

## **Хорошая поддержка ЛГБТК+ людей — это союзничество**

*Мария Сабунаева, психологиня*

Если говорить о хорошей поддержке, то я бы хотела сказать о позиции союзничества. И это очень ценное понятие. Союзник — это человек, который не относится к данной группе, но готов поддерживать ее интересы или действовать в ее интересах. И позиция союзничества подразумевает обычно, что мы в первую очередь слушаем, а не высказываем свое ценное мнение.

Дело в том, что обычно союзничество — это направленность от человека, который имеет какую-то привилегию, принадлежит к какой-то привилегированной, безопасной группе — например, гетеросексуальные цисгендерные люди — в сторону людей, которые принадлежат к уязвимой группе — например, ЛГБТК+ люди. И если у меня есть моя привилегия, то я могу быть не чувствителен к уязвимости других людей.

Я могу им начать рассказывать о том, как они себя чувствуют, или о том, как они должны себя чувствовать, или о том, что на самом деле ничего плохого не происходит, а вот я такой замечательный, я вас тут всех поддерживаю. Да нет, первое, чему должен учиться союзник, — это помолчать и послушать об опыте других людей.

Хорошее союзничество — это помочь людям свой голос донести самим от первого лица. И вот это то, к чему я бы призывала как к формам хорошей поддержки.