

Мой ребенок подталкивает меня к камин-ауту

Оксана Гуменная, психологиня, психотерапевтка, правозащитница (Молдова)

Стоит ответить, что я понимаю, но мне страшно, и я очень тебя люблю, очень тебя уважаю, я стараюсь, и я работаю над этим. То есть я знаю, что когда-то придёт такой момент и я смогу об этом спокойно, открыто говорить. Я понимаю, что, может быть, это может звучать как оправдание, но если я дрожащим голосом, не уверенная в себе, начну об этом сообщать окружающим, то, скорее всего, они подумают, что я в чем-то виновата.

Поэтому мне, наверное, нужно немножко больше времени, немножко больше информации. Может, ты мне поможешь, там, вот аргументы. Вот я буду тебе задавать вопросы, которыми меня пугают, с которыми я боюсь столкнуться. Ты попробуешь мне ответить. Или, может быть, давай вместе пойдём к психологу, чтобы она меня подготовила или объяснила нам, как легче проходить через этот процесс.

То есть признавать свою уязвимость, признавать своё право на то, что я не все знаю, я не всемогущая и не всемогущая, что это не мешает мне тебя любить и проявлять к тебе уважение. Но мне важно больше информации собрать. Мне важно внутренне быть более подготовленной к этой конфронтации. Да, я понимаю, что, может быть, это мои страхи, но с этим страхом я вряд ли буду полезна тебе и себе в этой ситуации.