



КАК ПОНЯТЬ?

18+

# РЕКОМЕНДАЦИИ

## для родителей и друзей

### ПЕРВЫЕ ШАГИ К ПОНИМАНИЮ

Несмотря на то, что на тему гомосексуальности написано много книг, сказано немало слов и разработано множество теорий, из всех них можно сделать один единственный вывод: никому не удалось выяснить окончательно, что именно является причиной гомосексуальности, в то же время гомосексуалы, к сожалению, продолжают несправедливо подвергаться дискриминации.

Собранные учёными данные всё больше указывают на то, что гомосексуальность носит генетический характер. Таким образом, сексуальную ориентацию определяет такой же случайный генетический набор, который определяет, какого цвета у человека будут волосы или будет ли он правой или левой рукой. Как бы то ни было, эти теории вряд ли являются утешением для родителей, узнавших, что их любимый ребёнок оказался геем или лесбиянкой.

Дать ёмкое объяснение тому, что такое гомосексуальность, не так-то просто. Это целая модель восприятия окружающего мира, существующая с раннего детства и развивающаяся с ходом взросления. Она никак не влияет на личность человека, за исключением того, что самые глубокие чувства у него возникают к человеку своего пола. Как и всем нам, геям и лесбиянкам



**БОК О БОК**  
кинофестиваль

нужно дарить и получать любовь. С представителями гетеросексуального сообщества гомосексуалы могут иметь любые отношения, кроме сексуальных. В потребности секса они ничем не отличаются от остальной части населения: некоторые имеют большой интерес к сексу, некоторые крайне малый и большинство находится где-то посередине.

## НЕ БОЛЕЗНЬ

Часто задают вопрос: «А это можно вылечить?» Ответ прост: гомосексуальность не болезнь. Для людей с гомосексуальной ориентацией это является естественным состоянием. И они его не выбирают, так же как и гетеросексуалы не принимают для себя решения любить людей противоположного пола. Сексуальная ориентация, какая бы она ни была, не является чем-то искусственным, и мы не несём ответственность за причину и процесс её возникновения.

## НЕ ВЫБОР

Важно понять, что сексуальная ориентация не является предметом выбора – это душевное состояние, существующее в человеке с момента его рождения и развивающееся вместе с ним. Характерный для всех детей период осознания своей сексуальности наступает во время полового взросления. При этом важно чётко разделять гомосексуальный опыт, который может быть в юном возрасте, и гомосексуальную ориентацию.

Первое можно отнести к сексуальной игре, чисто физическому эксперименту без каких-либо чувств, второе – полноценный способ взаимоотношений с глубокими эмоциональными переживаниями.

## Я ДРУГОЙ. Я ДРУГАЯ

Однако именно в этот ранний период сексуального познания ребёнок начинает чувствовать, что он другой, испытывает первую эмоциональную и сексуальную симпатию к лицам своего пола. В ситуации дискриминации, предрассудков, страха и смятения ребёнок может отрицать свою сексуальную ориентацию, в том числе и для самого себя.

Ребёнок, ощущающий себя геем или лесбиянкой, осознаёт это уже в 11-12 лет. Многие, вспоминая этот период, говорят обычно о возрастающем чувстве дискомфорта, отчуждённости от других детей, о чём-то, что им трудно объяснить и понять.

## СТРЕСС И САМОИДЕНТИФИКАЦИЯ

Внутренний конфликт и личностная неопределённость, чувство одиночества и постоянно внушаемая вина часто приводят к глубокой депрессии. К сожалению, современное общество по-прежнему считает гетеросексуальность единственной нормой, хотя многое делается, чтобы достичь понимания и равенства.

С ходом сексуального развития ребёнку становится всё более очевидным, что причина его непохожести носит сексуальный характер. Такими детьми часто овладевает страх и чувство одиночества.

Их также вовсе необязательно отождествлять с геями или лесбиянками, изображёнными на экране телевизора, хотя всё же стоит признать, что в последнее время телевизионный образ значительно изменился



в лучшую сторону, режиссёры и драматурги предпринимают попытки изобразить более точные и отвечающие реальности типажи и даже создают программы для самой ЛГБТ-аудитории.

## НЕПРИЯТИЕ И НАСМЕШКИ

Молодые люди с гомосексуальной или бисексуальной ориентацией опасаются неприятия со стороны родителей и, возможно, тех, к кому они могли бы обратиться за помощью. Они боятся презрения, насмешек, агрессии со стороны друзей или одноклассников, некоторые из которых могут повторять гомофобные шутки, услышанные в подростковой среде или от самих взрослых.

Они опасаются выдать себя взглядом или неподходящим замечанием. Им нелегко найти других геев/лесбиянок, и в таком изолированном состоянии они начинают думать, что являются единственным геем/лесбиянкой на всей планете. Короче говоря, молодые геи и лесбиянки испытывают такое же смятение, шок и страх, какие ощущают и родители, узнавшие о гомосексуальности своего ребёнка. Только дети осознают это, находясь один на один с самим собой. Молодым людям с гомосексуальной ориентацией зачастую приходится ждать годами, чтобы обратиться силами и открыться родителям.

## РЕАКЦИЯ РОДИТЕЛЕЙ

Некоторых родителей, совершенно не подготовленных к гомосексуальности ребёнка, эта новость ввергает в шок, гнев и страх. Некоторые обвиняют себя, некоторые отвергают своего ребёнка, некоторые хотят помочь, но не знают как. Многие против собственной



воли чувствуют какое-то отдаление от своего ребёнка. Даже если в семье царят тесные и дружеские отношения, родителям бывает сложно преодолеть состояние шока и непонимания.

## НЕЗНАНИЕ

После анализа таких разнообразных реакций выводится довольно последовательная формула. Во-первых, несмотря на существование весьма неплохих книг, посвященных гомо- или бисексуальности, их сложно найти в магазинах или библиотеках. Во-вторых, родители, являясь частью определённого общества, впитывают в себя мифы, легенды и заблуждения касательно гомосексуальности, имеющиеся в этом обществе.

Родители гомосексуалов в большинстве случаев не имеют достаточной информации на эту тему. Во многих семьях вопрос гомосексуальности не затрагивается практически никогда, либо очень редко, если это какая-либо сенсационная новость. И даже в этом случае дискуссия приобретает оттенок предвзятости, основанный на невежестве и искажениях в СМИ. Поэтому образ гомосексуальности, который был вами приобретён в детстве, вряд ли подвергся каким-либо изменениям с годами. Даже родители, считающие себя понимающими, зачастую совсем не ожидают столкнуться с гомосексуальностью в собственной семье. Не нужно себя в чём-то винить. Предвзятости, непонимание, неверное восприятие преобладают в нашем обществе. Они не являются тем, что вы узнали сами, основываясь на собственном опыте. Имея больше информации по этому вопросу, вы сможете ощутить, как ваши предвзятости сводятся



на нет, и насколько образ гомосексуальности искажён невежеством, что приводит к несправедливой дискриминации.

## РЕЛИГИОЗНЫЕ ПРЕДРАССУДКИ И НЕТЕРПИМОСТЬ

В-третьих, родителям с определёнными религиозными убеждениями порой сложно примирить церковное учение с гомосексуальной ориентацией их ребёнка. В рамках данного буклета мы не можем предложить приемлемого решения такой проблемы. Тем не менее у нас есть несколько рекомендаций.

Во всех вероисповеданиях есть люди, проделывающие огромную работу по формированию терпимого восприятия гомо- или бисексуальности.

Законы основных религий, как правило, восходят к древнееврейским законам, и если в то время для еврейского народа важным было «стать плодовитым, продвигаться и приумножаться» ради собственного выживания, то сейчас вопрос так не ставится. Писаниям Павла, к примеру, уже около двух тысяч лет, и как бы они ни были обоснованы в те времена, с учётом современных знаний и ситуации вряд ли можно считать актуальными отдельные части, касающиеся половых ролей. Помимо этого, те же писания учат, что «все мы дети Господни». И стоит знать, что многие геи и лесбиянки также являются верующими.

Для людей, имеющих совершенно иные религиозные убеждения, эта проблема представляется, возможно, ещё более сложной, и тогда им может быть необходимым обратиться за консультацией в соответствующие религиозные организации.

## ПРОБЛЕМА ВЫБОРА

Родители часто задаются вопросом: «Почему мой ребёнок выбрал этот жизненный путь?» Здесь снова нужно подчеркнуть, что гомосексуальную ориентацию не выбирают, это естественное состояние людей. Учитывая многие трудности, враждебность и непонимание, с которыми сталкиваются геи и лесбиянки со стороны даже очень близких людей, бесосновательно полагать, что столько людей специально и осознанно выбрали этот путь. Точно так же не выбирается и гетеросексуальность – она является частью природы, свойственной гетеросексуалам. Геи и лесбиянки в этом не исключение.

Родители также нередко спрашивают себя: «Что мы сделали не так?» Такой вопрос может тревожить, только если гомосексуальная ориентация расценивается как проблема. Ничего неправильного в этом плане родители не делали и сделать не могли, даже если бы хотели.

## РОДИТЕЛЬСКИЕ ОРГАНИЗАЦИИ

С 1969 года родительские организации в США оказывают поддержку семьям из самых разных слоёв общества, это и «самые обычные» семьи, и дети разведённых родителей, и семьи с родителями-одиночками, национальные меньшинства, семьи со свободными отношениями, многодетные семьи, нуждающиеся семьи и т.д.

Таким образом, у родительских организаций была, в том числе, возможность наблюдать, какие факторы (социальное окружение, воспитание,



внутрисемейные отношения) могут влиять на гомосексуальную ориентацию. Ни одной такой закономерности обнаружено не было. Напротив, опыт родительских организаций показал, что распространённые теории о социальных причинах гомосексуальности не находят подтверждения в реальности.

## МИФ О ВИНОВНОСТИ РОДИТЕЛЕЙ

Возьмём одно из самых распространённых заблуждений: у сильной матери и слабого отца (если он вообще есть) вырастет гомосексуал. В таком случае в период Второй мировой войны и послевоенный период, когда процент мужчин сократился и многих детей воспитывали только матери, появилось бы и большее число гомосексуалов. Но этого не произошло. Единственное, что вытекает из этой и многих других теорий, это то, что их приверженцы обвиняют гомосексуальность, а вину при этом возлагают на родителей геев и лесбиянок.

Поймите, что это неверно. Если у вас несколько детей, то задумайтесь: неужели вы воспитывали их как-то по-разному? Если у вас один ребёнок, то неужели воспитание ребёнка в вашей семье так сильно отличалось от воспитания в семьях ваших знакомых? Вряд ли. Даже если в воспитании ваших детей и было что-то особенное, то почему обязательно это должно было повлиять на их сексуальность?

Ответ прост: родителям намного легче обвинить себя, чем признать, что о чём-то в жизни своего чада они не знали. Внутренний поиск причин – это наказание, которое вы сами на себя накладываете. Ни вам, ни ребёнку оно не поможет, а лишь увеличит страдания и боль.

## СИЛА СЕМЬИ

Попытайтесь принять тот факт, что вы пережили шок, к которому вряд ли кто-то подготовлен. Ваш ребёнок в течение долгого периода времени переживал подобное состояние. Надо поверить, что семейные отношения имеют в себе огромную силу, тем более в самые трудные моменты. И стоит признать, что правильных реакций в таких ситуациях не бывает. Как и в любой сложной ситуации, в независимости от того, какой была ваша первая реакция, ребёнку нужно знать, что вы его любите. Не важно, сделаете ли вы это с помощью слов или действий, но это первый шаг на пути к уменьшению напряжения и разрешению ситуации.

## ЭМОЦИИ ЕСТЕСТВЕННЫ

Не пытайтесь подавить эмоции разумом. Некоторые родители не желают ругаться и соглашаются с тем, что это просто путь их ребёнка, при этом всё так же ощущая сильную внутреннюю подавленность. Не отрицайте своих чувств. Вам следует поговорить со своим ребёнком и объяснить, что для вас это был шок, к которому вы не были готовы, но что вы их по-прежнему любите и вам нужно время для того, чтобы во всём разобраться. Вы можете обратиться в любую группу родителей ЛГБТ-детей не только за необходимой информацией, но и с целью просто выразить свои чувства, высказаться. Выражая свои чувства кому-то вне семьи, но находящемуся в похожей ситуации, вы уже почувствуете облегчение и сможете яснее и спокойнее подойти к ситуации.

## НЕКОТОРЫЕ РОДИТЕЛИ ГОВОРЯТ ПЕРВЫМИ

Иногда родители догадываются о гомосексуальности своего ребёнка раньше, чем он осмеливается обратиться к ним. Многие геи и лесбиянки говорят, что для них легче всего было бы услышать от родителей что-то вроде: «Мне показалось, что ты гей (лесбиянка). Если это так, то на моё отношение к тебе это не влияет. Но нам нужно время, чтобы во всём разобраться. Если хочешь, мы можем это обсудить».

Как и в какой форме (возможно, и в письменной) это бы ни было сказано, такой шаг может помочь ребёнку, который хочет сказать вам об этом, но не знает, как. Есть и те, кто знает, что он гей или лесбиянка, но боится в этом признаться даже себе. В таком случае вам нужно помочь вашему ребёнку почувствовать себя увереннее и создать положительную атмосферу для диалога с ним.

## БИСЕСУАЛЬНОСТЬ

Родители часто спрашивают, может ли бисексуальный ребёнок измениться с возрастом в пользу только одного – противоположного пола. Единого ответа нет.

В подростковом возрасте многие пробуют сексуальные отношения с обоими полами. Со временем человек останавливается на тех отношениях, которые для него являются естественными. Есть небольшое число людей, для которых естественными останутся отношения и с тем, и с другим полом. Самое важное то, что на сексуальность ребёнка нельзя давить. Что детям особенно необходимо в переходном возрасте, так это поддержка, любовь и понимание со стороны родителей.

## НЕ ПЕДОФИЛИЯ

Ещё одним заблуждением является то, что геи и лесбиянки совращают маленьких детей. Это совершеннейшая неправда. Это миф, появившийся из невежества и незнания природы гомосексуальности. Нормального, порядочного гея (лесбиянку) дети привлекают не больше, чем нормального, порядочного гетеросексуала. Статистические данные доказывают, что наибольшее число случаев сексуального насилия происходит со стороны гетеросексуалов, и, к сожалению, внутри семьи.

## НИЧЕГО НЕОБЫЧНОГО

Ещё один часто задаваемый вопрос: «Геев и лесбиянок стало больше, чем было раньше?» Данные отчёта комиссии Волфендона, обнародованного в Великобритании в 1957 году, говорили о том, что, по крайней мере, один из двадцати человек был геем или лесбиянкой. Наиболее свежие исследования показывают, что эта пропорция составляет где-то один из пятнадцати человек. Однако это не значит количественного увеличения, а лишь является отражением того, что после отмены в Англии уголовной ответственности за гомосексуальные связи в 1967 году больше людей готовы признать свою гомосексуальность. В основном это касается молодых людей, поскольку они всё чаще не хотят жить двойной жизнью, т.е. быть одним человеком дома и другим в личных отношениях. Эта также одна из причин, почему больше молодых людей стали делиться этим со своими родителями. Принимая во внимание приведённые цифры, можно сказать, что гомосексуальный ребёнок может появиться в любой

семье, а гомосексуальность не является чем-то, что проявляется только в исключительных, ненормальных случаях.

Семья, как нам зачастую говорится, представляет собой основу нашего общества. Каждый из нас может столкнуться с гомосексуальными людьми в семье, на работе и в прочей общественной жизни. В любой из этих ситуаций геи и лесбиянки нуждаются в нашем понимании и уважении. Это приходит со знанием, а любая дискриминация является лишь следствием невежества.

## ВИЧ И СПИД

И, наконец, ещё один очень важный вопрос, который беспокоит родителей, родственников и друзей, связан с угрозой ВИЧ/СПИДа. Единственное, что любой родитель может и должен сделать, это объяснить своему ребёнку, в независимости от его ориентации, что секс должен быть безопасным (например, с использованием презерватива). Дети должны иметь доступ к необходимой литературе. Этот вопрос крайне важен, так как данная болезнь передается через сперму, кровь и другие внутренние жидкости. Знание уменьшает риск и страх. Невежество и предрассудки могут быть без преувеличения губительны. Убедитесь, что вы вооружены знанием.

## ПАРТНЁР

Если гомосексуальный ребёнок приводит своего партнёра в дом и знакомит с семьёй, то родителям стоит принять его так же, как они бы принимали гетеросексуального партнёра.

Наступление этой стадии взаимоотношений может занять какое-то время, любовь и уважение могут в значительной степени этому способствовать. В данной ситуации очень важно найти в себе силы преодолеть предрассудки в интересах каждого и особенно, чтобы сохранить тёплые отношения в семье.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В данном буклете мы прежде всего попытались обратить ваше внимание на то, что гомо- или бисексуальность – это так же, как и гетеросексуальность, естественное состояние человека. Очень трудно быть полноценной и счастливой личностью, если ваша сексуальность отрицается любимыми и близкими людьми. Поняв и приняв индивидуальность своего ребёнка, вы сможете укрепить ваши отношения с ним и сделать атмосферу в семье более тёплой и искренней.



**БОК О БОК**  
кинофестиваль

[www.bok-o-bok.ru](http://www.bok-o-bok.ru)

[info@bok-o-bok.ru](mailto:info@bok-o-bok.ru)

Дизайн обложки: Мира

Верстка, дизайн: Екатерина Логинова, Роман Мельник, Марина Георгиева

Перевод: Анатолий Найдионов, Евгения Арбекова

Данный буклет составлен на основе материалов на английском языке, предоставленных организацией «Друзья и родственники геев и лесбиянок» (Families and Friends of Lesbians and Gays – FFLAG), с соблюдением их авторских прав. Перевод подготовлен Кинофестивалем «Бок о Бок», который признает ответственность за любые ошибки и недочеты в данном переводе.

© 2008-2015 Международный ЛГБТ-кинофестиваль «Бок о Бок», шестое издание, 1 000 экземпляров

