

## CO POTŘEBUJÍ DOSPÍVAJÍCÍ?

„Emočně nestabilní prožívání patří k normálnímu průběhu puberty a adolescence. Proto tyto děti potřebují stabilní prostředí a aby se rodiče naopak zpevnili. Sexualita v tomto období teprve dozrává. Rozhodování o vlastní sexuální orientaci či genderové identitě je skutečně možné až po dokončení separačního procesu z rodiny.“

PhDr. Ludmila Trapková

„Ke zdravému bio-psycho-sociálnímu vývoji a budování identity vašeho dítěte nejlépe přispěje citlivá podpora, laskavé přijetí a poskytnutí potřebného času k dozrávání v bezpečných limitech. Rozmanitost vnějších i vnitřních faktorů, které mohou individuální proces utváření identity komplikovat, nás vede k tomu, abychom k vyjádřenému přání dítěte akceptovat jeho odlišnost přistupovali s velkou obezřetností a svým chováním proces předčasně neuzavírali, spíše otevírali různé cesty jeho řešení.“

Mgr. Hana Imlaufová



Nejste na to sami

„Tys to byl, kdo utvořil mé ledví,  
v životě mé matky jsi mě utkal.“

(Ž 139,13)

„Cožpak může zapomenout žena  
na své pacholátko, neslitovat se  
nad synem vlastního života?  
I kdyby některé zapomněly,  
já na tebe nezapomenu.“

(Iz 49, 15)

**Kontaktní místa:**

<http://www.rodiny.cz/lgbtq>

**Vydal:**

Rada pro rodinu při ČBK

**Zpracoval:**

Národní centrum pro rodinu  
České biskupské konference, 2024

 ČESKÁ  
BISKUPSKÁ  
KONFERENCE



Informace pro rodiče, kterým se dítě svěří  
s LGBTQ+ problematikou, tj. tématem nejistoty  
v sexuální orientaci nebo v pohlavní identitě

## MAMI, TATI, ASI TO MÁM JINAK



**Přišlo vaše dítě s podobným oznámením?**

**Je v pořádku cítit překvapení, šok, smutek,  
bezradnost, nevědět, jak reagovat.**

**CO S TÍM? Dopřejte si čas a poraďte se.**

**NEJSTE NA TO SAMI**

## Berte pocity a slova svého dítěte vážně

Vaše dítě prochází pubertou, časem hledání, nejistoty, nespokojenosti se sebou samým.

- ▶ **Poděkujte** mu, že se vám přišlo svěřit. Není to samozřejmé a stálo ho to hodně sil.
- ▶ **Mluvte** se svým dítětem o jeho pocitech, jak se mu daří, zajímejte se o to, po čem touží, co by potřebovalo; **naslouchejte**.
- ▶ **Využijte služby** duchovních delegovaných pro pastorační LGBTQ+, křesťanských terapeutů, psychologů, kteří dítěti mohou pomoci se sebezpřijetím a zvládnutím této situace.



## ZKUSTE ODDÁLIT ROZHODNUTÍ O FYZICKÉ NEBO ÚŘEDNÍ ZMĚNĚ POHLAVÍ A ZÍSKAT TAK ČAS PRO VÝVOJ SITUACE.

### Myslete i na sebe

Cítíte se zaskočení, zmatení, rozčilení nebo smutní? Každá taková zpráva vyžaduje čas na zpracování, otevřené srdce a mysl. Není to vaše vina. Buďte k sobě laskaví, dopřejte všemu čas. Situace se může dále vyvíjet.

- ▶ Hledejte dostupnou literaturu, svědectví těch, kdo zažili něco podobného.
- ▶ Svěřte se těm, kterým důvěřujete, chodte na procházky, povídejte si.
- ▶ Využijte služeb odborníků, které vás mohou touto situací provést a pomohou vám ji zvládnout.



### Hledejte příležitosti k prohloubení vašeho vztahu s dítětem

Společně prožitý čas dává příležitost pro přirozené sdílení, přemítání a hledání cesty, jak dál. Co můžete společně dělat?

- ▶ Hrajte si společně, např. deskové hry, na hudební nástroje.
- ▶ Navštivte kino, restauraci, cukrárnu.
- ▶ Sportujte; vyjedte na výlet, do přírody.
- ▶ Vařte, tvořte, či cokoliv jiného, co vás těší a spojuje.