

青年期は、突然の変化や新たな発見に満ちた、心弾ませる時期となります。

同性愛や両性愛の思春期の子どもたちは、一人で対処し難い特有のストレスやリスクも持っています。しかしながら、そうした子どもたちに支援的な家庭環境は、リスクから彼ら/彼女たちを守る上で、良い影響を及ぼします。以下のデータを見ると、同性愛や両性愛に好意的な家庭環境は、ブリティッシュ・コロンビア州の東アジア系の子どもたちにとって特に重要となることがわかります。

- いじめや嫌がらせ 78%
- ドラッグの使用(マリファナを除く) 26%
- 自傷行為 26%
- 自殺思案 24%
- 自殺未遂 18%
- 極度のストレス 18%

ストレスやリスクについて話し合うことは簡単なことではありません。しかし、小さな努力が大きく実を結ぶのです。

現在、ブリティッシュ・コロンビア州の東アジア系の子どもたちの多くは、自らに自信を持ち、信頼できる支援的な大人がいて、高校卒業後進学を検討しています。さらに、研究データによると、偏見無しに同性愛や両性愛を受け入れる支援的な家庭は、以下のことを助長します。

リスクの軽減

自殺思案、自殺未遂、自傷行為

福祉の改善

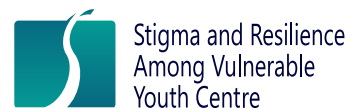
ストレス・レベルの軽減、メンタル・ヘルスへの懸念の低下

自尊心の向上

自分自身を大切に思うこと

支援の強化

深刻な問題について話せる信頼できる大人を持つこと



Stigma and Resilience
Among Vulnerable
Youth Centre

ブリティッシュ・コロンビア大学 バンクーバー・キャンパス
T22-2211 ウェスブルック・モール, バンクーバー,
ブリティッシュ・コロンビア, カナダ V6T 2B5
604-822-7498

saravyc.ubc.ca/outathome
saravyc@nursing.ubc.ca

家庭での カミングアウト ～本来の自分 として生きる

ブリティッシュ・コロンビア・ユース・ヘルス調査からのデータ

10代の子どもの性的指向を支援する
ための家族への手引き



OPTIONS FOR SEXUAL HEALTH



Stigma and Resilience
Among Vulnerable
Youth Centre

saravyc.ubc.ca/outathome

異なった考えや生活スタイルは共生しえます。特に、思いやりがあって、偏見を持たない家庭ではそうしたことが可能となります。家族の福祉のために親が出来る3つのことがあります。



耳を傾ける

家庭で安心して過ごせ、家族に理解してもらえることは、子どもたちがストレスに対処することを助長します。ストレスが軽減すると、子どもたちは自分自信の将来についてさらに集中できるようになります。子どもたちの声に耳を傾けてみてください。考えが同じか異なるかに関わらず、子どもたちが親に聞いてもらっていると実感することが、健やかな青年期には大切なこととなります。



楽しむ

家族と共に楽しむことは、子どもたちの心身の健康を維持することにつながります。一緒に料理をしたり、外で時間を過ごしたり、トランプをしたりするなど、簡単なことでいいのです。決まった時間かそうでないか、親のアイデアか子どものものか、に関わらず、一緒に笑い、遊ぶ時間を取りましょう。一緒に思い出を築き上げるにつれ、家族の絆が強まるのに気付くでしょう。



知識を備え準備する

継続した学びが家族の絆を強めます。子どもたちの健康、性的指向、福祉に関する知識や情報源を探し求めることによって、親は子どもがサポートを必要とするときに備えておくことができます。私たちのウェブ・サイト(saravyc.ubc.ca/outathome)上の情報を読んでみてください。

家族の福祉は、進行中のプロセスである。

毎日が子どもとの距離を縮める機会となります。様々な考え、価値観、生活スタイルを支援することが、思いやりのある家庭を育むことにつながります。最善を尽くすこと、そして、ありのままの子どもを受け入れることが重要です。

