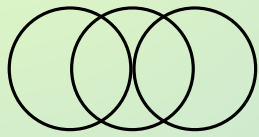


GROUPES
DE SOUTIEN



PERSONNES TRANS,
NON BINAIRES ET
BISPIRITUELLES



BONNES
PRATIQUES

APPRENTISSAGES
& OBSERVATIONS

À l'automne 2023, le CALACS de l'Ouest-de-l'Île et Interligne ont lancé un projet collaboratif financé par le Bureau de Lutte contre l'Homophobie et la transphobie. Celui-ci consistait en la tenue de groupes de soutien pour survivant.es d'agressions à caractère sexuel trans, non binaires et bispirituelles dans une approche par et pour. L'initiative visait à pallier aux lacunes dans l'offre de services communautaires au Québec pour ces communautés par le développement d'une nouvelle pratique psychosociale répondant spécifiquement à leurs besoins. La première série automnale fut tenu en personne et la seconde à l'hiver en ligne, afin de rejoindre des personnes en régions éloignées de Montréal, où les ressources sont souvent encore plus limitées.

Ancrée dans approche transaffirmative et intersectionnelle, le projet visait à offrir un espace sûr et bienveillant où les participant.es peuvent partager leurs expériences, trouver du soutien mutuel et travailler vers leur guérison. Nos deux premières séries de groupes ont déjà montré des signes de succès très prometteurs, notamment par une adhésion et une assiduité remarquable en comparaison aux groupes de soutien du service original, des bénéfices notables et nommés par les participant-es, ainsi que la création de liens significatifs au sein de la communauté. Nous avons observé une évolution significative chez les participant.es qui verbalisaient leurs progrès personnels, mentionnant la réalisation de leurs objectifs individuels et le partage facilité de leurs expériences auprès de personnes qui partagent leurs identités.

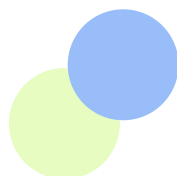
Nous détaillerons ici les observations, apprentissages et bonnes pratiques ayant découlé de notre expérience, dans l'espoir d'orienter la reproduction de cette pratique par d'autres organismes.

Il est important de noter que cet outil est destiné aux organisations qui proposent déjà des groupes de soutien. Nous n'offrons pas d'instructions générales sur la tenue de tels groupes, mais nous nous concentrons spécifiquement sur les besoins des personnes trans, non-binaires et bispirituelles.



Collaboration avec un organisme 2S/LGBTQIA+

Nous avons organisé et offert le groupe en collaboration avec l'organisme Interligne, un centre de première ligne en matière d'aide et de renseignements à l'intention des personnes concernées par la diversité sexuelle et la pluralité des genres. Ce partenariat nous a permis d'unir nos connaissances respectives afin de développer une nouvelle expertise commune. Il a également participé au sentiment de confiance chez les participant.es, étant donné l'ouverture récente de services à toutes les personnes trans, non binaires et bispirituelles et le bris de confiance entre les CALACS et celles-ci. Nous recommandons fortement cette approche aux organismes et groupes de femmes débutant leurs parcours en ce sens!



Le modèle « par et pour »

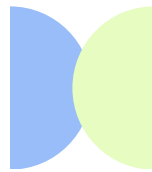
Lors de consultations auprès des communautés trans, non binaires et bispirituelles, l'une des premières recommandations ayant émergé était l'offre de service 'par et pour' ces populations. Nous nous sommes ainsi assuré.es que les intervenant.es en charge du groupe portent les identités de ses membres, afin de créer un espace où les participant.es ne s'inquiètent pas de leurs biais potentiels ou de leur manque de connaissances sur les réalités non cisnormatives et peuvent ainsi se dédier sans ces obstacles au processus.

Nous avons tout de suite remarqué que les participant-es ont exprimé une préférence marquée pour cette offre lors de nos rencontres d'accueil. L'annonce d'un tel type de groupe sur nos réseaux sociaux a également entraîné une demande augmentée de participant.es aux groupes de soutien, alors que nos suivis individuels tendent généralement à être préférés par les femmes cis utilisant nos services. Nous expliquons cet engouement dû au manque d'espace de rassemblement sécuritaire de ces communautés et au besoin ainsi amplifié de voir ses expériences spécifiques reflétées chez ses pairs. L'effet de cette approche fut également évident dès le début des groupes. Les participant-es ont rapidement développé un sentiment de confiance et de sécurité. L'environnement a favorisé la création de liens solides entre les participant.es, renforçant le sentiment de communauté et de soutien. En ce sens, les participant.es ont exprimé un fort désir de socialiser en dehors des séances de groupe. Cela démontre sans équivoque l'importance de créer un espace accueillant et libre, où iels se sentent à l'aise d'interagir et de partager en moments informels. Cette socialisation renforce le sentiment d'appartenance au groupe et favorise un engagement plus profond dans le processus de guérison. Nous avons ainsi observé une participation beaucoup plus assidue et

engagée de ces groupes en comparaison avec les autres que nous tenons, soulignant l'importance de leurs créations et l'adéquation de cette approche avec les besoins des communautés.

Intervenant.e faisant partie de la communauté : enjeu ou bénéfice?

Une appréhension qui avait été nommée en relation à l'approche « par et pour » était la forte possibilité que les participant.es se connaissent entre eux ou connaissent les intervenant.es, étant donné la petite taille de ces communautés. La proximité de participant.es entre eux ou avec les intervenant.es est traditionnellement considérée comme problématique en intervention de groupe. Les expert.es des communautés visées nous avaient conseillé de simplement nommer avant le groupe aux participant.es que c'était une possibilité, de laisser de l'espace à ceux-ci de se retirer en cas de besoin et d'ensuite traiter les situations en cas par cas. Si ces suggestions tiennent toujours, nous avons aussi réalisé dans le cadre de ce projet que ces connexions, effectivement présentes, ont plutôt été bénéfiques, renforçant le sentiment d'appartenance des participant.es et favorisant l'ouverture et la vulnérabilité des échanges. Notamment, le fait que les intervenant.es partagent l'identité des membres du groupe et existent dans les mêmes espaces communautaires a facilité la création de liens de confiance et de sécurité



Groupes en ligne

Nous avons tenu des groupes en ligne afin de permettre aux personnes trans, non binaires et bispirituelles se situant en régions éloignées de Montréal d'accéder au service, dû au manque crucial de ressources à l'extérieur de l'Île. Le service eu l'effet escompté et fut utilisé par des personnes qui n'auraient autrement pas pu y avoir accès.

Afin de faciliter l'intervention en visioconférence, nous avons pris conscience des besoins spécifiques des certain.es participant.es et utilisé des stratégies spécifiques à ce médium. Notamment, nous avons envoyé des *fidgets*, ces petits objets conçus pour être manipulés de manière répétitive afin de fournir une stimulation sensorielle, afin d'aider à canaliser l'énergie ou à soulager l'anxiété. Ceux-ci sont particulièrement désignés utiles par les personnes ayant une neurodivergence. En plus d'être un outil psychologique intéressant, en envoyant un paquet par la poste aux participant.es, contenant ceux-ci ainsi que quelques chocolats en bonus, nous avons pu renforcer leur lien entre l'organisme et souligner notre bienveillance malgré la distance. Les intervenant.es ont aussi mentionné faire l'usage de *'breakout room'* sur l'application de visioconférence *Zoom*, c'est-à-dire en permettant aux participant.es d'utiliser une salle de sous-groupe pour se retrouver seul.e avec un.e intervenant.e en cas de besoin. La fatigue virtuelle était aussi prise en compte et a mené le groupe en ligne à choisir de faire deux courtes pauses plutôt qu'une plus longue.



Tenue du groupe en personne dans un espace informel

Les consultations avec les communautés trans, non binaires et bispirituelles ont souligné le bris de confiance entre celles-ci et le réseau communautaire et institutionnel. De cette observation a découlé la proposition de tenir les groupes en personnes dans un environnement accueillant ne rappelant pas les locaux formels d'un organisme ou d'un milieu institutionnel. Nous avons ainsi tenu le premier groupe dans un café qui nous a généreusement prêté ses locaux après ses heures d'ouverture. L'environnement chaleureux et informel a favorisé le sentiment de sécurité et de bienveillance, un atout essentiel pour des personnes ayant trop souvent été victimes des violences du système.



Flexibilité dans la structure

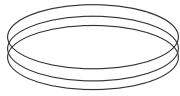
Nous adoptons toujours une approche axée sur l'autonomisation (*empowerment*) des personnes utilisant nos services, mais nous tenons ici à souligner son importance lors de la tenue de groupe pour les personnes trans, non binaires et bispirituelles. En effet, celles-ci rapportent régulièrement un parcours de vie où les différentes barrières systémiques laissent peu de place à leur pouvoir d'agir. Il est ainsi recommandé notamment d'actualiser cette pratique dans le cadre même du groupe en offrant la possibilité aux participant.es de déterminer leurs propres règles, besoins et gestion du temps. Cette flexibilité a favorisé une participation active et engagée qui a réellement investi dans la gestion de leur groupe.



Intersectionnalité

Alors que nous ne remarquons pas cette tendance dans nos services individuels, cette première série de groupes fut principalement composée de personnes blanches et allochtones. Nous souhaitons donc nous pencher sur la question avant une édition future afin d'identifier les barrières systémiques potentielles pour des participant.es racisé.es ou des manières alternatives de les rejoindre. Notamment, l'idée d'offrir des groupes 'par et pour' les personnes racisées (BIPOC) avait été émise, il serait aussi possible de créer des services à l'intersection de ces deux identités.

Rédigé par Noah Benoit
CALACS de l'Ouest-de-l'Île
Mars 2024



Rendu possible grâce à la participation du
Bureau de Lutte contre l'Homophobie et la Transphobie

Québec 