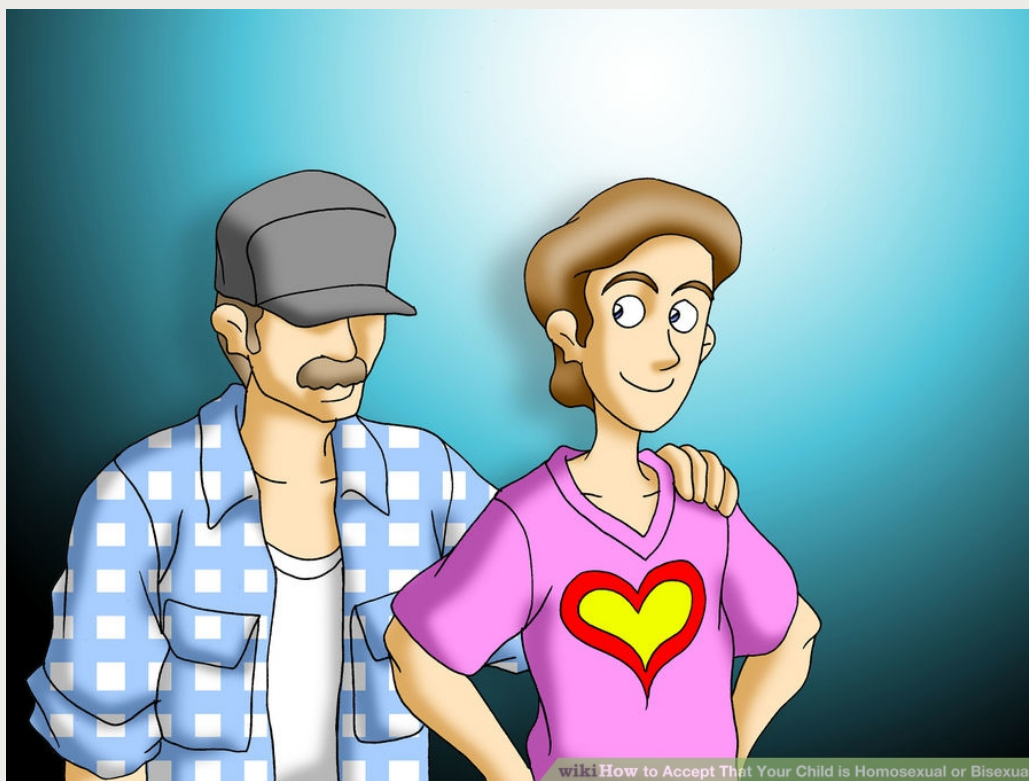


# Как принять то, что ваш ребенок гомосексуал или бисексуал

Когда вы узнаете, что ваш сын или дочь - гей, лесбиянка или бисексуал, это может привести вас в состояние шока, но в данном случае очень важно, чтобы вы научились понимать и принимать своего ребенка таким, какой он есть.

Важность этого заключается в том, что если вы не окажете поддержку его мировосприятию, это может понизить уверенность вашего ребенка в себе и своих силах.

# Какие шаги следует предпринять Шаг 1



Постарайтесь показать своему ребенку, что вы его любите.

Он тоже испытывает большие трудности и страдает от внутренней путаницы, поэтому не надо еще и усугублять его переживания.

Только представьте себе ту внутреннюю борьбу, которую он вел при осознании своих противоречивых чувств.

# Какие шаги следует предпринять Шаг 2



Поговорите с ним.

Гордитесь тем, что ваш ребенок достаточно доверяет вам, чтобы поделиться своими переживаниями. Общество сегодня не всегда лояльно относится к подобным вещам.

Постарайтесь поговорить с ним откровенно, чтобы иметь возможность задать друг другу разные вопросы и поделиться своими тревогами. Не забывайте о том, что ваш ребенок, вероятно, испытывает некоторое смущение и одновременно с этим большую нервозность. Сосредоточьтесь на том, чтобы не навязывать свое мнение и не выдвигать никаких обвинений, даже если тема разговора вызывает у вас неловкость.

Самыми ободряющими могут быть такие слова: «Я люблю тебя и горжусь тем, что ты мне об этом рассказал».

# Какие шаги следует предпринять Шаг 3

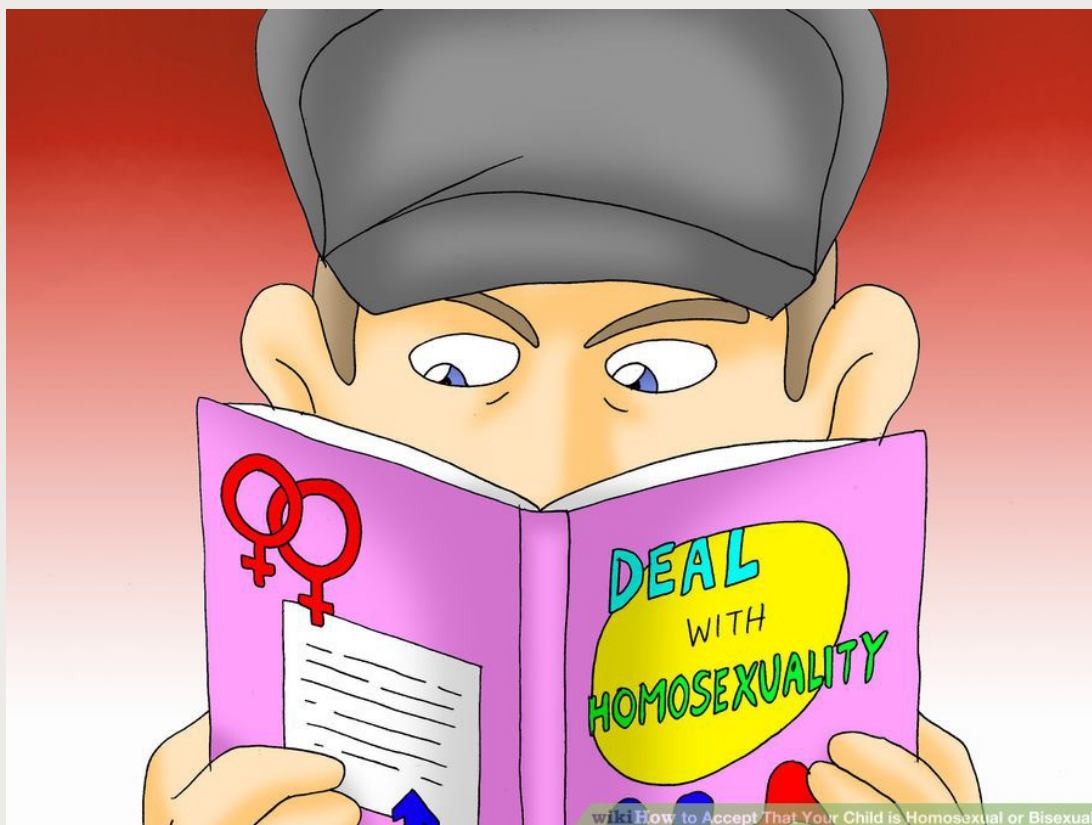


Помните о том, что ваш ребенок такой, какой он есть, и независимо от того, верите ли вы в то, что он таким родился, или нет, вам все равно хочется, чтобы он чувствовал себя спокойно и мог говорить вам правду о себе.

Это – часть его личности, такая же как веснушки или смех.

Он никоим образом не изменился, он остался тем же человеком, каким был вчера.

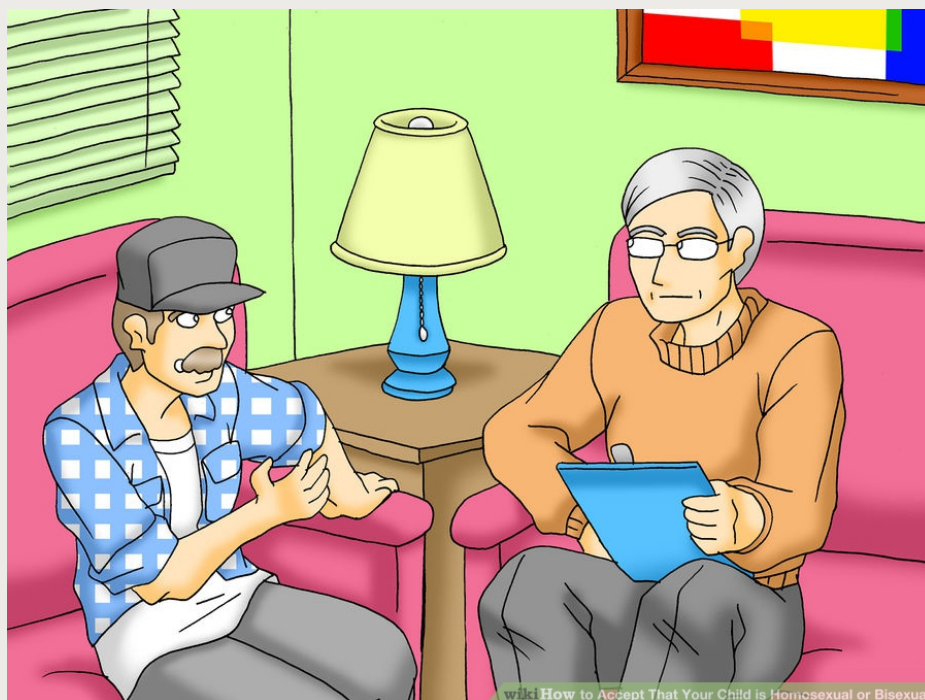
# Какие шаги следует предпринять Шаг 4



Постарайтесь найти информацию о том, что такое сексуальная ориентация. Это поможет вам лучше понимать мысли и чувства своего ребенка. Кроме того, подобная информация даст вам возможность найти дополнительные темы для разговора.

Возможно, вам стоит попытаться узнать какие-то новости из жизни ЛГБТ+ сообщества и поп-культуры.

# Какие шаги следует предпринять Шаг 5



Попытайтесь принять своего ребенка. Если вы испытываете трудности с принятием его сексуальной ориентации, постарайтесь найти специализированную группу для родителей, где вы сможете обсудить с другими родителями свои чувства по этому поводу.

Помните, что многие стереотипы о членах ЛГБТ+ сообщества не отвечают действительности. Бисексуальные и гомосексуальные люди склонны к промискуитету не в большей степени, чем гетеросексуальные люди, равно как и к педофилии и изнасилованиям.

Задайте себе вопрос: если человек является геем или бисексуалом, кого он этим обижает? Неужели отношения, в которые вступают по взаимному согласию, причиняют кому-то вред?

Задумайтесь, а не придерживаетесь ли вы сами каких-либо предрассудков? Почему вы испытываете именно такие чувства? Может, вы приписываете

# Какие шаги следует предпринять Шаг 6



Станьте защитником своего ребенка перед другими членами семьи и друзьями.

Если вы говорите о своем ребенке с чувством стыда или открыто осуждаете его, то другие члены вашей семьи, возможно, станут относиться к нему таким же образом.

Поощряйте его приятие со стороны семьи и друзей, показывая, что вы уважаете и понимаете своего ребенка.

Даже если вы будете его поддерживать только на словах, это может стать конкретным шагом в сторону непредвзятости и подлинного приятия.

# Какие шаги следует предпринять Шаг 7



Постарайтесь успокоиться.

Не злитесь и не говорите ему, что его «решение или признание» является неверным. Не внушайте ему мысль о том, что это только этап его развития, который пройдет.

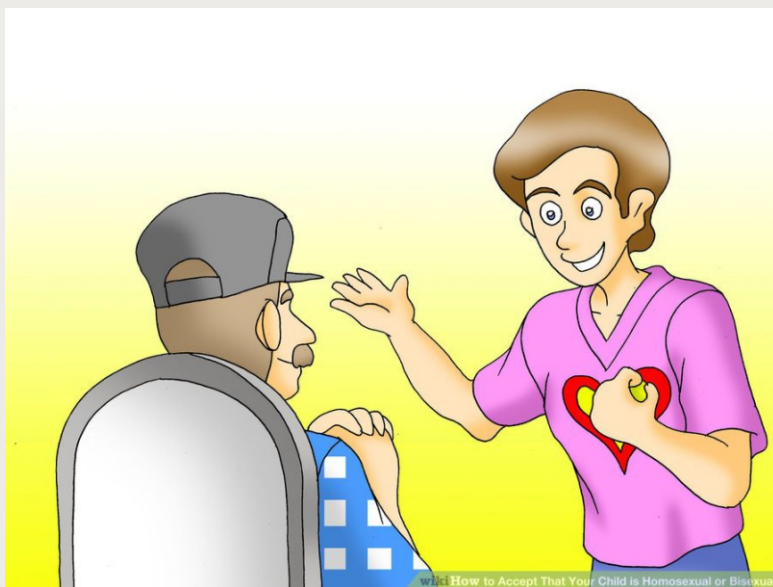
Помните, что ваш ребенок может бояться рассказать вам все или думать, что вы отречетесь от него или станете его ненавидеть.

Если вы полагаете, что он «выбрал» подобный образ жизни и вполне мог бы, по своему желанию, быть и гетеросексуалом, задайте себе вопрос: а кто добровольно станет выбирать жизнь, полную страха того, что кто-то об этом узнает, полную дискриминации и изоляции со стороны одноклассников, друзей, коллег и членов семьи?

Вы бы сами решили жить в условиях, которые бы сильно затрудняли ваше существование, а вы бы все равно продолжали вести такую жизнь - просто забавы ради?



# Какие шаги следует предпринять Шаг 8



Спросите своего ребенка, что означает его сексуальная ориентация для него самого.

Для некоторых она не представляет большой проблемы.

Это просто один из аспектов того, кем они являются.

Для других же это может быть наиболее существенной их частью.

Вам важно понять, чем является для вашего ребенка его сексуальная ориентация.

Если он считает, что это всего лишь один из аспектов его личности, то постоянные подталкивания с вашей стороны к тому, чтобы он чаще ходил на свидания, и разговоры о его сексуальной ориентации могут вывести его из равновесия.

Если же, напротив, он считает свою ориентацию существенной частью своей личности, то ваш интерес к активизму в поддержку ЛГБТ+ сообщества и к его личной жизни будет оценен им очень высоко.

# Полезные советы

Если вы полагаете, что он «выбрал» подобный образ жизни и вполне мог бы, по своему желанию, быть и гетеросексуалом, задайте себе вопрос: а кто добровольно станет выбирать жизнь, полную страха того, что кто-то об этом узнает, полную дискриминации и изоляции со стороны одноклассников, друзей, коллег и членов семьи?

Вы бы сами решили жить в условиях, которые бы сильно затрудняли ваше существование, а вы бы все равно продолжали вести такую жизнь - просто забавы ради? Вы думаете, что вы сами и его друзья с легкостью бы приняли подобный его выбор? А то, что вы – натурал, тоже является «выбором»?

Имейте в виду: даже если вы полагаете, что чувства или поступки вашего ребенка являются «неправильными», для него или нее они вполне естественны, так же как и для вас естественно ваше влечение или любовь к своему партнеру.

Что бы вы сами почувствовали, если бы кто-нибудь сказал вам, что держать своего партнера за руку на людях или проводить с ним или с ней время является неприемлемым, если не сказать хуже?

# Полезные советы

Ваш ребенок лучше, чем кто другой знает, кто ему нужен и к кому его влечет. Даже если он совершает камин-аут в достаточно взрослом возрасте и никак не вписывается в сложившиеся у вас стереотипы о ЛГБТ людях, или же в более юном возрасте у него были романтические влюбленности в представителей противоположного пола, это не означает, что он на самом деле является абсолютно гетеросексуальным.

А ваш отказ поверить ему на слово относительно своей сексуальной ориентации может навсегда разрушить отношения между вами.

Выслушайте своего ребенка. Не упускайте ничего из того, что он вам скажет. Помните о том, что он долго скрывал этот большой секрет, поэтому должен многое сказать.

Поймите, что ваш ребенок испытывал сложную внутреннюю борьбу. Скрывать свою гомо/бисексуальность, равно как и сталкиваться с предрассудками - одинаково сложно, а особенно в старших классах.

Не забывайте о тех страданиях, через которые он прошел.

Скажите, что вы гордитесь тем, что он нашел силы принять себя, и окажите ему поддержку.

# Полезные советы

Если ваши религиозные убеждения не поощряют некоторые аспекты гомосексуальности, расскажите своему ребенку о том, что это может значить для него.

Подготовьте его к тому, что он может подвергнуться дискриминации в вашей религиозной общине, и объясните, что, возможно, ему придется делать выбор, как ему жить (воздерживаться от секса, не говорить публично о своей гомосексуальности или что-то другое, в зависимости от того, к какой общине вы принадлежите).

И знайте, что, может быть, он откажется от религии.

Также скажите, что у него есть возможность перейти в другую религиозную группу. Например, у молодой лесбиянки могут быть трудности с католической доктриной, но она продолжает любить Иисуса, поэтому она стала прихожанкой внеконфессиональной христианской церкви.

Спрашивайте своего ребенка, но не будьте при этом агрессивны или высокомерны.

Если ваш ребенок совершил камин-аут как бисексуал или гомосексуал, не думайте, что он запутался. Существует и тот, и другой вид сексуальных предпочтений.

# Предостережения!

Не выгоняйте своего ребенка из дома и не оскорбляйте его – такой подход может разрушить ваши отношения навсегда.

Не пугайте постоянно своего ребенка теми трудностями, с которыми гомосексуальные и бисексуальные люди сталкиваются в обществе вследствие дискриминации.

Вероятно, он уже испытал на себе какие-то виды дискриминации, а если вы его начнете еще и запугивать, то сделаете ему только хуже.

Не пытайтесь изменить сексуальную ориентацию своего ребенка. Он не может стать натуралом, равно как и вы не можете стать гомосексуалом.

Обсудите с ним важные и насущные вопросы контрацепции точно так же, как вы бы их обсудили с гетеросексуальным сыном или дочерью.

Напомните, что во время секса надо предохраняться, при этом неважно, с кем ты занимаешься сексом, так как беспокоиться надо не только о беременности.