

Quando o seu filho lhe diz que é gay



 **amplos**

O QUE NÃO DEVE FAZER

- Transmitir ao adolescente/jovem adulto de que se trata apenas de uma fase e que com o tempo vai voltar a ser heterossexual, desvalorizando todo o trabalho de preparação que o jovem fez para partilhar com os pais o que sentia
- Criar um pacto de silêncio sobre as questões relacionadas com os afectos e sexualidade dos jovens
- Criar um clima de confrontação e hostilidade que faça o adolescente/jovem adulto sentir-se ainda mais isolado do que já se sentia antes do *coming out* (“sair do armário”)
- Fazer ameaças de que ou o adolescente muda a sua orientação sexual ou é afastado da família ou expulso de casa
- Proibir o adolescente ou jovem adulto de se encontrar com os seus amigos ou namorados(as) que muitas vezes são apontados pelos pais mais intolerantes como responsáveis pela situação
- Fazer formulações culpabilizantes de que os filhos são gays ou lésbicas porque os pais falharam ou porque a orientação sexual dos filhos resulta de experiências infantis (ex: a mãe estava demasiado próxima e o pai era distante)
- Fazer comentários homofóbicos e que ridicularizam pessoas gays ou lésbicas
- Procurar psiquiatras e psicólogos com o objectivo de mudar a orientação sexual dos filhos

O QUE DEVE FAZER

- Criar um contexto seguro para que o adolescente ou o jovem adulto fale abertamente sobre os seus sentimentos
- Assumir que, à semelhança do que foi vivido pelos filhos, os pais também necessitam de tempo para se adaptar à nova realidade
- Procurar informação especializada sobre questões relacionadas com a orientação sexual
- Se necessário, procurar um profissional de saúde mental especializado em questões de sexualidade
- Conhecer gays e lésbicas que lhe possam assegurar que uma orientação sexual minoritária não é um problema e que lhe mostrem que essas pessoas podem ter vidas completas como homens e mulheres a todos os níveis
- Procurar outros pais que têm filhos gays e lésbicas e que vi-veram situações semelhantes

Texto de Pedro Frazão
Psicólogo Clínico e Terapeuta Familiar
pedrofrazao@aeiou.pt

Contacto:
amplos.bo@gmail.com

Quando o seu filho lhe diz que é gay

Edição  **amplos**