

LA TRANSITION

En général, la transition fait référence à la variété des changements qu'une personne peut effectuer afin d'exprimer son genre.

Pour certaines personnes trans, il est indispensable d'effectuer certaines actions de transition pour être en bonne santé et se sentir bien. Pour d'autres, la transition n'est pas prioritaire ni forcément désirée, elle peut être superflue ou bien inaccessible, pour diverses raisons. Il n'existe pas de liste de vérification ou de calendrier fixe pour le processus de transition. La transition se fait souvent de façon graduelle, non linéaire, et elle peut être compliquée. Chaque personne a des besoins différents, et chaque transition est unique.

Décider d'entamer une transition est une décision personnelle, qui peut être motivée par les envies suivantes :

Soulager la dysphorie de genre (les personnes trans peuvent vivre divers degrés d'inconfort ou de détresse lorsqu'elles ne sont pas perçues selon leur genre réel).



Ressentir l'euphorie de genre (un sens interne de joie lorsqu'un individu ressent l'affirmation dans son genre réel).



Éviter d'être mégenré·e.



Réduire le risque de subir des discriminations et des violences transphobes.



Faciliter son acceptation sociale.



Lisez nos autres [explications](#) pour plus d'informations sur les différents types de transitions.