


# ОТВЕТЫ НА НЕПРОСТЫЕ ВОПРОСЫ





*Ответы на  
непростые  
вопросы*

Издание предназначено исключительно для сотрудников и **совершенно-летних клиентов** проектов по профилактике ВИЧ-инфекции и безопасному сексуальному поведению среди MSM (мужчин, вступающих в сексуальные отношения с другими мужчинами), реализуемых в рамках программ и кампаний по профилактике ВИЧ среди групп повышенного риска в соответствии с Общественной программой обеспечения профилактики ВИЧ-инфекции, лечения, ухода и поддержки ВИЧ-инфицированных и больных СПИД на 2009–2013 годы, утвержденной Законом Украины от 19 февраля 2009 года № 1026-VI и на основании Закона Украины «О противодействии распространению болезней, обусловленных вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ), и правовой и социальной защите людей, живущих с ВИЧ» от 12.12.1991 № 1972-XII.

**Содержание настоящей публикации может быть морально неприемлемым для лиц, не относящихся к указанной выше целевой аудитории.**

Совместный проект МОД «Партнер», Николаевской ассоциации «ЛиГА», Всеукраинской благотворительной организации «Точка опоры», ОО «Родительская инициатива «Терго» при участии МБФ «Международный Альянс по ВИЧ/СПИД в Украине

Брошюра подготовлена и опубликована в рамках программы «Построение устойчивой системы предоставления комплексных услуг по профилактике ВИЧ, лечению, уходу и поддержке для групп риска и ЛЖВ в Украине» при поддержке Глобального фонда для борьбы со СПИД, туберкулезом и малярией.

**Автор:** Нина Вербицкая

**Редактор:** Мирослава Андрущенко

**Дизайн и верстка:** Ирина Сухомлинова

В оформлении обложки использована картина Томаса Кинкейда (Thomas Kinkade) «The blessings of autumn»

Тираж: 5 000 экз.

Распространяется бесплатно



## Содержание

Посвящение и благодарности . . . . .	4
Предисловие . . . . .	5
Ключевые термины. . . . .	7
Стадии принятия гомосексуальной идентичности . . . . .	10
«Выход из подполья» (камин-аут) . . . . .	14
Этапы, которые проходит большинство родителей, когда узнают о сексуальной или гендерной идентичности своего ребенка . . . . .	16
Часто задаваемые вопросы. . . . .	23
Мифы, стереотипы и предрассудки . . . . .	28
Послесловие . . . . .	32
Литература и фильмография для родителей . . . . .	34
Полезные адреса и телефоны . . . . .	36

## ПОСВЯЩЕНИЕ И БЛАГОДАРНОСТИ

Издание для родителей и близких людей лесбиянок, геев, бисексуалов и трансгендерных людей, написанная для Вас с огромной благодарностью за Вашу любовь, терпение, понимание и поддержку. Данный текст не носит исчерпывающего характера, он предназначен для первого знакомства с темой. Мы надеемся, что издание станет поводом для открытого разговора и поможет Вам и уже взрослым сыновьям и дочерям сделать шаг навстречу друг другу.

Я благодарна моим коллегам из партнерских организаций и представителям Сети психологов/психотерапевтов, работающих с ЛГБТ-сообществом в Украине при поддержке МБФ «Альянс по ВИЧ/СПИД в Украине», а также Николаевской ассоциации ЛГБ «ЛигА» за предоставленные материалы и профессиональную поддержку.

Отдельная благодарность Анне Леоновой за вдохновение, любовь, заботу, а также Мирославе Дебелюк, Мирославе Андрущенко, Марине Варбан и Анне Довбах за ценные рекомендации и возможность принять участие в данном проекте..

Также выражаю признательность и благодарность Центру информации «ГендерДок-М» (Кишинев) и лично Наталье Есманчук и Светлане Кливаде за бесценный опыт работы с близким окружением ЛГБТ-сообщества, а так же участие во встрече с родителями из Молдовы и Украины, с которыми я познакомилась, работая над этой брошюрой. Спасибо за то, что делились со мной своими воспоминаниями, грустными и веселыми историями, тяжелыми и счастливыми моментами своей жизни.

И самая большая благодарность моим родителям. Я Вас очень люблю! Благодаря Вашей поддержке я готова покорить множество вершин.

Огромное СПАСИБО всем людям, которые вдохновляли и помогали в издании этой брошюры!

*Нина Вербицкая*



## **ПРЕДИСЛОВИЕ**

---

Не имеет значения, любишь ли ты мужчин, женщин или и тех, и других. Важно, умеешь ли ты любить, приносить кому-то радость и счастье.

---

***Анита Найк,***  
*английская писательница,*  
*журналист, психолог*

Несмотря на большое количество издаваемой литературы о сексуальной и гендерной идентичности, до сих пор существует дефицит какой-либо информации для родителей, чей сын или дочь узнали о принадлежности к сообществу лесбиянок, геев, бисексуалов и трансгендеров.

Конечно, о существовании разнообразных сексуальных практик известно издревле, но не все готовы принять это явление, а новость об этом всегда вызывает большой спектр разнообразных чувств.

Если Вы держите в руках эту брошюру, Ваша семья сейчас в начале сложного пути, но, пройдя его, Вы сможете выстроить новые, более тесные и доверительные отношения с Вашим сыном/дочерью, ведь он/она не так сильно отличается от других, как может показаться на первый взгляд. У него/нее такие же мечты, стремления и желания. Его/ее сексуальная ориентация или гендерная идентичность не влияет на то, какую музыку он/она предпочитает слушать или какие фильмы смотреть, на то, чем он/она увлекается в спорте или искусстве.

Абсолютно все переживают определенные сложности, однако у гомосексуальных юношей и девушек таких проблем, несомненно, больше. Ведь с осознанием того, что их интересы немного отличаются от общепринятых, появляется ощущение одиночества, потерянности. Его/ее «я» как бы зависает между двумя мирами: он/она еще не считает себя лесбиянкой/геем/бисексуалом, но уже сомневается, относить ли себя к гетеросексуалам. Скорее всего, Вашему сыну/дочери не попадут в руки исследования австралийского психолога Вивьен Касс, американского социолога Ричарда Тройдена или российского социолога, антрополога, философа и сексолога Игоря Кона, а это значит, что самые сложные этапы формирования сексуальной и гендерной идентичности ему/ей придется проходить в одиночестве.

К сожалению, в нашей стране не уделяется должного внимания сексуальному воспитанию. А многие родители стесняются обсуждать со своими детьми подобные вопросы. Как результат, вступая во взрослую жизнь, человек не владеет достаточной информацией о сексуальности, контрацепции, инфекциях, передающихся половым путем и т.д. А согласно опросам, проведенным за рубежом, около 40% людей имеют опыт однополых сексуальных отношений, от 2 до 10% населения любого города открывают в себе гомосексуальные чувства. Однако многие представители ЛГБТ-сообщества под влиянием своих родителей, окружения, гетеросексуальных установок общества могут вступить в брак, завести детей, пытаться соответствовать норме, но, как показали многочисленные истории из реальной жизни, не получают от этого никакого удовольствия — только дискомфорт, уход в себя, отчуждение и

страдание от невозможности жить в гармонии с самим собой и окружающим миром. Возрастает риск злоупотребления алкоголем или наркотиками, возможны депрессивные состояния попытки суицида. . .

Хотя сейчас Вы чувствуете, что потеряли связь со своим сыном или дочерью – это далеко не так. Изменилось Ваше представление, ожидания о нем/ней. Это тяжело, но Вы, к счастью, приобрели нечто большее: понимание личности Вашего ребенка. Он сделал другой выбор, раскрыв перед Вами важную часть своей жизни.

У Вас, как и у большинства родителей, сейчас огромное количество вопросов, на которые Вы не знаете ответов и даже не представляете, у кого можно спросить об этом. Возможно, Ваше мнение или отношение сформировалось не на основе фактов, а на общепринятых стереотипах и предрассудках, поэтому давайте для начала разберемся с КЛЮЧЕВЫМИ ТЕРМИНАМИ:

## КЛЮЧЕВЫЕ ТЕРМИНЫ

**Сексуальность** – это совокупность биологических, психофизиологических, душевных и эмоциональных реакций, переживаний и поступков человека, связанных с проявлением и удовлетворением полового влечения. Сексуальность является врожденной потребностью и функцией человеческого организма, подобно процессам дыхания, пищеварения, которая переживается и выражается в мыслях, фантазиях, желаниях, верованиях, установках, ценностях, действиях, ролях и отношениях.

**Сексуальная ориентация** – эмоциональное, романтическое (платоническое), эротическое (чувственное) и/или сексуальное влечение.

**Гомосексуальность** – один из трех видов сексуальности человека, складывающийся из:

- гомосексуальной ориентации – сексуального влечения к лицам своего пола;



- гомосексуальной идентичности — осознания себя как лица гомосексуальной ориентации;
- гомосексуального поведения — сексуальных практик с лицами своего пола.

Гомосексуальных мужчин часто называют геями, а женщин — лесбиянками.

Хотя с 1970 года многие представители ЛГБТ-сообщества стали называть себя квир («queer» — странные, иные), пытаясь «растворить» негативный смысл этих слов, а также стереть границы между многообразными типами людей, идентичность и поведение которых отличаются от традиционно принятых норм.

Двумя другими ориентациями являются гетеросексуальность — влечение к лицам противоположного пола и бисексуальность — влечение к обоим полам.

**Гендерная идентичность** — внутреннее самоощущение принадлежности к определенному полу, не обязательно совпадающее с биологическим.

**Трансгендер** (буквально «по ту сторону пола» или «за пределами пола») — самоидентификация и/или полоролевое поведение в обществе, в той или иной степени отличающееся от врожденного биологического пола.

**Транссексуалы** — люди, чей биологический пол отличается от их гендерной идентичности, т.е. психологически и эмоционально они чувствуют себя людьми другого пола.

**Трансвеститы** — люди, принимающие облик противоположного пола через ношение одежды, обуви, макияж и т.п.

**Интерсексуалы** — люди, обладающие половыми органами обоих полов. Ранее для определения этого понятия использовался термин «гермафродит», но сейчас он считается некорректным.

**Андрогины** — люди, имеющие одинаково высокий уровень как женских, так и мужских качеств. Андрогины могут не идентифицировать себя ни в качестве мужчины, ни в качестве женщины, а относиться к третьему полу либо считать себя бесполовыми.

**Бигендеры** — люди, идентифицирующие себя то в роли мужчины, то в роли женщины независимо от биологического пола.

**Гей/лесбиянка/бисексуал/трансгендер** – это сексуальная идентичность Вашего ребенка, то есть то, как он/она себя чувствует и определяет.

Также следует понимать, что сексуальное поведение может не соответствовать сексуальной ориентации и не все люди, практикующие гомосексуальное поведение, являются лесбиянками/геями/бисексуалами. Таких людей обычно называют мужчинами, практикующими секс с мужчинами (МСМ), или женщинами, практикующими секс с женщинами (ЖСЖ).

И еще несколько терминов, которые могут быть полезны для Вас.

**Камин-аут** (от англ. «coming out» – выход из подполья) – добровольное открытое признание своей сексуальной или гендерной идентичности.

**Аутинг** – разглашение личной информации о сексуальной или гендерной идентичности против воли, желания и согласия человека, что, несомненно, имеет негативные социальные и психологические последствия.

**Гомофобия** – отрицательные эмоции (страх, отвращение, гнев и т. п.) по отношению к людям гомосексуальной ориентации и однополым сексуальным контактам.

**Толерантность** – уважение, принятие и понимание богатого многообразия нашего мира, различных форм самовыражения и способов проявления человеческой индивидуальности.

**ЛГБТ-сообщество** – сообщество лесбиянок, геев, бисексуалов и трансгендерных людей, объединяемое общими интересами, проблемами и целями.

В рамках данной брошюры мы не стремимся дать исчерпывающий список терминов, да он здесь и не нужен. Надеемся, что понимание основных определений позволит Вам структурировать свои знания и даст возможность глубже разобраться в данной теме, а информация, содержащаяся в этой брошюре, позволит осмыслить и принять близких и дорогих Вам людей. Ведь сексуальную ориентацию не выбирают!



## СТАДИИ ПРИНЯТИЯ ГОМОСЕКСУАЛЬНОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ

---

Ему необходимо было открыть, кто он такой, и он должен был сделать это сам, один, вопреки шаманам и знахарям своего времени.

---

**Джеймс Болдуин**  
публицист, драматург,  
активный борец за права человека

Хотя некоторые люди осознают и принимают свою гомосексуальность легко, как нечто само собой разумеющееся, для большинства — это трудный и длительный процесс, в котором могут возникнуть всевозможные внутренние конфликты, попытки «лечить» свое состояние или формирование устойчивого чувства страха быть уличенными...

Процесс принятия гомосексуальной идентичности — это не прямая линия, скорее серпантин, где этапы могут возвращаться, переплетаться между собой или обрываться. Естественно, не все и

не всегда проходят одни и те же ступени, но чаще всего это бывает именно так. Ниже представлены и охарактеризованы шесть стадий формирования гомосексуальной идентичности, представленные в «Основах современной сексологии». Мы постараемся рассказать Вам о том, что происходило с Вашим сыном или дочерью и что он/она чувствовали, проходя каждую из стадий принятия себя.

**I стадия – сомнение.** Она характеризуется тем, что в этот период есть очень скудная информация о сексуальной ориентации, но уже приходит осознание, что по своим интересам, внешности или поведению он/она отличается от сверстников своего пола, и это вызывает тревогу и страх.

Человек понимает, что гомосексуальность в каком-то смысле имеет отношение к его/ее реакциям, но не может четко определить свое отношение к ней.

*Екатерина, 28 лет. Пришло время, когда я с удивлением стала осознавать, что разговоры других девочек о мальчиках, которые им нравятся, не про меня. Сначала я думала, что мне просто не встретился тот мальчик, который мог бы меня заинтересовать, но этого не произошло...*

**II стадия – сравнение.** Характерна тем, что человеку приходится постепенно отказываться от гетеросексуальных принципов поведения, в результате чего может возникнуть ощущение неприкаянности и потерянности. Для многих подростков осознание себя гомосексуалами, когда эротические фантазии переходят в мечты и желания, это трагедия. Многие думают, что это болезнь или даже нечто преступное. Из-за страха быть отвергнутыми окружающими, они склонны отречься от гомосексуальной идентичности и стараются всем своим видом доказать приверженность гетеросексуальным принципам.

*Вадим, 19 лет. Я понял, что меня не привлекают женщины. Из найденной мною весьма скудной информации узнал, что это – отклонение от нормы. Я воспринимал себя не таким, как все, а больным человеком. Когда слышал разговоры ровесников о гомосексуальности, внутри возникало чувство страха и вины. Это был очень трудный период моей жизни, и длился он несколько лет.*

**III стадия – терпимость.** Связана с осознанием не только сексуальных, но и эмоционально-романтических переживаний по отношению к лицам своего пола. Как правило, на этом этапе человек знакомится с гомосексуальными людьми, благодаря чему получает поддержку, возможность завязать партнерские отношения, наблюдать позитивные ролевые модели, и начинает спокойнее воспринимать свою идентичность. Если переживания человека на этом этапе являются негативными, то развитие процесса формирования гомосексуальной идентичности может прекратиться. Если же человек чувствует себя достаточно уверенно и положительно оценивает свои переживания, то в конечном счете настолько привыкает к своей идентичности, что обретает способность спокойно констатировать: «Я – гей (лесбиянка или бисексуал)».

*Наталья, 26 лет. Я не знаю, почему так произошло. Ранее меня не привлекали девушки, но встретила ее, мы сначала стали дружить, проводить много времени вместе, и нам никогда не было скучно вдвоем. А потом я стала испытывать непреодолимое желание ее поцеловать... Даже от мысли об этом у меня начинали порхать бабочки внутри. Как оказалось, мои чувства были взаимными. Мы были влюблены и счастливы три года. И все это время я не считала себя лесбиянкой, даже не могла произнести это слово вслух. Я – женщина, которая полюбила другую женщину...*

**IV стадия – внутреннее принятие своей сексуальности.** На этом этапе терпимое отношение к себе сменяется положительным самовосприятием. Важную роль сегодня играет окружение – чем терпимее оно к гомосексуальным людям, тем легче будет пройти этот этап, в преодолении своих внутренних конфликтов и страхов.

*Анна, 32 года. До 27 лет я утешалась мыслью, что может быть я бисексуальна, но в какой-то момент осознала, что жизнь проходит, а того самого мужчины, который бы все изменил, нет рядом. Нельзя сказать, что их не было вообще, они были, но ни с кем из них я не испытывала и половины того, что с женщиной. Тогда я поняла, что я такая, какая есть, и слово лесбиянка перестало меня пугать... У меня есть семья, любимая девушка, друзья, и я счастлива, что не нужно жить двойной жизнью...*

**V стадия – гордость.** Характеризуется полным признанием своей гомосексуальности. На этой стадии появляется убеждение, что негативное общественное отношение к гомосексуальности является ошибочным, происходит подразделение общества на враждебных гетеросексуалов и «своих» гомосексуалов. Нередко на этом этапе человек принимает активное участие в политических движениях, направленных против любых форм дискриминации. Во многих случаях именно на этой стадии совершается камин-аут («выход из подполья»). Дальнейшее зависит от того, каким образом отреагировали близкие люди на известие о том, что данный человек является би- или гомосексуалом.

*Андрей, 28 лет. Я все время пытался понять, как мои родители относятся к геям. Пытался заводить разговор на эту тему несколько раз при обсуждении известных артистов, писателей или музыкантов, и каждый раз мама говорила, что это не имеет значения. Но я все равно не решался открыться, ведь легко рассуждать, когда ты не осознаешь, что это твой сын. Как оказалось, моя мама очень мудрая женщина, и когда я все-таки признался, она обняла меня, сказала, что очень любит...*

**VI стадия – синтез.** Характерна тем, что человек перестает разделять окружающих на «наших» (ЛГБТ-сообщество) и «других» (гетеросексуалов). Человек перестает воспринимать людей в зависимости от их сексуальной ориентации. Агрессия снижается, и гомосексуальные аспекты идентичности полностью сливаются с другими аспектами самовосприятия.

Теперь процесс формирования сексуальной идентичности закончен...

*Сергей, 36 лет. Раньше мне казалось, что нет никаких нарушений прав, преступлений на почве ненависти, но я ошибался. Пройдя длительный путь принятия себя, я оглянулся и увидел своего любимого человека, много друзей, однополые семьи и принял решение: хочу жить в стране, где все люди равны перед законом, и стал принимать участие в работе ЛГБТ-организации, направленной на соблюдение прав человека и против дискриминации меньшинств... Ведь меньше не значит хуже, меньше – значит меньше.*



## **«ВЫХОД ИЗ ПОДПОЛЬЯ» (камин-аут)**

---

Что касается моей гомосексуальности, то мне в жизни повезло. Моя история из разряда воодушевляющих. Закрытые гомосексуалы думают, что все потеряют, если расскажут о своей ориентации. У меня было как раз наоборот: все вернулось ко мне сторицей.

---

**Мелисса Этеридж,**  
американский рок-музыкант

Мы хотим уделить особое внимание «выходу из подполья» (т.е. совершению камин-аута)... Решиться на этот шаг очень непросто. Этот процесс может быть длительным: сначала Ваш уже взрослый сын или дочь расскажут правду о себе лучшему другу или подруге, ожидая реакции, затем постепенно посвятит в свою тайну близких друзей и, наконец, сообщает членам своей се-

мы... Возможно, Вас обижает, что Вы не первые в этом списке, однако на все есть свои причины. И главная причина длительного «молчания» заключается в страхе Вас расстроить, разочаровать, не оправдать надежды.

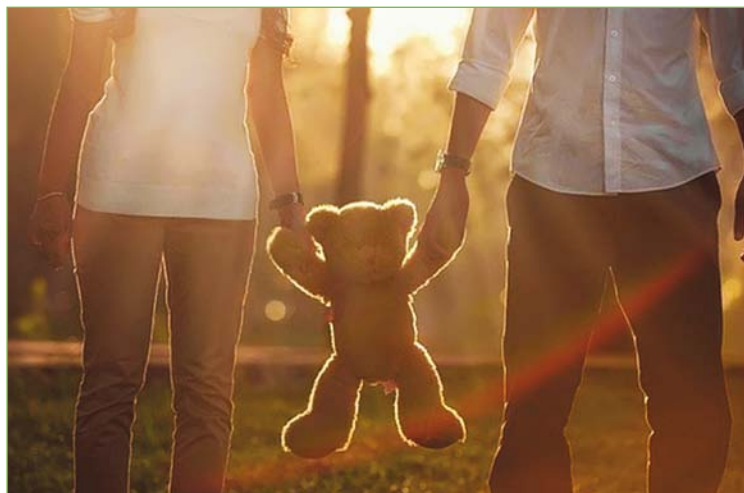
Конечно, лучше, если Ваш сын или дочь сами выбирают момент для раскрытия правды, но может случиться и так, что правда внезапно открылась Вам в обрамлении слухов и сплетен... Уберечься от таких вещей практически невозможно. Но даже если Вы узнали правду от кого-то другого, ни в коем случае нельзя затрагивать эту тему во время скандала или просто резкого разговора, возникшего по другим причинам. Вы должны найти возможность спокойно все обсудить от начала до конца.

Стать открытым геем, лесбиянкой или бисексуалом в нашей стране в нынешних условиях – смелое решение. Возможно, Ваш сын или дочь открываются перед Вами, чтобы получить поддержку. Ведь гетеросексуальные подростки могут обсудить с родителями свои влюбленности, знакомят своих любимых с семьями. Не скрывая своих чувств, могут целовать друг друга в присутствии посторонних или держаться за руки на виду у всех, приглашать своих партнеров на корпоративные праздники, семейные поездки, поставить фотографию любимого человека на заставку в мобильном телефоне, не опасаясь лишних вопросов или упреков.

Камин-аут – взрослый поступок, признак взвешенной позиции и проявления чувства собственного достоинства. Поддержите своего ребенка в этом сложном и ответственном шаге.

*Андрей, 28 лет.* Я много лет пытался поговорить со своими родителями, рассказать им правду. Я ждал, что рано или поздно мама спросит меня сама и мне просто останется сказать: «Да!», но она не спрашивала... А я так устал жить в постоянной лжи, оправдываясь, что не женюсь, т.к. не встретил подходящую девушку, что делаю карьеру, что не хочу семью. Я переехал в другой город, но вопросы и давление не прекращались и я решил сказать правду, ведь все мое окружение уже давно знало, что у меня есть партнер, что мы живем вместе уже больше 6 лет, а мои самые близкие, самые родные люди не разделяют с нами радостные и тяжелые моменты жизни и я захотел это изменить, рассказав правду.





## **ЭТАПЫ, КОТОРЫЕ ПРОХОДИТ БОЛЬШИНСТВО РОДИТЕЛЕЙ, КОГДА УЗНАЮТ О СЕКСУАЛЬНОЙ ИЛИ ГЕНДЕРНОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ СВОЕГО РЕБЕНКА**

---

Человеку можно навязать чужое мнение, заставить его соблюдать чуждые ему правила и традиции, но никто и никогда не может запретить человеку любить так, как ему это дано свыше!

---

*Неизвестный автор*

После того, как Вы узнали правду, наступил один из самых сложных моментов для Вас и уже взрослых детей. Много будет зависеть от обстоятельств, повлекших это признание, от семейного положения, от того, есть ли у Вас еще дети, от

возраста, в котором Ваш сын или дочь решились рассказать правду, и от многих других факторов. Услышать эту правду и принять ее будет нелегко, но следует помнить, что на этот откровенный разговор может решиться человек, который не хочет жить во лжи и ценит доверие и честность со своими близкими.

Все мы разные. По-разному проявляем эмоции, переживания, горе и радость. Нет универсальной таблетки или формулы, которая бы позволила решить возникшую перед Вами проблему: как быть? Родители по-разному реагируют на новую информацию, однако у многих этапы принятия схожи.

### **1-й этап – состояние шока**

По сути, не важно, догадывались ли Вы, что происходит, доходили ли до Вас какие-то сплетни и пересуды, были ли разговоры в семейном кругу о том, что с сыном или дочерью что-то «не так», разговоры, от которых Вы всегда отмахивались, или вся свалившаяся на Вас информация ударила, как гром среди ясного неба. Вашей реакцией на признание сына/дочери будет «ШОК». Переживание шока не говорит о том, что Вы не любите или недостаточно любите своего ребенка, и тем более это не проявление гомофобии. Шок – естественная реакция, с которой все сталкиваются и время от времени нуждаются в ней, чтобы избежать дистресса (накопленного отрицательного напряжения) и чувства неприятия. Шок может длиться от десяти минут до нескольких дней. Все родители проходят через это, но больше всего шоку подвержены именно те, кто не подозревал о сексуальной или гендерной идентичности своих уже взрослых детей.

На этой стадии очень важно не оттолкнуть его. Вы услышали правду, и какой бы «горькой» она Вам в эту минуту не показалась, не следует жалеть о том, что Вас в нее посвятили. Какими бы нереальными не показались Вам услышанные слова, именно они сейчас помогут убрать стену, воздвигнутую из лжи и обмана, которая стояла между Вами. Следует помнить, что сегодня он такой/ая же, каким/ой был/а вчера. Вы любили своего сына или дочь вчера, до того, как было сделано признание. Ничего не изменилось за это время.

*Татьяна, 45 лет. Я заметила, что мой сын чем-то огорчен, плохо ест, почти не спит, и я решила с ним поговорить. Он рассказал, что у него был любимый человек, но они расстались. Когда я сказала, что будет другая девушка и все наладится, он стал плакать... и чуть слышно произнес: «Мама, мой любимый человек – мужчина...» Я не знала, как мне реагировать, меня распирало от злости, обиды, боли и в то же время любви к моему сыну... Я ушла к себе в комнату и проплакала всю ночь, думая, что это я виновата в случившемся, ведь я растила его без отца...*

## **2-й этап – отрицание**

Прошло какое-то время и слова, произнесенные после фразы «Мама, папа, я давно хотел/а с вами поговорить. Я...», уже не так громко стучат в голове. Мысли обретают ясность, и Вы стараетесь дать оценку услышанному, понимая, что необходимо как-то реагировать. С большой долей вероятности этой реакцией станет «ОТРИЦАНИЕ». У отрицания может быть несколько форм: неприязнь («Мой сын голубой!»), игнорирование услышанного («Хорошо, милый, а что ты будешь на обед?»), пренебрежение («Если ты выбрал такой образ жизни, то меня это не волнует!») или отвержение («Это только период, ты вырастешь из него»).

Нельзя сказать, что первая форма неверна, а правильная третья, или наоборот. Это момент сугубо индивидуальный. Вы услышали правду и испугались. Скорее всего, Вы не осознаете, что именно Вас пугает: неизвестное будущее, боязнь за репутацию семьи или перемены, от которых теперь не уйти и к которым Вы абсолютно не готовы. Постарайтесь избежать агрессии. Нападками, угрозами и обвинениями Вы ситуацию не измените. Каково бы ни было Ваше желание вернуть все, как было, этого не произойдет. По Вашему желанию белое не станет черным, день – ночью, а гомосексуал – гетеросексуалом.

Вы вдруг поймете, что не знаете и не владеете достаточной информацией о своем сыне или дочери, о тех горестях, радостях, переживаниях, которые он/она испытывали долгие годы, боясь поделиться этим с родителями. Сейчас самое время задавать вопросы: не бойтесь перейти границу, спрашивайте обо всем, что Вы хотите знать, каждый человек сам решит для себя, на какие вопросы он/она ответит, а какие аспекты своей жизни захочет

оставить только для себя. На этом этапе между супругами может возникнуть конфликт. Люди могут по-разному воспринимать одну и ту же ситуацию. Возможны обоюдные обвинения, так как один из родителей смирился с «выходом из подполья» и считает другого «нагнетателем проблем», а тот другой обвиняет первого в том, что он слишком быстро «сдался» и слишком легко принял ситуацию. Вам следует помнить, что Вы оба одинаково переживаете происходящее, однако форма и интенсивность проявления эмоций может быть разной.

*Леонид, 58 лет. Мой сын – гей. Когда мы с женой узнали об этом, я выгнал его из дома. Я был уверен, что это просто прихоть, плохое влияние, не мог поверить, что мой сын такой. Прошла неделя, а он не возвращался, не отвечал на наши звонки. Жена постоянно плакала. Через какое-то время сын пришел с нами поговорить. Сказал, что будет жить отдельно, если для нас так невыносимо принять его. Мы долго говорили и наконец приняли решение: мы не хотим потерять нашего мальчика, его личная жизнь нас не касается, лишь бы он был счастлив. Он сам вправе выбирать, как, где и с кем ему жить.*

### **3-й этап – чувство вины**

Итак, этап отрицания пройден. Вы уже свободно говорите о жизни Вашего взрослого сына или дочери, не испытываете «культурный шок» от историй, произошедших с ним/ней или его/ее друзьями, от случайно услышанной телефонной беседы, в которой Ваш сын или дочь, перестав называть Машу Мишей или Колю Олей, обсуждают планы на вечер. Оказавшись вовлеченными в круговорот жизни Вашего ребенка, Вы с удивлением узнаете об огромном общественно-социальном пласте, связанном с ЛГБТ-сообществом, И начинаете понимать, что Ваша семья не единственная, в которой есть гомо/бисексуальные люди. Но Вы все еще не готовы принять ситуацию, считая это проблемой. Вы начнете спрашивать себя: в чем причина? А может, это я виноват/а? Может, не так воспитал/а сына/дочь?

Ученые несколько веков детально изучают вопросы сексуальности, но на сегодня нет ответа на вопрос о причинах. Но если бы воспитание играло первостепенную роль, то во всех гетеросексуальных семьях рождались бы только гетеросексуальные дети.

*Виктория, 53 года. Моя дочь – лесбиянка. Я много лет испытывала непреодолимое чувство вины за свою дочь. Меня спрашивали, как у нее дела, а у меня стоял ком в горле... Я не хотела видеть ее успехи, достижения в работе, не хотела знакомиться с ее друзьями или партнершей... Говорила, что горжусь ею, но на самом деле испытывала чувство стыда и вины за то, что она такая. И только познакомившись с другими родителями, я поняла, какая у меня замечательная дочь. В ее жизни все прекрасно, это у меня проблемы, это я не живу своей жизнью, а только желанием ее изменить...*

#### **4-й этап – выражение чувств**

Как только Вы сможете побороть чувство вины и самобичевание, наступит новый этап. Теперь Вы сможете более спокойно задавать вопросы, услышать на них ответы и осознать свои чувства. Это самое продуктивное время для выстраивания диалога. Не огорчайтесь, если Вы или Ваш супруг/а, несмотря на принятое решение – проявлять терпение, все же скажете: «Я расстроен/а, что у нас не будет внуков!», «Только бы не узнал никто из родственников, мы не готовы обсуждать это с другими», «Я чувствую себя такой одинокой и ранимой, и думаю, что было бы лучше, если б я не знал/а всего этого», «Как он/она посмел/а нам сделать больно!»... Не бойтесь этих переживаний. Намного лучше, если Вы будете открыто выражать свои чувства, а не прятать их в себе и стараться отрицать. Обратного пути нет! Если Вы начали выражать свои чувства – Вы на правильном пути.

*Тамара, 45 лет. О том, что мой сын гей, я узнала случайно, – соседки во дворе обсуждали его на лавочке. Пришла домой и спросила, он не стал отрицать. Я кричала, плакала, обзывала сына самыми обидными словами. Я хотела сделать ему больно, думала, что он перестанет быть таким... Боюсь, что семья, друзья, знакомые отвернутся от нас! Он выслушал все, что я сказала, и рассказал о том, что испытывал он... И я онемела. Даже подумать не могла, что мой сын все это пережил. Мы проговорили всю ночь, попросили прощения друг у друга за те годы, которые мы прожили отдельными друг от друга жизнями.*

## 5-й этап – принятие решения

Когда эмоциональная травма немного затянется, родители обычно возвращаются назад и взвешивают различные возможности. Находясь на распутье, Вы должны выбрать единственно правильный путь. В сложившейся ситуации Вам никто не подскажет и не поможет. Главное - помнить, что здесь нет ничьей вины, а Ваша любовь и поддержка необычайно важна.

Есть несколько вариантов решений:

- **«Поддержка»**. Вы смогли принять сексуальную ориентацию или гендерную идентичность Вашего уже взрослого ребенка и стать для него/нее поддержкой. Отношения стали более доверительными. Все стороны чувствуют себя превосходно.
- **«До сих пор и не дальше»**. Вы начинаете осознавать, что эта тема больше не требует обсуждений, поскольку в ней уже хорошо разбираетесь. Вам достаточно информации. Это вовсе не означает негативного отношения, а говорит лишь о том, что Вы выстроили собственные границы и не хотите их переступать.
- **«Вечная война»**. В некоторых случаях сексуальная ориентация или гендерная идентичность могут стать причиной постоянных «военных баталий». Во всех поступках и словах видятся симптомы «проблемы» (как он/она проводит время, его/ее манера говорить, выбор друзей, профессии, школьные оценки и т.д.). За всем этим кроется Ваше неприятие реальности. От такого положения не выигрывают ни родители, ни дети.

Решение проблемы и изменение личных взглядов зачастую можно наглядно описать как «два шага вперед, один назад». Вполне объяснимо, что родителям время от времени требуется вернуться на несколько шагов назад и заново поднять вопросы. Какие бы сомнения и вопросы у Вас не оставались, не бойтесь обсуждать их со своим сыном или дочерью. Только в диалоге Вы сможете лучше понять друг друга.

## 6-й этап – действительное признание

Не все родители доходят до этого. Большинство продолжает любить своего ребенка и без принятия его стиля жизни. Но многие приходят к признанию уникальности своего сына/дочери и начинают рассматривать гомосексуальность как равноправное

выражение сексуальности человека. Если спросить, хотят ли они, чтобы их сын или дочь изменились, они бы наверняка ответили: «Я предпочел бы изменить наше гомофобное общество, чтобы мой ребенок смог жить без страха и презрения».

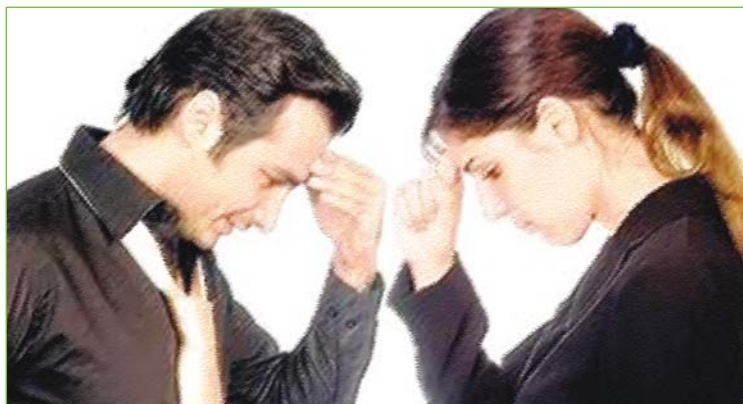
На этом этапе родители, как правило, начинают пренебрежительно относиться к шуткам про «голубых», над которыми они когда-то сами смеялись. Но главное в том, что они начинают понимать проблемы, с которыми сталкивается их ребенок, поддерживать в борьбе за его права, выступать против притеснений и преследований. Такая позиция дает им надежду на светлое будущее для их семей.

*Елена, 57 лет. У меня есть сын, он гей. Узнала это я от него лично, уже когда он был совершенно самостоятельным человеком, переехал жить в другой город. Восприняла эту новость не очень легко, честно скажу... Были и слезы, и мысли уйти в монастырь, и одиночество, увы! В тот период у меня не было ни одного человека, очутившегося в такой же ситуации, поэтому и было одиноко. Я стала анализировать ситуацию самостоятельно. Поверьте, это было долго и мучительно, болезненно, были глухие углы, но, однозначно, я не упрекала и не теряла связи с сыном.*

*Вот и пришло мое восприятие. Но оно и не уходило никогда! Мой сын такой ПРЕКРАСНЫЙ, и я ЛЮБЛЮ его как прежде, а может и больше!*

*Сколько ему пришлось пережить в своей еще короткой жизни... Скрывать о себе и своих чувствах... Теперь я это знаю, и мы говорим обо всем откровенно и много...*

*Я знакома со всеми его друзьями и подругами, среди них, оказывается, тоже есть и геи, и лесбиянки. Это все симпатичные и добрые ребята, хотя не все у них гладко складывается в отношениях с родными. Очень жаль... Имея свой опыт и познакомившись с некоторыми мамами, мы решили объединиться в родительское движение, чтобы помогать другим понимать своих детей. Мы есть, и мы поможем! Хочу, чтобы они чувствовали, что не одиноки в этом мире! Хочу, чтобы наши дети были счастливы и любимы! И чтобы их воспринимали такими, какие они есть!*



## ЧАСТО ЗАДАВАЕМЫЕ ВОПРОСЫ

Каждый ответ влечет за собой семь новых вопросов. Поэтому умножение знаний всего лишь помогает понять, сколько еще осталось непознанным.

*Дэвид Геммел,  
британский писатель-фантаст*

### **Гомосексуальность – болезнь или норма?**

В 1974 году Американская психиатрическая ассоциация официально признала гомосексуальность вариантом нормы сексуальности, а в 1990-м Всемирная организация здравоохранения исключила гомосексуальность из 10-го пересмотра Международной классификации болезней, которую Украина признала действующей. Но признание возможности и допустимости существования гомосексуального влечения у здорового человека (вне рамок психических заболеваний) вовсе не сняло, а скорее даже обострило вопросы, от которых ранее можно было запросто отмахнуться и отнести их к категории болезненных проявлений. Вынесение проблемы, связанной с однополыми отношениями, за пределы компетенции психиатров лишний раз подчеркивает актуальность и неразработанность данной темы.



### **Возможна ли пропаганда «гомосексуальности»?**

Вы можете подумать или услышать от кого-то о том, что всему виной пропаганда. И такие мысли возникают у многих родителей, которые сталкиваются с сексуальными и поведенческими особенностями своего сына/дочери. И начинают винить во всем влияние «нехороших» людей, компаний, Интернета. Только задумайтесь о том, что повсюду мы все сталкиваемся исключительно с проявлениями гетеросексуальности и, гомо/бисексуальному человеку сложно вписать себя, свой внутренний мир в повсеместную гетеронормативность из-за чего возникает целый спектр негативных чувств и сложности с самоидентификацией, но от этого люди не становятся более или менее гомо/бисексуальными.

### **Поддается ли гомосексуальность лечению?**

Официальное мнение психологов и психиатров следующее: гомосексуальность не лечится, а «репаративная терапия», которую практикуют некоторые психиатры-шарлатаны с целью сделать их гетеросексуалами, не просто бесполезна и вредит психическому здоровью человека, но может привести к депрессии и самоубийству. По мнению психологов, в одних случаях нужно помочь людям принять свою сексуальность, в других – когда гомосексуальность воспринимается слишком травматично, например, из-за несовместимости с религиозными убеждениями – рекомендовать человеку воздержание от сексуальных отношений.

### **Почему мне так неприятно и больно?**

Вы думаете о своем сыне или дочери из-за его/ее ориентации. Вас беспокоит, какой теперь будет его/ее жизнь. Образ, который обычно приписывают геям и лесбиянкам в кино, газетах и на телевидении, часто выступает в негативном свете. Хотите Вы этого или нет, теперь этот образ накладывается на Вашего ребенка. Вы понимаете, что общество еще слишком сильно пропитано негативным отношением к гомосексуалам. Вы не знаете, чего ожидать, чего бояться, поэтому боитесь практически всего. Как результат, Вас переполняют негативные чувства. Но, на самом деле, Ваш сын или дочь смогут стать счастливыми, ведь перед ними огромное количество жизненных тропинок. Вы не вправе решать за них, куда идти, но подать руку и быть рядом с ним/ней Вы можете.

## Какие проблемы могут возникнуть?

Жизнь геев, лесбиянок, бисексуалов и трансгендеров осложнена такими общественными явлениями, как гомофобия, стигматизация (*навешивание негативных ярлыков*) и дискриминация (*действие или бездействие, направленные на ограничение прав и свобод*).

Из-за этого представители ЛГБТ-сообщества больше подвержены стрессам, депрессиям, тревожным состояниям, ночным кошмарам, рискованному поведению (*незащищенные сексуальные контакты, злоупотребление алкоголем или наркотиками*), чаще сталкивается с различными сложностями и ситуациями, чем его/ее ровесники.

Каждый человек проходит свои жизненные кризисы: возрастные, семейные, травматические и пр. И сексуальность здесь не играет большой роли. Однако из-за отношения в обществе к представителям ЛГБТ-сообщества Ваш сын или дочь могут столкнуться с неприятием в университете/на работе, сложностями в поиске друзей или партнера, отсутствием толерантных медицинских специалистов, резко негативным отношением со стороны религиозных организаций. Именно поэтому для них так важна помощь и поддержка близких людей.

## Какие существуют угрозы для здоровья моего сына или дочери?

Здоровье любого человека зависит от многих факторов: экология и окружающая среда (20%), наследственность (20%), медицина (10%), условия и образ жизни – питание, движение, эмоции и другие элементы (50%). Если же учитывать особенности сексуальных практик для геев и лесбиянок, каждый человек сам для себя решает, какие виды сексуальных контактов приемлемы для него. Но какие бы они ни были, главное – это безопасность. Поэтому очень важно обсуждать вопросы, связанные с сексуальным и репродуктивным здоровьем, заболеваниями, передающимися половым путем и др

## Будет ли у моего сына/дочери своя семья, дети??

Каждый человек мечтает о своем доме, создании семьи с любимым человеком. Ведь потребность в любви, поддержке и взаимопонимании – важнейшие потребности любого человека.

И представители ЛГБТ-сообщества — не исключение в своем желании проявлять нежность, заботу, внимание... Их отношения такие же серьезные, как и отношения в гетеросексуальных парах с такими же радостями, успехами, достижениями, проблемами и сложностями.

Второй очень важный вопрос, который часто задают родители: «Будут ли у нас внуки?» Гомосексуалы могут иметь детей точно так же, как и гетеросексуальные люди. У некоторых уже появились дети, и после этого пришло понимание своей гомосексуальности. Другие решают использовать метод искусственного оплодотворения, живя в гомосексуальном партнерстве. Также гомосексуальная женщина и мужчина могут договориться о рождении и совместном воспитании ребенка. Желание и готовность родить и воспитывать ребенка не имеет никакого отношения к сексуальной ориентации.

### **Как рассказать об этом родным и знакомым?**

Родителей часто спрашивают о жизни их детей: встречается ли с кем-то сын/дочь, почему не женится или не выходит замуж. Эти и сотни других вопросов ставят родителей в тупик, но прежде чем рассказать правду о своем ребенке родным или знакомым, постарайтесь максимально осознать свое отношение к его/ее сексуальности. И обязательно посоветуйтесь с Вашим сыном или дочерью, ведь это его/ее жизнь, и только он/она вправе решать, кого в нее посвящать.

### **В чем я могу оказать помощь и поддержку?**

То, что Вы читаете эту брошюру, говорит о том, что Вы готовы ему/ей помочь. Вам необходимо почаще разговаривать. Прислушайтесь к его/ее проблемам и мнению, а также делитесь с ним/ней своим жизненным опытом. Кроме того, в Украине сейчас очень остро стоит вопрос с лоббированием нескольких законопроектов, которые носят неофициальное название «О запрете пропаганды гомосексуальности». Они устанавливают административную и уголовную ответственность за ввоз, производство и распространение любой продукции (*литература/музыка/кино...*), которая отражает гомосексуальность в нейтральном или благоприятном свете.

Ваш сын или дочь может не знать о существовании подобных инициатив, может не относиться к ним серьезно, считать, что его это не касается, активно выступать на мероприятиях (митингах/шествиях/пикетах) за равноправие или выбрать позицию нейтралитета. По возможности, постарайтесь быть в курсе новостей и событий, которые происходят с ЛГБТ-сообществом в нашей стране, и обсуждайте эти вопросы со своим сыном или дочерью. Возможно, Вы даже захотите создать или присоединиться к уже существующим группам родителей, которые поддерживают друг друга и своих ЛГБТ-детей в отстаивании своих прав и свобод.

Главный секрет хороших взаимоотношений в Вашей семье — это любовь, доверие, уважение его/ее взглядов, интересов и убеждений, помощь в сложных ситуациях, и это будет неоценимой поддержкой, которую Вы сможете ему/ей оказать.



## **МИФЫ, СТЕРЕОТИПЫ И ПРЕДРАССУДКИ**

В то время как ваши дети занимались тем, чем обычно занимаются дети в их возрасте, мой сын трудился над предсмертной запиской, переписывая ее по несколько раз в надежде, что члены его семьи поймут, как сильно он их любит. Мое сердце разрывалось от боли, когда мой семнадцатилетний мальчик, захлебываясь слезами, сказал, что больше не хочет жить, не хочет быть геем и не может терпеть унижения. У вас хватает наглости говорить о защите семей и детей от гомосексуальной угрозы, в то время как вы сами разбиваете семьи и доводите детей до отчаяния? Я не знаю, почему мой сын родился геем, но я уверена: Бог сотворил его и миллионы таких, как он, не для того, чтобы их унижали.

*Из открытого письма матери гея Шэрон Андервуд, 2000 год*

В 2010 году в России были проведены исследования, которые показали, что только 10–11% опрошенных лично знают геев и лесбиянок. К сожалению, в Украине подобные исследования

не проводились, но, скорее всего, они не слишком отличаются от показателей в России. Для сравнения: в США эта цифра составляет не менее 70%. Поэтому нет ничего удивительного в том, что о ЛГБТ-сообществе существует огромное количество мифов, стереотипов и предрассудков, которые активно поддерживаются средствами массовой информации, религиозными и этно-культурно-традиционными течениями. А на самом деле в их основе лежит незнание реальных людей.

Давайте рассмотрим и проанализируем самые распространенные из них.

**«В юном, подростковом возрасте Вашего ребенка соблазнил человек одного пола с ним/ней, в результате ребенок стал гомосексуальным»**

Все исследования подтверждают, что сексуальная ориентация формируется у каждого человека индивидуально и процесс принятия может длиться годами, либо не произойти вовсе. Поэтому, если Ваша дочь или сын были увлечены в подростковом возрасте человеком одного пола с ним/ней, это не сможет повлиять на то, какой пол будет вызывать сексуальное влечение в будущем. Широкое исследование, проведенное в Голландии по этому вопросу, навсегда разрушило этот миф.

**«Гетеросексуальная любовь – единственно правильная, так как ведет к появлению детей»**

Без сомнения, только сексуальные отношения между мужчиной и женщиной приводят к появлению ребенка. Но это еще не доказательство того, что гомосексуальная любовь менее значима. Часто совместная жизнь гетеросексуальных партнеров не ориентирована исключительно на рождение детей, но является выражением человеческой близости, желанием доставить друг другу радость, получить удовольствие. Почему же нам кажется неестественным, что два человека одного пола стремятся к тому же?

**«Гомосексуальность против природы»**

Гомосексуальность существовала во всех культурах и во все времена. Одни общества осуждали, другие – принимали (относились терпимо или одобрительно) гомосексуальные связи. Гомосексуальное поведение наблюдается не только у людей, но

и в животном мире — у рыб, рептилий, птиц и млекопитающих, включая приматов. Подобные отношения прослеживаются как в естественных условиях обитания, так и в неволе.

---

**«Лесбиянки враждебно настроены по отношению к мужчинам, а геи — по отношению к женщинам»**

Любить женщину — это не значит ненавидеть мужчину. Влюбленность — все же позитивное эмоциональное состояние. Любовь женщины к женщине не может отрицательно сказываться на ее отношении к внешнему миру, в частности, к противоположному полу. То же самое относится и к мужчинам, которые любят мужчин.

---

**«Геи — разносчики СПИД!»**

Это не так. Настоящей причиной распространения ВИЧ является вирус, а не сексуальные предпочтения человека. Вирусу безразличны сексуальная ориентация или пол человека. Рискованное поведение, пренебрежение «безопасным сексом» распространены как среди гомосексуалов, так и среди гетеросексуалов. Пути передачи ВИЧ одинаковы для всех людей: половой путь, через кровь и от матери к ребенку. Поэтому угроза инфицирования касается каждого человека, а не какой-то одной конкретной группы.

---

**«Гомосексуалов станет больше, если общество не будет открыто заявлять о том, что гетеросексуальные отношения являются единственно правильными»**

Гомосексуальность не заразна, она не передается половым или воздушно-капельным путем. Количество людей гомосексуальной ориентации не возрастет, если гомосексуальность будет принята обществом, и те, кто старательно прячет свои настоящие чувства, получат наконец возможность жить открыто.

---

**«Все “голубые” ведут себя, как женщины, а лесбиянки — как мужчины, и в гомосексуальных отношениях одна сторона играет роль мужчин, а другая — роль женщины»**

Типы поведения в отношениях гомосексуальных пар весьма разнообразны. Тот, кто берет на себя ту или иную роль, требует тем самым исполнения противоположной роли от партнера.

Отличие в том, что в гомосексуальных отношениях нет ничего «само собой разумеющегося». Часто поведение определяется способностями, желаниями или умениями выполнять ту или иную работу.

---

**«Лесбиянки, геи, бисексуалы и трансгендеры думают только о сексе, у них не бывает долгосрочных отношений, они развратны, и их отношения носят беспорядочный характер. Это просто секс без любви»**

Лесбиянки, геи, бисексуалы и трансгендеры – прежде всего люди. И, как и у всех людей, у них есть родственники, друзья, учеба, работа, хобби. Они так же, как и гетеросексуалы, должны заботиться о том, чтобы у них была зарплата, жилье, здоровье. Иными словами, ничто человеческое им не чуждо.

---

**«Гомосексуалы удочеряют/усыновляют детей, чтобы вырастить из них гомосексуалов»**

Многочисленные исследования в этой области доказывают, что невозможно воспитать человека гомо- или гетеросексуальным. Согласно этой логике, все были бы гетеросексуальными в нашем обществе.

---

Это только небольшая часть мифов, стереотипов и предрассудков, которые существуют вокруг данной темы. Как правило, личные знакомства – самый эффективный метод развеивания подобных заблуждений.

Познакомьтесь с друзьями и знакомыми своего сына или дочери, и Вы убедитесь, что лесбиянки, геи, бисексуалы и трансгендеры – такие же люди, у них такие же профессии, они ходят в те же кинотеатры и рестораны, они создают семьи, заводят домашних животных, могут иметь абсолютно разные политические или религиозные взгляды. Этот перечень можно продолжать бесконечно, ведь мир удивительно прекрасен в его разнообразии.





## ПОСЛЕСЛОВИЕ

Гомосексуальность, как и другие уникальные явления человеческого опыта, слишком сложна, чтобы ее можно было объяснить, исходя из обычных человеческих представлений. Если нашей самой человеческой чертой является обладание огромным количеством разнообразных возможностей и способностей, особенно в том, что касается человеческих взаимоотношений, то нас не должно удивлять, что у некоторых из нас способность к любви направлена на лиц своего пола.

**Френсис Мондимор,**  
*американский психиатр и антрополог*

К огромному сожалению, объем данной брошюры не позволил вместить всю информацию о гомосексуальности, бисексуальности и трансгендерности. Каждая из этих тем очень

многогранна и требует детального рассмотрения. Если Вы хотите более подробно изучить проблемы и вопросы, затронутые в данной брошюре, Вы можете обратиться в общественные организации, оказывающие социальную, юридическую и психологическую помощь представителям ЛГБТ-сообщества в Вашем городе (информацию Вы найдете на последней странице) или воспользоваться безграничным информационным ресурсом Интернета. Изучение таких тем, как история развития ЛГБТ-движения в мире и Украине, исследования в области сексуальной и гендерной идентичности, наличие профилактических программ в Вашем городе, преступления на почве ненависти и многих других тем позволит Вам понять, в каких реалиях современного общества мы живем в Украине.

Да, Ваш сын или дочь немного отличаются, но в этом нет ничьей вины! Так распорядилась судьба, природа, высшая сила... Главное – осознать и принять индивидуальность своего ребенка. Только так Вы сможете укрепить ваши отношения и сделать атмосферу в семье теплой и искренней, что поможет избежать многих сложностей.

Вам может показаться, что Ваша жизнь потеряла всякий смысл с момента, когда Ваш сын или дочь открылись Вам, но это не так. Ваши ожидания со временем изменятся, вы будете совместно строить новые планы, будете ценить и любить друг друга за качества, которые раньше скрывали. Попробуйте сейчас посмотреть на своего ребенка со стороны, какой он/она? Какими качествами обладает, чем занимается, чего добился/лась, какие люди их окружают? Вам есть, кем гордиться, не правда ли?!

# ЛИТЕРАТУРА И ФИЛЬМОГРАФИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Больше узнать о сексуальной ориентации и гендерной идентичности поможет соответствующая литература и кинематография. Мы рекомендуем Вам два небольших списка книг и фильмов, которые могут быть очень полезны.

## Литература:

- *«Мой ребенок гомосексуал. Что делать?»* – Кишинев: Центр информации «ГендерДок-М», 2007.
- *Д. Дейвис. Розовая психотерапия.* – СПб: Питер, 2000.
- *Келли Г.Ф. Основы современной сексологии.* – СПб.: Питер, 2000.
- *Клейн Л.С. Другая Любовь.* – М.: Фолио-Пресс, 2000.
- *Кон И.С. Лики и маски однополрой любви. Лунный свет на заре.* – М.: Олимп; АСТ, 2003.
- *Лацци Е., Канторова М. Жизнь в розовом цвете. Однополрая семья о себе и не только...* – Москва, 2005.
- *Мондимор Ф. Гомосексуальность. Естественная история.* – Екб.: У-Фактория, 2002.
- *Созаев В.В. Мифы и факты о геях, лесбиянках и бисексуала.* – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Моск. Хельсинк. группа, 2010.

## Фильмы:

- Драма «Молитвы за Бобби» (США, 2009)
- Драма «Если бы эти стены могли говорить 2» (США, 2000)
- Драма «Моя жизнь в розовом цвете» (Франция, Великобритания, Бельгия, 1997)
- Фильм, основанный на реальных событиях, «Кинси» (США, 2004)
- Мелодрама «Красивая вещь» (Великобритания, 1996)
- Драма «Правда о Джейн» (США, 2000)
- Драма «Наши сыновья» (США, 1991)
- Мелодрама «Все о моей матери» (Испания, 1999)
- Драма/мелодрама «Путь» (Индия, 2004)
- Я выхожу/Я делаю Камин-Аут (сборник документальных короткометражек) (2010)

А также многие-многие другие книги и фильмы...



