

ЛГБТ-группа «Выход» признана МинЮстом незарегистрированным общественным объединением, выполняющим функции иностранного агента

18+

ЧТО ПРОИСХОДИТ С МОИМ РЕБЕНКОМ?

*Книга для родителей
о сексуальной ориентации
и гендерной идентичности.*

www.comingoutspb.ru



Санкт-Петербургская ЛГБТ-организация «Выход»

**Что происходит с моим ребенком?
Книга для родителей
о сексуальной ориентации
и гендерной идентичности**

Санкт-Петербург
2013

Что происходит с моим ребенком? Книга для родителей о сексуальной ориентации и гендерной идентичности. – СПб. :Выход, 2013. – 64 с.

Эта брошюра предназначена для тех, кому не безразличны судьба и качество жизни подрастающего и подросткового поколений представителей ЛГБТ-сообщества в России. Здесь вы найдёте информацию о том, с какими сложностями сталкиваются ваши дети и с какими переживаниями можете столкнуться лично вы, узнав и осознав, что ваш ребёнок – лесбиянка, гей, бисексуал(ка) или трансгендерный человек. Кроме этого вы сможете узнать о наличии возможностей самим получить поддержку, поддержать своих детей, сохранить и укрепить отношения с ними.

СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие	7
Термины и определения	10
Действительно ли страшен и трагичен тот факт, что ваш ребёнок – лесбиянка, гей или бисексуал(на)?	15
<i>Кому нужны научные факты, если родительское сердце разбито?</i>	16
<i>Почему мой ребёнок – лесбиянка, гей, бисексуал(на) или трансгендерный человек?</i>	19
<i>Трансгендерные люди – как это?</i>	21
<i>Нужна ли помощь психиатра или психолога?</i>	24
<i>Камин-аут</i>	27
<i>Что вы, скорее всего, почувствуете в момент камин-аута</i>	28
Почему он/она не сказал(а) раньше?	33
Как мне себя с ней / с ним вести?	36
<i>А как строились ваши отношения до признания?</i>	36
<i>Как может измениться ваше восприятие дочери или сына?</i>	37
<i>Образ жизни ЛГБТ: в чём отличия?</i>	39
Мифы и предрассудки об ЛГБТ	40
<i>Миф 1. О том, что гомосексуальностью можно «заразиться»</i>	40
<i>Миф 2. О том, что «настоящих» гомосексуалов очень мало, и в большинстве своём гомосексуальность – это «дань моде»</i>	41
<i>Миф 3. О женственности геев и мужеподобности лесбиянок</i>	42
<i>Миф 4. О том, что быть ЛГБТ плохо</i>	42
<i>Миф 5. О том, что транссексуальность – это следствие неправильного воспитания</i>	43

<i>Миф 6. О том, что геи, лесбиянки и бисексуальные люди думают только о сексе, у них не бывает долгосрочных отношений, они развратны, и их отношения носят беспорядочный характер</i>	44
Бифобия, гомофобия и трансфобия – что это?	45
Чем вредят обществу бифобия, гомофобия и трансфобия?	48
Мой ребёнок – лесбиянка/гей/бисексуал(ка). Будет ли у него/неё своя семья?	49
Как рассказать о бисексуальности /гомосексуальности /трансгендерности ребёнка родственникам и близким?	50
Будет ли мой сын или дочь подвергаться гонениям?	52
Грозит ли ВИЧ/СПИД моему ребёнку?	54
Что говорит о гомосексуальности закон?	56
Зачем представители ЛГБТ-сообщества «выпячивают» свою сексуальную ориентацию и/или гендерную идентичность?	58
Как мне поддержать своего ребёнка?	59
Истории ЛГБТ-детей и их родственников	60
Библиография	64

ПРЕДИСЛОВИЕ

Эта брошюра предназначена, прежде всего, для родителей, которые предполагают или уже знают наверняка, что их дети – лесбиянки, геи, бисексуалы(ки) или трансгендерные люди.

Наверное, в нашем обществе сегодня уже все знают о том, что сексуальная ориентация людей может быть различной. Так, к её типам относятся:

- бисексуальная,
- гетеросексуальная,
- гомосексуальная.

И если с гетеросексуальной ориентацией всё понятно, то кто такие бисексуалы и гомосексуалы – многие просто не знают. Равно как может быть неизвестен тот факт, что трансгендерные люди вовсе не обязательно гомосексуальны или бисексуальны. Такое незнание ведёт к возникновению разного рода заблуждений, страшилок и мифов. И чего только не говорят, например:

- все гомосексуалы – наркоманы и преступники;
- они стремятся «завербовать» в свои ряды как можно больше гетеросексуальных людей;
- нет никакой бисексуальности, а есть просто распущенность;
- они живут только для сексуальных утех, и никаких других интересов в их жизни нет;
- трансвеститы, транссексуалы и т.д. – просто распущенные и извращённые люди;
- в «хорошей» семье такие люди не появляются и т.д.

И, может быть, вы читаете сейчас эти строки и киваете головой: «Да, да, всё так и есть, уж я-то знаю». Но давайте задумаемся о возможности того, что в вашей семье есть лесбиянки, геи, бисексуалы(ки) или трансгендерные люди. Вы скажете: «Нет, этого просто не может быть! Это невозможно!» И я отвечу вам: «Очень даже

возможно, но совсем не так трагично в действительности, как вы можете себе представить».

Считаете вы свою семью благополучной или не очень – в любом случае может оказаться так, что лесбиянки, геи, бисексуалы(ки) или трансгендерные люди в ней есть. Более того, возможно, если вы читаете эту брошюру, то вы уже что-то знаете об этом или догадываетесь.

Но не спешите паниковать и пугаться! Не надо бежать к врачам, которые могут помочь «вылечить» этот «недуг». Потому что гомосексуальность и бисексуальность – это не недуги. Это варианты нормальной сексуальной ориентации, просто они присущи очень небольшому проценту населения нашей планеты. А трансгендерность – это вообще не про сексуальную ориентацию (трансгендерные люди могут иметь любую ориентацию).

Аббревиатура ЛГБТ (лесбиянки, геи, бисексуалы(ки), трансгендерные люди), которую всё чаще можно увидеть / услышать в общественном пространстве и средствах массовой информации, выглядит именно так, потому что объединяет в себе вопросы, которые так или иначе касаются пола человека. И если «Л», «Г» и «Б» – о сексуальной ориентации, то «Т» – явление иное, оно про соответствие или несоответствие биологического пола и гендера. Существует несколько разновидностей трансгендерности, о чём будет рассказано далее.

Сегодня в России иметь ориентацию, отличающуюся от гетеросексуальной, не просто порицаемо, но иногда и опасно. Тем не менее многие лесбиянки, геи, бисексуалы(ки) и трансгендерные люди активно борются за свои права и ведут просветительскую работу, развенчивая мифы о себе.

Вот настала и ваша очередь поближе познакомиться с этой областью. Прежде чем вы продолжите чтение, я хочу выразить вам своё сочувствие вот по какому поводу: я понимаю, как неожиданно и шокирующе может быть знание о том, что ваш ребёнок – лесбиянка, гей, бисексуал(ка) или трансгендерный человек. Я знаю, что принять этот факт непросто и разные чувства могут буквально раздирать вас. В этом смысле я очень с вами солидар-

на, дорогие родители! А также я выражаю вам своё уважение, потому что, если вы читаете данный материал, то, предполагаю, хотите разобраться в том, что же происходит с вашим сыном или дочерью и, надеюсь, в итоге принять своего ребёнка таким, какой он есть.

Однако также я знаю, как сложно и страшно может быть детям, которые обнаружили свою «инаковость», и понимаю, как непросто им бывает завести разговор об этом в семье. И такой смелый шаг тоже достоин, на мой взгляд, уважения.

Если вам стало известно или вы предполагаете, что ваш ребёнок – лесбиянка, гей, бисексуал(ка) или трансгендерный человек, то я призываю вас для начала просто прочесть то, что изложено в этой брошюре, а уже потом думать, какие стоит предпринять действия. Очень надеюсь, что этот материал поможет вам получить знания о том, кто такие ЛГБТ, и не только не потерять, но и укрепить отношения с дочерьми и сыновьями.

Итак, обо всём по порядку.

Термины и определения¹

Чтобы не путаться в терминах, определениях и понятиях, давайте сначала разберёмся, кто есть кто, и что есть что. Вот определения понятий и терминов, которые важно понимать и которыми я буду пользоваться:

Аутинг (outing) – публичное разглашение личной информации об ориентации или гендерной идентичности человека против его желания и согласия; не является добровольным камин-аутом.

Бисексуалы(ки) – женщины и мужчины, испытывающие сексуально-эротическое и эмоционально-чувственное влечение и/или практикующие сексуальные отношения с людьми, как своего, так и другого пола.

Бифобия – предвзятое отношение к бисексуальным людям, которое основано на мифах, стереотипах или отсутствии достоверной информации. Наиболее часто встречающиеся формы бифобных мифов, что бисексуальные люди являются сексуально распущенными, аморальными или главными распространителями венерических заболеваний.

Внутренняя гомофобия (интернализированная гомофобия) – осознанное или неосознанное отвращение и/или страх гомосексуалов и бисексуалов к гомосексуальности, к себе; страх перед собственным возможным гомосексуальным поведением или неприятие себя как гомосексуальной личности.

Внутренняя трансфобия (интернализированная трансфобия) – осознанное или неосознанное отвращение и/или страх трансгендеров к трансгендерности, к себе или неприятие себя как трансгендерной личности.

¹ Используются глоссарии Валерея Созаева и Марии Сабунаевой

Геи – гомосексуальные мужчины, признающие свою сексуальную ориентацию.

Гендер – набор характеристик, определенных культурой общества, которыми определяются социальное поведение мужчин и женщин, отношения между ними, приписываются им определённые психологические характеристики и роли в жизни.

Гендерная идентичность – глубокое осознание тем или иным лицом внутренних и индивидуальных особенностей своей гендерной принадлежности, которая может как совпадать, так и не совпадать с полом по рождению, включая индивидуальное ощущение своего тела и другие проявления, такие как одежда, речь, особенности поведения.

Гендерная роль – один из видов социальных ролей, набор ожидаемых образцов или норм поведения для людей разных полов.

Гетеронормативность – предписываемый обществом и государством обязательный гетеросексуальный образ жизни для всех людей.

Гетеросексизм – общественная установка, утверждающая что единственной «нормальной», «естественной» и «правильной» сексуальной ориентацией и моделью поведения является гетеросексуальность.

Гомосексуалы – люди, испытывающие сексуально-эротическое и эмоционально-чувственное влечение к представителям своего пола и не имеющие желаний корректировать свой собственный пол.

Гомофобия – неконтролируемые отрицательные эмоции (страх, отвращение, гнев и т.п.) по отношению к сексуальным меньшинствам и однополым сексуальным контактам. В более широком значении применяется в отношении любых других проявлений негативного

отношения – чувств ненависти или неприязни, агрессивных действий против представителей гомосексуального сообщества. Термин «гомофоб» содержит коннотацию страха и боязни, при этом перенос данного значения на противников терпимого отношения к гомосексуальности может расцениваться ими как оскорбление.

Дискриминация по признаку сексуальной ориентации и гендерной идентичности – любое различие, исключение, ограничение или предпочтение, основанное на сексуальной ориентации или гендерной идентичности, имеющее целью или следствием унижение или умаление права на равенство перед законом или равную защиту со стороны закона, либо признания, использования или осуществления на равных началах всех прав человека и основных свобод.

Камин-аут (англ. coming out – «раскрытие», «выход») – дословно «выход вовне», обозначает процесс открытия человеком своей гомобисексуальности или трансгендерности окружающим людям.

ЛГБТ – аббревиатура от первых букв слов «лесбиянки», «геи», «бисексуалы(ни)», «трансгендеры».

Лесбиянки – гомосексуальные женщины, признающие свою сексуальную ориентацию.

Пол – набор биологических характеристик, на основании которых человека приписывают к мужскому и женскому полу или определяют как интерсексуального человека.

Псевдогомосексуальность – типы сексуального поведения, не имеющие отношения к сексуальным предпочтениям (сексуальной ориентации) самого субъекта (человека, практикующего это поведение). Выделяют три основных типа псевдогомосексуальности: транзиторная, заместительная и коммерческая.

Транзиторная гомосексуальность – тип сексуального поведения подростков, не связанный с сексуальной ориентацией; носит игро-

вой, экспериментальный характер, ограничен во времени и наблюдается в возрасте так называемой юношеской гиперсексуальности.

Заместительная гомосексуальность – тип сексуального поведения, не связанный с сексуальной ориентацией, носит временный характер и практикуется при недоступности половых партнёров противоположного пола, особенно в учебных заведениях закрытого типа, армии, местах лишения свободы или в иных однополых коллективах. Причиной однополых контактов в данном случае является неудовлетворённость гетеросексуального влечения или принуждение.

Коммерческая гомосексуальность – тип сексуального поведения, не связанный с сексуальной ориентацией, практикуется гетеросексуальными по своей ориентации и поведению людьми для достижения коммерческой выгоды (мужчины-проститутки, практикующие секс с мужчинами, порноактёры).

Сексуальная ориентация – один из компонентов сексуальности человека, определяемый как относительно устойчивое эмоциональное, романтическое, сексуальное или эротическое (чувственное) влечение индивида к другим индивидам определённого пола. Выделяют три типа сексуальных ориентаций: а) гомосексуальность – влечение к лицам своего пола; б) гетеросексуальность – влечение к лицам другого пола; в) бисексуальность – влечение к лицам своего и другого пола.

Сексуальность – центральный аспект бытия человека на протяжении всей его жизни. Включает в себя пол, гендерные идентичности и роли, сексуальную ориентацию, половой инстинкт, удовольствие, близость и репродукцию (размножение).

Трансгендеры – собирательный термин для обозначения людей, у которых не совпадает гендер (социокультурный пол) и биологический пол. Сюда относятся:

- *бигендеры* — люди с «плавающей», подвижной гендерной идентичностью; бигендер ощущает себя то мужчиной, то женщиной, независи-

мо от физического пола. Его/её полоролевое самоощущение (гендер) меняется в зависимости от настроения, человека, с которым она/он общается и т.д. Бигендерность не следует путать с раздвоением личности, так как бигендер представляет собой одну цельную личность, но исполняет в обществе социальную роль то мужчины, то женщины;

- *трансвеститы* – люди, играющие роль другого гендера посредством ношения одежды, характерной для другого гендера;

- *транссексуалы, транссексуальные люди* – люди, устойчиво ощущающие свою принадлежность к полу, противоположному анатомическому, и стремящиеся скорректировать свой внешний вид в соответствии с самоощущением;

- *интерсексуалы* (в т.ч. гермафродиты) – люди, имеющие от рождения признаки и мужского, и женского полов.

Трансфобия – термин, обозначающий различные виды страха, отвращения, ненависти или неприятия по отношению к трансгендерности и/или к трансгендерам. Трансфобия часто принимает форму отказа признавать право на выражение человеком своей гендерной идентичности. Вне зависимости от того, является ли выражение трансфобии преднамеренным или нет, трансфобия может иметь серьёзные последствия для тех, на кого она направлена.

Цисгендеры – люди, у которых совпадает их женский или мужской биологический пол и их женская или мужская гендерная идентичность.

Действительно ли страшен и трагичен тот факт, что ваш ребёнок – лесбиянка, гей или бисексуал(ка)?

До сих пор многие люди думают, что гомосексуальность и бисексуальность – это патология, которую необходимо лечить. И, конечно, есть родители бисексуальных и гомосексуальных людей, разделяющие эту точку зрения.

Действительно, когда-то гомосексуальная ориентация считалась заболеванием. Однако с тех пор был проведён целый ряд научных исследований, опровергающих это утверждение.

- На основании таких исследований Американская Психиатрическая Ассоциация исключила гомосексуальность из списка психических и умственных расстройств 15 декабря 1973 года.
- Всемирная Организация Здравоохранения при Организации Объединённых Наций 17 мая 1990 года приняла Международную Классификацию Болезней в десятом пересмотре (МКБ-10), откуда была исключена гомосексуальность.
- Американская Психологическая Ассоциация с 1990 года утверждает, что не существует каких бы то ни было научных доказательств, подтверждающих эффективность лечения с целью изменения сексуальной ориентации.

Ещё Зигмунд Фрейд в 1935 году писал: «Гомосексуальность <...> не может быть квалифицирована как заболевание. Мы считаем это вариацией сексуальной функции»².

Не существует понятия «правильная» сексуальная ориентация и в современной сексологии. Ориентация может быть:

- бисексуальной,
- гетеросексуальной,
- гомосексуальной.

² Цит. по: Сабунаева М. Л. Гомосексуалы на приеме у врача: Психологические рекомендации по взаимодействию с пациентами: Методические рекомендации. — СПб.: Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена, 2009, с. 13

Кому нужны научные факты, если родительское сердце разбито?

Несмотря на множество научных фактов о том, что гомосексуальность – это вариант нормы, многие родители, знающие или догадывающиеся о том, что их ребёнок гомосексуален, испытывают самые разные чувства – от дискомфорта до ужаса. Это часто связано с предубеждениями вроде:

- у меня никогда не будет внуков;
- он / она обрекает себя на трагическую судьбу и одинокую старость;
- все родственники и близкие люди отвернутся от нашей семьи;
- она / он непременно заболеет СПИДом и т.п.

Одна только мысль о том, что об этом «горе» узнают родственники, соседи, коллеги и т.д., может привести мам и пап в состояние самого настоящего ужаса!

Я слышала множество историй от родителей, приходящих на консультации, и все рассказывают о похожих чувствах, переживаемых в момент, когда они узнали, что их дети – ЛГБТ. Это и отчаяние, и злость, и гнев, и страх, и стыд, и вина.

Часто стыд, испытываемый из-за того, что ваш ребёнок – лесбиянка, гей, бисексуал(ка) или трансгендерный человек – является следствием незнания и непонимания того, как на самом деле выражается бисексуальность, гомосексуальность и трансгендерность. Ведь, наверное, многие из вас видели фильмы или читали книги, где геи, лесбиянки, трансвеститы, транссексуалы представлены в невыгодном свете. А кому же понравится, когда ему стыдно? Вот отсюда и рождаются злость и гнев за то, что вам пришлось столкнуться со стыдом и со своей бифобией /гомофобией / трансфобией. Уровень гомофобии (равно как и бифобии и трансфобии) в России весьма велик, и это тоже может быть причиной переживаний и страхов родителей.

Почти каждый родитель так или иначе представляет себе будущее своего ребёнка, мечтает, чтобы тот получил хорошее образование и достойную профессию, любил и был любим, создал семью, осчастливил бы внуками и т.п.

Как правило, такие мечты если и оправдываются, то не полностью. Дети, будь они гомосексуальны или гетеросексуальны, имеют собственные планы на свою жизнь. Если они совпадают с представлениями родителей хотя бы частично – это здорово. Если же нет, то стоит смириться с тем, что у детей, так же как и у родителей, есть только одна жизнь, и они имеют полное право прожить её так, как хотят, а не так, как от них ждут другие люди.

Часто в момент, когда родители узнают о бисексуальности/гомосексуальности/трансгендерности своих сыновей или дочерей, первой реакцией бывает шок. Ведь у нас в обществе до сих пор быть ЛГБТ часто считается позором, равно как и иметь в семье родственников-ЛГБТ.

Когда первый шок проходит, родители начинают пересматривать то, как они растили своего ребёнка и искать момент, где они что-то «упустили» и в чём они были «виноваты», вследствие чего дочь или сын стали такими.

Пожалуйста, не терзайте себя. Вы, может быть, что-то и упустили. От ошибок не застрахован ни один родитель. Также не исключено, что вы были идеальными, внимательными и любящими родителями. Но вы точно не виноваты в том, что ваш ребенок – лесбиянка, гей, бисексуал(ка) или трансгендерный человек. В этом вообще никто не виноват. Бисексуальность/гомосексуальность/трансгендерность – это данности.

История:

Я узнал о гомосексуальности сына, когда он был уже вполне зрелым, состоявшимся человеком. Мы, родители, всегда гордились им: исключительно благодаря своему упорству и целеустремленности он получил прекрасное образование, 10 лет работал за границей, получил признание как учёный. Он пользуется уважением коллег и многочисленных друзей, при этом всегда очень заботлив и внимателен к нам, родителям. Разве то, что он имеет «нетрадиционную» ориентацию (а это касается сугубо его личной жизни) бросает на него тень, делает его менее привлекательным человеком?

Что происходит с моим ребенком?

Я всегда доверял сыну, поэтому сразу понял, что его решение быть открытым геем серьезно обдумано, выстрадано им. Я знаю, что прежде, чем открыться нам, он долго сомневался, обдумывал этот шаг, так как понимал, что родителям поначалу трудно будет пережить эту новость. Тем не менее сейчас я рад, что он доверился нам. Он взрослый человек и имеет право выбирать свой собственный путь в жизни, и я уважаю его за мужество быть самим собой.

История:

О своей бисексуальной ориентации дочь Валерия рассказала мне четыре года назад, когда ей было 19 лет. В то время у нас с ней и так часто возникали некоторые бытовые разногласия. Между нами сохранялось напряжение. Я чувствовала, что дочь пыталась поговорить со мной о чём-то важном. И однажды этот разговор произошел. Я внимательно выслушала дочь и тотчас же отметила про себя, что многое из её слов об однополом отношениях между людьми мне, оказывается, неизвестно. Я решила, что свою дочь я также сильно люблю и желаю ей счастья, какое она сама выберет. И мне захотелось узнать больше о жизни людей из ЛГБТ-сообщества.

Среди моих коллег встречались геи и лесбиянки, и они были для меня обычными людьми; я ничего не знала об их чувствах и душевных переживаниях. Почему эти люди такие, какие есть? Я всегда стараюсь на всё смотреть объективно и принимать сторону того человека, о ком идет речь, попытаться понять, о чём он думает, как живет. Это может оказаться интересным и полезным для меня. Правильная

информация всегда необходима. Я сразу согласилась с жизненной позицией дочери и задала вопрос, счастлива ли она и, получив утвердительный ответ и увидев её открытый взгляд и светящиеся глаза, поняла: повода для волнения нет.

Дочка рассказала мне об ЛГБТ-организации «Выход» и пригласила туда на одно из образовательных мероприятий, рассказав, что все желающие могут прийти туда и получить ответ на волнующие вопросы или просто пообщаться. Этому стечению обстоятельств я очень рада. Во-первых, я получила ответы на волнующие меня вопросы, которые, как оказалось, задают многие родители: почему в нашей семье? где я не так воспитала ребёнка в детстве? я виновата? кто виноват? кто-то повлиял на моего ребёнка? что говорят ей друзья? не обижают ли её другие люди? Во-вторых, для меня открылся ещё один кусочек неведомых мне отношений между людьми. А в третьих, я не только пополнила свой багаж знаний, познакомившись с геями, лесбиянками, бисексуалами и трансгендерными людьми, но и обрела много друзей и единомышленников.

Мы с дочерью живём по-прежнему дружно, и у нас появилось больше общих интересов. Я счастлива, что моя дочь – сильный человек, который может открыто защищать себя и права других людей, которых также не принимает пока общественное большинство. И, конечно же, моя сила и гордость тоже удваивается, так как я стараюсь принимать участие во всём, чем могу быть полезна для своего ребёнка и других ребят, взрослых людей, которых не приняли близкие; родителям, которые хотят узнать правду о своих детях, как когда-то узнала и я. Я убеждена, что людям нужно быть разумными и добрыми друг с другом вне зависимости от их сексуальной ориентации или гендерной идентичности. Я желаю всем любви и только радости от неё!

Почему мой ребёнок – лесбиянка, гей, бисексуал(ка) или трансгендерный человек?

Сегодня в науке нет ни одной теории о происхождении бисексуальности, гомосексуальности или трансгендерности, которая была бы признана единственно верной. Среди «причин» бисексуальности и гомосексуальности есть и биологические,

и социальные. Одни исследователи утверждают наличие генетических корней, другие ищут ответы в изучении особенностей человеческого мозга. Большинство же учёных на данный момент сходится во мнении, что на формирование типа сексуальности влияет множество факторов, среди которых и гормональные, и генетические.

В отличие от расхожего мнения, стать лесбиянкой, геем или бисексуалом(кой) по собственному выбору или вследствие каких-то ошибок родителей, якобы допущенных в воспитании детей, невозможно. Это также невозможно, как влюбиться по собственной воле или силой мысли нарастить мышечную массу.

«Как же так, – скажете вы, – ведь моя дочь встречалась с представителями мужского пола!» Или: «Мой сын собирался жениться. Они прожили с его девушкой два счастливых года, а потом внезапно расстались». Да, может быть и так: прежде чем ЛГБТ поймут, кто они на самом деле, может пройти время. Нередко они практикуют гетеросексуальные отношения просто потому, что видят такую модель поведения вокруг себя и о другой не знают и/или опасаются признавать свои предпочтения, шокировать родню, оказаться осуждаемыми и отвергнутыми близкими людьми и т.д. Но всегда их не устраивает гетеросексуальная форма отношений, хотя они могут поначалу и не осознавать, что же именно не так. Гетеросексуальный партнёр в такой паре тоже вряд ли будет счастлив.

У гомосексуалов, не имеющих возможности строить отношения так, как они хотят, могут наступить и разочарование и глубокая депрессия вплоть до суицидальных мыслей и попыток из-за того, что их не устраивает гетеросексуальный вид отношений. Как правило, такие отношения они поддерживают из-за страха за себя, родителей и близких. Причины могут быть самыми разными. Единственное, чего не может быть в таких отношениях – это взаимной любви партнёров и связанного с этим желания жить одной семьёй. Не менее тяжёлыми могут стать последствия внутренней гомофобии. Так, например, часто ваши дети в такие моменты сильно страдают, потому что начинают думать, что

с ними что-то не так. Обычно они находят информацию, убеждаются, что они не одиноки и это происходит не только с ними, а главное – что они здоровы. Они влюбляются в представителей своего пола, заводят отношения и только тогда чувствуют себя полноценными.

Случается также, что гомосексуалы осознают своё отличие от гетеросексуальных людей ещё в ранней юности, и тогда у них может не быть опыта гетеросексуальных отношений. Да, возможно, речь идёт о ваших детях и об их способе быть счастливыми.

Трансгендерные люди – как это?

В разделе «Термины и определения» обозначена разница между представителями трансгендерного сообщества – бигендерами, интерсексуалами, трансвеститами, транссексуалами. Как быть, если окажется, что ваш ребёнок – трансгендерный человек? Ведите себя с ним обычно. Ведь и ЛГБ, и Т – это, прежде всего, люди.

Если говорить о различиях и особенностях коротко, что подразумевает формат брошюры, то большинство транссексуальных людей нуждаются в хирургическом вмешательстве для приведения в соответствие своей гендерной идентичности с биологическим полом; трансвеститы и бигендеры в таких мерах нужды не испытывают. Насчитывают более сорока разновидностей интерсексуальности. Далеко не во всех случаях интерсексуалы нуждаются в хирургической коррекции пола. Если речь идёт о гермафродитизме, обычно необходимость в операции есть. Во многих других случаях для коррекции может оказаться достаточно гормональной терапии.

Транссексуалы, как и нетрансгендерные (цисгендерные³) мужчины и женщины, могут иметь различную сексуальную ориентацию. Ведь мужская гендерная идентичность не противоречит направленности сексуального влечения на мужчин, а жен-

³ Цисгендеры – люди, у которых совпадает их женский или мужской биологический пол и их женская или мужская гендерная идентичность.

ская гендерная идентичность не мешает испытывать влечение к женщинам.

Чтобы вступать в интимные отношения с человеком любого пола, нет необходимости менять собственный пол. Более того, транссексуальные люди пол не «меняют», а всего лишь приводят своё тело и документы в соответствие со своим истинным «я», независимо от сексуальной ориентации.

Таким образом, к коррекции пола прибегают люди, у которых физиологический пол не соответствует гендерному самоощущению, безотносительно сексуальной ориентации, которая может быть любой.⁴ Операции по коррекции пола у транссексуалов делались ещё в Советском Союзе – уже в то время было понятно, что просто «отговорить» человека от коррекции пола не получается. Более того, это опасно для его жизни, потому что жить «в чужом теле» для транссексуала настолько непереносимо, что всё может закончиться, например, самоубийством.

Родителям транссексуалов, которые собираются сделать операцию по коррекции пола, важно знать и понимать, что их дети крайне нуждаются в мощной психологической поддержке. Ведь гормональная терапия, предшествующая хирургической операции, сама коррекция пола и смена документов связаны со множеством сложных и тяжёлых переживаний. Да и в послеоперационный период тёплые родственные отношения очень важны для подавляющего большинства людей.

Кроме того, нередко транссексуал(к)ам нужна и финансовая помощь, так как гормональные препараты и операция по коррекции пола – весьма дорогостоящи и не входят в систему обязательного медицинского страхования.

С интерсексуалами всё обстоит несколько иначе: часто уже во взрослом состоянии они становятся перед необходимостью коррекции тела в соответствии с тем или другим полом (или не становятся, выбрав ничего не менять в своём теле). Принимать же такое решение родителям за своего ребёнка, пока тот нахо-

⁴ Мифы и факты о транссексуалах. – СПб.: ЛГБТ-организация

«Выход», 2012, с. 10

дится в младенческом или раннем детском возрасте, категорически не рекомендуется. Ведь ошибочный выбор может привести к серьёзным психологическим травмам для интерсексуалов.

Очень велика вероятность того, что и им, если это подростки или даже уже взрослые люди, необходима будет в максимальном количестве родительская поддержка, мудрость и любовь, чтобы пройти предстоящие испытания по коррекции своего пола и возможной смене документов, связанной с этим.

Трансвеститы испытывают потребность в проигрывании противоположной гендерной роли через ношение характерной одежды. Бигендеры, в зависимости от настроения, обстановки и людей, с которыми они общаются в тот или иной момент, испытывают разное гендерное самоощущение. И хоть и трансвеститы, и бигендеры не ощущают потребности в коррекции своего биологического пола, их переживания по поводу своих отличий от большинства других людей ничуть не менее важны и глубоки.

Заблуждения насчёт трансгендеров в виду недостаточной информированности могут привести к самым непоправимым последствиям. От того, примут ли родители своих детей такими, какие они есть, во многом зависит то, как сложится их жизнь, и какой станет их судьба.

История:

Про моё желание о смене пола родители узнали не сразу; я готовила их постепенно на протяжении не одного года. В детстве я увлекалась куклами, косметикой, переодеваниями, и они это видели, но тревогу не били. Потом в подростковом возрасте начались первые изменения: выщипанные брови, крашенные волосы и т.д. Они были уверены, что я просто гей. И уже в более сознательном возрасте я начала жить полностью как девушка, и тогда они узнали о моих намерениях. Никто не заставлял меня снять, что я ношу и изменить себя, они понимали, что либо так, либо никак. Конечно, они переживали, как сложится моя жизнь, что со мной будет,

как пройдут все операции. И со временем они стали меня поддерживать.

Приняли меня все: и родители, и все остальные родственники, и одноклассники, с которыми я заново познакомилась на встрече одноклассников. Все очень тепло ко мне относятся, не зависимо от моего пола.

Нужна ли помощь психиатра или психолога?

Процесс осознания и принятия себя и своих предпочтений и особенностей для представителей ЛГБТ-сообщества очень сложен и важен для всей их дальнейшей жизни.

Часто лесбиянки, геи и бисексуалы(ки) переживают сильные эмоциональные потрясения, когда осознают своё отличие от гетеросексуальных людей, а трансгендеры – понимая, что они «не вписываются» в рамки пола. Все они могут стесняться своих проявлений и не принимать их. В таких случаях просто необходима помощь психологов.

Попытки же лечить гомосексуальность или бисексуальность не имеют практических доказательств своей успешности. Гормональная терапия и операции на мозге не давали результатов по изменению сексуальной ориентации, зато примеров искалеченных жизней и судеб более чем достаточно. Гипноз и духовное увещание если и давали результат, то только временный и вызванный психологическими травмами вследствие давления и запугивания.

В настоящее время в психиатрии считается безнравственной любая попытка изменить сексуальную ориентацию. Как уже отмечалось, гомосексуальность была исключена из списка заболеваний много лет назад после проведения множества исследований. Согласно официальному мнению психиатров и психологов, «репаративная» терапия (длительное воздержание от сексуальных контактов и искусственное возбуждение от визуализации гетеросексуальных половых актов), которую до сих пор практикуют некоторые нечистые на руку психиатры, а также некоторые приверженцы различных религий, вредит психическому здоровью человека.

Немного сложнее обстоит дело с вопросами трансгендерности. Как вы читали выше, для части трансгендерных людей встает вопрос хирургических операций или гормонального лечения – именно им обычно необходимо обращаться к врачу-психиатру (но отнюдь не за тем, чтобы врач разубедил пациентов в их трансгендерности, а чтобы помочь определиться с тем, какие шаги по коррекции пола необходимы и возможны). Для других трансгендеров такие вопросы не важны, и необходимости обращаться к врачам нет.

Может понадобиться помощь психологов и вам, дорогие родители. Профессиональным специалистам вы можете рассказать о тех чувствах, о которых не решается говорить никому из близких. В сопровождении психолога вы сможете понять свои собственные переживания и осознать их, а также наметить стратегию своего поведения с ребёнком и понять, каким образом можно сохранить и укрепить отношения с ним и принять факт его гомосексуальности без ущерба для качества собственной жизни.

Конечно, доверить незнакомому человеку свои переживания непросто, и только от вас зависит, решитесь вы на поход к психологу-консультанту или нет. Иногда на то, чтобы предпринять такой шаг, требуется немалое время – от недель и месяцев до нескольких лет. Но уже сам факт визита родителя к психологу говорит об огромном шаге на пути к принятию особенностей своего ребёнка и стремлении сохранить и укрепить отношения с ним.

В петербургской ЛГБТ-организации «Выход» в рамках Родительского клуба проходят ежемесячные встречи группы родителей с психологом, которые я веду вот уже второй год. Каждая из мам (а, как правило, приходят мамы), которая посещает группу с той или иной частотой, отмечает, что через какое-то время ей становится легче и проще принять гомосексуальность, бисексуальность или трансгендерность своего сына или дочери. Это вызвано тем, что она встречает здесь родителей, переживающих похожий этап в своей жизни, и она может поделиться, просто рассказать, о том, что с ней происходит, какие опасения и страхи она испытывает и получить поддержку и отклик от других участников и психолога.

История:

Мой сын – гей. Я узнала об этом, когда ему исполнилось 22 года. Рома рос весёлым, открытым, был очень жизнерадостным, пел песенки, когда умывался в ванной. Иногда он переодевался в женское платье, включал кассету Шер и начинался очень интересный спектакль.

К подростковому возрасту он изменился: стал замкнутым, колючим, очень серьёзным, от весёлости не осталось и следа. Я не понимала, что происходит, а он не хотел ничего объяснять.

В 18 лет Рома стал жить отдельно и самостоятельно. Наши отношения были хорошими, но вопросы о личной жизни были под запретом. Так продолжалось до его признания в своей гомосексуальности.

Когда, он признался, у меня был шок. Сразу весь мир в один момент перевернулся, стал враждебным от боли (в первую очередь за себя, к сожалению, а не за сына). Позже я ощутила боль и за него. Это очень острое чувство.

Мне хотелось с кем-то поделиться своими переживаниями, но было не с кем. К психологу я пойти не решилась, так как считала этот вопрос очень личным. Как я поняла позже, от помощи психолога мне могло стать легче уже тогда.

Острая боль потихоньку стихала, но совсем не проходила. Отношения с Ромой были, как и прежде, ровными и хорошими, но я как будто снова родила ребёнка. Было ощущение, что уже другого, и делала много для того, чтобы узнать его заново. Я стала интересоваться вопросом гомосексуальности и изучать литературу, которую давал Рома. Пыталась разобраться в себе, думала, что, возможно, что-то не так сделала, ведь я воспитывала сына одна, без мужа и материальное по-

ложение было очень сложным. Намного позже я поняла, что моей вины нет, и не может быть в том, что Рома – гей.

Когда я получила достаточно информации, чтобы принять своего сына таким, какой он есть и осознать, что гомосексуальность – это нормально, началась совсем новая жизнь. Мы много о чём успели поговорить с сыном, в том числе и о том, испытывал ли он на себе проявления гомофобии.

Я поняла, что, несмотря на произошедшие перемены, у меня, как и раньше, любящий внимательный сын. И я решила помочь ему и ЛГБТ-движению в Санкт-Петербурге вообще. Так я присоединилась к просветительской деятельности ЛГБТ-сообщества.

Камин-аут

Этот странный термин является «калькой» с английского языка только потому, что в русском языке трудно найти слово, в точности подходящее по смыслу. По-английски оно пишется «coming-out», читается как «камин-аут» и означает некий выход, раскрытие (сокр. от *coming out of the closet* – букв. «выйти из чулана», по смыслу «выйти из потёмок»).

Часто бывает, что ЛГБТ скрывают ото всех или от некоторых близких и родных людей свою сексуальную ориентацию. Но со временем большинство из них испытывают потребность сообщить своему окружению об этом. Прежде всего, эта потребность заключается в том, чтобы быть честными с собой, открытыми своим близким и родным.

Обычно камин-аут, то есть рассказ о своей сексуальной ориентации / гендерной идентичности, происходит в первую очередь перед людьми, к которым выше уровень доверия. Это очень сложный шаг. Он не происходит вдруг. Человек готовится к нему, размышляя, кому лучше сказать первому или единственному, подбирая слова, выбирая момент, место и т.д.

В момент, когда ваш ребёнок открывается вам, и сразу после этого он особенно нуждается в поддержке, понимании, принятии, в вашей родительской любви. Отвержение всегда переживается людьми очень тяжело, по какому бы поводу оно ни происходило. Отвержение же детей своими родителями – это очень тяжёлая психологиче-

ская травма. Не важно, 15, 16, 18 лет вашему чаду в этот момент или 30 и больше. Они всё равно нуждаются в вас и будут нуждаться всю жизнь в вашей любви и принятии.

Да, камин-аут – тяжёлое испытание для всех, кто принимает в нём участие. И от всех требуются понимание, зрелость и готовность оказать поддержку.

Что вы, скорее всего, почувствуете в момент камин-аута?

Родители или другие близкие люди открывшегося ЛГБТ-человека в момент такого признания с очень большой долей вероятности испытывают шок, который может продлиться минуты, а может и дни. Особенно сложно новость о гомосексуальности дочери или сына может даваться родителям, которые ранее не догадывались об этом.

Когда первая волна шока уляжется, может наступить фаза отрицания. Особенно если человек воспитывался в обществе, где бисексуальность, гомосексуальность или трансгендерность воспринимается как нечто предосудительное или болезненное. Может быть, с вами это уже происходило, когда вы отказывались воспринимать услышанное или испытывали враждебность по этому поводу. Также одним из способов отрицания является безразличие к такой новости о своём ребёнке. Длительность такой волны отрицания индивидуальна для каждого человека. Ведь все мы очень разные.

За отрицанием часто наступает период ощущения своей якобы вины за произошедшее. Родители задаются вопросом, что же они сделали не так, когда растили детей. Я уже говорила и скажу ещё раз: дорогие родители, вашей вины, как и ничьей другой, в гомосексуальной ориентации сына или дочери нет! Это не добровольный выбор, это данность. Такая же, как тот факт, что мы живём на планете Земля.

Через какое-то время и в зависимости от личного темперамента человека на передний план выйдет потребность выразить эмоции, возникшие у родителя в связи с признанием дочери или сына. Они могут быть очень и очень разными – от негодования и злости до гнева и ярости, но иметь возможность выразить их необходимо для сохранения психического равновесия.

Очень важно, чтобы вашему ребёнку хватило терпения, мужества и мудрости на протяжении всего этого времени быть рядом с вами, иметь возможность если не разговаривать, то выражать своё понимание ваших чувств и поддержку какими-то другими способами.

Пожалуйста, помните, что совсем не обязательно в момент и сразу после совершения камин-аута последуют все эти этапы переживаний и именно в такой очерёдности. Всё может происходить очень по-разному у разных людей и в разных семьях.

Но, так или иначе, если ребёнок открыл вам, что она/он является лесбиянкой, геем, бисексуалом(ной) или трансгендерным человеком, вы встанете перед необходимостью принимать решение о том, как и какие отношения строить теперь. Поверьте моему опыту и опыту многих моих коллег, знакомых и клиентов: дети с готовностью делятся информацией и стремятся поддержать своих родителей, если те проявляют интерес и участие к их жизням. И это справедливо, конечно, не только для тех детско-родительских отношений, где ребёнок имеет бисексуальную/гомосексуальную ориентацию или является трансгендером.

История:

Для меня признание сына было совершенной неожиданностью: он воспитан, исключительно порядочен, всегда отличался умением разумно и правильно строить свою жизнь. Поэтому то, что в нем обнаружился некий «изъян» (к тому же резко осуждаемый обществом), я восприняла на первых порах как ужасный удар, разом разбивший жизнь нашей семьи, а впереди маячил страх позора и грядущих трудностей в его (а тем самым и моей) жизни. Насчет трудностей я, к сожалению, не ошиблась, а вот свой страх и восприятие этого факта как ужасного события – не могу простить себе до сих пор. Ведь я видела, как невероятно труден был для сына этот разговор, как угнетало его осознание того, что он наносит мне психологическую травму. Однако он очень скоро смог убедить меня в том, что в его гомосексуальности нет и не может быть моей вины. Не было ошибок в воспитании, чьего-либо дурного влияния и т.п. Главное – он аргументировано отсёк все попытки надеяться на то, что ситуация

ещё может измениться, что это можно «вылечить», переждать и т.п. Я поняла: раз он, такой волевой, в течение многих лет не смог в угоду «приличиям» переломить свою природу, значит, нет иного пути; надо принять себя таким и отныне жить, не ломая и калеча свою личность, не обрекая себя на необходимость жить двойной жизнью. Как-то сразу помогло мне его признание в том, что, окончательно приняв себя как гея, он стал спокойнее и счастливее, чем в то время, когда терзался, мучился и метался. Мне только очень жаль, что как раз в самое для него трудное время я, в силу своего невеждения, не была с ним рядом, не поддерживала, не помогла. По-

нимаю, что он как мог дольше оберегал мой покой, и признался только тогда, когда невозможно уже стало молчать и лгать. К тому же, вернувшись в Петербург (до этого он жил вдали от нас), он опасался, что семья узнает об этом со стороны, а это, безусловно, было бы и больнее, и обиднее. Зато, совершив этот трудный шаг, он почувствовал огромное облегчение, наша поддержка его очень обрадовала. Мы с отцом считаем его признание в семье доказательством уважения к нам, ведь тем самым он выразил свою уверенность в том, что самые близкие люди смогут его понять. Он сделал для этого всё: нашёл нужные слова, готов был ответить на все вопросы, был рядом и поддерживал нас.

Да, в первый момент я не смогла скрыть свое шоковое состояние, но теперь-то понимаю, что оно было вызвано исключительно моим невежеством – я, как и большинство людей, находилась в цепком плену предрассудков и мифов, внушенных нам общественной моралью. Но разве нравственно со стороны «традиционного» большинства отторгать, травить и презирать людей, отличных от них по своей природе, а этим другим – мимикрировать в ханжеском обществе, проживая чужую, зато одобряемую окружающими жизнь?

Чтобы понять сына, я стала много читать на эту тему – от простых, адаптированных для новичков брошюр до научных, подчас трудных для меня статей и книг сексологов, психологов и других специалистов. Я поняла, что ни самим людям ЛГБТ, ни их родным нечего бояться и стыдиться, но, к сожалению, жизнь в современном российском обществе потребует от них большого терпения и мужества, если они хотят защитить своё достоинство и доказать право любого человека быть самим собой.

Не в моих силах изменить природу сына и тем самым облегчить его жизнь, но я могу сделать это иным образом: попытаться изменить отношение общества к таким, как он – ведь смогла же я понять, что неодинаковость никому не вредит и не мешает! Так, может быть, и другие способны это осознать? Поэтому я, член петербургского «Родительского клуба» при ЛГБТ-организации «Выход», стараюсь по мере сил помогать геям, лесбиянкам, бисексуалам/кам, трансгендерным людям и их родителям и готова активно выступить в поддержку ЛГБТ!

История:

Начну свою историю, как миллионы парней и девчонок: «Однажды я почувствовал тягу к своему полу...и понеслось». Начало, наверное, у многих похожее, а вот хвосты развития у каждого свои. Долгое время я не придавал этому значения, имея гетеросексуальные отношения, и даже, едва не женился. Из-под венца меня вытащила случайная встреча с безумно интересным человеком, в которого я влюбился с первого взгляда (впервые по-настоящему за 28 лет!). Человек носил мужское имя...

Не вдаваясь в подробности, скажу, что сразу после этого закружилась у меня совсем другая, куда более счастливая жизнь. Шло время, а объяснять родителям, где внуки, становилось всё сложнее, да и врать близким – дело не из приятных, но рассказать всё как есть не решался, боявшись навредить уже немолодым папе с мамой.

Но всё-таки тот самый день настал! Как это, возможно, ни покажется странным, разговор произошёл благодаря распирающей меня гордости, за то, что со мной рядом такой человек. Хотелось

кричать о НАС всему миру. А так как друзья давно знали, знакомые увидели, остались только самые родные – семья.

Рассказанную со счастливой улыбкой на лице и сопровождаемую фотками любимого историю, родители осознали не сразу. Приехав к ним погостить на пару дней, я не имел возможности наблюдать развитие этого понимания, поэтому получал отголоски по телефону. Они изобразили «принятие» как могли, но от близкого окружения я узнал, что они очень сильно переживают.

Продолжая принимать игру в «понимание», я слушал от мамы фразы а-ля: «Брак?!?! Ну, это уже слишком!! Нас, конечно же, не будет на церемонии» или «РЕБЕНОК?!?!? Вы что с ума сошли калечить жизнь живому существу?» и т.д. Никто не любит жечь нервные клетки, и я все меньше и меньше стал делиться своей жизнью, пока общение с родителями совсем не сошло на «привет-как дела-нормально-пока», хотя и произнесённое очень по-матерински.

Завтра мы все станем ещё старше, а упущенных дней с не случившимися семейными праздниками, где дети со своими мужьями-женами навещают родителей и вместе болтают до утра под хороший коньяк, уже не вернуть.

Зная истории, закончившиеся очень печально, свою я называю «отделались малой кровью», но если бы я писал сценарий для очередной голливудской драмы, то завершил бы обращением:

«Мама, я буду здесь и сегодня, и завтра, вне зависимости от того, позвонишь ты и спросишь «как у НАС дела» или нет. Но если ты все-таки,пустишь НАС в свою жизнь без купюр и запретов, то я буду гораздо счастливее, зная, что у меня есть семья, куда я могу вернуться с тем, кого люблю».

История:

Моя дочь призналась мне в том, что влюбилась в девушку, когда ей было почти 18. Меня это шокировало, в большей степени потому, что на тот момент она встречалась с молодым человеком, которого впоследствии бросила. Я старалась не показывать ей своего смятения и могла позволить себе обсуждать эту тему только с бли-

жайшими подругами. «Дура она у меня, молодая ещё!» – говорила я им. Я была уверена, что у неё ЭТО пройдёт, всё наладится, встанет на свои места, утешала себя.

Прошло 6 лет. В жизни дочери за этот период сменилось несколько девушек, сейчас у неё парень. В моей жизни тоже многое изменилось с осознанием того, что бисексуальность – это не следствие плохого воспитания и не “мода”, как думают некоторые. Просто бывают такие люди, вот и всё.

С дочкой у меня прекрасные отношения, мы очень близки, она делится со мной всем важным, происходящим в её жизни, как с подругой! Мне даже страшно представить, как из-за своего «непонимания» могла бы потерять эту близость и её доверие.

Я не знаю, с кем моя дочь будет счастлива в конечном итоге, самое важное для меня – чтобы она всё-таки была счастлива! Мои опасения по поводу внуков она развеяла, сказала, что они будут! Я поняла, что настоящая любовь, в том числе и родителей, никак не зависит от пола, цвета кожи, ориентации и других составляющих. Если родители вдруг перестают любить своего ребёнка только из-за его бисексуальной или гомосексуальной ориентации или по какой-то другой причине, лично для меня это означает, что они его никогда не любили. Печально, но всё же. Других родителей, оказавшихся в подобной ситуации, призываю оставить свой эгоизм (мечты, надежды, планы) и попытаться понять своих детей, принять их такими, какие они есть!

Почему он/она не сказал(а) раньше?

Всё происходит тогда, когда должно произойти, но не всегда мы оказываемся готовы к каким-то новостям и поворотам наших жизней. Очень важно учиться принимать то, что мы не в состоянии изменить. Тип сексуальности человека – как раз такой случай.

Вашей дочери или сыну, прежде чем открыться, необходимо пройти множество самых настоящих испытаний. Он или она нуждаются в том, чтобы сначала самим принять себя, найти подтверждения тому, что гомосексуальность или бисексуальность – не забо-

ление и не отклонение, что трансгендерность – это не приговор. Решение о разговоре с вами должно вызреть, его нужно продумать и подготовиться. Очень часто ЛГБТ не говорят родителям о своей сексуальной ориентации или гендерной идентичности из желания побережь их. Мотивация примерно такая: «Я не могу сказать родителям, что я лесбиянка /гей /бисексуал(ка) /трансгендерный человек, потому что это их убьёт»; «Я не могу сказать родителям, что я лесбиянка /гей / бисексуал(ка) /трансгендерный человек, потому что они убьют меня»; «Зачем им это знать, что у них мало забот?»; «Вот, когда я буду уверен(а), что встретил(а) любовь всей своей жизни, тогда и скажу, а раньше незачем». Всё это, увы, лишь отговорки и попытки отдалить не самый приятный разговор и все события, которые могут быть с ним связаны. Но, так или иначе, приходит момент, когда этот разговор должен состояться.

В человеческой природе заложено стремление разделить с кем-то тайну, какой бы она ни была. И если сексуальная ориентация /гендерная идентичность вашего ребёнка была для вас тайной до тех пор, пока он не заговорил об этом с вами, знайте, что больше он просто не может держать это в себе, и самим фактом такого разговора он проявляет высокий уровень доверия к вам, хоть и одновременно с этим, скорее всего, боится утратить это самое доверие, быть непонятым, отвергнутым, осужденным. Проявлением же действительной заботы со стороны детей, как я думаю, будет их психологическая подготовка к камин-ауту, продумывание как, где и когда будет наименее травматично поговорить с родителями.

В стремлении к заботе о своих родителях я всегда призываю своих ЛГБТ-клиентов, собирающихся сделать камин-аут перед родителями, не забывать заботиться и о себе. Необходимо быть готовыми к разговору, понимать, что реакции родителей могут быть очень бурными и негативными; надо понимать, как себя повести. Совсем не исключено, что одним разговором дело не ограничится. Таких разговоров может быть множество. Важно, чтобы у детей хватило терпения неоднократно, а может быть, и много раз объяснять родителям, что к чему, встречать их страх, напряжение и гнев и показывать своё понимание и любовь к ним, доказывая тем самым заботу о них.

История:

Меня зовут Алексей. Мне 24 года. Я гей. Как и когда я это понял? С самого детства, я ничем особо не отличался от дворовых мальчишек: играл в «войнушки», в песочнице выстраивал различные тоннели, по которым катал свои игрушечные машинки, так же играл в куклы с девочками, ну с кем в детстве этого не было.

Но постепенно с возрастом стал понимать, что я не обращаю особого внимания на девочек, что не вижу их взгляды, или не хочу видеть, хотя их было немало. А вот что касается парней, то чем старше я становился, тем сильнее присматривался к одноклассникам, прохожим на улице, и постепенно стал понимать, что я не такой как все. Конечно же, вначале меня это напугало, поскольку я жил в небольшом городке, в котором все всё друг о друге знали и, конечно же, такие отношения ни от кого не скроешь, особенно от родителей. Но прошло время, и я понял, что таких как я немало даже в моём маленьком городе.

Когда мама об этом узнала, она, естественно, была в ужасе. Уверен в том, что страшные картины возникали у неё в голове. Но со временем она свыклась с происходящим и видит, что я не стою на месте, развиваюсь, что у меня серьёзные отношения и что я занимаюсь делом, а ведь чего в действительности хотят от нас наши родители? Чтобы все мы, их дети, были счастливы.

История:

Моя дочь – лесбиянка, живет в однополый семье. О том, что у неё нетрадиционная сексуальная ориентация, я начала догадываться давно – ещё, когда ей было лет 16. Её отношения с подругами всегда отличались эмоциональной напряжённостью, а с мальчиками она почти не встречалась. С другой стороны, многие девочки в юности влюбляются в подруг или женщин постарше – такое «институтское обожание», у некоторых это дань моде, которая потом проходит.

Меня это не слишком беспокоило – разве что некоторое чувство вины: вдруг, думала я, из-за моих ошибок в воспитании дочь выросла неуверенной в себе и, боясь, что для мужчин она недостаточно привле-

кательна, пошла по пути наименьшего сопротивления? Однако в поклонниках у неё не было недостатка. В какой-то момент я поняла, что однополая любовь – это её выбор, и отнеслась к этому выбору философски.

Действительно, слово «выбор» тут не годится. Давайте напишем «путь».

В конце концов, я знаю массу несчастливых традиционных браков, где муж пьёт, изменяет, мучает и унижает жену – неужели это лучше?

Камин-аут дочь совершила около полутора лет назад. К тому времени она уже работала и жила отдельно – снимала жильё с подругой. Она прислала мне письмо по электронной почте. Было видно, что она не сразу решилась открыться, но моя реакция была – радость: «Слава Богу! – написала я, – наконец-то у тебя всё хорошо в личной жизни!» Мне хотелось, чтобы моя дочь была счастлива, а с человеком противоположного пола или своего – так ли это важно?

У моей дочери – прекрасная семья, они воспитывают приёмного ребёнка и думают взять ещё одного; единственное, что меня тревожит, – это политическая ситуация, мягко говоря, не самая благоприятная для таких семей (именно поэтому я не указала здесь фамилию – не хочу, чтобы у них были из-за меня неприятности). Мне кажется, именно сегодня, когда общество пытаются настроить против геев и лесбиянок, особенно важно, чтобы мы принимали и поддерживали наших детей. Им ведь и так нелегко приходится.

Как мне себя с ней / с ним вести?

А как строились ваши отношения до признания?

Поверьте моему опыту и опыту моих коллег: практически все дети очень переживают за благополучие и здоровье своих родителей. Крайне редко встречаются люди, осознанно желающие причинить вред своим матерям и отцам. Как правило, такие желания, если и могут возникать у детей, то как ответная реакция на крайне тяжёлую в психологическом, а иногда и физическом аспектах семейную ситуацию (например, когда дети подвергаются в семье насилию).

Обычно же на первый план выходят страх причинить родителям болезненные переживания, дискомфорт, страх не соответствовать их ожиданиям – и это часто становится существенным барьером на пути к совершению камин-аута.

В момент, когда дети решаются вам открыться, они очень и очень волнуются и переживают, даже если внешне этого не видно.

Выбрать и выработать способ, как себя вести с ребёнком, поможет понимание того, каких отношений с ним вы хотите!

Я знаю мало родителей в России, которые бы радостно восприняли весть о том, что их сын или дочь – ЛГБТ. Обычно такая новость повергает родителя если не в шок, то в состояние очень близкое к нему. Это и не удивительно, ведь у нас в стране до сих пор очень порицаемо быть ЛГБТ. Более того, сексуальная ориентация и принадлежность к ЛГБТ-сообществу может стать причиной как психологической травмы, так и физических нападений. Немудрено, что родителям тревожно за своих детей.

От того, как вы поведёте себя после признания ребёнка, во многом зависят ваши будущие отношения с ним. Знайте, что чем более старшего возраста ваше чадо, тем меньше шансов, что его гомосексуальность / бисексуальность – это подростковая «игра», а такое возможно, например, в период подростковой гиперсексуальности. Не является «игрой» и трансгендерность.

Если ребёнок сам, по доброй воле решил открыться вам, то всё очень серьёзно и ни о каком позёрстве речи, вероятнее всего, не идёт.

Как может измениться ваше восприятие дочери или сына?

Конечно, ребёнку сложно было решиться признаться вам, но и вы – живой человек и не каждый день слышите новости о том, что ваш ребёнок собирается строить семью, о модели которой вам лично известно или ничтожно мало или вообще ничего. Новость же о возможности предстоящих хирургических операций по коррекции пола – ещё больший повод для тревоги. Ведь это серьёзное операционное вмешательство.

После того, как камин-аут произошёл, однозначно можно утверждать, что так, как раньше, уже никогда не будет. И в этом нет трагедии. Будет что-то новое и другое. Чем бережнее и внимательнее вы отнесётесь в этой непростой ситуации к себе, тем скорее сможете принять сына или дочь такими, какие они есть без, попыток изменить их.

История:

Что я почувствовал, узнав, что моя дочь живет с девушкой? Да ничего особенного в отрицательном смысле – ужас, негодование, неприятие – ничего этого не было. Я просто вспомнил, какой жизнерадостной и улыбочивой стала она в последнее время, как светились счастьем её глаза...

И тут же мне вспомнились соседка, затюканная «серая мышка» неопределенного возраста, и её муж, бугай с объёмным пивным животом. Довольно часто, проходя мимо их квартиры, слышал громкую ругань и рев детей, а от встреченного в подъезде бугая почти всегда ощутимо несло перегаром. Однажды, поднимаясь по лестнице, услышал конец фразы, сказанной «серой мышкой» соседке: «... измучилась, живу с ним только ради детей!» Тут же вспомнилось сакраментальное «Бьёт – значит любит». И что, такого «счастья» хотел бы я для своего ребёнка? Зато «всё, как у людей».

Многие из нас, наверное, мечтали о том, чтобы наши дети жили в Западной Европе или США. Чем благополучнее, чем свободнее страна, тем более терпимо относятся там к сексуальным меньшинствам. Россия в этом смысле пока ближе к арабским государствам с их тоталитарными режимами.

Наши дети другие, они выросли и живут в другой стране, для них открыт весь мир, они по-другому мыслят, они свободны и раскованы. И они искренне не понимают, почему кто-то за них решает, кого им можно любить, а кого нельзя, почему лезут в их личную жизнь. И если они счастливы – не этого ли мы хотим для наших детей? Или всё-таки лучше бугай?

Образ жизни ЛГБТ: в чём отличия?

Гомосексуалы – это люди, испытывающие сексуальное влечение к представителям своего пола и реализующие его. Пожалуй, на этом различия между гомосексуалами и гетеросексуалами заканчиваются.

В любви представителей обоих типов сексуальности партнёры проявляют и испытывают друг к другу одни и те же чувства:

- заботу,
- уважение,
- эмоциональное притяжение,
- сексуальное желание и т.д.

И те и другие испытывают стремление к объекту своей влюблённости или любви, думают о ней / нём, испытывают желание проводить время вместе, разговаривать, прикасаться, ласкать и, конечно, заниматься сексом. То же самое касается и трансгендеров!

Можно искать научные объяснения тому, что такое любовь, почему она возникает и когда заканчивается. Личный выбор каждого – во что именно верить. Очевидно же только одно: любовь не знает возрастов, полов и других преград. Вмешательство посторонних людей в любовные отношения двоих могут быть чреваты самыми неблагоприятными последствиями. Да и имеет ли право кто-то мешать чувству двух самостоятельных взрослых людей, даже если считает, что в их любви что-то «неправильно»?

И представители ЛГБТ-сообщества и не представители этого сообщества, могут строить устойчивые и длительные отношения, нередко на всю жизнь. Тогда они вместе живут, воспитывают детей, принимают гостей, планируют своё совместное будущее. Другие могут предпочитать жить самостоятельно, встречаясь со своими любимыми людьми за ужином в ресторане, на различных мероприятиях, в театрах, кино, музеях, на прогулках и т.д. А кто-то из них может предпочесть жить один. Всё это скорее говорит не об отличиях, а о схожести образа жизни представителей ЛГБТ-сообщества и остальных людей.

Бисексуальные, гомосексуальные, трансгендерные мужчины и женщины, так же как и гетеросексуальные и цисгендерные, отличаются разнообразием в рамках популяций: это люди разного воз-

раста, религиозных или политических убеждений, они практикуют различные стили жизни, имеют разные профессиональные интересы и гендерные ориентиры, отличаются не только социальными или семейными статусами, но и этническим происхождением. Иначе говоря, по социально-демографическим аспектам люди не имеют различий в зависимости от их сексуальной ориентации и/или гендерной идентичности⁵.

Задумайтесь о том, какие люди живут рядом с вами. Кто они? Это и молодые семьи, ещё не родившие детей или уже растящие карапуза; пожилые пары и люди разных возрастов, живущие самостоятельно, с детьми или без них; это и юные, и зрелые люди. Вы просто живёте в одном доме или на одной улице, ходите в одни магазины, стоите в очередях в кассу, посещаете поликлиники, банки и торговые центры. Вы часто даже не знаете, как зовут тех, кто живёт по соседству, а уж тем более, даже не задумываетесь об их сексуальной ориентации или гендерной идентичности. Что же для вас изменится, если вы вдруг поймёте, что вам, здороваясь, улыбнулась лесбиянка или что в очереди рядом с вами стоит гей или транссексуал(ка)? Ведь это всё те же ваши соседи. Они были ими и ими остаются.

Мифы и предрассудки об ЛГБТ

Сегодня в российском обществе распространены разные страшилки о том, кто такие ЛГБТ, как ими становятся и как ужасен и предосудителен их образ жизни. В этой брошюре я сделаю акцент лишь на некоторых из них.

Миф 1. О том, что гомосексуальностью можно «заразиться»

Долгое время гомосексуальность считалась психическим расстройством, заболеванием, которое якобы можно вылечить. Однако уже много лет психиатры всего мира утверждают, что такое мнение не только ошибочно, но и безнравственно. Гомосексуальность – один

⁵ Гейдар Л. Введение в проблему // Социальная работа с людьми, практикующими однополые отношения. Теория. Методики. Лучшие практики / сост. Л. Гейдар; под ред. М. Андрущенко – К.: Международный Альянс по ВИЧ/СПИД в Украине, 2009. – с. 5.

из типов нормальной сексуальности. Невозможно «заразиться» сексуальной ориентацией, как гриппом.

Как показывает статистика, составленная в XX веке известным американским сексологом, профессором Альфредом Кинси, около 37 % мужчин имели хотя бы раз в своей жизни гомосексуальную связь, 46 % мужчин в своей взрослой жизни хотя бы один раз сексуально реагировали на лиц обоих полов. Однако даже при возможных связях с представителями своего пола, те люди, которые являются гетеросексуалами, со временем возвращаются к привычной для себя форме сексуальной жизни⁶.

Миф 2. О том, что «настоящих» гомосексуалов очень мало, и в большинстве своём гомосексуальность – это «дань моде»

Можно ли стать бисексуалом(кой), геем или лесбиянкой по собственному желанию? Является ли это добровольным выбором? Давайте разберёмся!

Мы влюбляемся в другого человека не по собственному желанию и не тогда, когда нам этого хочется. Наше влечение к другому человеку обусловлено сложной комбинацией психоэмоциональных и физиологических факторов. Заставить гея или лесбиянку влюбиться в человека другого пола, как и гетеросексуала – в человека одного с ним пола, невозможно. Только бисексуалы могут любить людей как своего, так и другого пола, но и они это делают не тогда, когда этого захотят.

ЛГБТ-люди в России (а также в ряде других стран) часто подвергаются оскорблениям, травле и даже физическому насилию. Многие из них боятся говорить о своей сексуальной ориентации открыто и продолжают жить в замкнутом мирке, ежедневно боясь «разоблачения». Разве может такой образ жизни войти в моду? Кроме того, опыт всех стран, где было уголовное преследование гомосексуалов, свидетельствует, что люди, даже осознавая угрозу уголовного преследования, всё равно искали отношения с представителями своего пола и даже «за решёткой» умудрялись создавать тёплые, поддерживающие от-

⁶ A.C. Kinsey, W.B. Pomeroy, C.E. Martin. Sexual Behavior in the Human Male. Philadelphia, PA: W.B. Saunders, 1948, p. 651

ношения. На основании этого можно сделать вывод, что сексуальная ориентация не является предметом добровольного выбора⁷.

Миф 3. О женственности геев и мужеподобности лесбиянок

Это очень распространённый стереотип, но он совершенно не соответствует действительности. В реальности геи и лесбиянки очень разные: есть как очень маскулинные («мужественные») геи, так и очень фемининные («женственные») лесбиянки. Кстати, маскулинные женщины и фемининные мужчины встречаются и среди гетеросексуалов. Дело в том, что тип поведения человека не зависит от его сексуальной ориентации. На него влияет целый комплекс факторов, как социальных, так и биологических (в частности уровень «мужских» и «женских» гормонов в организме человека). Поэтому, если вы видите человека, поведение которого кажется вам непривычным, то это не причина для осуждения его вами. Если вас серьёзно интересуют эти вопросы, лучше просто прочтите несколько хороших книг, например, «Гендерную психологию» Шон Берн и «Линзы гендера» Сандры Бем⁸. И ещё можно иметь в виду, что в современном обществе успешны те мужчины и женщины, которые обладают и маскулинными, и фемининными характеристиками. Современные условия учат нас быть гибкими и разнообразными.

Миф 4. О том, что быть ЛГБТ плохо

Оснований для такого утверждения практически нет. Быть лесбиянкой / геем / бисексуалом(кой) / трансгендерным человеком ничуть не лучше и не хуже, чем иметь гетеросексуальную ориентацию и/или цисгендерную идентичность.

Человеческие качества зависят вовсе не от сексуальной ориентации. Бесчестных, грубых, хамоватых людей среди гетеросексуалов не больше, но и не меньше, чем среди гомосексуалов.

Зато можно утверждать, что ЛГБТ подвержены куда большему стрессу вследствие таких явлений как бифобия, гомофобия и транс-

⁷ Более подробно об этом можно прочитать в кн.: Созаев В. Мифы и факты о геях, лесбиянках и бисексуалах. - 4-е изд., испр. и доп. - СПб.: 2011.

⁸ Созаев В. Мифы и факты о геях, лесбиянках и бисексуалах. - 4-е изд., испр. и доп. - СПб.: 2011., с. 21

фобия. Это действительно делает их жизнь сложнее, чем жизнь гетеросексуалов и цисгендерных людей.

Если же уровень просвещения и толерантности в российском обществе будет выше, то и у лесбиянок, геев, бисексуалов(н) и трансгендерных людей постепенно станет куда меньше психологических проблем. Таким образом, быть ЛГБТ не плохо, а просто иначе. А вот, считать людей с отличной от своей сексуальной ориентацией «недолюдьми» или людьми второго сорта неприемлемо.

Миф 5. О том, что транссексуальность – это следствие неправильного воспитания

Распространено мнение, что если мальчика воспитывают «как девочку» или девочке прививают модели «мужского поведения», то только тогда она /он может стать транссексуалкой / транссексуалом. И, напротив, если воспитание происходит с чётким соблюдением гендерных ролей⁹, то никакой транссексуальности с ребёнком не приключится.

Этот стереотип абсолютно не соответствует действительности. Подавляющее большинство транссексуалов(н) растут в самых обычных семьях и получают такое же воспитание, как и цисгендерные дети. Более того, многие родители, замечающие в поведении своих детей гендерные несоответствия, пытаются их скорректировать замечаниями типа: «Ты же девочка, веди себя соответственно!» или «Веди себя, как положено мальчику!».

Вот что пишет об этом стереотипе Дмитрий Исаев¹⁰: «Одно из наиболее частых заблуждений, существующих в обществе, – представление о том, что ребёнок – это чистый лист бумаги, на котором каждый воспитатель может написать всё, что захочет. При этом полностью игнорируются мощные биологические механизмы, движущие природной сутью человека. Нельзя забывать, что чело-

⁹ Гендерная роль – один из видов социальных ролей, набор ожидаемых образцов или норм поведения для людей разных полов.

¹⁰ Дмитрий Исаев – психиатр, психотерапевт, сексолог, кандидат медицинских наук, доцент, заведующий кафедрой клинической психологии факультета клинической психологии Санкт-Петербургской государственной педиатрической медицинской академии; специалист в области гомосексуальности и трансгендерности.

век – это биопсихосоциальное существо, в котором биологический компонент всегда на первом месте, а любые воспитательные влияния возможны только в том диапазоне, в котором это позволяет биология конкретного человека. Примеры из медицины и специальные исследования показывают, что попытки «сделать» в процессе воспитания девочку из биологического мальчика вопреки природным задаткам обречены на провал и даже могут привести к трагическим последствиям, равно как ни к чему не приводят любые методы «исправления неправильного гендерного поведения». Сегодня научное признание транссексуальности – это результат понимания того, что его источник коренится в глубинных основах психики и биологических механизмах, управляющих ею. Медицина не знает другого варианта помощи таким людям, кроме как приведение паспорта и телесного облика человека в соответствие с её или его самоощущением¹¹».

Миф 6. О том, что геи, лесбиянки и бисексуальные люди думают только о сексе, у них не бывает долгосрочных отношений, они развратны, и их отношения носят беспорядочный характер

Лесбиянки, геи и бисексуалы(ки), в первую очередь, люди. И, как у всех людей, у них есть родственники, друзья, учёба, работа, хобби. Гомосексуалы и бисексуалы, также как и гетеросексуалы, должны заботиться о своем материальном и душевном благополучии. Иными словами, ни что человеческое бисексуал(к)ам, геям и лесбиянкам не чуждо.

Так же как и среди гетеросексуалов, среди гомо- и бисексуальных людей есть свои «дон жуаны» и «альфонсы». И точно так же их не большинство, а незначительный процент. Но даже они не думают о сексе 24 часа в сутки.

Часто лесбиянки, геи и бисексуалы(ки) стремятся к построению длительных партнёрских отношений, основанных на любви. При этом большинство на данном пути встречает массу проблем, которые не знакомы гетеросексуальному обществу. Эти проблемы начинаются с того, где познакомиться и куда пойти на свидание,

¹¹ Мифы и факты о транссексуалах. – СПб.: ЛГБТ организация «Выход», 2012. — с.7

и продолжают вопросы: как сказать родителям? как начать жить вместе? как урегулировать имущественные и неимущественные отношения? и т.д.

Факт отсутствия регистрации однополых браков и гомофобия общества делают эти отношения незаметными, поскольку партнёры вынуждены свои отношения тщательно скрывать и оберегать. Зачастую о том, что у человека счастливая семейная жизнь в однополых отношениях, не знают не только коллеги на работе, но и друзья, и даже близкие родственники.

Безусловно, подобные недомолвки эмоционально обедняют отношения гомосексуалов и бисексуалов с их гетеросексуальными родственниками и друзьями. И это ещё один дополнительный повод задуматься гетеросексуальному обществу: вы, действительно хотите со своими друзьями, дочерьми и сыновьями отчуждённых отношений, построенных на тайнах? Или всё-таки вы хотите отношений, основанных на принятии и доверии, отношений, в которых ваши гомосексуальные и бисексуальные близкие смогут рассчитывать на вас и вашу поддержку?¹²

Бифобия, гомофобия и трансфобия – что это?

Внешняя гомофобия – это неконтролируемые отрицательные эмоции (страх, отвращение, гнев и т.п.) по отношению к сексуальным меньшинствам и однополым сексуальным контактам. В более широком значении применяется в отношении любых других проявлений негативного отношения — чувств ненависти или неприязни, агрессивных действий против представителей гомосексуального сообщества. Термин «гомофоб» содержит коннотацию страха и боязни, при этом перенос данного значения на противников терпимого отношения к гомосексуальности может расцениваться ими как оскорбление.

Многие даже не замечают, что в обществе существует и поддерживается феномен «внешней» гомофобии (в научной терминологии

¹² Созаев В. Мифы и факты о геях, лесбиянках и бисексуалах. - 4-е изд., испр. и доп. – СПб.: 2011., с. 25—26.

её называют «институционализируемая», а в обычной речи часто называют просто «гомофобия»).

Это осуществляется многими путями и способами. Так, чаще всего в обществе:

а) о гомосексуальности и бисексуальности умалчивают (как, например, детям в общеобразовательной школе не расскажут об отношениях Марины Цветаевой и Софии Парнок, а ведь понять некоторые их произведения без этого чрезвычайно сложно);

б) всё гомосексуальное, бисексуальное и относящееся к трансгендерности обозначают как плохое и неправильное, определяют грубыми словами («педик», «гомик», «лесба», «ковырялка», «транс», «трансуха», «членодевка» и др.); эти уничижительные наименования начинают использоваться также в других контекстах, не связанных непосредственно с сексуальной ориентацией;

в) факты о би-, гомосексуальности и трансгендерности искажают и гипертрофируют, то есть преувеличивают (например, на политической арене ЛГБТ-людей могут обвинять в негативном влиянии на демографическую политику);

г) лесбиянок, геев, бисексуалов и трансгендерных людей дискриминируют (отказывают / ограничивают в каких-либо правах), заставляют молчать и «таиться» (сюда попадают отказы в согласовании публичных ЛГБТ-мероприятий, запрет на легализацию однополых браков/союзов и любые ограничения возможности адекватно представить вопросы би-, гомосексуальности и трансгендерности в публичном пространстве, введение понятия «пропаганда гомосексуализма» и др.);

е) в самом худшем случае – к ним применяют физическое насилие и уничтожают (так, в ряде стран мира за гомосексуальность всё ещё предусмотрена кара в виде смертной казни: в Иране, Йемене, Мавритании, Нигерии, ОАЭ, Саудовской Аравии, Судане)¹³. С физическим насилием ЛГБТ-люди сталкиваются и на бытовом уровне, причем даже в тех странах, где их права защищены законодательно. Так, например, в России лесбиянки, геи, бисексуалы(ки)

¹³ Сабунаева М.Л. Внутренняя гомофобия: Боюсь ли я сам себя?. — СПб., 2011. — С. 5.

и трансгендерные люди часто подвергаются нападениям и ежедневно рискуют быть искалеченными, изнасилованными и даже убитыми своими согражданами, испытывающими страх и ненависть к их социальной группе.

Помимо внешней существует также внутренняя (интернализированная) гомофобия – осознанное или неосознаваемое отвращение и/или страх гомосексуалов и бисексуалов к гомосексуальности, к себе; страх перед собственным возможным гомосексуальным поведением или неприятие себя в качестве гомосексуальной личности.

Такое неприятие себя и своей сексуальности часто ведёт к подавленному и депрессивному состоянию. Внутренняя гомофобия переживается человеком порой крайне тяжело, причиняя немало страданий, справиться с которыми самостоятельно просто невозможно.

Люди с бисексуальной ориентацией часто сталкиваются с бифобией – предвзятым отношением к бисексуальным людям, основанном на мифах, стереотипах или отсутствии достоверной информации. Как в гетеро-, так и в гомосексуальном сообществе в отношении бисексуалов(н) существует ряд предубеждений, большинство из которых уже было описано выше в разделе «Мифы и предрассудки об ЛГБТ». Так, наиболее часто встречающиеся формы бифобных мифов указывают на то, что бисексуальные люди являются сексуально распущенными, аморальными или главными распространителями венерических заболеваний и т.п. Можно сказать, что положение бисексуальных людей несет в себе двойную стигму. Они могут испытывать на себе как гомофобию, так и гетерофобию.

Замалчивание вопросов, связанных с трансгендерностью, порождает трансфобию – отвращение, ненависть, иррациональный страх перед трансгендерными людьми. Трансфобия часто принимает форму отказа признавать право на выражение человеком своей гендерной идентичности. Трансфобия может проявляться в эмоциональном, вербальном и физическом насилии над транссексуальными и трансгендерными людьми. Вне зависимости от того, является ли выражение трансфобии преднамеренным или нет, трансфобия может иметь серьёзные последствия для тех, на кого она направлена.

Женщины, рождённые в мужском теле, и мужчины, рождённые биологическими женщинами, становятся жертвами преступлений

ненависти чаще, чем другие меньшинства. В России не ведётся официальной статистики убийств на почве трансфобии. Чаще всего такие убийства списывают на «хулиганство» или бытовые конфликты. Трансфобные преступления замалчиваются. Многие жертвы остаются безымянными¹⁴.

Чем вредят обществу бифобия, гомофобия и трансфобия?

Как уже упоминалось, часто причиной бифобии, гомофобии и трансфобии является неосведомленность общества о том, кто такие лесбиянки, геи, бисексуалы(ки) и трансгендерные люди и рождение в связи с этим мифов о них. Также причины возникновения этих явлений лежат и в гендерной плоскости. Практически все из вас, уважаемые читатели, наверняка имеют представление о том, каким должен быть мужчина, а какой – женщина. При этом в таком списке качеств присутствуют, прежде всего, социальные роли и нормы поведения для мужчин и женщин. Однако мало кто когда-либо в жизни задумывался, что качества эти для женщин и мужчин врождёнными не являются, а воспитываются социальными институтами¹⁵ с детства. Они соответствуют социально-культурным нормам данного общества в текущий момент времени.

Таким образом, нормы «мужественности» и «женственности» не являются постоянными. Они могут изменяться в зависимости от социально-политической ситуации, исторической эпохи, культурных традиций и т.п.

Нарушение прав ЛГБТ в связи с гомофобией обуславливается тем, что гетеросексуальное общество формирует такие нормы и правила поведения, в которые представители ЛГБТ-

организация «Выход», 2012, с. 4

¹⁵ Ясли, детские сады, школы, институты, СМИ, церковь, семья и т.д.

¹⁴ Мифы и факты о транссексуалах. – СПб.: ЛГБТ-

сообщества не вписываются. Отклонение же от этих норм и правил рассматривается, как проявление неадекватности.

Кроме того, гомофобия:

- распалает ненависть к «другим», «не таким», «иным» и может нести прямую угрозу человеческой жизни независимо от сексуальной ориентации. Она имеет общие корни с расизмом, антисемитизмом и фашизмом, так как является одной из форм ксенофобии, как и перечисленные явления;
- является продолжением дискриминации по признаку пола, способом экономического, культурного и политического контроля государства и церкви над жизнью людей вне зависимости от сексуальной ориентации, практикует насаждение в обществе гетеросексизма¹⁶;
- порождает социальную изоляцию и маргинализацию людей с гомосексуальным поведением и является причиной дискриминации – прямого нарушения прав человека как отдельными индивидами, так и государственными структурами;
- приводит к эффекту «невидимости» гомосексуальных и бисексуальных людей в обществе, которая проявляется в искажении и замалчивании их проблем в сообщениях масс-медиа и отсутствии социальной политики государства в отношении ЛГБТ¹⁷.

Мой ребёнок – лесбиянка/гей/бисексуал(ка).

Будет ли у него/неё своя семья?

Большинство людей вне зависимости от своей сексуальной ориентации нуждаются в близком и любимом человеке, хотят создать семью и воспитывать детей. Представители ЛГБТ-сообщества не являются в этом смысле исключением. Когда и если вы поближе позна-

¹⁶ Гетеросексизм - общественная установка, утверждающая что единственной «нормальной», «естественной» и «правильной» сексуальной ориентацией и моделью поведения является гетеросексуальность.

¹⁷ Гейдар Л. Введение в проблему // Социальная работа с людьми, практикующими однополые отношения. Теория. Методики. Лучшие практики / сост. Л. Гейдар; под ред. М. Андрущенко – К.: Международный Альянс по ВИЧ/СПИД в Украине, 2009. – С. 7.

комитесь с партнёром своего ребёнка и с его друзьями, то увидите множество счастливых однополых пар.

Да, у нас в стране однополый брак пока официально зарегистрирован быть не может, но людям это не мешает создавать вполне счастливые семьи. Также гомосексуальные пары реализуют и мечты о рождении детей с помощью вспомогательных репродуктивных технологий. Случается, что у гомосексуалов или бисексуалов на момент создания однополых семьи уже есть дети от прошлых гетеросексуальных отношений, поэтому есть большая вероятность, что у вас будет возможность познакомиться с внуками и насладиться общением с ними.

Конечно, известны случаи, когда гомосексуалы под давлением родных, церкви или для социального «прикрытия» создают гетеросексуальные семьи и даже обзаводятся детьми. Однако рано или поздно гетеросексуальный партнёр в такой семье узнаёт о предпочтениях своего супруга или супруги. Хорошо, если это происходит во время откровенного разговора – камин-аута. Совсем другое дело, если такое знание приходит другими способами. Крайне редко после подобных открытий семьи сохраняются. При этом страдания и боль испытывают оба человека. Ведь один долгое время играл чужую роль и не был собой, то есть обманывал и себя, и партнера, а другой находился в неведении и заблуждении.

Так стоит ли вам требовать от своего ребёнка, если вы знаете о его би- либо гомосексуальности, чтобы он непременно вступил в брак и жил исключительно в гетеросексуальной семье? Решать, само собой, только вам.

Как рассказать о бисексуальности / гомосексуальности / трансгендерности ребёнка родственникам и близким?

Для начала заводите такие разговоры с другими людьми, будь то даже самые близкие ваши родственники, по возможности, с согласия вашего ребёнка. То есть, если вы намереваетесь сообщить

о его гомосексуальности / бисексуальности / трансгендерности кому-то, то стоит спросить у сына или дочери, не возражает ли он/ она. Такой подход сработает на увеличение доверия между вами и станет показателем вашего уважения к частной жизни ребёнка.

Вполне очевидно, что далеко не все родители ЛГБТ-детей могут обратиться к психологу по тем или иным причинам, а выговориться кому-то, кому вы доверяете, бывает просто необходимо. В этом случае важно быть уверенным в деликатности и надёжности того человека, которого вы собираетесь посвятить в свою историю и историю своего ребёнка.

Более того, решение, кому и как сообщить о бисексуальности / гомосексуальности / трансгендерности дочери или сына может здорово сблизить вас с ней / ним. Ведь вы сможете, практически, почувствовать всё то, что чувствовал ваш ребёнок в момент, когда подготавливался к камин-ауту перед вами. Не исключено также, что и ему, и вам придётся ещё не раз продумывать подобные разговоры с разными людьми. И обоюдная поддержка – это лучшее, что может помочь вам в решении данного вопроса.

При этом помните, что есть профессиональные психологи, к которым вы можете обратиться за помощью и в этом случае. Такие специалисты могут принять только вас индивидуально или вместе с сыном / дочерью. В петербургской ЛГБТ-организации «Выход» работает психологическая служба, где профессионалы предлагают свои услуги бесплатно.

Часто родители, даже зная о бисексуальности / гомосексуальности / трансгендерности своих детей, скрывают её от других членов семьи или друзей, постоянно испытывая неловкость от их вопросов о личной жизни своего взрослого ребёнка и придумывая для них партнеров противоположного пола. Так происходит по разным причинам: из-за незнания, как себя повести, неловкости при расспросах о личной жизни ребёнка, неудачных попыток поговорить с ребёнком или вообще ввиду отсутствия какого бы то ни было разговора с ним по этому поводу и т.д.

Конечно, это доставляет массу неудобств, ведь, по сути, в таких случаях родителям приходится быть нечестными. Не оставляйте по-

пыток поговорить со своей дочерью или сыном, наладить контакт, если он нарушился. Дети всегда нуждаются в родительской мудрости и поддержке, даже если это и бывает неочевидно из их поведения. Поиск совместного решения, как себя вести с родными и близкими, что им говорить, обсуждение возможности камин-аута – всё это может сильно сблизить вас.

Однако может случиться и так, что ваш ребёнок после камин-аута перед вами будет не готов рассказывать о своей сексуальной ориентации другим родственникам и друзьям семьи. Поэтому если вы захотите поделиться с кем-то из близких людей этой информацией о своём ребёнке, спросите предварительно на то его согласие. Существует вероятность, что в ответ на эту просьбу вы получите отказ. Что же делать в таком случае, чтобы не совершить в отношении вашей дочери или сына аутинга (то есть публичного разглашения личной информации об ориентации или гендерной идентичности человека против его желания и согласия)? Ведь ваша потребность поделиться своими переживаниями, опасениями и тревогами с кем-то близким вам никуда сама по себе не денется, если она уже есть. В этой ситуации вам, возможно, стоит проявить некоторую твёрдость, чтобы позаботиться о себе и своём эмоциональном состоянии. Важно поговорить с ребёнком, сообщить ему о своём решении поделиться переживаниями с тем близким человеком, кому вы полностью доверяете, объяснить, как это важно для вас. Я призываю вас с пониманием отнестись к ситуации и помнить о том, что даже если дочь или сын ответили вам отказом, на то могут быть существенные причины, такие как страх осуждения близкими и т.п.

Будет ли мой сын или дочь подвергаться гонениям?

Такая вероятность довольно велика в нашем обществе на сегодняшний момент. Было бы нечестно не сказать об этом. Но опасность гонений и дискриминации представителей ЛГБТ-сообщества вызвана высоким уровнем гомофобии в обществе на всех его уровнях, что, как уже упоминалось, является во многом показателем не-

просвещённости людей в вопросах о том, кто такие лесбиянки, геи, бисексуалы(ки) и трансгендерные люди.

Хоть гомосексуальность и исключена из списка психических заболеваний, но в настоящий момент принимаются законодательные акты, одним из которых стал принятый в Санкт-Петербурге в марте 2011 года закон «О запрете пропаганды гомосексуализма и педофилии»¹⁸, где само определение пропаганды крайне размыто, а потому не очень понятно, как работает закон. Сам по себе этот закон является выражением отношения к представителям ЛГБТ-сообщества, которых в данном документе ставят наравне с педофилами¹⁹.

Стоит ли говорить, что после принятия подобных документов резко возросло количество нападок на лесбиянок, геев, бисексуалов(к) и трансгендерных людей, любые действия которых могут теперь быть истолкованы как пропагандистские в зависимости от того, насколько это удобно «толкователям».

И правда, ваши дети будут находиться в небезопасности до тех пор, пока их будут считать изгоями и недочеловеками, хотя фактических оснований для этого нет.

Многие люди, да, наверное, подавляющее большинство испытывают в жизни боль и страдания, неудачи и потери. Но также практически каждому знакомы счастье, успех, радость и любовь. Справедливо будет сказать, что на пути к счастью, любви и успешности у лесбиянок, геев, бисексуалов(к) и трансгендерных людей препятствий часто несколько больше, чем на пути у гетеросексуальных и/или цисгендерных людей. Это вызвано тем, что само наше общество строится на предубеждении и дискриминации в отношении их.

¹⁸ 10 ноября 2011 г. было предложено внести в Закон Санкт-Петербурга от 12 мая 2010 года N 273-70 "Об административных правонарушениях в Санкт-Петербурге" следующие изменения: Статья 7_1. Публичные действия, направленные на пропаганду мужеложства, лесбиянства, бисексуализма, трансгендерности среди несовершеннолетних. Статья 7_2. Публичные действия, направленные на пропаганду педофилии.

¹⁹ С более подробной информацией о принятии данного гомофобного закона в Санкт-Петербурге и других регионах России можно ознакомиться по адресу: <http://stopzakon.wordpress.com>

Вот, например, в настоящий момент, именно в эту самую минуту, от вас, от того как вы воспримете данную брошюру, от того, изменится ли что-то в вашем отношении к ЛГБТ, зависит вклад в уменьшение уровня гомофобии в обществе, а стало быть, и вклад в улучшение качества жизни ваших собственных детей.

До тех же пор, пока ЛГБТ-сообщество находится в подавленном положении и его представители подвергаются дискриминации, будет данностью тот факт, что процент суицидов среди ЛГБТ-молодёжи выше в 3—5 раз²⁰, чем среди их гетеросексуальных / цисгендерных сверстников. Такое самодеструктивное поведение, как наркомания, алкоголизм, попытки суицидов среди лесбиянок, геев, бисексуалов(к) и трансгендерных людей часто являются следствием распространённой в обществе гомофобии, бифобии, трансфобии и гетеросексизма.

Один из авторов журнала «New Statesman» в 1965 году написал: «Для многих людей их гетеросексуальная ориентация стала причиной несчастья, но я не думаю, что найдётся психотерапевт, который согласился бы их от неё вылечить»²¹. Такое же утверждение справедливо и для людей с гомосексуальными или бисексуальными предпочтениями. Общество нуждается в освещении любых вопросов, связанных с проблемами лесбиянок, геев, бисексуалов(к) и трансгендерных людей. Только так каждый отдельный его представитель сможет принять нормальность существования разнообразных сексуальных ориентаций и гендерных идентичностей.

Грозит ли ВИЧ/СПИД моему ребёнку?

Вирус иммунодефицита человека (ВИЧ) живет только в организме человека и при попадании на открытый воздух погибает в течение нескольких минут. Следует отметить, что в исполь-

²⁰ Созаев В. Мифы и факты о геях, лесбиянках и бисексуалах. - 4-е изд., испр. и доп. - СПб.: 2011., с. 43

²¹ Цит. по: Созаев В. Мифы и факты о геях, лесбиянках и бисексуалах. - 4-е изд., испр. и доп. - СПб.: 2011., с. 32

зованных нестерилизованных шприцах вирус может сохранять жизнеспособность в течение нескольких дней за счет находящегося внутри иглы остатков крови или другой жидкости. Однако для того, чтобы произошла передача вируса, необходима инъекция содержимого такого шприца в кровоток человека.

У врачей есть специальный термин «ВИЧ-статус», который отражает наличие или отсутствие в организме человека вируса иммунодефицита. Положительный статус означает, что ВИЧ находится в организме человека, отрицательный – что вируса в крови нет. Людей, у которых в организме находится ВИЧ, принято называть ВИЧ-положительными или людьми, живущими с ВИЧ.

При попадании в кровоток человека ВИЧ поражает определенную категорию клеток, имеющих на поверхности так называемые CD-4-рецепторы. К ним относятся иммунные клетки: Т-лимфоциты и макрофаги. Вирус проникает внутрь этих клеток и начинает размножаться, тем самым сокращая срок жизни лимфоцитов. Если человек не предпринимает никаких мер для борьбы с ВИЧ, то через 5—10 (иногда и до 20) лет иммунитет (способность организма противостоять различным болезням) начинает постепенно снижаться и развивается СПИД – синдром приобретенного иммунодефицита. Иммунная система ослабевает, то есть развивается иммунодефицит: человек оказывается уязвим для многих инфекций, например, пневмонии, туберкулеза, грибковых заболеваний и др.

Существующие на сегодняшний день методы лечения (так называемая высокоактивная антиретровирусная терапия, или ВААРТ) позволяют ВИЧ-положительному человеку сохранять нормальный уровень иммунной защиты, то есть предотвращают наступление стадии СПИДа на протяжении очень долгого времени²².

Вирус не выбирает человека по половой принадлежности или сексуальной ориентации. Однако куда выше статистика заражения ВИЧ среди людей, не соблюдающих норм гигиены или практикующих незащищённый секс²³. Такими людьми могут оказаться, как гомо-, бигам и гетеросексуалы. Основными же путями передачи ВИЧ являются:

²² Источник: <http://www.contraids.ru>

²³ Источник: http://www.stopspid.ru/info/about_aids/id.11/

- кровь,
- грудное молоко,
- вагинальные выделения,
- менструальная кровь,
- сперма.

Да, уровень эпидемии в мире, действительно, растёт, и этот показатель не зависит от сексуальных предпочтений людей. Шанс заразиться сегодня есть у каждого человека. Поэтому я призываю всех к соблюдению мер предосторожности, среди которых основными являются осведомлённость и применение способов защиты от ВИЧ.

К группе повышенного риска заражения относятся:

- потребители инъекционных наркотиков,
- работницы(ки) коммерческого секса,
- люди, иммунитет которых ослаблен различными заболеваниями.

Что говорит о гомосексуальности закон?

На сегодняшний день во многих странах мира принят целый ряд законов антидискриминационного характера. Среди таких толерантных стран: Австралия, Австрия, Боливия, Венесуэла, Гватемала, Германия, Голландия, Дания, Израиль, Испания, Канада, Коста-Рика, Мексика, Непал, Норвегия, Перу, США, Уругвай, Финляндия, Франция, Чили, Швеция, ЮАР и др. К сожалению, России нет в этом списке. Однако ещё более чем в пятидесяти странах мира гомосексуальность остаётся вне закона²⁴.

Вот, кстати, краткая историческая справка об отношении в России к гомосексуалам: «Средневековая Русь принадлежала к тем странам, где, как в Греции и Риме, отношение к гомосексуалам было очень терпимым. Приезжавшие в Россию при Иване Грозном иностранцы удивлялись этому, так как на Западе в то время гомосексуалов преследовали жестокими карами вплоть до смертной казни. Россия была единственной крупной европейской страной, где никогда не было казней гомосексуалов. Православная церковь осуждала со-

²⁴ Источник: ru.wikipedia.org/wiki/Права_ЛГБТ_в_государствах_и_территориальных_областях

домский грех, но наказывала за него очень мягко. Первые светские законы против гомосексуалов, сравнительно мягкие, ввёл Пётр I, именно в подражание Европе. Но впоследствии даже эти законы применялись только в случае масштабных скандалов (тем более что гомосексуальность была весьма распространена в высшем свете, в том числе и в семействе Романовых). По-настоящему давить гомосексуалов стали только при Сталине, когда добивались общего единомыслия и одиночувствования. Отменив в 1993 году статью против гомосексуальности, Россия не нарушила своих традиций, а скорее вернулась в их русло».²⁵

На сегодняшний день в ряде городов России, среди которых оказался и Санкт-Петербург, приняты законы, дискриминирующие представителей ЛГБТ-сообщества. Так, ещё в 2006 году такой документ был принят в Рязанской области, в 2011 году – в Костромской и Архангельской областях. Далее эта гомофобная волна распространилась на Санкт-Петербург, Новосибирскую, Магаданскую, Самарскую области, Башкирию и Краснодарский край и др. В 2013 году обсуждение аналогичного законопроекта было инициировано на федеральном уровне.

Несмотря на то, что многие эксперты в области юриспруденции заявляют о многочисленных возможных интерпретациях текста данного закона, о том, что такой закон буквально развязывает руки педофилам, выводя их из зоны действия уголовного права в зону действия административного права, и имеет множество «пробелов» с юридической точки зрения, все попытки оспорить его в городском суде Санкт-Петербурга, а затем и в Верховном суде РФ не увенчались успехом.

Такой ход – не что иное, как один из показателей уровня ксенофобии в обществе. «Пропаганда мужеложства, лесбиянства, бисексуализма и трансгендерности», о которой в законе идёт речь, – явление несуществующее. Разве можно пропагандировать определённый вид сексуальной ориентации или гендерной идентичности? Да, сейчас пропагандируют здоровый образ жизни, ценность семейных отношений и т.д., и от самих людей зависит то, выбирают ли они ходить

²⁵ Клейн Л. 14 мифов о геях // СПб.Собака.RU, №11, 2012, С. 137

в фитнес клуб, вести здоровый образ жизни, много гулять пешком, уважать своих родителей и детей, или нет. Такой выбор сделать возможно. Он зависит от уровня культуры и личностного развития человека. Предпочесть же сексуальную ориентацию невозможно так же как невозможно влюбиться по собственному решению, стать правой, если вы левша, или силой мысли и воли помолодеть на несколько лет!

И, в конце концов, гомосексуалы постоянно видят вокруг себя разнополые пары, однако же это не меняет их сексуальную ориентацию и не побуждает говорить о пропаганде гетеросексуальности.

Зачем представители ЛГБТ-сообщества «выпячивают» свою сексуальную ориентацию и/или гендерную идентичность?

Бытующее мнение о том, что представители ЛГБТ-сообщества якобы подчёркнуто демонстрируют свою сексуальную ориентацию и/или гендерную идентичность, перекликается с содержанием предыдущей части, где упоминается так называемая «пропаганда мужеложства, лесбиянства, бисексуализма и трансгендерности», запрещённая на законодательном уровне. Зачем они надевают аксессуары или одежду с ЛГБТ-символикой? Зачем они устраивают пикеты, марши и гей-парады?

Хочу задать читателям ряд встречных вопросов. А как иначе представителям ЛГБТ-сообщества заявить о себе? Как рассказать о том, что они есть и о том, что их права ущемлены? Какие меры предпринять, чтобы общество перестало делать вид, что их не существует? Как сделать так, чтобы люди задумались, заинтересовались, узнали и поняли, что ЛГБТ – обычные люди, которым присущи варианты нормальной сексуальности? Как привлечь внимание к этим проблемам и добиться понимания того, что бисексуальные, гомосексуальные и трансгендерные люди имеют те же права, что и все остальные граждане?

Вряд ли кого-то из читателей смутит вид целующихся мужчины и женщины. Что же заставляет многих людей чувствовать себя неудобно при виде целующихся пар женщин или мужчин? Если уже давно из-

вестно и очевидно, что гомосексуальность не болезнь, то и проявления гомосексуальности нормальны. Это же логично.

Если же рассматривать супружество, то в разнополых парах, узаконивших свои отношения, совсем не считается странным наживать совместное имущество, воспитывать детей вместе, брать на себя опеку над ними в случае несчастий, навещать свою партнёршу/партнера в больнице, если она/он заболит. Представителям же однополых пар недоступно не только всё это, но нет и самой возможности законно оформить свои взаимоотношения на территории РФ. Почему же они всего этого лишены, и как привлечь внимание к этой проблеме, если не проводить пикеты и митинги, если не распространять просветительскую литературу и не заявлять о себе другими социально приемлемыми способами?

Ведь никто из вас, уважаемые читатели, не станет заявлять о выпячивании гетеросексуальности. Тем не менее разве не заявляют вступившие в брак и носящие кольца супруги о том, что они гетеросексуальны? Никому и в голову не придёт говорить о чём-то близко похожем на пропаганду гетеросексуальности. Никто не упрекнёт гетеросексуалов в выпячивании своей сексуальной ориентации, когда они представляют тех или иных людей, как своего мужа или жену, девушку или парня.

Поэтому, мне кажется, стоит поставить вопрос иначе: «А выпячивают ли в действительности представители ЛГБТ-сообщества свою сексуальную ориентацию и/или гендерную идентичность?»

Как мне поддержать своего ребёнка?

Для начала стоит отметить тот факт, что если вы являетесь родителем ребёнка-ЛГБТ и читаете эту брошюру, то первый и очень значимый шаг в сторону его поддержки вы делаете прямо сейчас.

Для вас и вашего сына или дочери важным этапом в развитии отношений станут и разговоры между вами о бисексуальности /гомосексуальности / трансгендерности вообще. Искренний интерес и принятие родителями образа и способа жизни их детей – одна из незаменимых составляющих взаимопонимания, любви и поддержки.

Конечно, в подавляющем большинстве случаев период, когда дети только что сообщили о своей сексуальной ориентации и/или

гендерной идентичности, переживается и ребёнком и родителями очень тяжело. Этот этап часто бывает насыщен негативными эмоциями и осуждением. Но всё же большинство родителей любят своих детей и делают попытки принять их, смириться с тем, что не поддаётся изменениям. Важно, чтобы вы не забывали заботиться о себе, не торопились в стремлении быть «хорошими» родителями и не делали того, к чему в действительности пока ещё не готовы.

Однако и родители нуждаются в поддержке, уважении, доверии и, конечно, любви со стороны своих детей. Поэтому родителям нужно внимательно относиться и к себе: к своим переживаниям, чувствам и эмоциям. Важно, чтобы дети от вас узнавали о тех переживаниях, о которых вы готовы сообщить им в связи с их камин-аутом или другими существенными событиями. Также помните, что всегда возможно получить психологическую помощь. В петербургской ЛГБТ-организации «Выход» работает Психологическая служба, куда вы можете записаться на индивидуальную консультацию²⁶; там же каждый месяц проходят психологические встречи родителей ЛГБТ-детей в рамках Родительского клуба. Психологу вы сможете рассказать о том, о чём не решаетесь по каким-то причинам говорить с ребёнком или другими членами семьи или с друзьями.

Истории ЛГБТ-детей и их родственников:

Начал думать по канве заданных вопросов:

- Что испытали?

- То же, что и всегда испытываю в отношении моей дочери, а именно бесконечную любовь.

- Почему приняли?

- А почему я должен был не принять? Почему я должен огорчаться тому, что моя дочь счастлива? Только из-за того, что вдруг выяснилось, что, образно говоря, она левша? Можно, наверное, много здесь

²⁶ Записаться можно в Санкт-Петербурге по телефону (812) 313 93 69 или написав на psych@comingoutspb.ru Из других городов можно обращаться за помощью, написав на psychology@lgbtnet.ru или по телефону Горячей линии Российской ЛГБТ-сети: 8 800 555 08 68 (звонок по России бесплатный).

рассуждать, с цитатами и примерами, обоснованиями, но для меня такой вопрос просто не стоял.

- Что теперь?

- Для меня ничего не изменилось. Я буду любить свою дочь, самую замечательную на свете, самую умную, самую талантливую, самую красивую. Любить близких ей людей. Радоваться ее успехам и огорчаться неудачам».

В момент осознания того, что мой внук транссексуален я чувствовала боль. В связи с этим я обращалась к специалисту, к психологу, и стала задумываться и вспоминать моменты, как рос мой внук. Приняла её потому, что все равно это мой ребёнок, которого я воспитывала и очень люблю. В данный момент я испытываю раздвоение чувств, но всё равно принимаю это!

Я рассказала папе о том, что я лесбиянка и люблю девушку, накануне своего переезда. Мы решили жить вместе, мне было 18 на тот момент.

Папа, в общем-то, уже знал. Однажды в мои 16 он застал нас с моей первой девушкой, внезапно вернувшись домой, в весьма недвусмысленном виде. Потом был скандал, конечно, я ушла из дома на ночь, потом мы с ним помирились.

Так что, мое признание не было для него настолько сильным шоком, как могло бы быть – ему за 50, он военный старой закалки. Он решил, что это игра и не серьезно, надолго меня не хватит, и в тот раз обошлось без ругани и скандалов. Пожалуй, моя учеба всегда волновала его больше, чем ориентация.

Прошло 4 года. С той девушкой мы расстались, отец поддержал меня, когда мне было тяжело после расставания. Потом я снова влюбилась и уехала. Последние полтора года мы живем с моей девушкой вместе и очень счастливы. Отец недавно приезжал в гости, помогал вешать карниз после ремонта, летом мы ездили к нему и моей маме на дачу, вместе с матерью моей девушки. Она, к слову, тоже в курсе

и поддерживает нас, мы с ней проводим каждые выходные, покупки, готовка, планы и т.д.

С отцом у нас последние 8 лет достаточно удаленные отношения – пара звонков в неделю, обмен новостями и советами. Он живет со своей женщиной, я – со своей и все счастливы. Не могу сказать, что он сильно доволен, конечно, но ему важнее, чтобы у меня все было хорошо. Недавно он сказал, что гордится мной – такое я от него уже очень давно не слышала, он скуп на оценки и похвалу. Поводом были мои успехи на работе, но и я, и он знаем, что без поддержки любимого человека этих успехов бы не было.

Старшая сестра – ей под сорок – в курсе. Мы с ней гораздо чаще и ближе общаемся, чем с отцом. Она рада видеть нас обеих в гостях, очень тепло относится к моей девушке и уважает её. Подарки она обычно делает нам на двоих сразу и с учётом характеров обеих. Мы стараемся не отставать.

В целом мы обычная молодая пара – учимся, работаем, любимы и ценны каждая в своём коллективе коллег, занимаемся ремонтом дома и в тёплое время года приводим в порядок дачу. Иногда ругаемся, но почти сразу миримся – при всей нелегкости характеров обеих мы любим друг друга.

При всём том, что меня приняли в моей семье и семье моей девушки, меня беспокоит общая ситуация – даже не по стране, по городу. Мы планируем детей, но растить их в реалиях современной России будет сложно и травматично, прежде всего, для самих детей. Надеюсь, что просветительская деятельность «Выхода» поможет со временем изменить ситуацию в обществе.

Здравствуйтесь, меня зовут Елена, моего мужа Владимир. У нас дочь Людмила и она лесбиянка. Эту фразу я сначала не могла произнести, хотя наша семья приняла дочь такой, какая она есть. Озвучить фразу в глаза другому человеку, было страшно из-за возможности получить осуждения, неприятные реплики о воспитании и многое другое. Но видеть свою дочь счастливой – это намного важнее, видеть улыбку на её лице – вот что должно заботить каждого родителя.

Каждая мать рождает ребёнка, любит его и строит какие-то свои иллюзии по поводу того, кем он должен быть, что он должен делать, и как он должен жить. Это неправильно! Семья воспитывает, направляет и поддерживают свою кровинку, но не делает за неё выбор. И если наша дочь сделала выбор, мы, как любящая семья, поддержим её. Ведь я рожала её, чтоб она была счастлива.

Любочка – замечательный человек, любящая дочь и надёжный друг. В свои 26 она добилась многого и это не только из-за её трудолюбия, но и из-за тёплой и понимающей обстановки в нашей семье.

Мы – СЕМЬЯ! Независимо от ориентации.

Хочу сказать всем родителям: любите своих детей такими, какие они есть, ведь мы всё для них, а они – для нас, и это надо ценить.

Библиография:

1. Мифы и факты о транс-сексуалах. – СПб.: ЛГБТ-организация «Выход» , 2012.
2. Сабунаева М. Внутренняя гомофобия: Боюсь ли я сам себя? – СПб, 2011.
3. Сабунаева М.Л. Гомосексуалы на приеме у врача: Психологические рекомендации по взаимодействию с пациентами: Методические рекомендации. — СПб.: Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена, 2009
4. Созаев В. Мифы и факты о геях, лесбиянках и бисексуалах. – 4-е изд., испр. и доп. – СПб, 2011.
5. Социальная работа с людьми, практикующими однополые отношения. Теория. Методики. Лучшие практики / Сост. Л. Гейдар; под ред. М. Андрущенко. – К.: Международный Альянс по ВИЧ/СПИД в Украине, 2009. – 196 с.
6. A.C. Kinsey, W.B. Pomeroy, C.E. Martin. Sexual Behavior in the Human Male. Philadelphia, PA: W.B. Saunders, 1948

Санкт-Петербургская ЛГБТ-организация «Выход»

Наша организация работает с 2008 года в Санкт-Петербурге для развития движения за равные гражданские права. Мы разработали десять программ, направленных на формирование объективного восприятия геев, лесбиянок, бисексуалок/ов и трансгендеров.

Что мы делаем?

- Мы помогаем обществу принять нас такими, какие мы есть, и избавиться от страхов и предрассудков.
- Мы стремимся к тому, чтобы геи, лесбиянки, бисексуалки/лы, трансгендеры не боялись за себя и своих близких, могли уважать себя и быть честными перед собой и окружающими.
- Мы помогаем государству выполнять принятые на себя обязательства по защите граждан от насилия и дискриминации по любым признакам, включая сексуальную ориентацию и гендерную идентичность.
- Мы предоставляем психологическую и юридическую поддержку ЛГБТ-сообществу Санкт-Петербурга.

Для того, чтобы записаться на консультацию, нужно позвонить по телефону (812) 313-93-69 или отправить письмо с запросом на электронный адрес:

психологическая консультация - psych@comingoutspb.ru,
юридическая консультация - legal@comingoutspb.ru.

8-800-555-08-68

Горячая линия Российской ЛГБТ-сети, для лесбиянок, геев, бисексуалов, трансгендеров, их родных и близких.
Круглосуточно, без выходных, бесплатно по всей России.

**Что происходит с моим ребенком?
Книга для родителей о сексуальной ориентации
и гендерной идентичности.**

ЛГБТ-организация «Выход», www.comingoutspb.ru
Через открытость к равноправию!

Санкт-Петербург, 2013

ВЫХОД
ЛГБТ-ОРГАНИЗАЦІЯ

