

להיות הורה לילד המשתייך לקהילת הלהט"ב

תהליך הליווי של הורים את ילדיהם הוא ארוך ומורכב, ומתחיל עוד לפני ההריון בדמיונות ובתקוות לגבי הילד/ה שיהיה, במהלך ההריון העיסוק בנושא מתעצם, והורים מפנים מקום ומתכוננים לזהות החדשה שלהם כהורים, וממשיך גם לאחר הלידה. במהלך החיים ההורה מלווה את הילד בתהליך הגדילה, במהלך החיים ובהתפתחות כולה, תוך תמיכה הכוונה והדרכה. אחת המשימות החשובות של ההורה היא ללוות את תהליך העיצוב והגילוי של הילד את זהותו, תחומי העניין שלו, הכישרונות שלו, נטיות הלב שלו, ובתוכם הזהות המינית והנטייה המינית שלו. בתהליך זה ההורה נשען על היכולת שלו להכיר בשוני בינו ובין ילדו, וקיים מתח תמידי עדין בין דמיון לשונות ובין קירבה למרחק.

כאשר נודע להורה שילדו משתייך לקהילת הלהט"ב (לסביות, הומואים, בי-סקסואליים וטרנסג'נדרים) לעיתים הדבר מהווה שבר בתהליך הליווי, בו פוגש ההורה בילדו זהות שונה משלו, זהות שאינה מוכרת לו, ולעיתים מתעוררות אצל ההורה תחושות של חוסר אונים, חשש, איום וחוסר ביטחון ביכולותיו כהורה. הגילוי מעלה שאלות לא פשוטות הנוגעות לאחריות ואשמה, והורה יכול לחוש אכזבה, וכאב על המחשבה שילדו נידון לחיים מורכבים העלולים להכיל דחייה חברתית, זרות ניכור והשתייכות למיעוט. ההורה יכול לחוש אובדן על הילד שחשב שיש לו ואובדן החלום ההורי שחלק ממנו נגזז מבחינתו.

משפחות שונות נוטות להגיב באופן שונה עת היוודע דבר היות בנם או ביתם להט"ב. קשת התגובות רחבה מאוד, והיא נעה בין קבלה להדרה, כאשר ניתן לראות מגוון התנהגויות ותגובות על הרצף.

בתקופה של הגילוי והחשיפה ילד זקוק יותר מכל להוריו, דווקא בתקופה זו חשוב שהורים ילוו את ילדיהם ויתמכו בהם ללא תנאי. לתמיכה או אי תמיכה של המשפחה הגרעינית יש השלכות מרחיקות לכת על האופן שבו נער או נערה מקבלים את עצמם ואת נטייתם, על בריאותם הנפשית ועל היכולת לעצב את חייהם ולהתפתח בריאים בנפשם ובגופם. חשוב לדעת שגם אם בתחילה מביא הגילוי למשבר ולתחושות קשות, ניתן לקבל סיוע ולאפשר למערכת המשפחתית לנהל שיח פתוח מכבד תומך ומקדם.

יש מספר עצות כלליות שיעזרו להורים המגלים את נטייתם המינית ו/או זהותם המגדרית של ילדיהם.

הקפידו להיות קשובים - הילדים היוצאים מהארון צריכים מידה רבה של הקשבה. מומלץ מאוד לשמוע מה יש לילד לספר, להתעניין בכנות במה שהוא או היא אומרים, ולנסות להתערב כמה שפחות בדברים.

שאלו שאלות – אם יש לכם שאלות או שאתם מרגישים שחסר לכם מידע, שאלו את ילדכם. ספרו לו שאתם רוצים ללמוד עוד על חייו ועל מה שקורה לו ועובר עליו.

בקשו עזרה, התייעצו, אל תישארו לבד - באופן טבעי גם אתם עשויים להיות מבולבלים, אולי אפילו פגועים, בודדים או מוטרדים מהמצב. זה הזמן לחפש אוזן קשבת, לשוחח עם חברים וקרובים, להתייעץ בקבוצות דיון ברשת, או לפנות לאחד מגופי הקהילה המספקים תמיכה להורים.

כבדו את הפרטיות של ילדכם - תנו לילד את האפשרות לבחור למי לספר ולמי לא, בקשו רשות לספר לשאר בני המשפחה, אל תלחצו עליו לספר. עם זאת, העבירו מסר שתקשורת פתוחה וישירה היא הדרך הטובה ביותר להתמודד עם הנושא.

עדכנו את הגורמים בבית הספר ובקהילה - במידת הצורך ולאחר שקיבלתם את אישור הילד, יש לעדכן את הגורמים הרלוונטיים המקצועיים בבתי הספר ובקהילה, גורמים אלה עשויים לסייע לילד רבות ולתת לו

תמיכה במידה ויבקש. כאמור, גם כאן, חשוב לבקש את אישור הילד ולהתייעץ עמו בנושא לפני נקיטת כל פעולה.

האמינו כי לילדכם יכולים להיות חיים טובים ומאושרים, וקבלו את ביטויי אורח חיו - במידת האפשר, הכווינו את הילד לארגוני סיוע למתבגרים להט"בים, הפגישו אותו עם דמות להט"ב מבוגר/ת שעשויה לסייע לו, אפשרו לו להביא את חבריו להט"בים הביתה ולבטא ביטויים מגדריים בלבוש ובהתנהגותו.

הקפידו לא לדחות/להרחיק/לבודד את הילד- וגם לא להתייחס למצב כאל זמני וחולף, או לנסות לשכנע את הילד שטועה לגבי נטייתו המינית.

העבירו מסרים חיוביים של עד כמה אתם אוהבים את בנכם או את בתכם ושתהיו תמיד לצידם. המשיכו להתעניין בחיי ילדכם והיו עם אצבע על הדופק בנוגע לגילויי מצוקה שלו, המשיכו להיות כתובת זמינה וקשובה עבורו. הניסיון ומחקרים מראים כי גילויים של דחייה מצד ההורים פוגעים בבריאותם וברווחתם הנפשית של מתבגרים מהקהילה הלהט"בית. המצוקה הנפשית והסיכון הנפשי עולים, ובהתאם גם תפקודם בבית הספר ומצבם החברתי.

כתבה: דקלה וינמן-אברהמי, פסיכולוגית חינוכית מומחית, מדריכה, מנהלת השירות הפסיכולוגי-חינוכי

**אנו בשירות הפסיכולוגי החינוכי עומדים לרשותכם בכל שאלה, התלבטות או רצון לסיוע בטל'
08-9306010**