

*Hannes Rudolph & Marc Inderbinen*

## Le travail psychothérapeutique avec des personnes transgenres



**à jour!**

**Psychotherapie-Berufsentwicklung**

9. Jahrgang, Nr. 1, 2023, Seite 44–48

DOI: 10.30820/2504-5199-2023-1-44

Psychosozial-Verlag

# Impressum | Mentions légales

## à jour! – Psychotherapie-Berufsentwicklung

ISSN 2504-5199 (Print-Version)

ISSN 2504-5202 (digitale Version)

9. Jahrgang Heft 1 / 2023, Nr. 17

<https://doi.org/10.30820/2504-5199-2023-1>

## Herausgeber

Assoziation Schweizer Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten ASP  
Riedtlistr. 8 | 8006 Zürich | Tel.: 043 268 93 00 | [www.psychotherapie.ch](http://www.psychotherapie.ch)  
Die Zeitschrift à jour! Psychotherapie-Berufsentwicklung ist ein Informationsorgan der ASP. Zugleich versteht sie sich als Forum ihrer Mitglieder, in dem auch Meinungen geäußert werden, die unabhängig von der Meinung des Vorstandes und der Redaktion sind.

## Redaktion

Peter Schulthess | Redaktionsleitung  
[peter.schulthess@psychotherapie.ch](mailto:peter.schulthess@psychotherapie.ch) | Tel.: 076 559 19 20  
Marianne Roth | [marianne.roth@psychotherapie.ch](mailto:marianne.roth@psychotherapie.ch)  
Veronica Defébre | [veronica.defebre@psychotherapie.ch](mailto:veronica.defebre@psychotherapie.ch)  
Sandra Feroletto | [sandra.feroletto@psychotherapie.ch](mailto:sandra.feroletto@psychotherapie.ch)

## Redaktionsschluss

1. März für Juni-Heft | 15. September für Dezember-Heft

## Verlag

Psychosozial-Verlag GmbH & Co. KG  
Walltorstr. 10 | D-35390 Gießen | Tel.: +49 641 96 99 78 26  
[www.psychosozial-verlag.de](http://www.psychosozial-verlag.de) | [info@psychosozial-verlag.de](mailto:info@psychosozial-verlag.de)

## Abo-Verwaltung | Bezugsgebühren

Psychosozial-Verlag | [bestellung@psychosozial-verlag.de](mailto:bestellung@psychosozial-verlag.de)  
Jahresabonnement € 44,90 (zzgl. € 6,- Versand)  
Einzelheft € 24,90 (zzgl. € 6,- Versand)  
Studierende erhalten gegen Nachweis 25 % Rabatt auf das Abonnement.  
Das Abonnement verlängert sich um jeweils ein Jahr, sofern nicht eine Abbestellung bis acht Wochen vor Ende des Bezugszeitraums erfolgt.  
ASP-Mitglieder erhalten das Jahresabonnement zu einem Sonderpreis von € 35,- (zzgl. € 6,- Versand).

## Anzeigen

Anfragen zu Anzeigen richten Sie bitte an den Verlag ([anzeigen@psychosozial-verlag.de](mailto:anzeigen@psychosozial-verlag.de)) oder die Geschäftsstelle der ASP ([asp@psychotherapie.ch](mailto:asp@psychotherapie.ch)).  
Es gelten die Preise der auf [www.psychosozial-verlag.de](http://www.psychosozial-verlag.de) einsehbaren Mediadaten.  
ASP-Mitglieder wenden sich bitte direkt an die Geschäftsstelle der ASP.

## Titelbild

© Adobe Stock / Arthimedes

## Digitale Version

Die Zeitschrift à jour! Psychotherapie-Berufsentwicklung ist auch online einsehbar:  
[www.a-jour-asp.ch](http://www.a-jour-asp.ch)



Die Beiträge dieser Zeitschrift sind unter der Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivs 3.0 DE Lizenz lizenziert. Diese Lizenz erlaubt die private Nutzung und unveränderte Weitergabe, verbietet jedoch die Bearbeitung und kommerzielle Nutzung. Weitere Informationen finden Sie unter: [creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/de](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/de)

## à jour! – Evolution de la profession de psychothérapeute

ISSN 2504-5199 (Version papier)

ISSN 2504-5202 (Version numérique)

9. tome numéro 1 / 2023, 17

<https://doi.org/10.30820/2504-5199-2023-1>

## Editeur

Association Suisse des Psychothérapeutes ASP  
Riedtlistr. 8 | 8006 Zürich | Tel.: 043 268 93 00 | [www.psychotherapie.ch](http://www.psychotherapie.ch)  
La revue à jour! Évolution de la profession du psychothérapeute est un organe d'information de l'ASP. En plus, c'est un forum dans lequel on exprime des avis qui sont indépendants de l'avis du comité et de la rédaction.

## Rédaction

Peter Schulthess | Directeur de rédaction  
[peter.schulthess@psychotherapie.ch](mailto:peter.schulthess@psychotherapie.ch) | Tel.: 076 559 19 20  
Marianne Roth | [marianne.roth@psychotherapie.ch](mailto:marianne.roth@psychotherapie.ch)  
Veronica Defébre | [veronica.defebre@psychotherapie.ch](mailto:veronica.defebre@psychotherapie.ch)  
Sandra Feroletto | [sandra.feroletto@psychotherapie.ch](mailto:sandra.feroletto@psychotherapie.ch)

## Date de rédaction finale

1er mars pour juin | 15 septembre pour décembre

## L'éditeur

Psychosozial-Verlag GmbH & Co. KG  
Walltorstr. 10 | D-35390 Gießen | Tel.: +49 641 96 99 78 26  
[www.psychosozial-verlag.de](http://www.psychosozial-verlag.de) | [info@psychosozial-verlag.de](mailto:info@psychosozial-verlag.de)

## Gestion des abonnements | Frais de souscription

Psychosozial-Verlag | [bestellung@psychosozial-verlag.de](mailto:bestellung@psychosozial-verlag.de)  
Abonnement annuel € 44,90 (plus € 6,- de frais de port)  
Prix du numéro € 24,90 (plus € 6,- de frais de port)  
Les étudiants bénéficient d'une réduction de 25 % sur l'abonnement sur présentation d'un justificatif.  
L'abonnement est reconduit d'année en année, à moins qu'une annulation ne soit effectuée au plus tard huit semaines avant la fin de la période d'abonnement.  
Les membres de l'ASP reçoivent l'abonnement annuel au prix spécial de € 35,- (plus € 6,- de frais de port).

## Annonces

Veillez adresser vos demandes de renseignements sur les annonces à l'éditeur ([anzeigen@psychosozial-verlag.de](mailto:anzeigen@psychosozial-verlag.de)) ou au bureau de l'ASP ([asp@psychotherapie.ch](mailto:asp@psychotherapie.ch)).  
Les prix valables sont ceux publiés dans les données médiatiques sur [www.psychosozial-verlag.de](http://www.psychosozial-verlag.de).  
Les membres ASP sont priés de s'adresser directement à la rédaction.

## Couverture

© Adobe Stock / Arthimedes

## Version numérique

La revue à jour! Psychothérapie-Développement professionnel est également consultable en ligne : [www.a-jour-asp.ch](http://www.a-jour-asp.ch)



Les articles de cette revue sont disponibles sous la licence Creative Commons 3.0 DE en respectant la paternité des contenus – pas d'utilisation commerciale – sans œuvre dérivée. Cette licence autorise l'utilisation privée et la transmission sans modification, interdit cependant le traitement et l'utilisation commerciale. Veuillez trouver de plus amples informations sous : [creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/de](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/de)

# Le travail psychothérapeutique avec des personnes transgenres

Dans le contexte d'une stigmatisation sociale

Hannes Rudolph & Marc Inderbinen



L'accompagnement psychothérapeutique de personnes transgenres est souvent une tâche extrêmement gratifiante : accompagner des personnes qui parviennent, contre des résistances considérables, à trouver le courage d'être fidèles à elles-mêmes et à trouver leur voie individuelle. Ce travail lance un défi particulier.

Après une époque de psychopathologisation des personnes transgenres, deux articles [1, 2] sont récemment parus dans *Swiss Medical Forum*, décrivant le changement de paradigme qui s'accomplit depuis environ une décennie. Les aspects centraux de ce dernier sont :

- Les déclarations de personnes atteintes de dysphorie de genre (DSM-5) ou d'incongruence de genre (ICD-11) relatives à leur identité sexuelle sont prises au sérieux.
- Les mesures médicales de transition sont acceptées comme des options de traitement efficaces [2, 3, 4, 5].

Les psychothérapeutes disposent également d'une bonne bibliographie de base [6, 7], qui cite les points suivants comme essentiels pour le travail psychothérapeutique avec les personnes transgenres :

- Réflexions des thérapeutes sur leurs propres représentations de genre
- Offre d'un espace de réflexion affirmatif : variété des besoins et des voies empruntables
- Les déclarations propres des clientes et des clients sur leur genre sont centrales

Les psychothérapeutes font simultanément état de leur propre incertitude lorsqu'ils ou elles soutiennent des personnes transgenres dans la découverte de soi, ou également dans leur souhait de transition sociale, juridique ou médicale.

## Suppositions normatives sur le genre

Notre vie commune est imprégnée de suppositions normatives, y compris en ce qui concerne le genre. Nous partons ici en général (parce que nous avons appris que ça allait de soi) d'un ordre binaire déterminé par les organes génitaux. Il existe en cela trois suppositions : (1) Le genre d'une personne est définitivement fixé par les organes génitaux extérieurs, l'identité de genre (la connaissance subjective de son propre genre) ne joue aucun rôle. (2) Le genre est une catégorie binaire, dans laquelle les personnes

sont masculines ou féminines. (3) Le genre d'une personne évoque de nombreuses attentes envers leurs propriétés caractéristiques, leurs préférences et leurs capacités [7, 8].

Ces suppositions de genre ont un effet très puissant : c'est ainsi que pour la plupart des gens, la question de connaître le sexe (au sens génital) d'un fœtus ou d'un nouveau-né revêt un grand sens émotionnel. Les personnes, dont l'expression sexuelle n'est pas clairement « lisible » comme masculine ou féminine, suscitent dans l'espace public de l'irritation, de l'hilarité voire de l'agression. Comme le genre (de personnes transgenres) ne peut pas être déduit à partir des organes génitaux, l'existence des personnes transgenres ne peut pas être conciliée avec l'ordre normatif des sexes précédemment nommé.

Pour pouvoir respecter le sexe des personnes transgenres, il est important de comprendre que l'identité de genre est un point de référence valide pour le sexe d'une personne. Mais cette connaissance n'est pratiquement pas ancrée dans la société. Les représentations de sexe normatives et excluant les trans sont au contraire omniprésentes. Même les spécialistes qui ont été confronté(e)s au sujet du sexe/genre, ainsi que les personnes transgenres elles-mêmes les ont internalisées. Elles ne peuvent tout simplement pas être « désappries », mais le fait d'y réfléchir constitue déjà un pas important. Pour les client-e-s, c'est en outre un grand soulagement que de comprendre la pression sociale de la société et de pouvoir évoquer ce sujet : les personnes transgenres interprètent souvent leur honte, leur peur et leur incapacité à accepter le fait d'être trans comme un échec purement individuel.

## Le discours politique sociétal et médiatique

À cela vient s'ajouter le fait que les thèmes touchant aux transgenres se sont, depuis quelques années, trouvés au centre d'un houleux débat politique et médiatique. L'existence des personnes transgenres et non-binaires est, dans le cas le plus extrême, contestée. L'éclaircissement apporté sur les personnes transgenres et la diversité des genres est par conséquent diffamé comme une « idéologie » et les connaissances acquises par la science sont ignorées. Il est, dans le cadre de cette rhétorique, reproché aux personnes soignantes de ne pas travailler professionnellement.

Le fait de voir son propre travail attaqué dans le discours public sans tenir compte de l'évidence et des directives existantes et que des positions excluant les personnes transgenres puissent être adoptées par de nombreuses personnes, suscite des incertitudes jusque chez les psychothérapeutes expérimenté(e)s ayant acquis des connaissances actuelles.

Les ressources précieuses dont on dispose ici ne sont pas seulement l'échange avec d'autres personnes professionnelles, mais également la confrontation avec la bibliographie existante et les contributions culturelles de la communauté trans. Il est en outre recommandé, au sens de *self-care* (préservation de soi), de ne s'exposer à des publications hostiles aux personnes transgenres qu'avec modération.

### Les limites de ses propres représentations du sexe/du genre

L'échange avec des collègues de la profession ne cesse de faire clairement ressortir des sentiments d'incertitude et d'irritation jusqu'au rejet, surtout lorsque des client-e-s franchissent les limites de genre/de sexe [8]. Puis-je, en tant que psychothérapeute, accepter que mon client souhaite procéder à une mastectomie (ablation des seins), mais pas une thérapie hormonale ? Puis-je accepter que mon client ou ma cliente souhaite changer son nom, sans adapter les usages de style qui correspondent à son identité de genre ? Ou puis-je faire des propositions qui permettent de mieux adapter une personne à une image de genre traditionnelle pour la protéger, mais aussi pour réduire la tension que la situation suscite par rapport à mes propres représentations de genre [6] ?

Les client-e-s éprouvent bien sûr aussi cette tension. Au cours de leur recherche d'identité, il apparaît souvent des phases qui sont marquées par la honte, le rejet et le scepticisme par rapport à leur propre identité de genre [6]. Ici aussi, les représentations apprises sur le genre jouent un rôle central. La supposition que le genre serait inséparable du corps, complique la recherche et la prise au sérieux de leur propre identité de genre pour les personnes transgenres. Ceci comporte des risques pour la santé psychique [12]. La stigmatisation, la honte, l'hostilité internalisée envers les personnes transgenres et la connaissance de l'importance de l'univocité de genre retardent en général la reconnaissance de leur propre identité, mais également la sollicitation d'une aide professionnelle.

### Approche affirmative

La psychothérapie offre l'opportunité de créer un espace dans lequel l'ordre binaire des genres déterminé par les organes génitaux a moins de prise. Lorsque les client-e-s sont accepté-e-s dans leur identité et sont estimé-e-s, la dysphorie de genre s'apaise, ce qui conduit à de meilleures décisions de transition [1, 3, 13]. L'affirmative signifie aider au besoin les client-e-s à trouver les voies qu'ils ou elles souhaiteraient emprunter pour vivre leur identité de genre. Si cela se fait dans un climat de confiance et ouvert quant aux résultats, les avantages et les inconvénients des étapes sociales, juridiques et médicales pouvant être discutées. Mais la responsabilité de la décision en incombe à la personne transgenre.

Nous faisons souvent l'expérience que des psychothérapeutes ont le souci de pousser les personnes dans le sens d'une transition en fournissant uniquement des informations sur les possibilités de transition. D'un autre côté, les client-e-s rapportent que des psychothérapeutes leur déconseillent certaines mesures ou abordent le sujet des risques qui y sont liés avec plus de force que les avantages. Des client-e-s nous ont rapporté des déclarations de psychothérapeutes selon lesquelles, par exemple, « un coming-out en tant que personne non-binaire ne ferait que déclencher des troubles » ou que « les relations de couples survivent rarement à des transitions ».

Il est parfois difficile de distinguer les peurs qui sont réalistes et les cas où il s'agit d'une hostilité aux trans internalisée. Mais dans tous les cas, la puissance de l'effet de représentations traditionnelle des genres joue un rôle. L'omniprésence de représentations normatives des genres complique aux client-e-s, et aussi aux psychothérapeutes la possibilité de penser la diversité des genres de façon affirmative et en toute liberté.

### Décisions de traitement

Bien que les directives actuelles soulignent très clairement que les client-e-s transgenres sont des maîtres de leur ressenti et de leurs besoins, et que les interventions sont très rarement regrettées, la peur de prendre de mauvaises décisions reste grande [14]. Notre expérience a montré

que même les personnes transgenres nourrissent des doutes et hésitent plutôt à prendre des traitements médicaux, même si elles sont très certaines de vouloir en prendre un. Pour explorer ces sentiments, des offres professionnelles de la communauté trans ainsi que de services de conseil peuvent s'avérer utiles [15].

Les personnes transgenres doivent également souvent aujourd'hui accomplir un effort de persuasion pour recevoir des traitements médicaux. Le fait de ne pas clairement révéler le souhait de recevoir un traitement n'a pas seulement des effets négatifs sur la santé psychique des personnes transgenres. Elle pèse également sur la relation thérapeutique. Il est important de prendre conscience que ces peurs reposent également en partie sur l'importance de l'unicité sexuelle et à quel point les parcours de vie trans sont stigmatisés dans notre société. Les erreurs de décision sont surestimées dans la perception publique et abordées de façon exagérée dans les médias. Ceci influence à la fois les client-e-s et les professionnel.

## Conclusion et perspectives

Le rapport de tension existant entre l'état de la science et les suppositions largement répandues sur le genre dans la société ont un effet sur le travail thérapeutique avec les personnes transgenres. Le fait de s'en apercevoir et d'y réfléchir revêt une grande importance pour la réussite du travail psychothérapeutique avec des personnes transgenres. Cela peut aider les psychothérapeutes à mieux ordonner leurs propres sentiments et réactions. Ils ont ainsi l'opportunité de créer un espace qui offre un contre-projet à une société stigmatisante. Dans ce cadre, des représentations normatives du genre peuvent être questionnées et l'ambivalence et les doutes discutés. La thématisation des attentes de la société par rapport au genre améliore la relation thérapeutique et permet aux client-e-s de prendre des décisions individuelles judicieuses. Il y a ainsi la possibilité de soutenir les client-e-s dans le cheminement de recherche d'eux-mêmes ou d'elles-mêmes et d'accompagner des évolutions positives.



## Referenzen

- [1] Rudolph, H., Burgermeister, N., Schulze, J., Gross, P., Hübscher, E. & Garcia Nuñez, D. (2023). Von der Psychopathologisierung zum affirmativen Umgang mit Geschlechtervielfalt. *Swiss Medical Forum*, 23(04), 856–860. <https://doi.org/10.4414/smf.2023.09300>
- [2] Garcia Nuñez, D., Rudolph, H., Flütsch, N., Meier, C., Wenz, F., Müller, A., Storck, C. & Mijuskovic, B. (2023). Geschlechtsangleichende Behandlungsmöglichkeiten bei Menschen mit Geschlechtsinkongruenz. *Swiss Medical Forum*, 23(04), 862–865. <https://doi.org/10.4414/smf.2023.09301>
- [3] Coleman, E., Radix, A.E., Bouman, W.P., Brown, G.R., De Vries, A.L.C., Deutsch, M.B., ... & Arcelus, J. (2022). Standards of care for the health of transgender and gender diverse people, version 8. *International Journal of Transgender Health*, 23(sup1), S1–S259.
- [4] Fachgesellschaft, F. (2019). *Geschlechtsinkongruenz, Geschlechtsdysphorie und Trans-Gesundheit: S3-Leitlinie zur Diagnostik, Beratung und Behandlung*.
- [5] American Psychological Association (2015). Guidelines for psychological practice with transgender and gender nonconforming people. *American psychologist*, 70(9), 832–864.
- [6] Günther, M., Teren, K., Wolf, G. & Langs, G. (2019). Psychotherapeutische Arbeit mit trans\* Personen. *Handbuch für die Gesundheitsversorgung*, 2.
- [7] Arbeitsgruppe Trans im VLSP\* (2022, Mars). *Grundlagenwissen: Psychotherapie und Beratung für Personen mit Geschlechtsinkongruenz*. VLSP\* e. V. <https://doi.org/10.17194/vlsp.2022.1>
- [8] Günther, M. (2015). Psychotherapeutische und beratende Arbeit mit Trans\* Menschen. *Verhaltenstherapie & psychosoziale Praxis*, 47(1), 113–123.
- [9] Garcia-Nuñez, D., Sandon, P., Burgermeister, N., Schönbucher, V. & Jenewein, J. (2015). Protektive und dysfunktionale Internalisierungsprozesse an der Geschlechtergrenze. In W. Driemeyer, B. Gedrose, A. Hoyer & L. Rustige (Ed.), *Grenzverschiebungen des Sexuellen* (pp. 217–232). Psycho-sozial-Verlag.

- [10] Meyer, E. (2016). «Damit habe ich nichts zu tun ...» Über das Phänomen der internalisierten Trans\*feindlichkeit. In P. L'Amour laLove (Ed.), *Selbsthass und Emanzipation: Das Andere in der heterosexuellen Normalität* (pp. 195–204). Quer-verlag.
- [11] Hornstein, R. R. (2021). Giftkunde der internalisierten trans\* Unterdrückung: Zum Stand der Forschung und den Möglichkeiten einer solidarischen trans\* Psychologie. In E. Mader, J. A. Gregor, R. K. Saalfeld, R. R. Hornstein, P. Müller, M. C. Grasmeyer & T. Schadow (Ed.), *Trans\* und Inter\* Studien: Aktuelle Forschungsbeiträge aus dem deutschsprachigen Raum* (Vol. 51, pp. 103–129). Westfälisches Dampfboot.
- [12] Inderbinen, M., Schaefer, K., Schneeberger, A., Gaab, J. & Garcia Nuñez, D. (2021). Relationship of internalized transnegativity and protective factors with depression, anxiety, non-suicidal self-injury and suicidal tendency in trans populations: A systematic review. *Frontiers in psychiatry*, 12, 636513.
- [13] Durwood, L., McLaughlin, K. A. & Olson, K. R. (2017). Mental health and self-worth in socially transitioned transgender youth. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 56(2), 116–123.
- [14] Bustos, V.P., Bustos, S.S., Mascaro, A., Del Corral, G., Forte, A. J., Ciudad, P., ... & Manrique, O. J. (2021). Regret after gender-affirmation surgery: a systematic review and meta-analysis of prevalence. *Plastic and reconstructive surgery Global open*, 9(3).
- [15] Inderbinen, M. & Rudolph, H. (2022). Trans Fachpersonen und Peer-Angebote als wichtige und notwendige Ressourcen. *Neurologie & Psychiatrie*, (1), 36–38.

Hannes Rudolph, lic. phil.  
 et Marc Inderbinen, MSc.,  
 sont des psychologues et des membres  
 du groupe interdisciplinaire spécialisé Trans\*  
 ([www.fachgruppentrans.ch](http://www.fachgruppentrans.ch)).  
 Hannes Rudolph a dirigé de 2012 à 2022 le service  
 spécialisé pour les personnes trans à Zurich  
 et conseille sur l'identité de genre pour l'association  
 HAZ – Queer Zürich.  
 Marc Inderbinen dirige le conseil trans  
 de l'aide au Sida des deux Bâle  
 (Trans-Beratung der Aids-Hilfe beider Basel)  
 et travaille en tant que futur psychothérapeute  
 au centre de psychothérapie de l'université de  
 Bâle (Zentrum für Psychotherapie der Universität  
 Basel).