

# Inclusion des personnes trans et non binaires dans les sports

## 1- Contexte, définitions et enjeux

**Par Amélie Keyser-Verreault**, Ph. D. Chercheure au Laboratoire de recherche pour la progression des femmes dans les sports au Québec (Lab PROFEMS-UMR)

Dans son souci de rendre compte de tendances, d'enjeux sociaux et de pistes inspirantes pour alimenter les interventions en loisir public, l'Observatoire québécois du loisir propose deux bulletins sur la compréhension des personnes qui vivent une transidentité en contexte sportif. Le lecteur pourra ainsi mieux comprendre la transidentité, en saisir les enjeux et en dégager des pistes d'amélioration de l'accessibilité au loisir et au sport. Nous remercions Amélie Keyser-Verreault pour la préparation de ces textes sur ce sujet sensible. Mme Keyser-Verreault y fait preuve d'esprit scientifique et désire contribuer à rendre opérationnelles les pistes d'action.

La pratique du sport par les personnes trans et non binaires est une question qui préoccupe depuis de nombreuses années les organisations sportives au plus haut niveau, comme en témoignent divers règlements du Comité international olympique (Barnes, 2012; Cavanagh et Sykes, 2006; Symons et Storr, 2020). En mars 2023, World Athletics (fédération internationale d'athlétisme) a exclu les personnes trans qui ont connu une puberté masculine afin de « protéger » le sport féminin, selon son président Sebastian Coe. En juillet 2023, c'était au tour de l'Union cycliste internationale d'exclure les femmes trans. Les débats qui ont cours à ce niveau, sur fond de panique générale à propos de la place des personnes trans dans la société, se répercutent maintenant sur le sport récréatif au niveau des mineur-es (Carrol, 2017; Cunningham et coll., 2018). Aux États-Unis, certains États ont adopté des lois qui empêchent les jeunes trans et non binaires de prendre part aux activités physiques et sportives dans la catégorie qui leur correspond le mieux (Buzuvis, 2021; Demartini et coll., 2021; Sharrow, 2021).

Ces mesures s'appuient sur le mythe infondé d'une supposée supériorité exclusive des hommes sur les femmes et sur l'idée que la testostérone serait la seule variable explicative de la performance (Bohuon et Gimenez, 2019; Bohuon, 2012; Erikainen, 2019; Karkazis

et Carpenter, 2018; Karkazis et Jordan-Young, 2018; Pape, 2017). Or, selon un rapport récent commandé par le Centre canadien pour l'éthique dans le sport (CCES) à E-Alliance<sup>1</sup> pour examiner la littérature scientifique et grise en anglais parue entre 2011 et 2021 (inclusivement) sur la participation des athlètes transgenres dans les sports de compétition, « il n'y a pas de consensus scientifique en ce moment qui permet de prendre des décisions sur l'exclusion des personnes trans sur la base de supposés avantages induits<sup>2</sup> ».

E-Alliance a abordé la question de l'inclusion des personnes trans dans le sport à partir de deux perspectives : les études biomédicales et les études socioculturelles. La perspective biomédicale est celle qui est le plus souvent mise à profit pour exclure les personnes trans. Elle considère la physiologie du corps des femmes transgenres comme la source de l'injustice perçue. Plus précisément, elle considère que le dimorphisme sexuel entre les personnes assignées à un sexe masculin à la naissance et celles assignées à un sexe féminin à la naissance est à l'origine des différences athlétiques. Les mesures et les limites de la testostérone sont généralement choisies comme caractéristiques définissant la masculinité et la féminité dans le contexte du sport et sont utilisées comme marqueur prédominant pour prédire et niveler

l'avantage athlétique lié au sexe et fixer les critères d'inclusion.

Cependant, les résultats de la recherche dans le domaine biomédical ne sont pas concluants (E-Alliance, 2021). Les études qui tirent des conclusions sur l'avantage pré et post-traitement hormonal substitutif des athlètes transgenres ont eu recours à des hommes cis ou des femmes transgenres sédentaires comme substituts des athlètes transgenres d'élite. Ces références de groupe sont non seulement inadaptées au contexte, mais produisent des conclusions qui ne peuvent pas être appliquées aux femmes trans d'élite. En outre, il existe peu de connaissances scientifiques sur les effets des traitements hormonaux, à savoir la suppression de la testostérone et la supplémentation en œstrogènes, sur la physiologie et les capacités athlétiques des athlètes féminines transgenres. On ne tient pas compte du fait que la supplémentation en œstrogènes peut réduire la masse corporelle et que la suppression de la testostérone peut entraîner des inconvénients globaux pour la santé (E-Alliance, 2021).

Pourtant, plusieurs organisations sportives conventionnelles excluent, volontairement ou pas, les personnes trans et non binaires soit par des politiques clairement transexclusives et transphobes ou encore par manque de politiques et de connaissances sur le sujet. Il faut toutefois savoir qu'au Québec, le respect de l'identité de genre est enchâssé dans la loi. En effet, la loi interdit de discriminer quelqu'un sur la base de son identité de genre<sup>3</sup>. Le non-respect des droits des personnes trans peut avoir des conséquences juridiques.

« En vertu de la *Charte québécoise des droits et libertés de la personne*, peuvent être considérés comme une forme de harcèlement ou de discrimination pouvant entraîner des conséquences légales : le refus intentionnel ou persistant de respecter l'identité ou l'expression de genre du jeune trans ou du jeune non binaire; le refus de mettre en place des mesures pour assurer le développement physique, affectif et psychologique du jeune trans ou du jeune non binaire<sup>4</sup>. »

Adopter des comportements inclusifs est ainsi la responsabilité de toutes et de tous.

## Pour commencer, quelques définitions : trans, non-binaire et cisgenre<sup>5</sup>

Avant toute chose, il est important de bien comprendre les termes trans, non-binaire et cisgenre. Une personne transgenre a une identité de genre qui ne correspond pas au sexe qui lui a été assigné à la naissance (p. ex., je suis né avec des organes génitaux mâles, on m'assigne le genre masculin, mais je me sens comme une femme et suis une femme), alors qu'une personne cisgenre a une identité de genre qui correspond au sexe qui lui a été assigné à la naissance (p. ex., je suis née avec des organes génitaux femelles, on m'assigne le genre féminin et je me sens femme). On parle d'une femme trans lorsque cette personne est née avec des organes génitaux mâles et qu'elle a transitionné pour devenir une femme, ou l'inverse pour un homme trans.

Il y a aussi des personnes trans non binaires. Les personnes non binaires peuvent sentir qu'elles ne sont ni un homme ni une femme, ou encore qu'elles sont les deux. Elles peuvent aussi sentir qu'elles fluctuent entre ces deux identités ou qu'elles ne se retrouvent ni dans l'une ni dans l'autre. Le genre est ainsi un spectre ou un champ d'identification fluide plutôt qu'un des deux termes d'une dyade binaire.

## Contexte : la transphobie dans le sport

La transphobie est malheureusement une réalité qui fait partie de la vie de plusieurs personnes trans et non-binaires. La discrimination à l'endroit des personnes trans est perceptible dans plusieurs sphères de la société. Par exemple, le dernier rapport de la deuxième *Enquête nationale portant sur l'homophobie, la biphobie et la transphobie dans les écoles au Canada* (2022) mentionne que 62 % des répondant-e-s LGBTQ2+ ne se sentent pas en sécurité à l'école, comparativement à 11 % des personnes cisgenres hétérosexuelles. L'*Enquête sur la sécurité dans les espaces publics et privés* (ESEPP) de Statistique Canada menée en 2018 signalait que 65 % des personnes trans ou non binaires ont déclaré que leur santé mentale était passable ou mauvaise, contre seulement 11 % de la population cisgenre.

Le sport n'est pas à l'abri de la transphobie et des violences basées sur l'orientation sexuelle et l'identité de genre. Dans ce contexte, malgré les bienfaits importants de la pratique sportive, le sport n'est pas toujours accueillant pour les minorités sexuelles et de genre. Par exemple, pour l'exercice 2021-2022, Hockey Canada a indiqué que plus de 900 plaintes de discrimination ont été déposées. Sur les 512 qui ont fait l'objet d'une pénalité, 61 % portaient sur l'orientation sexuelle ou l'identité de genre (*La Presse canadienne*, 2022).

Ce n'est là que la pointe de l'iceberg. En effet, nous savons que les jeunes adultes trans qui sont en transition médicale rencontrent plusieurs obstacles à la pratique d'activités physiques et sportive, malgré leur motivation à être physiquement actifs (Jones & coll., 2017). Les personnes trans qui pratiquent du sport, compétitif ou récréatif, font état de discrimination (Jones & coll., 2017). Les personnes trans étaient plus impliquées dans des activités physiques sportives lorsqu'elles avaient l'habitude de cacher leur identité de genre lors de leur participation. Une diminution de la participation au sport est observée après le dévoilement de l'identité de genre, ce qui peut être lié à une période potentiellement aiguë d'anxiété, de discrimination et de victimisation causée par l'exposition du corps des personnes trans (López-Cañada & coll., 2020).

## Le sport peut contribuer au bien-être des personnes des minorités de genre

Les recherches ont fait ressortir les effets bénéfiques du sport sur la santé mentale des jeunes trans et non binares (Clark et coll., 2020). Cependant, pour que cela soit effectif, les activités physiques et sportives doivent être pratiquées dans un environnement affirmatif leur permettant d'explorer leur identité et leur rapport au genre (Steven Kelly, 2021). Dans ce cas, le sport peut également avoir un effet positif sur le développement social et physique (Clark, 2020).

Les recherches montrent que la pratique des activités physiques et sportives peut contribuer à améliorer la confiance en soi (Jones et coll., 2017a; Ogilvie,

2017). C'est également l'occasion pour les personnes trans et non binares de se réapproprier leur corps (Elling-Machartzki, 2017b; Farber, 2017; Pavlenko, 2019; Szymanski, 2022). Les espaces de pratique sportive transaffirmatifs sont l'occasion de passer du temps avec les pair-e-s et permettent donc de briser l'isolement social des personnes trans et non binares (Ogilvie, 2017; Pavlenko, 2021). Dans ce cadre, les personnes trans vivent de la reconnaissance sociale (Barras, 2021). Pris conjointement, ces éléments peuvent être des facteurs d'amélioration de la santé mentale et physique (Caudwell, 2020; Ogilvie, 2017).

Les observations provenant de la pédiatrie et des sciences biomédicales aboutissent au constat inverse : la pratique du sport dans un milieu non inclusif et les barrières à l'accès aux espaces sportifs ont des effets négatifs sur le développement physique, physiologique et neurologique des jeunes trans (Barrera et coll., 2022). Ces effets négatifs se répercutent sur tout-e-s les jeunes, cis et trans lorsque des règlements basés sur des contrôles de genre sont imposés aux athlètes (Buzuvis, 2021; Travers, 2019). Installer un tel climat conduirait à l'exclusion du sport tout-e jeune ne correspondant pas aux normes très rigides de masculinité et de féminité attendues, ce qui est actuellement le cas aux États-Unis (Sharrow, 2021). Il semble donc y avoir un intérêt pour le développement de pistes de solutions visant à permettre aux jeunes trans et non binares de pratiquer des activités physiques et sportives dans un espace plus inclusif.

## Prochain bulletin : des solutions concrètes proposées par les personnes de la diversité de genre

Ce premier bulletin sur la transphobie dans les sports a permis de brosser un bref portrait des enjeux entourant l'inclusion des personnes trans dans les sports. Le second bulletin proposera quelques pistes d'actions pour rendre le sport plus inclusif.

## Note de bas de page

<sup>1</sup> E-Alliance est un centre de partage du savoir qui réunit des chercheur·e·x·s universitaires, des intellectuel·le·x·s et des partenaires canadien·ne·x·s autour d'un engagement commun en faveur de l'équité des genre+ dans le domaine du sport. Voir **E-Alliance – Qui nous sommes**.

<sup>2</sup> Centre canadien pour l'éthique dans le sport, **Transgender Women Athletes and Elite Sport: A Scientific Review**.

<sup>3</sup> Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse, **Identité ou expression de genre**.

<sup>4</sup> Table nationale de lutte contre l'homophobie et la transphobie des réseaux de l'éducation, **Mesures d'ouverture et de soutien envers les jeunes trans et les jeunes non binaires**, guide pour les établissements d'enseignement, p. 24.

<sup>5</sup> Cette section a déjà été publiée dans Keyser-Verreault, A., & Demers, G. (2023), "Transgender and non-binary athlete needs: Challenges and best practices/Besoins des athlètes trans et non binaires : enjeux et bonnes pratiques", *Canadian Journal of Women Coaching*, avril 2023, vol. 23, no 2.