

# Soutiens utiles pour les survivant.e.s de thérapies de conversion

Dans une [enquête nationale](#) interrogeant les survivant.e.s de thérapies de conversion, l'aide la plus citée pour se remettre des effets de la thérapie de conversion était...



## L'AMITIÉ!

avec des personnes valorisant l'affirmation (quelle que soit leur identité)

86 %



Les survivant.e.s de thérapies de conversion ont mentionné d'autres éléments qui les ont aidé.e.s à se rétablir :



**Les amitiés avec les personnes 2SLGBTQ+ qui s'affichent ouvertement et sont épanouies**

84 %



**Être capable de vivre de façon authentique**

83 %



**Que leurs émotions soient reconnues et acceptées comme étant valables**

71 %



**Avoir accès à un.e thérapeute qui prend en compte les relations entre le traumatisme et la sexualité et/ou le genre**

69 %



**Avoir accès à des espaces sécuritaires pour remettre en question les événements vécus et les déconstruire**

68 %



**Partager leur histoire — être vu.e.s, entendu.e.s et reconnu.e.s**

67 %



Tous ces systèmes de soutien utiles présentent un point commun : les survivant.e.s ont besoin de communautés et de relations où leur identité est reconnue et valorisée. Il existe des espaces où les survivant.e.s se sentent entendu.e.s, cru.e.s, compris.e.s et soutenu.e.s.

Consultez le reste de notre campagne #MettreFinAuxTDC à l'adresse suivante : [egale.ca/MettreFinAuxTDC](https://egale.ca/MettreFinAuxTDC) pour en savoir plus sur les thérapies de conversion, leurs répercussions et ce que vous pouvez faire pour soutenir les survivant.e.s.