

Homosexualitat: Com dir-ho a casa

Sempre és bo parlar dels sentiments amb la teva família sigui quina sigui la teva orientació sexual. En aquest sentit, enhorabona per donar aquest pas.

L'homosexualitat és encara molt desconeguda per a algunes famílies. Si penses que aquesta és la teva situació i vols dir-ho a casa, aquest full et pot ajudar.

Hauries de tenir a l'abast informació rigorosa sobre l'homosexualitat per poder respondre a les preguntes i resoldre els dubtes que et plantegi la teva família.

La teva família és una peça clau en la teva vida. Cal que valoris el moment emocionalment més idoni per parlar amb ells. Potser cal que parlis primer amb algun membre de la teva família que pensis que et pot recolzar a l'hora de dir-li a la resta de la família.

Quan donis la notícia a la teva família pot donar-se una resposta inicial de xoc. En qualsevol cas, es tracta només d'un període de temps. Aquesta situació acostuma a anar bé.

En pocs casos, pot donar-se una actitud de negació i de rebuig. La teva família pot tenir sentiments de culpabilitat. Dóna'ls temps per assumir-ho. Facilita el diàleg i deixa que expressin el que vulguin dir-te, encara que no sigui sempre fàcil per a tu. No et quedis amb les primeres reaccions i torna-ho a parlar passats un dies o setmanes.

Si cal, cerca un grup, associació o persones qualificades per tal que et puguin ajudar. També pots oferir el mateix a la teva família.



Publicacions que poden ajudar:

- **"EIXIR"** d'Arnau Tost (Editorial L'índex): www.eixir.com
- **"Gent com tu"** de Iñaki Tofiño (Editorial Viena)

Adreces de suport a Catalunya:

- **AMPGiL** (Associació de Mares i Pares de Gais i Lesbianes): 656433624, www.ampgil.org ampgil@ampgil.org
- **Casal Lambda**: c/ Verdaguer i Callís, 10, 08003 Barcelona www.lambda.cat