

КАПИТАЛ



K:Reader - изданията

НОВО (46) ПОЛИТИКА И ИКОНОМИКА БИЗНЕС КАПИ LIGHT МУЛТИМЕДИЯ ДЕБАТИ



Организатор:

КАПИТАЛ

С подкрепата на:

JEREMIE
БЪЛГАРИЯ EIF

ГОДИШНА
КОНФЕРЕНЦИЯ

Банките Бизнесът

20 НОЕМВРИ 2018
София хотел Балкан

РЕГИСТРИРАЙ СЕ

// **LIGHT** / ТЕМА

Добър ден, дъга

За приемането, нуждата да се (раз)криеш и диктата на "какво ще кажат хората"

1 юни 2018, 8:15, 29085
прочитания **КАПИТАЛ**

Препоръчване (24) Like 515 G+ LinkedIn Twitter Email T

Лия Панайотова



[Shutterstock]



24 ЧАСА | 7 ДНИ

ЧЕТЕНО | ПРЕПОРЪЧАНО | КОМЕНТИРАНО

- Ще удържи ли Борисов властта 3
16 ное 2018, 3475 прочитания
- Столичната община няма да купува къщата на Яворов 5
15 ное 2018, 2665 прочитания
- Борисов няма да подава оставка и няма да прави нов кабинет в този мандат 6
15 ное 2018, 1862 прочитания
- Вечерни новини: Борисов иска да остане на власт, Тереза Мей осигури сделката за Brexit 1
15 ное 2018, 1753 прочитания
- Ветото на президента върху данъчните закони не мина в бюджетната комисия 2
15 ное 2018, 1226 прочитания

Всички новини

ОЩЕ ПО ТЕМАТА

Светлина в тунела

Правата, които дава Европейският съюз, важат и за съпрузите в хомосексуална двойка, потвърди и българският съд

6 юли 2018

Прайдът отива на кино

Интересната програма на "София прайд филм фест" включва непоказвани досега в България филми

1 юни 2018

Организаторите на "София прайд"

реагираха на атаките срещу тях и припомниха, че също имат права

от Дневник, 29 май 2018

Yes, We Can

Преподавателките Лоръл Змолек-Смит и Ембър Худ

По данни на НСИ през 2017 г. общо 26 992 души с българско гражданство са емигрирали от страната. Най-многобройни са младите хора на възраст 20-35 години. Официалната статистика не предоставя информация за това колко от тях са се почувствали принудени да живеят другаде, защото не могат да обичат свободно или да узаконят партньорството си в България. Рая Иванова и приятелката ѝ са от тази група: "Да си в еднополова връзка означава различно отношение на околните към теб. Затова не живеем в България от години."

Изразът хетеронормативно общество описва социална среда, в която всеки, който не е хетеросексуален, бива възприеман негативно. Въпреки че европейското законодателство се опитва да се бори с всякаква дискриминация, всекидневното практическо приложение на тези принципи, изглежда, невинаги дава резултат.

АБонирайте се за КАПИТАЛ

Получавате достъп до всички статии и целия архив на вестника.

Според изследване на FRA (European Union Agency for Fundamental Right) от 2013 г. 53% от анкетираните ЛГБТИ* българи казват, че за

сбъдват дългогодишната идея за първия ученически ЛГТБ клуб в България
27 окт 2016

Druzh se muzhki

Гарт Грийнуел за успеха на дебютния си роман "Каквото ти принадлежи" и как България го формира като писател
28 сеп 2016

ТрансБългария

Историите на три различни личности и борбата им да бъдат хората, които винаги са били
25 сеп 2015

Господ vs. Теб

Американецът Гарард Конли описва в книга преживяванията си от "екстей" терапията, на която е подложен
17 apr 2014

последните 12 месеца са били дискриминирани или тормозени заради сексуалната си ориентация. 71% споделят, че по време на ученическите си години са се чувствали принудени да крият тази част от себе си.

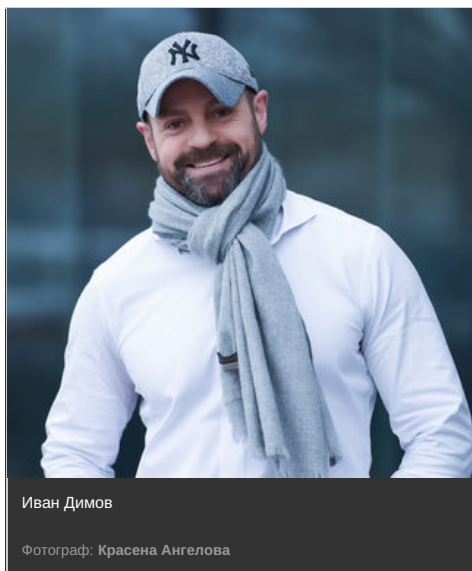
Слав Анастасов е един от многото, които са изпитали този натиск на свой гръб, и въпреки горчивия привкус той приема да говори за преживяванията си свободно, за да покаже на онези, които в момента се борят със себе си, че няма от какво да се притесняват. "Роден съм в малък град и бях тийнейджър през 90-те. Тогава за сексуалността изобщо не се говореше и нямах голям избор, освен да пазя своята в тайна. От родителите си, от приятелите си, от себе си. Това беше тема табу, дори за мен самия. Като тийнейджър имах връзки с момичета, защото това се очакваше от мен, но така само по-ясно разбирах това, което вече знаех. Живеех наполовина. Изгубено време - така ми се струваше тогава, така мисля и днес", разказва Слав.

Както често се случва, за Слав е станало по-лесно да говори с родителите си открито, когато вече е имал собствен дом и подкрепяща среда извън семейството.

Какво се случва, когато един млад човек реши, че не може повече да крие крие кого обича от най-близките си и започне този разговор? В най-добрия случай – абсолютно нищо. **Приемането е предпоставка едно ЛГБТИ дете да израсне като уверен и щастлив възрастен.**

Петя Ненкова е от майките, които разбират, че сексуалната ориентация на детето не променя нищо: "Подкрепата е изключително важна, всяко дете има нужда да знае, че родителите са негова опора. Обикновено хората, които се отнасят враждебно към другите, не обичат самите себе си. Затова най-важното в едно семейство е децата да бъдат обичани и да им се радваме. Какво се променя, когато едно дете разкрие сексуалната си ориентация пред семейството? В понеделник е бил красив, умен, добър и във вторник, когато разбереш, той си остава същият човек."

Разбира се, срещат се и напълно противоположни реакции. Някои родители се самообвиняват и тревожат, че с децата им се случва нещо неестествено. "Много ми е мъчно за родителите, които живеят с мисълта, че са се провалили, и не виждат, че за да живеят децата им пълноценен живот, важно е семейството да реагира с любов и отворено съзнание", споделя Слав.



Иван Димов

Фотограф: Красена Ангелова

0800 900 18

Single Step, една от най-младите и амбициозни организации, ангажирани с ЛГБТИ темата у нас, съществува едва от година, но вече поддържа онлайн чат и безплатна телефонна линия за психологическа подкрепа на ЛГБТИ хора от цялата страна и техните семейства.

Обажданията се приемат от обучени доброволци. Към момента стотици хора от над 60 населени места са се обърнали към тях за помощ и информация. Обикновено децата предпочитат комуникацията онлайн, докато родителите се обаждат по телефона. Фондацията сътрудничи с разширяваща се мрежа от психолози из цяла България, така че дори тийнейджърите, които растат в затворена среда, да има към кого да се обърнат на място. Казват, че за да бъде ефективна и устойчива работата им, се стараят да изградят активни партньорства с

всякакви други общности и организации.

Различното в подхода на Single Step идва от професионалния опит на нейния основател Иван Димов. Той е прекарал голяма част от живота си в Ню Йорк като инвестиционен банкер и **гледа на фондацията като на стартър: "Идентифицираш проблема, измисляш конкретни решения и търсиш нужните ресурси, не само финансови, за тяхното реализиране.** А не какви грантове съществуват и как да си нагласим приоритетите спрямо тях. От самото начало искахме да имаме диверсифицирани и устойчиви източници на финансиране:

партньорства с бизнеса, индивидуални дарения, crowdfunding, fundraising събития, грантове и т.н."

Иван вярва, че ключът е в личния пример и личната инвестиция на време, средства и пот (буквално пот – фондацията разчита на набиране на средства и чрез спортни предизвикателства), както и в мотивирането на "неочаквани" съмишленици и партньори.

Наблюденията на екипа на Single Step сочат, че срамът, ужасът "какво ще кажат хората" са най-често срещаните причини за живота в тайна. **"ЛГБТИ все още е тема табу на много места в България и това е базирано не толкова на хомофобия, колкото на незнание и срам"**, смята Иван Димов. И допълва:

"Нашето послание към родителите е много просто: детето ви не е болно, то е същото, което винаги сте прегръщали и обичали безрезервно. То е родено така, никой няма вина и нищо не се е променило. Просто обичайте детето си, защото има нужда от вас."

Вероника се е разкрила пред родителите си още като малка, но тяхната реакция все още хвърля сянка върху живота и връзките ѝ: "Неприемането на сексуалността може да тласне един тийнейджър към самоунищожително поведение, затова подкрепата на най-близките е изключително важна." Нейната партньорка Силвия има различна история, защото никога преди да се срещнат не е била привличана от жени, но дори сега, когато е на 42 г. и напълно независима, в пълноценна връзка, мълчаливата критика на близките ѝ успява да помрачи нещата.

За други щастливата връзка е поводът, който са чакали, за да съобщят истината за себе си: "Настоящата ми връзка беше катализатор да споделя с родителите си. Когато бях на 29, казах на баща ми, година по-късно и на майка ми. Представям си какъв шок съм им причинил. Но тогава започна пълноценният ми живот, вече бях напълно себе си. Това, което битова като обществено мнение напоследък, че е модерно да си гей, е безпочвено и вредно. Кой би повярвал, че в общество като българското някой доброволно би избрал да се срамува или крие от себе си и околните", недоумява гримьорът Слав Анастасов.



Първият "София прайд" през 2008 г.
Автор: Анелия Николова [Капитал]

Смаляване 

Неприемането понякога се циментира и от представители на общността, които все още не успяват да заявят себе си: "Имал съм случаи, в които потребител на чата споделя, че е самотен и няма към кого да се обърне, но в същото време не иска контакт с други от ЛГБТИ общността, защото ги смята за женствени или защото "всички знаят какви са". Това е тъжно", разказва Константин Кунев за работата си в онлайн чата на Single Step.

Най-сериозните обществени проблеми произтичат именно от опитите на отделния човек да потули себе си и да живее с болката. **"Ако живееш открито и достойно, няма как да навредиш. Противното е бомба със закъснител - бомбата на скритото мъченичество и пасивната агресия"**, убедена е Кристина Николова. Тя е един от организаторите на първия прайд в София, а и след това не пропуска шестиве: "Познавам твърде много гей хора, които не мислят, че трябва да са открити или да ходят на прайд. А от него все още има огромна нужда, особено у нас, защото допринася с видимост. Видимостта рано или късно налага нормализиране и приемане. Наскоро прочетох някъде, че толерантността започва там, където свършва харесването. Може би звучи наивно и недостижимо, но ми се иска да се научим да мислим за добруването и правата на хората отвъд това дали ги харесваме лично или не. Промяната започва с много по-битови примери и по-прости житейски ситуации от това да сме окей с факта, че някой е гей - започва с това да оставим чисто общото пространство, като улицата и парка например, или да сме търпеливи и внимателни шофьори. Цялото това поведение на цивилизованост, грижа и споделеност е от един порядък."

Защо дискриминираме

Дискриминацията има своето обяснение. Ако разберем откъде идва, това може да ни помогне да се справим с реакцията на отхвърляне и агресия. Според повечето теории в психологията представата на всеки човек за това кой е се гради най-общо върху миналия опит и принадлежността към дадена група. **Колкото по-несигурни сме в собствената си същност, толкова по-яростно отхвърляме всичко непознато** – несъзнавано се страхуваме, че "чуждото" ще разклати и постави под въпрос собствената ни крехка представа за себе си. Затова тези, които са най-осъзнати и сигурни в себе си, обикновено най-лесно приемат другостта. Те не се боят от чуждото мнение, защото самооценката им не зависи от външни фактори. Откритите разговори помагат да се чувстваме комфортно със себе си.

"Не искам да говоря от името на всички ЛГБТИ хора, защото всеки е минал собствен път, но от моя опит знам, че много често се поддаваме на общественото очакване да докажем, че заслужаваме да бъдем приети", казва Рая. "Ако сключваме брак, очакването е да сме заедно завинаги и да бъдем двойката за пример. Ако имаме деца, трябва да сме перфектните родители, които никога не правят грешки, и да имаме идеалните деца, които да илюстрират това колко сме нормални. А всъщност нормата е, че никой не е идеален. Напрежението да получиш

медал за съществуването си, само и само да докажеш, че имаш право на такова, е другата крайност на желанието ни за приемане. Много хора го правят абсолютно добронамерено и това вероятно е нужен етап от прогреса, но може би вече е време да предприемем следващата крачка."

ИЛЮСТРАЦИЯ



"София прайд" през 2010 г.
[Капитал]

Смаляване

Слав разбира раздразнението на хората, които смятат, че ЛГБТИ общността изисква някакво специално внимание. "От друга страна, всяка маргинализирана група, която е притискана в ъгъла години наред, рано или късно започва да се бори за правата си и да иска човешко отношение. Когато в обществото ни вече не е тема дали си хетеросексуален или не, всички ще започнем да усещаме позитивите от това. Равните права на всички граждани са единствената гаранция, че всички имаме и еднакви задължения. Според мен, **когато говорим за този проблем, не става въпрос само за ЛГБТИ обществото, а и за жените - жертви на насилие, хората с увреждания и всяка друга маргинализирана група. Непризнаването на правата и достойнството дори на един човек е непризнаване на правата и достойнството на всички ни като общество и нация**".

И следващия път, когато чуем, че някой живее в емоционален затвор от страх "какво ще кажат хората", добре е да си спомним, че хората - това сме ние.

ИЛЮСТРАЦИЯ



Автор: Александър Михайлова

Анна Жуковская е психолог с опит в семейната терапия и работата с младежи от различни социални групи. Тя е важна част от екипа на Single Step, която сама е потърсила в желанието си да помогне за каузата. Разговаряме за това как животът на ЛГБТИ хората и техните семейства да бъде по-лесен.

В психологията има много парадигми и всяка от тях държи на своя теория за хомосексуалността. Как я виждате вие от Single Step и какъв подход използвате?

За нас не е важно защо някой се чувства по начина, по който се чувства. По-скоро вярваме, че е важно как човек се усеща, през какъв процес на самоосъзнаване минава, а не защо. Вярваме и че да си ЛГБТИ не е нито избор, нито фаза, нито реакция на нещо, а просто дълбокото самоусещане за една част от това кой си ти.

В каква възраст и при какви условия човек осъзнава сексуалността си? Как семейството може да предостави подходяща среда за това?

Първите усещания за привличане се случват още в детството. В тийн възраст по-скоро даваш пространство на мисълта, че може би не си хетеросексуален или имаш различна полова идентичност. Много често тези мисли и усещания са дълбоко потискани и заравяни от страх, че си различен. Това, което едно дете чува около себе си и у дома във връзка с ЛГБТИ хората, е основополагащо за това как то би приело себе си. Подкрепата е най-важна за психичното здраве на децата.

Как да обясним на най-възрастните хора за техните ЛГБТИ внуци?

Много често те го приемат по-лесно от останалите членове на семейството. Една баба например може да е единственият източник на подкрепа. Това е характерно за междупоколенческите взаимоотношения. Тази баба не би била толкова подкрепяща сина си, ако той се разкрие пред нея, но към внука си не би била критична. По-възрастните хора като цяло вярват в традиционния модел семейства и за тях продължението на рода е основна ценност. В този смисъл им е трудно да приемат, че един човек би живял с друг човек, без задължително да имат потомство. В днешно време обаче всичко е възможно.

Коя част от процеса на "разкриване" е най-сложна и защо?

Това да приемеш, че живееш в хетеронормативен свят, в който си малцинство. Да се сблъскаш с негативизма, да отстояваш правото си на любов. Омразата, която е възможно да усетиш към себе си, е труден етап в процеса на осъзнаване. В този момент е важно да имаш позитивни модели на подражание, да се почувстваш част от общност, да получиш подкрепа. Промискуитетът като част от разкриването е много рисков стадий, комбиниран с отворените възможности на онлайн приложенията. Често пъти човек преминава през етап на отвърщаване и липса на усещане, че може да има пълноценна връзка в ЛГБТИ средите. След това обаче обикновено следва успокояване, инвестиране на емоции и енергия в по-дълбока комуникация и свързаност.

Можете ли да предложите някакви насоки за това как семействата да провеждат тези разговори успешно? Как ЛГБТИ да се обвърнат към родителите и приятелите си? Как да подкрепим близък човек, за когото смятаме, че е ЛГБТИ, но се притеснява да говори за това?

Много е важно родителите да обичат децата си такива, каквито са. Звучи клиширано, но в крайна сметка любовта е тази, която може да издигне младия човек и от най-дълбоката криза. Родителите могат да показват подкрепата си индиректно, чрез коментари и дискусии. Важно е обаче да имат търпение детето им да подхване темата само. Да не навлизат в пространството му, без то да е готово. Относно ЛГБТИ

младежи, които не са решили дали да се разкрият - винаги казваме, че това е индивидуален процес, който може да отнеме много различно време и енергия. Най-важното е дадеш време на родителя или приятеля си да осмисли споделеното. Много често самият младеж е този, който информира близките си какво означава това да не си хетеросексуален. Но все пак вече има и много други ресурси - онлайн чатът и горещата линия към Single Step са един добър канал за комуникация.


** ЛГБТИ - лесбийки, гей, бисексуални, транс и интерсекс. Или само няколко от думите, с които човек може да назове сексуалността/пола си. На страницата на Single Step е качен речник, който ориентира добре в термините на общността.*



Етикети: [България](#) [гей](#) [ЛГБТ](#) [прайд](#) [шестиве](#)

Какви са вашите отношения с парите
Покажете как харчите и ще ви кажем какъв герой сте

[Разберете ТУК](#)



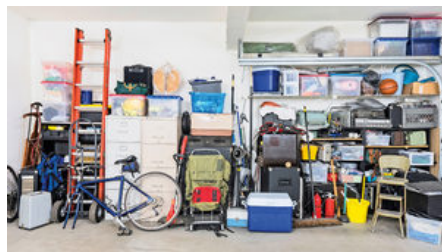
Разбирате ли се добре с парите?

Прост въпрос, чийто отговор обаче често затруднява. За някои хора парите са просто символ за личен или професионален успех. Други ги възприемат като средство за по-висок социален статус и неговата демонстрация без значение дали са щастливи или не.

Направете този бърз и забавен тест, за да разберете какъв герой сте, как харчите, какви са рисковете и как да подобрите отношенията с парите си.

capital.bg/partners/unicredit

ПРОЧЕТЕТЕ И ТОВА



Вещи в повече

Няколко проверени идеи за това как да се освободим от непотребните вещи в дома си по човечен и щадящ околната среда начин

2 ное 2018, 33466 прочитания



Принтирано небе, принтирано морето

3D отпечатани дрехи, шоколад, биомимикрия, протези – какви възможности дава все по-достъпната технология тук и сега

25 окт 2018, 20522 прочитания


4 КОМЕНТАРА

Избор на тип:

[Новите коментари отгоре](#)

[Първите коментари отгоре](#)



 **olga_kokoshkina**
Рейтинг: 499
Неутрално

1 2 юни 2018 00:30

Наистина много хубав мат'рял! Обаче, за съжаление, дискриминацията е част от човешката природа, който трудно се преодолява. Много ми е тъжно да видя, че дискриминацията съществува и вътре в самото гей-общество. Там има много под-групи, които също са обект на дискриминация от своите, като например по-женствените мъже, или по-възрастните, или HIV-позитивните, или по-дебелите, и т.н. и т.н...

- +
Оценка
-1 +2



 **Nedyalko Lazarov**
Рейтинг: 340
Неутрално

Решил съм да ставам гей. Много е cool.

- +
Оценка
-2 +2



the.naked.truth

Рейтинг: 581

Неутрално

До коментар [#2] от "Nedyalko Lazarov":

"простотията няма почивен ден" казват...



Оценка

-2

3

5 юни 2018 11:39



4

6 юни 2018 04:34

Коментарът беше изтрит от модераторите, защото съдържаше рекламни съобщения или спам.



За да коментирате, моля влезте в профила си или се регистрирайте.

Още от Капитал



Брюкселският заложник

Германецът Манфред Вебер изглежда като най-вероятния бъдещ председател на ЕК, но вече има съмнения дали ще бъде силен лидер



България изтегли 2 млрд. евро външен заем при ниски лихви

Новите облигации са 7- и 12-годишни



Всички сме обидени

Мартин Роусън, карикатуристът на The Guardian за политкоректността, смелостта да осмива в епохата след Charlie Hebdo, за Брекзит и изложбата си в Габрово



Синя вълна с червено мъртво вълнение

Демократи и републиканци си поделиха контрола над Конгреса, което означава повече надзор и отчетност за управлението на Тръмп



Фонд на Рокфелер продава ритейл парка в Пловдив на групата "Химимпорт"

Активът се оценява на над 35 млн. лв., но дълговете са почти толкова



Книга: Саймън Синек - "Лидерите винаги обядват последни"

Според Синек е важно един ръководител да избяга от статистиката

K:Reader

Последно добавени издания



K:Reader

Нов и модерен инструмент, който пренася в дигитална среда усещането от четенето на хартия.

Прочетете целия вестник или списание без да търсите отделните статии в сайта.



Капитал Брой 46 // 17.11.2018

ПРОЧЕТЕТЕ



Емисия СЕДМИЧНИКЪТ //

16.11.2018

ПРОЧЕТЕТЕ

КАПИТАЛ



Политика и икономика

- България
- Свят
- Общество
- Редакционни коментари
- Имена
- Седмицата
- Спорт

Бизнес

- Компании
- Стоки и продажби
- Предприемач
- Финанси
- Имоти
- Медиа и реклама
- Технологии и наука
- Моят капитал
- Външни анализи

K:PRO бизнес зона

Анализи на индустрии
КАПИ финансова информация за фирми

Класации

- K100
- K50
- K10
- Гепард

Light

- Тема
- Лица
- Неща
- Места
- Мода
- POST-IT
- Ревю
- Днес от Light

Мултимедиа

Интерактив

- Дебати
- Анкетите
- Вашите теми

Блогове

- Право
- Стор

K:Reader

Капитал
Новият брой
Архив

LIGHT

Новият брой
Архив

Библиотека

Капитал Daily

Новият брой
Архив
Архив Пари
Архив Дневник

Абонаменти

Абонамент Капитал
Корпоративен абонамент
Академичен абонамент
Често задавани въпроси




Бизнес: Капитал Кариери Бизнес Регал Градът.bg Одит Foton.bg
Новини: Дневник Европа
IT: IDG.BG Computerworld PC World CIO Networkworld
Развлечение: Бахус LIGHT
На английски: KQuarterly



Фондация "Америка за България" финансира проект на "Икономедиа". Мненията и твърденията, изразени в изданията на "Икономедиа", са резултат от журналистическа дейност и отразяват редакционна позиция и не непременно възгледите на фондацията или на нейните директори, служители или представители. Изданията на "Икономедиа" спазват Етичния кодекс на българските журналисти.

Към мобилната версия на сайта

Капитал спазва етичния кодекс на българските медии

© 1993-2018 Икономедиа АД съгласно [Общи условия за ползване](#)  [Политика за бисквитките](#)  [Декларация за поверителност](#) 
Уеб разработка Икономедиа. Дизайн на Икономедиа и Cog Graphics. Някои снимки © 2010 Associated Press и Reuters. Всички права запазени.
Действителни собственици на настоящото издание са Иво Георгиев Прокопиев и Теодор Иванов Захов.

ШЕД БРОЯЧ