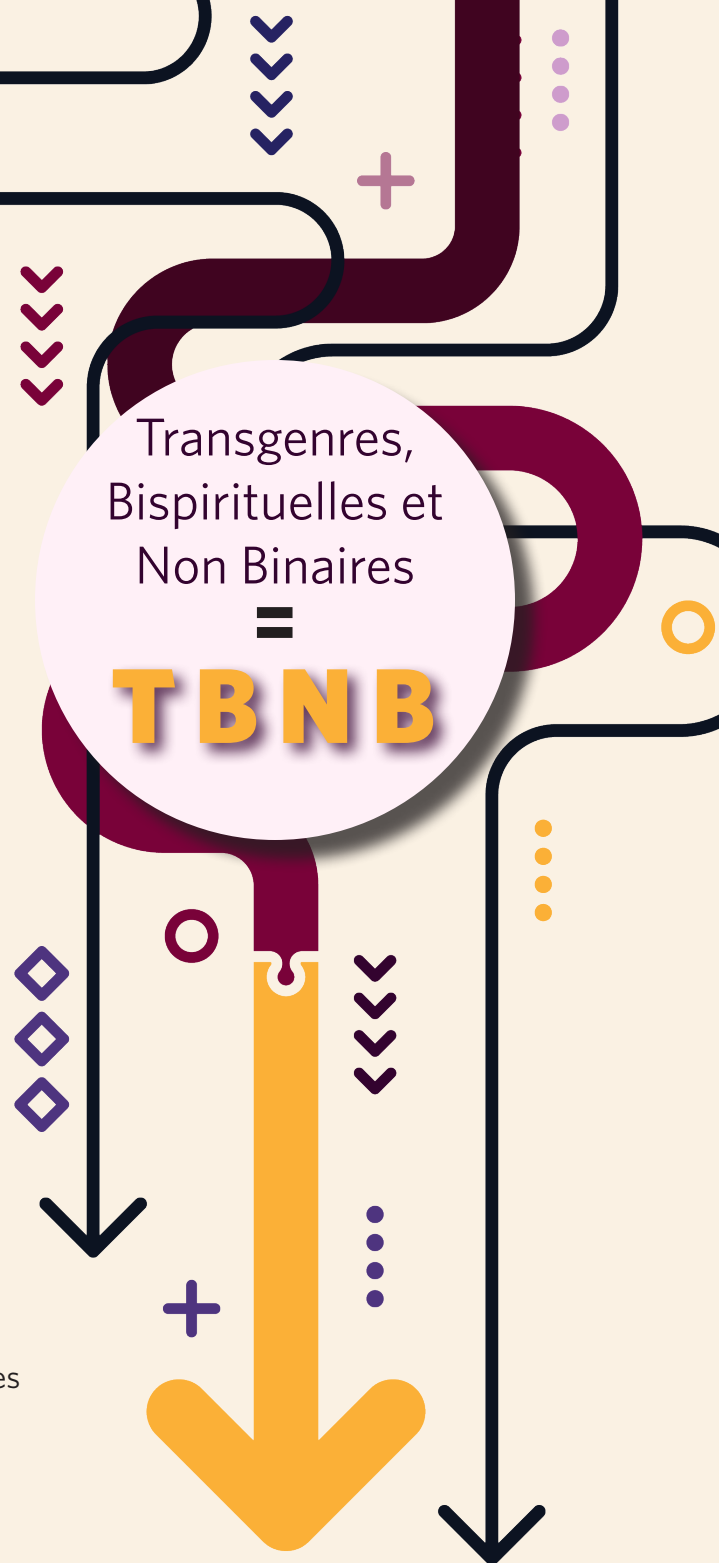
Julie Temple, coresponsable de la recherche

Daniel Ji, titulaire de bourse postdoctorale

Elijah Foran, responsable adjoint de la recherche

Citation

Ji, D., Foran, E., Seburn, K. et Clark, D. B. A. (2024). Just be yourself: The community friendly report. Vancouver, BC, Healthcare Ethics & Equity Team, School of Nursing, Université de Colombie-Britannique.



RECHERCHE PARTICIPATIVE

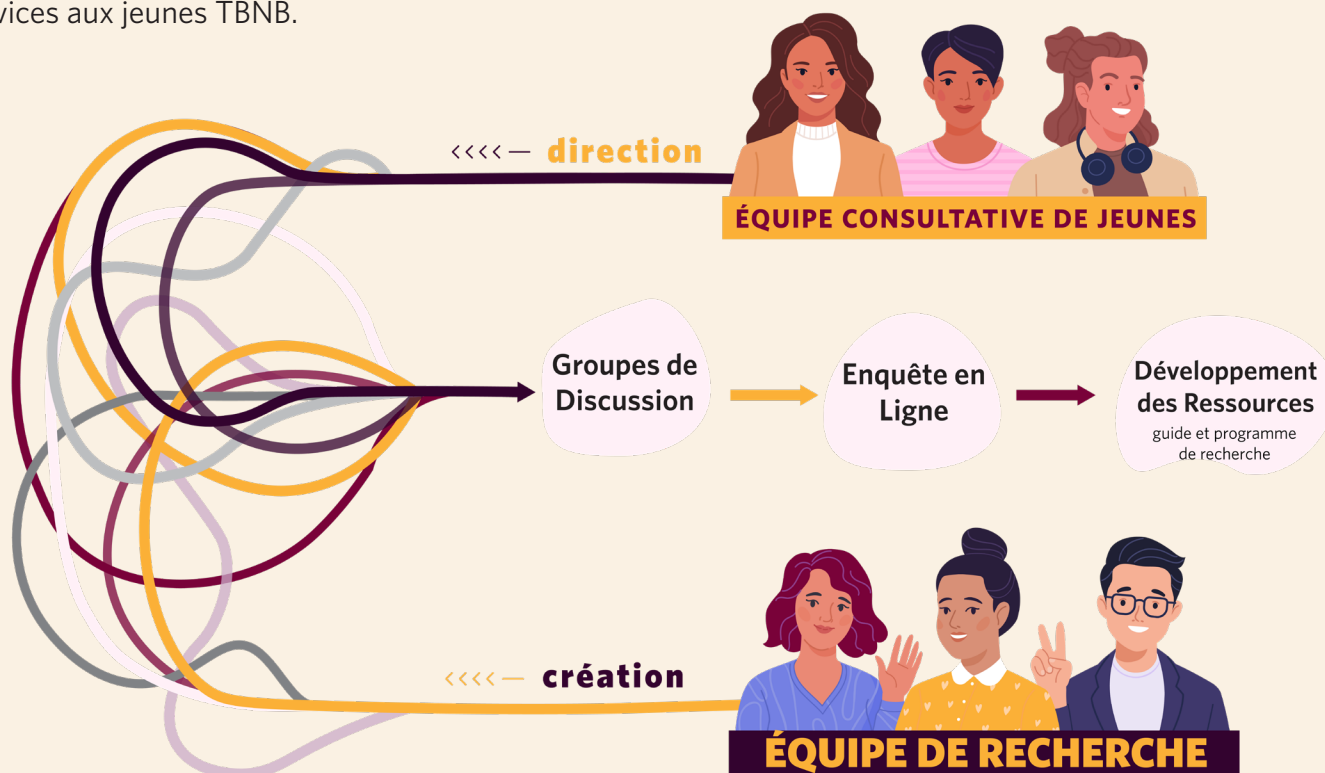
L'approche participative (AP) a servi de force directrice tout au long de ce projet. L'AP repose sur une collaboration étroite entre des chercheurs et des membres de la communauté pour mieux comprendre et traiter un problème. Dans le cadre de cette approche particulière, il est important d'avoir une compréhension approfondie des contextes sociaux et politiques. Également, les valeurs des membres de la communauté façonnent le processus de recherche et guident les stratégies d'action pour apporter un changement significatif.

Nous avons lancé ce projet dans l'espoir de mieux comprendre les besoins des jeunes TBNB en matière d'information sur la santé, et d'y répondre. Les jeunes et les chercheurs ont collaboré à la création et mise en œuvre des activités de recherche. Tout au long du processus, nous avons acquis une compréhension des contextes sociaux et politiques vers lesquels se tournent les jeunes TBNB à la recherche de soins, notamment la volonté politique de limiter l'accès à des soins d'affirmation de genre. En se fondant sur les données recueillies, les jeunes TBNB ont recommandé des mesures visant à concevoir des ressources permettant de répondre directement à leurs besoins en matière d'information sur la santé.



PARTICIPANTS

La participation des jeunes à ce projet se déclinait en trois volets : l'équipe consultative de jeunes, les groupes de discussion et l'enquête en ligne. Les jeunes admissibles devaient être des personnes transgenres, bispirituelles ou non binaires âgés de 14 à 25 ans, habiter au Canada et être à l'aise avec la langue anglaise. Nous avons intéressé des jeunes à ce projet dans plus de 300 organisations canadiennes fournissant des services aux jeunes TBNB.



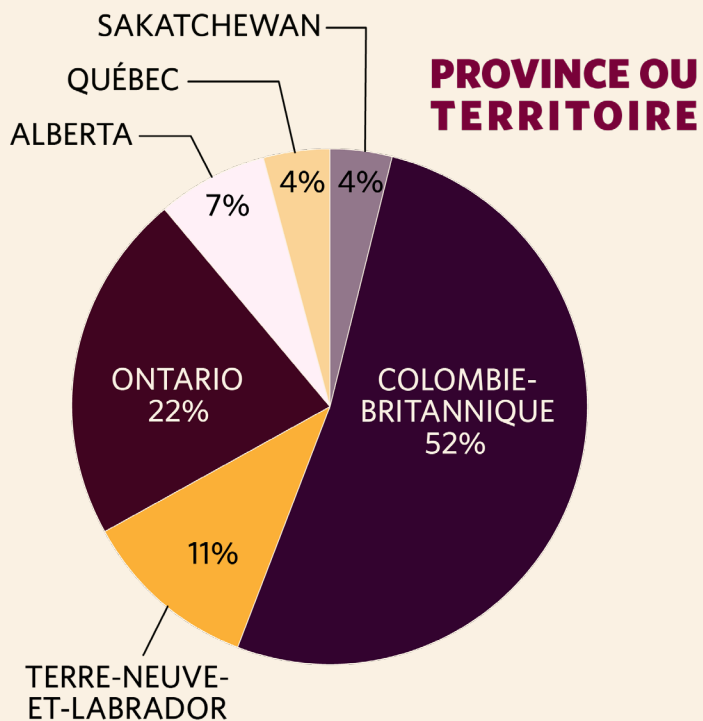
ÉQUIPE CONSULTATIVE DE JEUNES

L'équipe consultative de jeunes (ECJ) a orienté la méthodologie de la recherche et le transfert des connaissances en fournissant ses observations sur les activités principales du projet. L'équipe de recherche a aidé les membres de l'EJC à se familiariser avec la recherche en santé et les méthodes de transfert des connaissances.

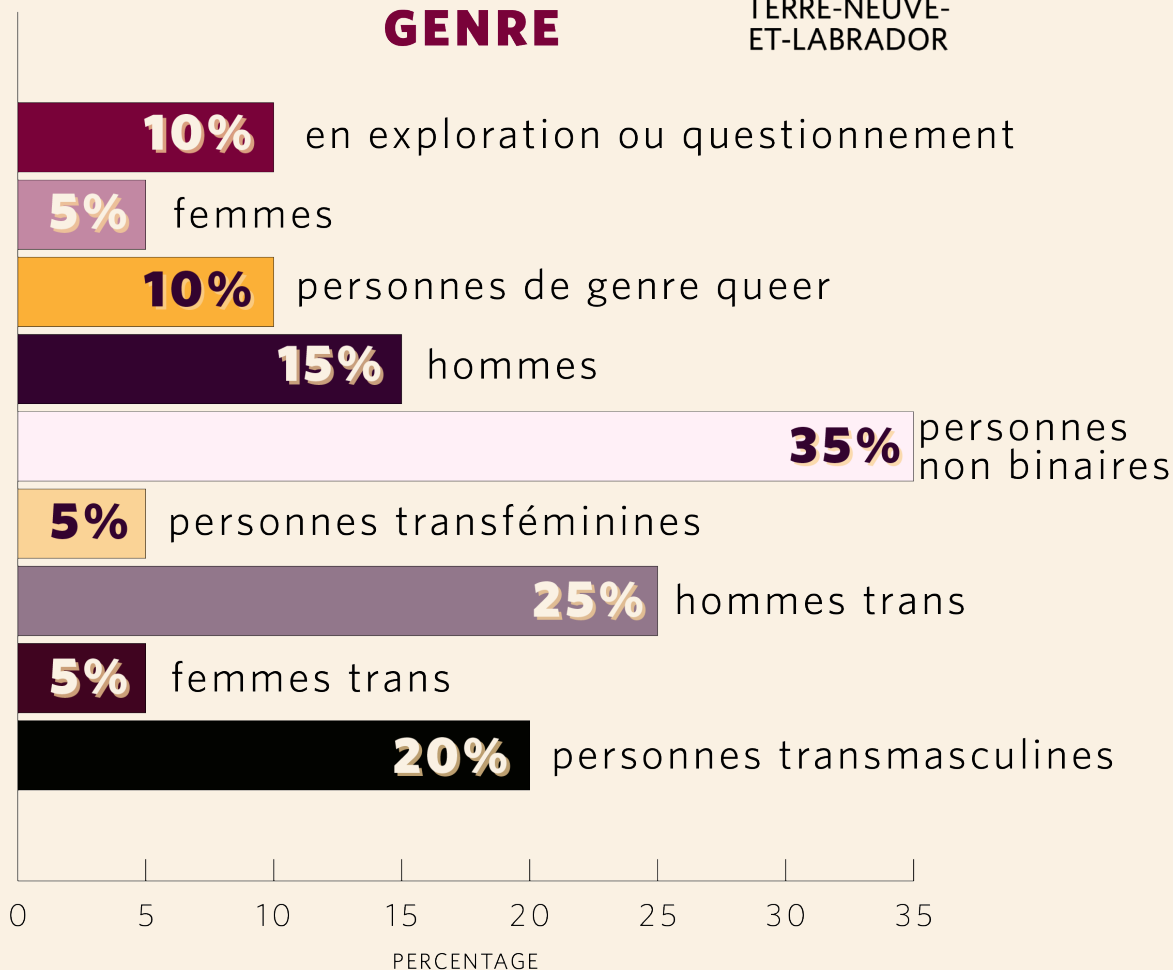
L'EJC s'est réuni virtuellement cinq fois de mai 2023 à juin 2024. Chaque rencontre a permis d'apprendre et de profiter de conseils. Les membres ont reçu une rémunération pour le temps et l'expertise fournis.

Membres de l'équipe consultative de jeunes

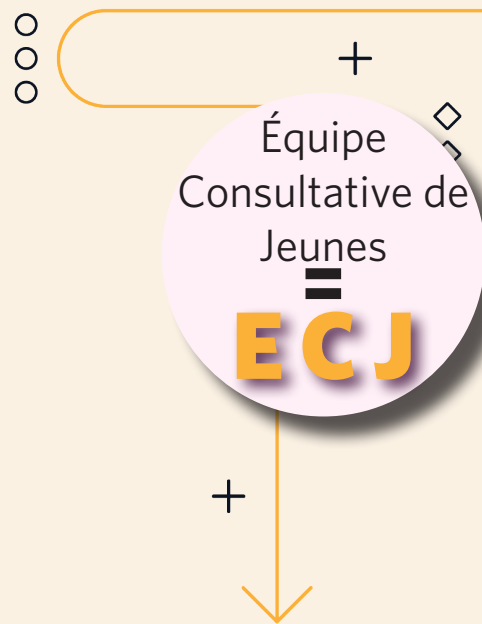
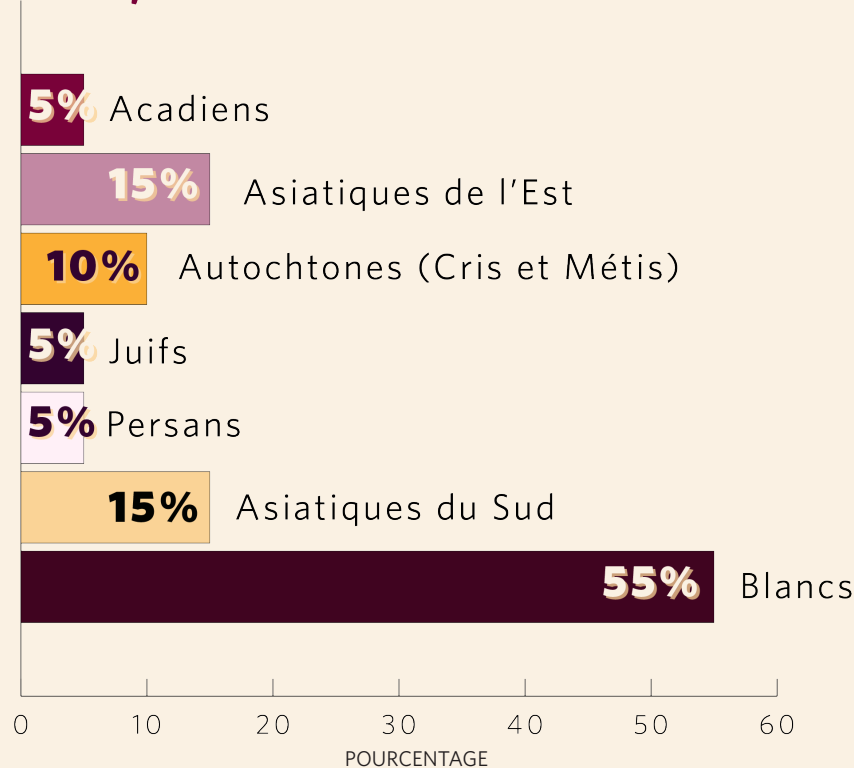
L'EJC comprenait un groupe diversifié de 20 jeunes de tout le pays.



GENRE



RACE, ETHNICITÉ ET AUTOCHTONITÉ



Activités de l'équipe consultative de jeunes

Conception

1	APPRENTISSAGE	Méthodologie de recherche et recrutement
	CONSEIL	Validation de l'analyse des données des groupes de discussion, format de l'enquête et recrutement

Mise en œuvre

2	APPRENTISSAGE	Collecte et analyse des données
	CONSEIL	Validation de l'analyse des données de l'enquête, plan d'action

Stratégies d'action

3	APPRENTISSAGE	Transfert des connaissances
	CONSEIL	Planification des ressources d'information sur la santé

Validation

4	APPRENTISSAGE	Approches de la recherche sur la santé des jeunes TBNB
	CONSEIL	Validation des ressources d'information sur la santé, élaboration d'un programme de recherche

Célébration

5	APPRENTISSAGE	Possibilités à venir de participer à la recherche
	CONSEIL	Partager les ressources avec les jeunes TBNB

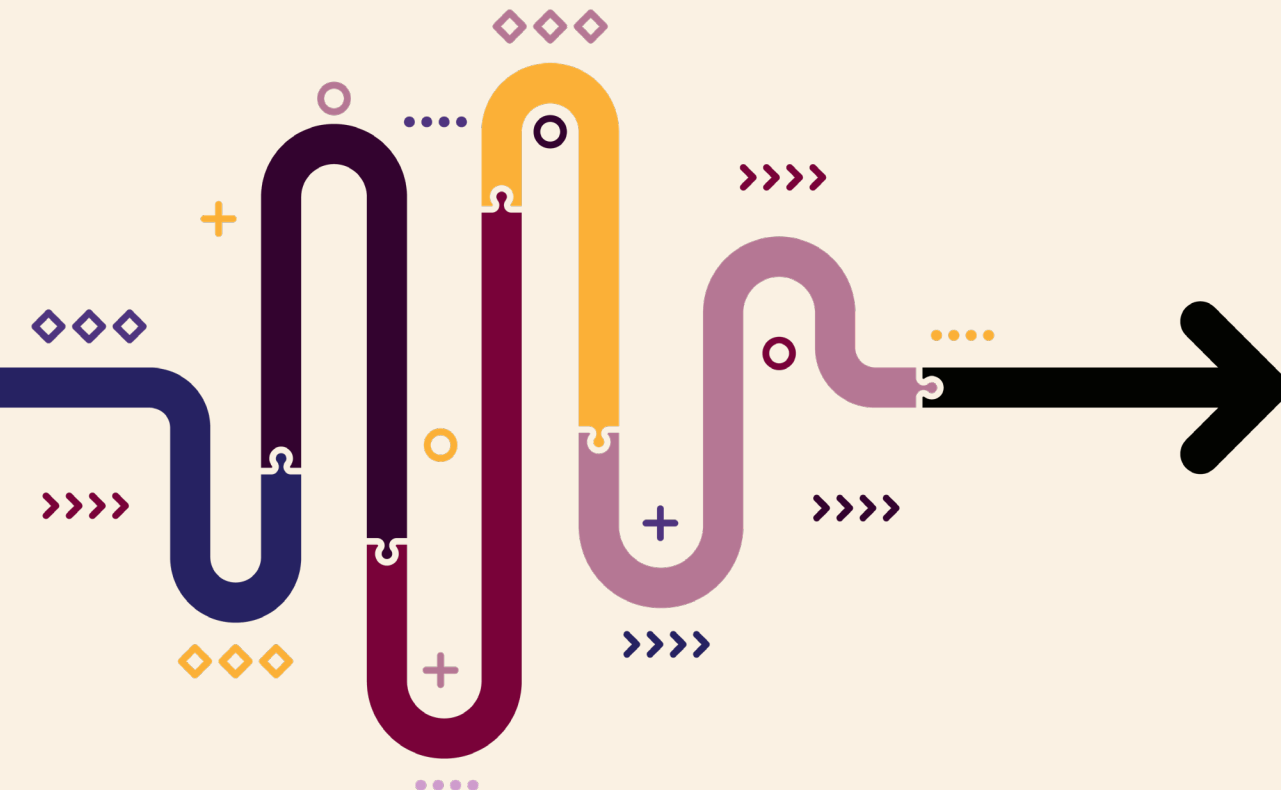
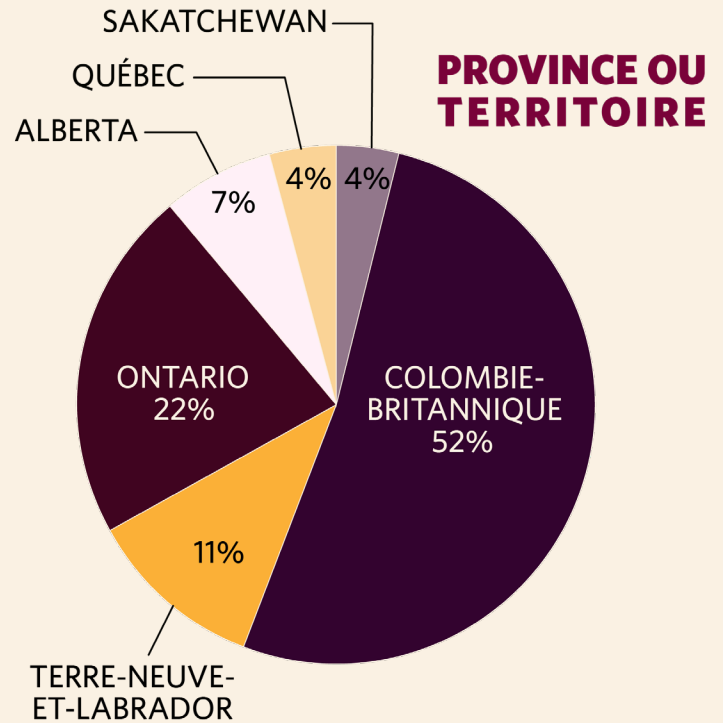
GROUPES DE DISCUSSION

Les groupes de discussion sont un moyen pour des individus de se rassembler pour discuter d'un sujet particulier. Les chercheurs en tirent des enseignements grâce à la diversité des expériences des participants.

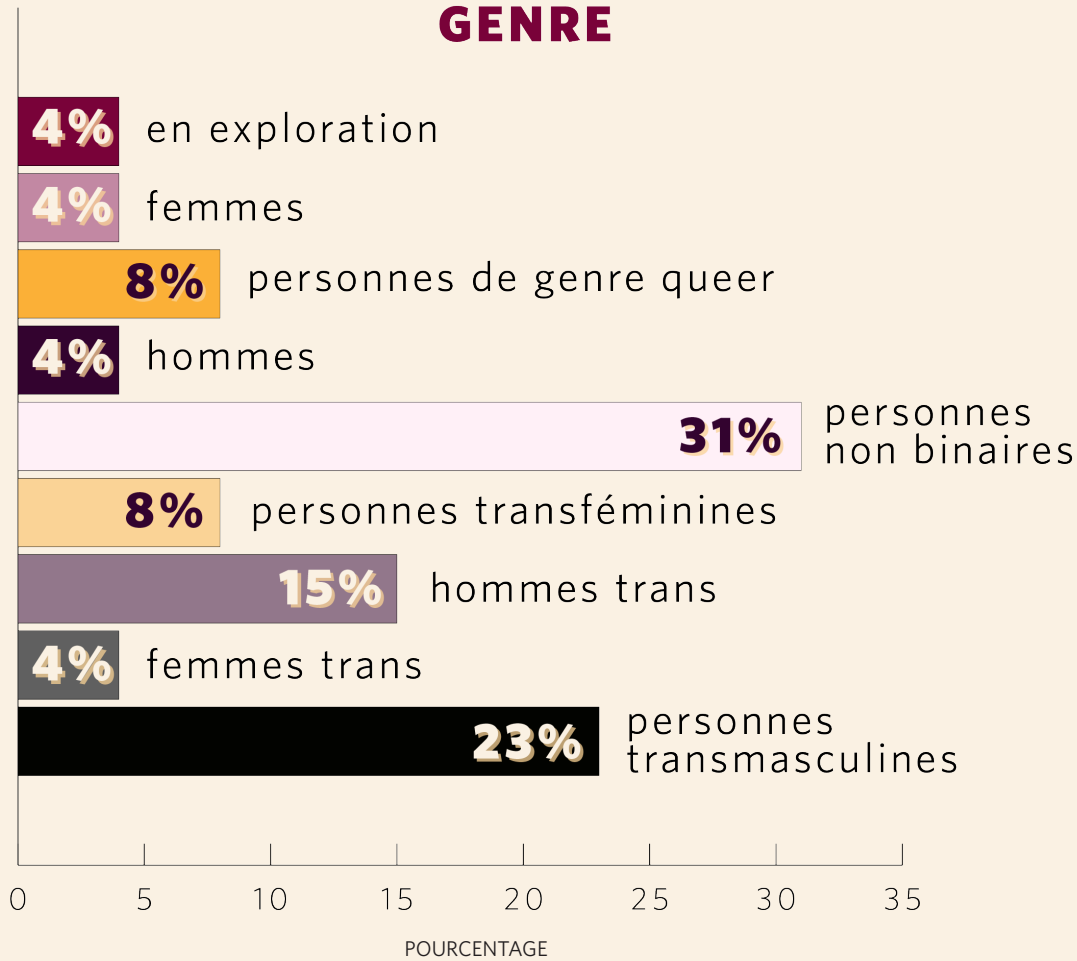
En 2023, nous avons tenu six groupes de discussion anonymes et en ligne d'une heure. L'un des groupes s'adressait particulièrement aux jeunes autochtones sous l'animation conjointe des membres membres bispirituelles de l'équipe de recherche.

Participants aux groupes de discussion

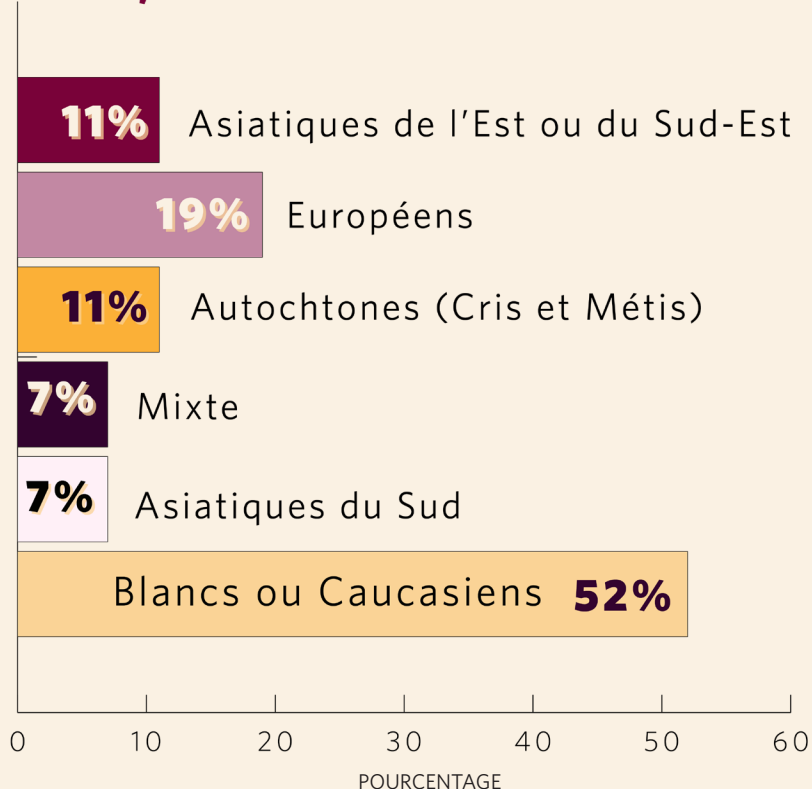
Vingt-sept jeunes ont participé aux groupes de discussion dont l'âge moyen était de 21 ans.



GENRE

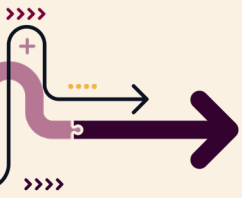


RACE, ETHNICITÉ ET AUTOCHTONITÉ



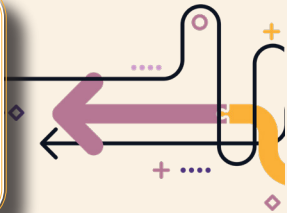
Questions lancées aux groupes de discussion

Les questions qui suivent ont orienté les discussions de groupe :



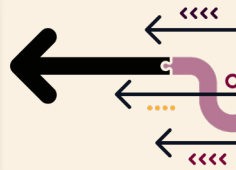
Selon vous, quels sont les types d'informations dont les jeunes ont besoin pour accéder à des soins de santé d'affirmation de genre?

Y a-t-il d'autres éléments permettant d'améliorer la santé des personnes d'identités de genre variées sur lesquels vous aimeriez obtenir de l'information?



Quels types d'informations sont nécessaires pour comprendre les inhibiteurs de puberté, l'hormonothérapie et la chirurgie d'affirmation de genre?

Qu'auriez-vous aimé savoir lorsque vous avez entamé votre cheminement? Qu'aimeriez-vous savoir aujourd'hui?



Thèmes des groupes de discussion

Les participants ont discuté de la nécessité pour les jeunes TBNB de disposer de ressources d'information sur la santé accessibles, claires et à jour. Douze thèmes ont été retenus une fois réalisée l'analyse des notes prises au sein des discussions de groupe.

1 
Accès aux soins

2 
Échange avec les prestataires de soins

3 
Droits, vie privée et consentement

4 
Sécurité

5 
Soutien de la famille, des partenaires et des pairs

6 
Soutien de l'école, du milieu de travail et de la communauté

7 
Soutien en santé mentale et accompagnement spirituel

8 
Aide à la transition sociale

9 
Inhibiteurs de puberté

10 
Hormonothérapie

11 
Chirurgies d'affirmation de genre

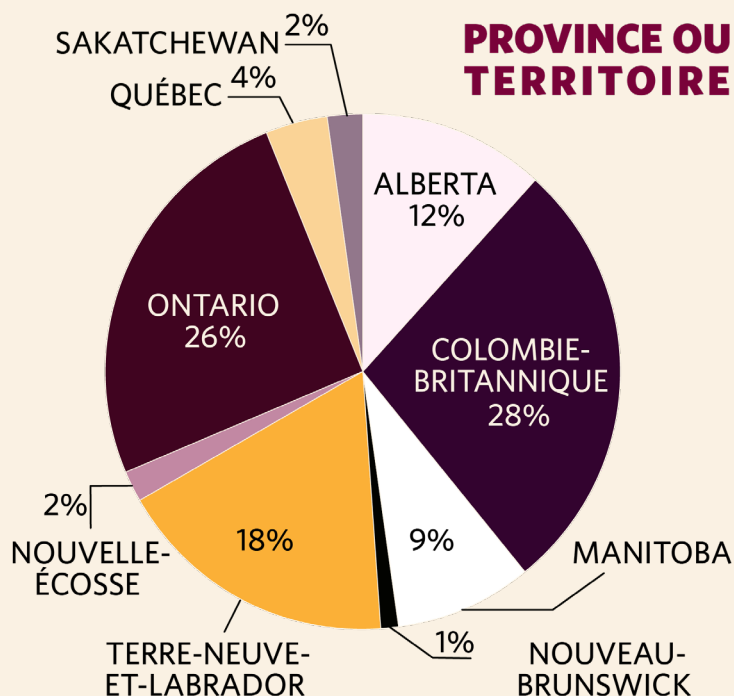
12 
Santé sexuelle et reproductive



ENQUÊTE EN LIGNE

Dans le domaine de la recherche en santé, les enquêtes en ligne permettent de recueillir des données auprès d'un cercle élargi de personnes. L'équipe de recherche et les membres de l'ECJ ont élaboré les questions de l'enquête en se fondant sur les douze thèmes abordés dans les groupes de discussion. L'enquête visait à recueillir de l'information sur les besoins des jeunes TBNB en matière de santé dans tout le Canada.

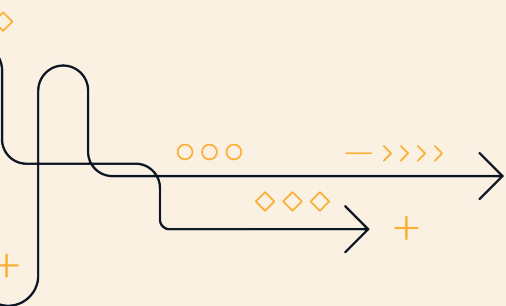
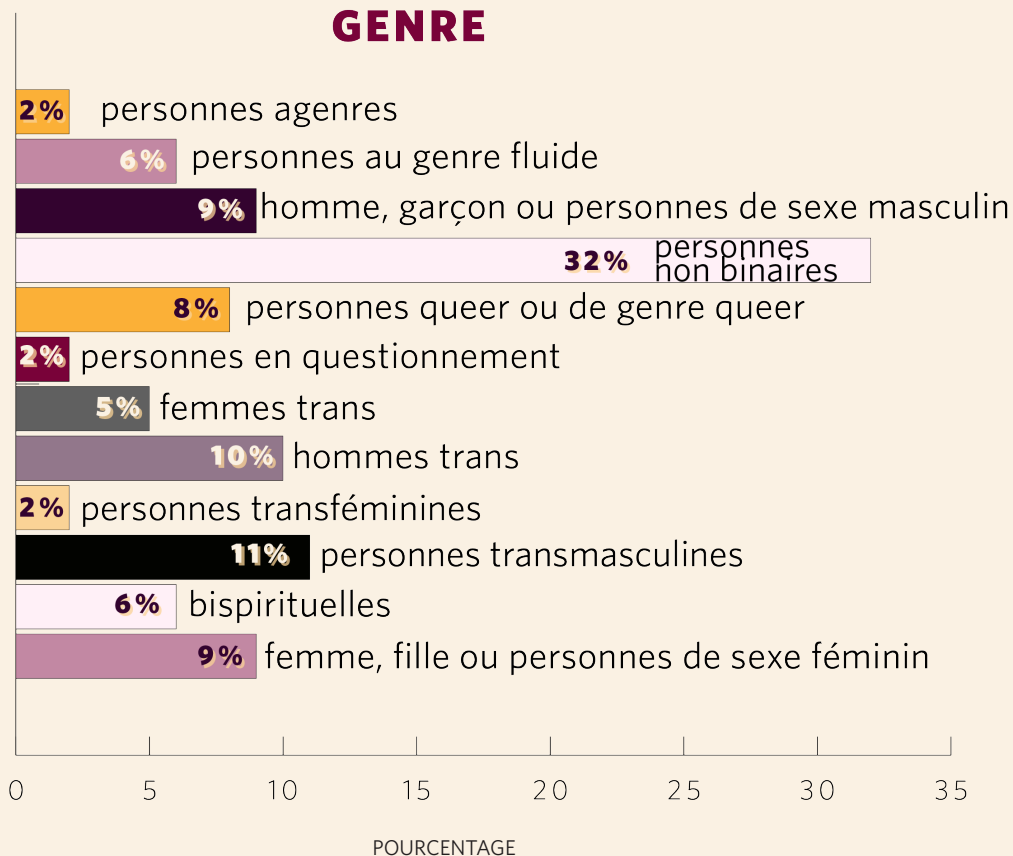
Nous avons demandé aux participants d'évaluer l'importance qu'ils accordaient à chacun des douze thèmes d'information (pas important, assez important, très important). Les participants pouvaient également faire part de leurs questions sur chaque thème. Enfin, nous avons demandé l'avis des participants sur les domaines d'étude que les chercheurs devraient prioriser pour améliorer les soins de santé des jeunes TBNB.



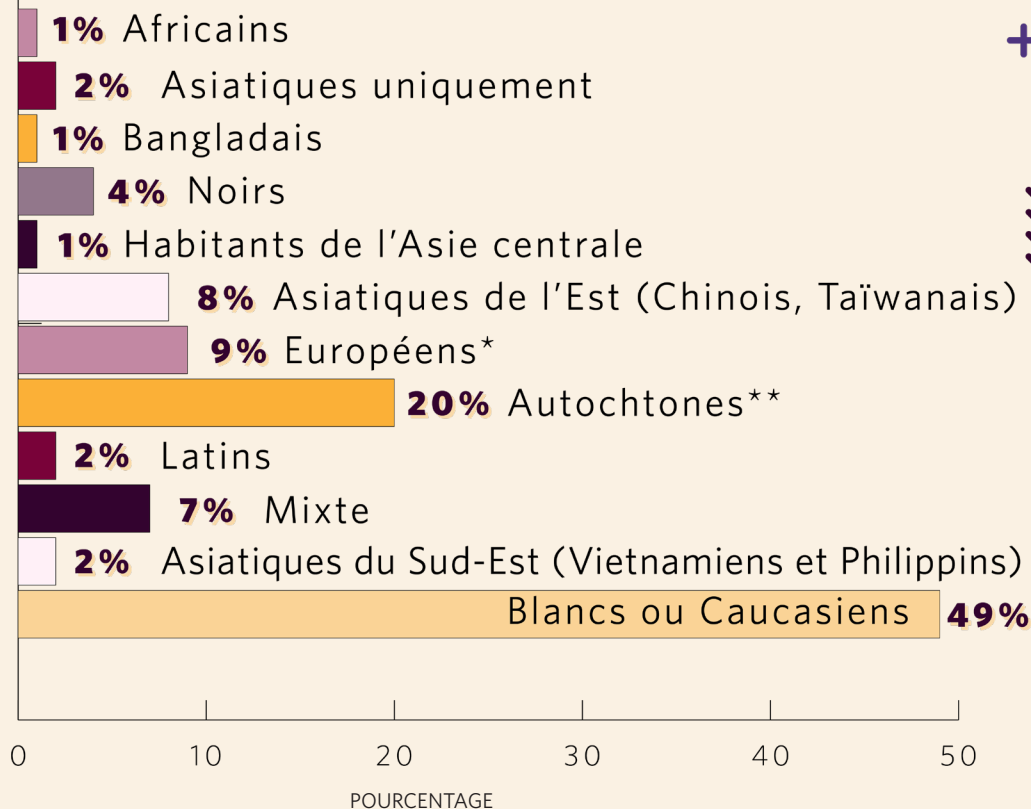
Participants à l'enquête

L'enquête a été réalisée auprès de 132 jeunes TBNB âgés en moyenne de 21 ans.

GENRE



RACE, ETHNICITÉ ET AUTOCHTONITÉ



*Polonais, Italiens, Ukrainiens, Celtes, Britanniques

**Anishinaabes, Cris, Inuits, Premières Nations, Autochtones non inscrits, Métis, Mi'kmaqs, Mohawks et Ojibwés

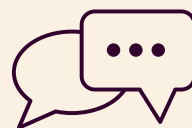
Résultats de l'enquête

La plupart des participants ont considéré tous les thèmes comme étant de très grande importance. Vous trouverez ci-dessous des exemples de questions posées par les jeunes sur chaque thème.

ACCÈS AUX SOINS :



Quels sont les coûts de différents types de soins d'affirmation de genre, avec ou sans couverture d'assurance?



De quelle manière dois-je communiquer à mon professionnel de la santé l'identité de genre et les noms et pronoms que je souhaite utiliser?

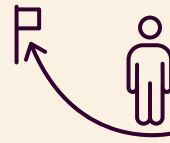
ÉCHANGE AVEC LES

DROITS, VIE PRIVÉE ET CONSENTEMENT :



Comment puis-je accéder à mon dossier médical et quels sont mes droits pour obtenir ces renseignements?

AIDE À LA TRANSITION SOCIALE



Comment puis-je trouver des endroits où l'on vend de l'équipement d'affirmation de genre (p. ex., veste compressive, TransTape) en personne alors que la plupart des gens le font en ligne?

SÉCURITÉ:



Comment puis-je voyager en toute sécurité avec mon passeport ou ma carte d'identité, qu'ils reflètent mon identité de genre ou non?

INHIBITEURS DE PUBERTÉ :



Où puis-je trouver des informations fiables sur les inhibiteurs de puberté afin de pouvoir en informer ma famille?

SOUTIEN DE LA FAMILLE, DES PARTENAIRES ET DES PAIRS:



Comment trouver des groupes de soutien locaux pour les personnes transgenres (ou en questionnement)?

HORMONOTHÉRAPIE:



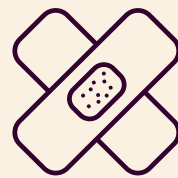
Comment puis-je savoir si un certain médicament hormonal a fait l'objet d'un rappel?

SOUTIEN DE L'ÉCOLE, DU MILIEU DE TRAVAIL ET DE LA COMMUNAUTÉ:



Que dois-je faire si j'ai besoin de m'absenter du travail ou de l'école pour accéder à des soins d'affirmation de genre?

CHIRURGIES D'AFFIRMATION DE GENRE :



Où puis-je trouver des exemples visuels clairs de différents types de chirurgie?

SOUTIEN EN SANTÉ MENTALE ET ACCOMPAGNEMENT SPIRITUEL :



Comment puis-je trouver un prestataire de santé mentale bien au fait aux expériences bispirituelles?

SANTÉ SEXUELLE ET REPRODUCTIVE :



Où puis-je trouver des ressources éducatives sur les pratiques sexuelles à risques réduits pour les personnes TBNB (par exemple, contraception, dépistage, ressources pédagogiques)?

DÉVELOPPEMENT DES RESSOURCES

L'ECJ a recommandé la création de ressources d'information en ligne sur la santé tirées des enseignements des groupes de discussion et de l'enquête en ligne. Le format de ces ressources a permis d'équilibrer les besoins de renseignements approfondis et les ressources de référence rapide.

Guide

Le guide *Just Be Yourself: A Health and Wellness Guide for Trans, Two-Spirit, and Nonbinary Youth* répond en détail aux questions des jeunes sur un éventail de sujets liés à la santé. C'est l'équipe de recherche qui a assuré l'élaboration du contenu du guide alors que l'ECJ a procédé à sa révision par la suite. Le guide est disponible gratuitement en ligne sur un site Web et sous forme de fichier PDF téléchargeable. Il s'articule autour des thèmes ci-dessous.

TRANSITION SOCIALE ET AFFIRMATION

- Noms, pronoms et marqueurs de genre
- Vêtements, accessoires et maquillage
- Coiffures et épilation
- Voix et maniérisme
- Camisoles et culottes de compression, coussinets et packers

NAVIGUER DANS LES ESPACES SOCIAUX

- Sortie du placard
- Soutien social
- Sécurité
- Emploi
- Études
- Voyage

SOINS DE SANTÉ D'AFFIRMATION DE GENRE

- Soins primaires et spécialisés
- Soins en santé mentale et accompagnement spirituel
- Inhibiteurs de puberté
- Hormonothérapie
- Chirurgies d'affirmation de genre

DROITS, PLAIDOYER ET ALLIÉS

- Droits de la personne
- Plaidoyer et alliés

Fiches d'information

Nous avons également produit des fiches d'information pour répondre au besoin d'accéder à des ressources de référence rapide. Ces fiches ont été élaborées en se fondant sur les questions fréquemment posées par les participants. Elles sont disponibles gratuitement sous forme de fichiers PDF téléchargeables.



Accessibilité des ressources

La question de l'accessibilité a été une priorité essentielle lors de l'élaboration des ressources d'information pour ce projet. Nous avons pris les mesures suivantes pour rendre les ressources aussi accessibles que possible:

- Dans la mesure du possible, tout le contenu est rédigé en langage clair ¹.
- Tous les documents sont présentés en texte clair pour l'accessibilité des lecteurs d'écran et accompagnés de descriptions complètes des images intégrées conformément aux pratiques exemplaires établies.
- Notre responsable de la conception, personne transgenre, non binaire et handicapée, fait appel aux principes de la conception universelle pour l'apprentissage. L'accent étant mis sur l'accessibilité multimodale dans la présentation du texte et des éléments visuels, le matériel devient accessible à un public aussi large que possible. Cette personne a également fourni un audit d'accès à l'issue du projet.
- Toutes les ressources sont accessibles gratuitement sur le site Web de l'équipe de l'UBC chargée de l'éthique et de l'équité en matière de soins de santé.
- Nous avons diffusé nos ressources auprès de notre partenaire de projet, Trans Care BC, et de plus de 300 groupes jeunesse de tout le pays.
- Le rapport communautaire et les fiches d'information sont disponibles en français et en anglais.

¹ Certains termes médicaux ont nécessité des exceptions au langage clair.

PROGRAMME DE RECHERCHE

L'objectif final du projet était de déterminer les questions que les chercheurs devraient aborder pour améliorer la santé et les soins de santé des jeunes TBNB. On a pu dégager les questions de recherche en recourant à des groupes de discussion, aux données de l'enquête et aux consultations auprès de l'ECJ. Nous avons mis en évidence certaines d'entre-elles ci-dessous.



CONCLUSION

Notre compréhension des besoins en matière d'information sur la santé des jeunes TBNB au Canada s'est considérablement élargie. Nous espérons que ces jeunes trouveront des réponses à leurs questions grâce aux ressources mises à leur disposition. Nous souhaitons qu'ils puissent tous être simplement eux-mêmes dans le cheminement de leur identité de genre. Pour atteindre cet objectif, nous invitons les chercheurs à se pencher sur les questions que posent les jeunes. C'est avec enthousiasme que nous prévoyons de continuer à soutenir les jeunes TBNB qui souhaitent participer à la recherche pour améliorer la santé et les soins de santé de leurs pairs.



REMERCIEMENTS

Nous exprimons notre gratitude à tous les jeunes qui ont généreusement offert leur temps et leur expertise pour se joindre à l'ECJ, aux groupes de discussion et à l'enquête en ligne. Ce projet a été élaboré pour les jeunes et par les jeunes. Nous sommes très fiers de tout ce que vous avez accompli.

Nous remercions notre partenaire de projet, Trans Care BC, pour son aide soutenue sur le plan des consultations, du recrutement, du développement et de la diffusion des ressources auprès des Autochtones.

Nous remercions les groupes jeunesse de tout le Canada d'avoir fourni de l'information pour ce projet et pour le travail qu'ils accomplissent chaque jour pour soutenir les jeunes TBNB.

SITE WEB, MISE EN PAGE ET CONCEPTION GRAPHIQUE

Hannah Sullivan Facknitz

TRADUCTION

Mosaic Translation Services

FINANCEMENT

Ce projet de recherche, intitulé *Addressing youth gender health information needs via participatory action research: Developing a research agenda and identifying knowledge mobilization priorities with transgender, Two-Spirit, and nonbinary youth in Canada* (Répondre au moyen de la recherche participative aux besoins d'information sur la santé des jeunes ayant une spécificité de genre : Élaborer un programme de recherche et définir les priorités de mobilisation des connaissances auprès des jeunes transgenres, bispirituels et non binaires au Canada), a été appuyé par les Instituts de recherche en santé du Canada (IRSC).

ÉTHIQUE DE LA RECHERCHE

Ce projet a reçu un certificat d'agrément du comité d'éthique pour la recherche comportementale de l'Université de la Colombie-Britannique (N^o H23-00711).

DROIT D'AUTEUR

Tous droits réservés 2024. Sous licence Creative Commons CC BY-NC-ND 4.0.

<https://HEET.nursing.ubc.ca/projects/just-be-yourself/>



THE UNIVERSITY OF BRITISH COLUMBIA

School of Nursing

Faculty of Applied Science

Just Be Yourself

