

Этапы принятия ЛГБТК+ ребенка родителями

Оксана Гуменная, психологиня, психотерапевтка, правозащитница (Молдова)

Принятие – это не простой процесс, но помним, что интересный, потому что тогда через него легче проходить. Но для того, чтобы понять, что такое принятие, надо понимать контекст. Мы живем в таком абсолютно бинарном мире, абсолютно гетеронормативном – картинка в голове у родителей про то, что у меня там мальчик, девочка, который женится, выйдет замуж, родит внуков, ля-ля-ля. И прописана у нас эта история до гробовой доски. И вдруг происходит камин-аут. Мой ребенок сообщает мне, что я гомосексуальный человек или у меня другая гендерная идентичность. Естественно, в голове у родителя происходит абсолютнейший крах всех этих красивых картинок, которые до сих пор были нарисованы. В психике это ассоциируется с потерей, то есть с потерей того ожидаемого, очень привлекательного, социально одобряемого образа, которого как будто бы быть не может. И родители фактически начинают проходить через процесс горевания. То есть принятия обстоятельства, которое невозможно больше изменить.

И все мы знаем, что это путь в зависимости от того, какой у человека психотип, от того, какая у него информация, от того, насколько он доброжелательно либо менее доброжелательно относится к своему ребенку, в зависимости от того, насколько у него широк круг общения и социальная группа, которой он принадлежит, – это может длиться все равно минимум от одного года до пяти-семи лет.

Первый этап – это всегда отрицание. То есть, что нет, это какая-то шутка. Ты что-то меня там разводишь. То есть воспринимается именно таким образом. И это некое такое замирание, которое специально включает психика для того, чтобы сохранить себя. Потому что информация, которая поступила, она совершенно не ясная, непонятная, поэтому может сбить какие-то базовые настройки психики, то есть разрушить.

Следующий этап, который проходит человек в принятии, – это гнев. И тут могут быть варианты. Чаще всего гнев направлен либо на партнеров моего любимого ребенка, потому что, ну, значит, кто-то там виноват, это ты испортил, это, не знаю, заманили в секту, организация, допустим, там, не знаю, плохие мальчики, девочки со двора, о которых я тебе говорила или говорил: “Не связывайся с ними, они тебя плохому научат”, интернет, Гейропа и так далее по списку. Когда ты понимаешь, что вроде бы никто не виноват... В этом месте у меня очень такая интересная история, когда одна мама пришла с очередного тренинга по сексуальной ориентации гендерной идентичности (там искала,

кто виноват), и пришла, и дочери сказала, что я поняла: ни ты не виновата, ни я не виновата, природа виновата. То есть все равно кто-то должен быть виноват. Это уже такой анекдот. Часто у родителей могут происходить такие феномены, что я виновата, особенно когда у человека здоровая психика, критика, чувство вины. Это характерные для здоровой психики феномены. И ищут причину, что я не так сделала. Может, я неправильно одевал, неправильно воспитывал, неправильно кормил, не то давал, какие-то таблетки, они повлияли.

И вот этот бесконечный круг поиска вины и агрессия, направленная в наружу и в себя, которая рано или поздно утомляет нервную систему, и все равно появляется вот этот лучик надежды. Это уже следующий этап – торг. Когда я начинаю думать, а может быть, если я что-то сделаю, если я пойду по батюшкам, я не знаю, если мы найдем таблетку для лечения гендерной дисфории, если я буду себя хорошо вести, молиться в церкви. Может быть, эта проблема как-то рассосется? Этот период тоже может быть очень долгим, потому что люди могут попасть на недобросовестных специалистов, которые не информируют правильно в этот период, потому что этот период он именно хороший для информирования. Когда я начинаю торговаться, я начинаю искать информацию, начинаю лучше понимать, я начинаю ходить по экспертам разным для того, чтобы разобраться, что происходит и что я могу сделать, потому что я сейчас в поиске какого-то решения. А если попадают в какие-то там гадалки, не знаю, там, батюшки. Но не все батюшки – я знаю, у нас одна мама пришла к батюшке и сказала: “Вот, у меня сын гей. Что мне делать?” И он ей сказал: “Твоя задача как матери – любить его. Оставив Богу Божье, он разберется с ним сам. Ты сама, ты – мать, ты люби, он – такой, какой есть. Твоя задача матери отдавать вот эту любовь”. Повезло с батюшкой. Не всем так везет.

И когда я уже начинаю понимать, что что бы я ни делал, с кем бы я какие-то там договоренности чуть ли не с дьяволом, там, не знаю, или с Богом ни заключал, к каким бы специалистам я ни ходил, – ситуация остается такой же. Я впадаю в депрессию, в некое отчаяние. Это огромное опустошающее чувство. В этот период очень важно не прибегать к каким-то, не знаю, алкоголю, наркотическим средствам, не уходить в это уныние-отчаяние и все-таки стараться общаться с близкими людьми, которые для тебя ресурсные. Которые не будут тебя топить, гнобить или как бы усугублять твое состояние. Потому что в этот период часто подростки ЛГБТ могут совершить самоубийство. Потому что они не видят для себя решение. Но и взрослые родители, особенно если у них проблемы со здоровьем, они начинают очень много болеть.

Но и этому периоду наступает определенное завершение, когда ты как будто бы уже ногами чувствуешь дно – и я ничего не могу сделать. Единственное, что мне важно сделать, – это как-то смириться. И смирение – это не всегда этап или период, который связан с огромным чувством радости. Но, как минимум, есть какое-то облегчение, как будто с тебя сняли вот эту бетонную плиту. Да, у тебя есть грусть и тихая грусть. Может быть, не всегда есть сила начинать что-то делать, но ты уже начинаешь понимать, что мне

надо выстраивать новую свою реальность, в которой у меня ребенок гей или у него другая гендерная идентичность. И я понимаю, что такие люди есть, они существуют, они живут.

Я хочу здесь привести один интересный пример, когда одна из мам, которая уже как бы примирилась, но вот находилась в этом этапе, говорит: “Дуомна Оксана. (То есть у нас тут “дуомна” – это госпожа на румынском, уважительное такое обращение к психологу на имя и на имя-отчество). Вот я все понимаю”, – говорит. У нее у нее двое детей: дочка в браке с тремя детьми и сын в браке с женщиной, живущие за границей. “Я, – говорит. – все понимаю. Вот у моей Алены, гипотетически, трое детей. Вот они с мужем ссорятся, и вот он иногда и пьет, и он к ней как-то так к ней ненормально относится. Но мне там все понятно. А когда я смотрю на Ваню, гипотетически, у меня внутри как будто бы черная дыра. И это именно вот это состояние, когда у тебя еще недостаточно информации, когда у тебя не встроился тот социальный контекст, в котором есть люди, они живут, у них есть семьи, у них есть дети, они счастливы, они доживают до старости, они здоровы, все хорошо. Есть ощущение внутренней какой-то пустоты.

И вот здесь очень важно, когда появляется и группа поддержки, которая помогает этот опыт расширять, когда у тебя появляется больше контактов с людьми, друзья и так далее, и ты еще больше начинаешь интересоваться, как бы вот эту вот пустоту заполнять содержанием. И тогда появляется перспектива, тогда появляется будущее, тогда появляются новые мечты, желания, надежды, – и пристраивается, опять же, новое ожидание от своего ребенка, как это будет дальше.