

Почему важно поддерживать наших ЛГБТК+ детей?

Ли́ка Барабадзе, психологиня (Грузия)

Почему нам, родителям, важно поддерживать своих квир-детей и подростков? В такой гомофобной культуре, в которой живут наши дети, они постоянно вынуждены сталкиваться со стрессом. И дома, и вне дома. Если они делают камин-ауты, на них могут нападать. А если они скрывают свою идентичность, то очень много энергии уходит на то, чтобы хранить этот секрет. Они боятся, что, если о нем узнают, это вызовет негативные последствия.

При дискриминации другого характера — например, если я представитель религиозного или этнического меньшинства — вне дома я тоже встречаю враждебную среду. Но когда я возвращаюсь домой, меня там ждут свои, с которыми у нас есть что-то объединяющее. И об этом объединяющем отдельно говорить нет необходимости. Но если я квир-подросток, я не знаю, как меня встретят дома. Они свои или нет? И я автоматически ожидаю, что дома меня тоже не примут. Я слышу от многих своих квир-клиентов и квир-клиенток, что они боятся столкнуться с гомофобией дома. Поэтому на нас, как на родителей, как на взрослых, лежит большая ответственность — создать дома поддерживающую среду для подростков.

Квир-подростки испытывают сильный стресс, и они будут искать безопасную среду, где их поддержат. Если они не находят такую безопасную среду дома, они начинают искать альтернативную, другую семью. В лучшем случае это могут быть друзья, люди из квир-сообщества, ЛГБТК+ организации. А в худшем случае это может быть рискованное поведение: злоупотребление веществами, контакт с токсичными людьми, не уважающими подростков. Поэтому среди квир-подростков по статистике чаще наблюдается употребление наркотиков и алкоголя, ментальные расстройства и суицид. Нам, как родителям, необходимо организовать эту безопасную среду в семье и защитить нашего подростка от стресса, с которым он встречается каждый день вне семьи.

Самый важный фактор, который дает нам возможность предсказать, научатся ли квир-подростки справляться с психологическими проблемами, смогут ли они найти здоровые пути преодоления стресса от гомофобного окружения, — это то, насколько сильная у них поддержка в семье. Если у них есть защита и поддержка от семьи, они привыкают к уважению и принятию, они начинают принимать и любить себя. И ищут таких отношений, которые научат их уважению, любви и чувству собственной ценности. Но если квир-подросток не находит дома поддерживающую среду, то сильно возрастает риск, что он обратится к нездоровым путям преодоления стресса, чтобы хоть как-то справиться с враждебной реальностью.