

Mettre fin
aux pratiques
de conversion



Soutenir les survivant·e·s des pratiques de conversion

Lignes directrices, destinées aux professionnel·le·s, proches, ami·es ou allié·e·s, pour soutenir les personnes queers, trans et bispirituelles survivantes



Image via Unsplash par [Jason Leung](#)

www.mettrefinauxpc.ca

Un centre de connaissances créé par et avec des survivant·es des pratiques de conversion, pour tous ceux et celles qui travaillent à soutenir les survivant·es et à mettre fin à ces pratiques néfastes au Canada.

Le Centre de recherche communautaire en
partenariat avec No Conversion Canada (2023)

Pour qu'une personne survivante d'une pratique de conversion ou d'un effort de coercition demande de l'aide ou partage son histoire, il lui faut beaucoup de courage, et un contexte rassurant.

Une personne à la recherche de soutien risque de douter de son vécu, d'hésiter à se désigner comme survivante (et de comparer son expérience à d'autres, plus graves), d'être envahie par la honte, la rage ou la souffrance, d'être paralysée par la peur, d'avoir des pensées suicidaires...

Elle ressent peut-être aussi, avec raison, une grande méfiance envers les leaders religieux ou communautaires, ou les professionnel-le-s des secteurs de la santé et de la santé mentale, du travail social, de la protection de l'enfance ou de la thérapie : probablement que de telles personnes sont responsables de leurs blessures ou traumatismes.

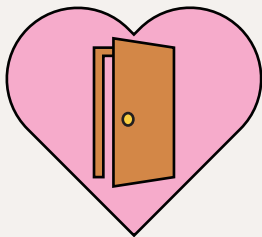
Il est donc crucial de respecter et de reconnaître l'expérience de toutes les personnes qui dévoilent un vécu de blessures ou traumatismes en lien avec des pratiques de conversion. Elles n'ont peut-être jamais eu accès à un espace sûr pour exprimer leurs émotions et leur identité. Ne sous-estimez jamais la portée de vos mots et de vos gestes dans le parcours de guérison d'un·e survivant·e.

Voici quelques lignes directrices générales pour soutenir une personne qui vous dévoile son expérience personnelle.



Écouter

Démontrez votre soutien, offrez un espace sûr et montrez-vous à l'écoute. Rassurez la personne : elle n'est pas seule, vous vous souciez de son bien-être et vous l'écoutez et l'appuyez de votre mieux. Respectez son rythme et ne la forcez pas à parler.



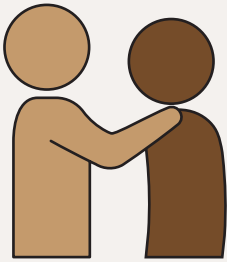
Croire au vécu

Le dévoilement prend beaucoup de courage. Il s'accompagne souvent de honte, de peur de ne pas être cru·e, d'inquiétudes d'être culpabilisé·e ou jugé·e pour son vécu. Reconnaissez donc les conséquences sur la personne survivante. Montrez-lui votre empathie par des phrases comme : « Ça doit être très douloureux » ou « Merci de me faire confiance et de me parler de ton vécu ».



Valider les émotions

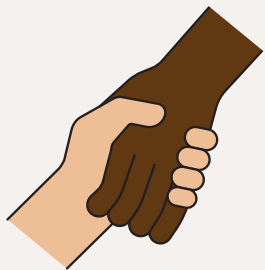
Les personnes survivantes éprouvent souvent des émotions contradictoires : amour et peur, culpabilité et colère, espoir et tristesse. Rassurez-les : ces émotions sont normales. Ne déviez pas la conversation sur vous ou sur votre propre rage envers la personne responsable du traumatisme. Laissez-les vivre leurs émotions à leur façon et à leur rythme.



Déculpabiliser

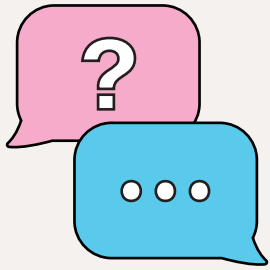
Souvent, les personnes survivantes se culpabilisent pour leur vécu ou se sont fait reprocher leur naïveté d'avoir « accepté » des pratiques de conversion. Rappelez-leur donc souvent que ce n'est pas de leur faute. Ne leur demandez pas pourquoi elles ont pris part à ces pratiques. Prenez plutôt le temps, de votre côté, pour vous informer **des raisons qui poussent les personnes à le faire**.

<https://stopconversionpractices.ca/fr/tout-sur-les-pratiques-de-conversion/qui-et-pourquoi/>



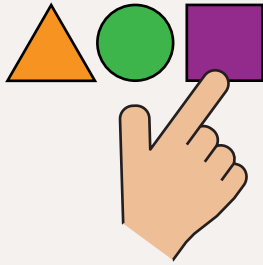
Éviter les modes « solution » ou « sauvetage »

Votre rôle est de soutenir la personne survivante. Vous n'avez pas à gérer son traumatisme avec les thérapies de conversion ni à entamer son processus de guérison. Laissez cette tâche au personnel formé sur ces questions.



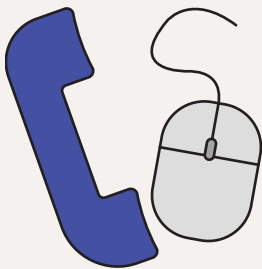
S'enquérir des besoins

Les pratiques de conversion dépossèdent celles qui les subissent, et les coupent de leurs choix. Ne tenez donc pas pour acquis que vous savez ce dont la personne a besoin. Redonnez-lui plutôt son pouvoir et le contrôle de la situation : demandez-lui si elle souhaite être orientée vers d'autres ressources ou services. Cela s'avère particulièrement important si vous entretenez une relation personnelle avec une personne survivante.



Respecter les choix

Faites preuve de patience. Appuyez la personne dans ses décisions et respectez ses choix, même si vous n'êtes pas d'accord.



Lorsque la personne est prête, offrez votre aide pour trouver des ressources

Lorsque la personne survivante sollicite une forme de soutien ou des informations précises, effectuez des recherches et demandez de l'aide de **réseaux et d'organismes** qui comprennent sa situation et la vôtre.

<https://stopconversionpractices.ca/fr/tout-sur-les-pratiques-de-conversion/soutien-et-ressources/>

Pour connaître les informations essentielles sur les pratiques de conversion et accéder à de l'aide et à des ressources, consultez www.mettrefinauxpc.ca