

UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD MULTIDISCIPLINARIA ORIENTAL
DEPARTAMENTO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
SECCIÓN DE PSICOLOGÍA



TRABAJO DE GRADO:
ESTRATEGIAS DE RESILIENCIA EN GAYS Y LESBIANAS EN LA CIUDAD DE SAN
MIGUEL, DURANTE EL PERIODO DE FEBRERO A SEPTIEMBRE DE 2020

PREVIO A OPTAR AL GRADO ACADÉMICO DE:
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

PRESENTADO POR:
BR. SANTOS JEREMIAS CRUZ CRUZ
BR. LEIDY CAROLINA GONZÁLEZ VENTURA
BR. KEVIN GILBERTO PÉREZ VÁSQUEZ

DOCENTE ASESORA:
MSC. ELEYDA VICTORIA PARADA TREMINIO

CIUDAD UNIVERSITARIA ORIENTAL, SEPTIEMBRE 2020

UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR

AUTORIDADES:

MAESTRO ROGER ARMANDO ARIAS ALVARADO

RECTOR

PHD. RAÚL ERNESTO AZCÚNAGA LÓPEZ

VICE-RECTOR ACADÉMICO

ING. JUAN ROSA QUINTANILLA

VICE-RECTOR ADMINISTRATIVO

ING. FRANCISCO ALARCÓN

SECRETARIO GENERAL

LIC. RAFAEL HUMBERTO PEÑA MARÍN

FISCAL GENERAL

FACULTAD MULTIDISCIPLINARIA ORIENTAL

AUTORIDADES:

LIC. CRISTOBAL HERNÁN RÍOS BENÍTEZ

DECANO

LIC. OSCAR VILLALOBOS

VICE – DECANO

LIC. ISRAEL LÓPEZ MIRANDA

SECRETARIO INTERINO

V°. B°. LIC. JORGE PASTOR FUENTES CABRERA

DIRECTOR GENERAL DEL PROCESO DE GRADUACIÓN

DEPARTAMENTO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES

AUTORIDADES:

MSC. ELADIO FABIÁN MELGAR BENÍTEZ

JEFE DEL DEPARTAMENTO

LIC. NAHÚN VÁSQUEZ NAVARRO

COORDINADOR DE LA SECCIÓN DE PSICOLOGÍA

LIC. RENÉ CAMPOS QUINTANILLA

**COORDINADOR GENERAL DE PROCESOS DE GRADUACIÓN DE LA SECCIÓN DE
PSICOLOGÍA**

LICDA. ELEYDA VICTORIA PARADA TREMINIO

DOCENTE ASESORA

TRIBUNAL CALIFICADOR

LIC. RUBÉN ELIAS CAMPOS

PRESIDENTE

LIC. NAHÚN VÁSQUEZ NAVARRO

SECRETARIO

MSc. ELEYDA VICTORIA PARADA TREMINIO

VOCAL

AGRADECIMIENTO GRUPAL

A Dios Todopoderoso: por darnos el don de la vida, la sabiduría, y guiarnos en el camino de esta investigación y mantenernos firmes hasta alcanzar nuestros objetivos propuestos.

A nuestra Asesora: MSc. Eleyda Victoria Treminio Parada, por orientarnos con paciencia y sabiduría en nuestra investigación, y a lo largo de la carrera.

A nuestros Docentes de Psicología: Por su dedicación, orientación, consejos para nuestra formación académica y brindarnos su apoyo cuando fue necesario.

A nuestros compañeros y amigos: por esos momentos de apoyo mutuo y convivencia que quedan como un inolvidable recuerdo.

De manera especial: a los participantes por su valioso aporte a nuestra investigación y permitirnos aprender juntos y conocer de cerca las realidades de la población gays y lesbianas.

Al grupo de tesis: por el esfuerzo constante de realizar la presente investigación de la mejor manera.

DEDICATORIA

A Dios, por acompañarme durante cada momento de este proceso de desarrollo, por ser mi fortaleza y no desampararme en los momentos de tribulación.

A mis Padres, quienes desde sus condiciones dieron lo mejor de sí para poder brindarme el apoyo necesario para salir adelante y alcanzar este logro más en la vida.

A Rosa Cándida Herrera, quien ha sido una segunda madre y apoyo incondicional durante toda mi vida, quien con sus consejos y comprensión a la vez ha acompañado desde muy cerca mi proceso de superación personal.

A mi Esposa, quien ha sido mi amiga, compañera y ha estado a mi lado durante noches de desvelos y sacrificio, dándome su apoyo por sobre todas las cosas.

A mi Hija, por ser ese rayito de luz y ternura, en los momentos de tensión y aflicción, mi motor y mi todo.

A mis Docentes, por compartir con dedicación sus conocimientos y experiencia profesional.

A nuestra Asesora de Tesis, MSc. Eleyda Victoria Parada Treminio, por ser una de mis primeras docentes con quien inicié este proceso académico y tener el honor de culminarlo con ella.

A mis Compañeros de Tesis, por ser un excelente equipo de trabajo, por la paciencia y comprensión durante cada etapa de trabajo.

A mis demás Compañeros y Amigos, ya de que de cada uno de ellos aprendí un poco más, por las experiencias compartidas dentro y fuera de nuestra Alma Mater.

A mi Alma Mater, La Universidad de El Salvador, por haberme heredado tantas experiencias de aprendizaje en diferentes campos de la ciencia, principalmente en la ciencia del comportamiento humano, La Psicología.

KEVIN GILBERTO PÉREZ VÁSQUEZ

DEDICATORIA

A **Dios**, por guiar mi camino y ayudarme en cada dificultad, por las veces que sentí desmayar, cansada y sin fuerzas para continuar, por permitir cumplir mi sueño a pesar de muchos obstáculos que se me presentaron para culminar mi carrera universitaria.

A ti **Papá, Amadeo González Flores** que siempre fuiste mi mayor inspiración, me brindaste tu apoyo incondicional y sacrificaste tanto por mí, siempre me motivaste a luchar por mis sueños y nunca darme por vencida, tengo tanto que agradecerte, a pesar de que ya no estas físicamente presente, tu amor y tu recuerdo siempre permanecerá conmigo, sé que desde el cielo sonrías al verme triunfar como siempre lo soñaste Papá.

A ti **Mamá, Milagro Ventura** la mejor Madre que Dios me regaló, gracias por apoyarme siempre, por cuidarme y motivarme en los momentos de mucho dolor, gracias por tus consejos y ser fundamental en mis triunfos, por ser una mujer fuerte y muy valiente que me transmite esa valentía para luchar cada día, gracias Mamá.

A cada uno de mis **hermanos, Gerber, Juan, Wilber, Cecilio y Emilio** que siempre me han apoyado incondicionalmente, por motivarme y creer en mí, por demostrarme su cariño y cuidar de mí en cada momento, porque a pesar de muchos obstáculos hemos permanecido muy unidos.

A mis **Abuelos** que ya fallecieron, **Cecilio González, Antolina Flores y Mario Fernández** por su amor infinito, por todos sus consejos, porque siempre tuve su apoyo y motivación, porque de alguna manera son parte de mi triunfo y desde el cielo están muy orgullosos.

A mi **abuela Elba**, que siempre ha cuidado de mí y ha permanecido a mi lado, quien me ha apoyado en momentos difíciles, tengo mucho que agradecerle. Y a toda mi familia y amigos que han sido parte importante en mi vida, gracias por su apoyo.

A **Elmer Alexander Salmerón**, por su amor, paciencia y dedicación, un buen compañero de vida que ha sido importante en los momentos difíciles, por su apoyo en cada momento, por acompañarme en este camino difícil y motivarme a perseguir mis sueños.

A mis **compañeros de tesis**, por el esfuerzo y dedicación que juntos hemos realizado, por el compañerismo y empeño para poder finalizar nuestro trabajo, y así poder culminar nuestra carrera universitaria.

A nuestra asesora de tesis **MSc. Eleyda Victoria Parada Treminio**, por guiarnos con su conocimiento, por dedicarnos tiempo y tener paciencia de enseñarnos durante todo este proceso de investigación, por motivarnos hasta el final para culminar nuestra carrera universitaria.

A todos los **docentes** que han sido parte durante todo este proceso, por su dedicación como profesionales y poder transmitir sus conocimientos a todos los estudiantes de la carrera de Licenciatura en psicología.

LEIDY GONZÁLEZ

DEDICATORIA

A Dios, por ser quien ha estado conmigo en todo este proceso de aprendizaje, por ser mi consuelo en los momentos más difíciles y por permitir que este sueño se vuelva realidad.

A mis Padres, quienes desde sus condiciones hicieron todo lo posible para apoyar mis sueños

A mi Esposa, por ser una persona muy especial, a pesar de las adversidades siempre ha estado ahí para apoyar mis metas y hacer que mis objetivos se cumplan, gracias por motivarme siempre y estar ahí en cada noche de desvelo porque sé que lo haces con mucho amor.

A mi suegra, por siempre estar pendiente de mí, por sus consejos que me han servido de mucho en todo este proceso.

A mis hermanos, que siempre han estado para apoyarme cuando más los he necesitado.

A mis Docentes, por estar siempre dispuesto a compartir sus conocimientos y experiencias profesionales.

A nuestra Asesora de Tesis, MSc. Eleyda Victoria Parada Treminio, de quien aprendí mucho en este proceso no solo en lo profesional sino también como persona, siempre estuvo ahí buscando nuevos métodos para el óptimo aprendizaje.

A mis Compañeros de Tesis, por ser un equipo muy entregado a las tareas, a pesar de conocernos quizá muy poco puedo decir que formamos un excelente equipo de trabajo.

A mi Alma Mater, La Universidad de El Salvador, por brindarme las herramientas necesarias para mi aprendizaje, así como también, tantas experiencias que no olvidare.

JEREMIAS CRUZ

INDICE

INTRODUCCIÓN	16
CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	18
1.1 Situación Problemática.....	18
1.2 Pregunta de Investigación	20
1.3 Justificación.....	20
CAPITULO II: OBJETIVOS DE INVESTIGACIÓN	22
2.1 Objetivo General	22
2.2 Objetivos Específicos.....	22
CAPÍTULO III: FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA.....	23
3.1 Marco Conceptual	23
3.1.1 Definiciones sobre Resiliencia	23
3.1.2 Definiciones sobre Homosexualidad	26
3.2 Marco Histórico sobre La Resiliencia.....	30
3.3 Marco Histórico sobre la Homosexualidad.....	34
3.3.1 Grecia.....	34
3.3.2 Roma.....	35
3.3.3 Egipto.....	36
3.3.4 Lejano Oriente	36
3.3.5 África	37
3.3.6 Era Precolombina	38
3.3.7 Era del Cristianismo	39
3.3.8 Época Actual.....	39
3.3.9 La Homosexualidad en Europa.....	42
3.3.10 La Homosexualidad en Europa Occidental	42
3.3.11 La Homosexualidad en Europa Oriental	43
3.3.12 La Homosexualidad y el Vaticano.....	44
3.3.13 La Homosexualidad en Países No Europeos	45
3.3.14 La Homosexualidad en el Continente Americano	45
3.3.15 La Homosexualidad en Estados Unidos	45
3.3.16 La Homosexualidad en Canadá	46
3.3.17 La Homosexualidad en América Latina	46

3.3.18 La Homosexualidad en El Salvador	52
3.4 Marco Legal de la Población LGBTI en El Salvador	55
3.4.1 Constitución de La Republica y Los Derechos Humanos	56
3.5 Etapas de Desarrollo Homosexual según Rubén Ardila	58
3.6 Resiliencia en Gays y Lesbianas	61
3.6.1 Resiliencia en el Contexto Familiar.....	63
3.6.2 Resiliencia en las Mujeres Lesbianas y Bisexuales.....	64
CAPÍTULO IV: DISEÑO METODOLÓGICO.....	67
4.1 Tipo de Investigación	67
4.2 Selección del Escenario y del Grupo Social.....	67
4.3 Estrategia de Muestreo	67
4.4 Recogida de Datos.....	68
4.5 Análisis de la Información	68
CAPÍTULO V: CONSTRUCCIÓN DE LA INFORMACIÓN.....	70
5.1 Matriz Analítica de Resultados	70
5.2 Comparación de Estrategias de Resiliencia en Cada Uno de los Casos.....	78
CAPITULO VI: ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN	84
CAPITULO VII: CONCLUSIONES.....	95
PROPUESTA DE INTERVENCIÓN.....	97
BIBLIOGRAFÍA	121
ANEXO I: INSTRUMENTOS	123
Consentimiento para Evaluación.....	123
Guía de Entrevista	124
ANEXO II: GLOSARIO.....	126

RESUMEN

El presente estudio tiene como finalidad descubrir, identificar, comparar y socializar las diferentes estrategias de resiliencia que se presentan en gays y lesbianas de la ciudad de San Miguel. Para ello se expone una base teórica que permite conocer la evolución conceptual de la resiliencia, así también comprender los diferentes contextos y desafíos que afrontan las personas homosexuales. El tipo de investigación utilizada es cualitativa fenomenológica con alcance descriptivo mediante el abordaje de estudio de casos, implementando la estrategia de muestreo no probabilística intencionada; la recolección de información se hace mediante la entrevista a profundidad, observación directa y autorreporte. Para ello se tomó una muestra de dos participantes, es decir, un hombre gay y una mujer lesbiana, las estrategias de resiliencia se presentan en cada categoría: regulación emocional, confianza en sí mismo, actividades productivas, familia, amigos y la pareja. Este estudio nos permite elaborar una propuesta de intervención psicológica para fortalecer las estrategias de resiliencia en gays y lesbianas con el objetivo de ayudar a la comunidad gays, lesbianas y demás personas que quieran conocer e informarse acerca de la importancia que tiene el fortalecimiento de aquellas estrategias que les han permitido sobrellevar muchas situaciones.

Palabras claves: Homosexualidad, Gays, Lesbiana, Resiliencia.

ABSTRACT

The present study aims to discover, identify, compare and socialize the different resilience strategies that are present in gays and lesbians in the city of San Miguel. For this, a theoretical basis is exposed that allows us to know the conceptual evolution of resilience, as well as to understand the different contexts and challenges that homosexual people face. The type of research used is qualitative phenomenological with descriptive scope through the case study approach, implementing the intentional non-probabilistic sampling strategy; the collection of information is done through in-depth interviews, direct observation and self-report. For this, a sample of two participants was taken, that is, a gay man and a lesbian woman, resilience strategies are presented in each category: emotional regulation, self-confidence, productive activities, family, friends and partner. This study allows us to develop a proposal for psychological intervention to strengthen resilience strategies in gays and lesbians with the aim of helping the gay community, lesbians and other people who want to know and learn about the importance of strengthening those strategies that have allowed them to cope with many situations.

Keywords: Homosexuality, Gays, Lesbian, Resilience.

INTRODUCCIÓN

Se entiende por estrategias de resiliencia aquellas acciones que implican la capacidad de resistir y desarrollarse normalmente frente a situaciones adversas o traumáticas mediante la regulación y expresión emocional, adquiriendo confianza en sí mismo, con apertura de pensamientos y abierto a los cambios; esto sumado a una actitud positiva que aliente el crecimiento personal de tal manera que encamine a actividades productivas como el estudio o el trabajo, con apoyo socioemocional por parte de la familia, los amigos y las relaciones de pareja que juegan un papel fundamental en este proceso.

En esta investigación con enfoque cualitativo y mediante la técnica estudio de casos, se abordan las estrategias de resiliencia en gays y lesbianas, ya que es un tema muy importante en el cual se exponen las diferentes adversidades que ha afrontado cada participante, teniendo como objetivo principal descubrir las estrategias de resiliencia que cada uno de ellos ha desarrollado.

Cabe mencionar que las personas homosexuales a lo largo de la historia han tenido que lidiar con la estigmatización, el rechazo, el bullying e inclusive con la misma homofobia interiorizada, esto sumado a los problemas personales que cada uno de ellos enfrenta, puede convertirse en algo muy desagradable difícil de manejar, en algunas circunstancias llegar a un nivel en el cual haya pensamientos e ideas suicidas, es por esa razón la importancia de conocer las diferentes estrategias de resiliencia que se destacan en los participante y que se presentan en este trabajo. A continuación, se presenta esta investigación en la cual se exponen 4 capítulos, los cuales están distribuidos de la siguiente manera:

Capítulo I: Planteamiento del problema, en este se describe la situación problemática, de la cual surge la pregunta de investigación y así mismo la justificación de este trabajo. También se plantean los objetivos, constan de un objetivo general y cuatro específicos, los cuales

consisten en conocer las estrategias de resiliencia en gays y lesbianas en la ciudad de San Miguel.

Capítulo II: Fundamentación teórica, donde se detalla las definiciones sobre resiliencia y homosexualidad, así también los antecedentes históricos, el marco legal de la población LGBTI en El Salvador, las etapas de desarrollo homosexual, y finalmente la resiliencia en gays y lesbianas en general.

Capítulo III: Diseño metodológico, en el cual se presenta el tipo de investigación utilizado, la selección del escenario y del grupo social, las estrategias de muestreo aplicado, la recogida de datos y el análisis de la información.

Capítulo IV: Construcción de la información, se describe detalladamente los resultados obtenidos mediante la recogida de datos, también se encuentra la comparación de estrategias de resiliencia en cada caso presentado. Así mismo también el análisis de la información, hace referencia a la interpretación de resultados mediante un análisis sobre toda la información recopilada, y también se establecen las conclusiones finales de la investigación.

Finalmente, se presenta una propuesta de intervención, tomando en cuenta los resultados de este trabajo de investigación, se plantea una propuesta de intervención sobre el fortalecimiento de estrategias de resiliencia en gays y lesbianas para brindar una mejor orientación.

CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Situación Problemática

La resiliencia es la capacidad que posee una persona para sobreponerse a momentos críticos y adaptarse. Las personas gays y lesbianas suelen vivenciar un duro proceso de confrontación con sus círculos sociales más íntimos cuando toman la decisión de salir del closet, sobre todo ante una sociedad que no está libre de prejuicios y señalamientos ante aquello que no es percibido como “normal” o va en contra de las creencias mismas de cada persona. Cada hombre gay o mujer lesbiana partiendo del hecho individual de ser personas con pensamientos, emociones e intereses distintos, provenientes de contextos sociales diferentes, experimentan dicho proceso de “salir del closet” de formas muy diversas, no solo con el temor a no ser aceptados o reconocidos por su nueva identidad, sino también con el riesgo de ser víctimas de violencia ante una sociedad machista que castiga duramente la diversidad y todo aquello que contradiga la moral o los principios religiosos de una determinada persona, familia o sociedad como tal.

En algunos casos, la población gay que percibe un ambiente de rechazo por sus grupos de apoyo llegan a interiorizar este rechazo y convertirlo en conductas autodestructivas, diferentes investigaciones demuestran cómo experimentar este rechazo por motivo de su orientación sexual se ha relacionado con comportamientos asociados al suicidio debido a que estas personas tienen mayor riesgo de sufrir síntomas de depresión, ansiedad, estrés y una baja en su autoestima. Sin embargo, las personas de la población LGBTI que desarrollan resiliencia son capaces de superar este rechazo y aumentar su autoestima, esto nos lleva a plantearnos diferentes interrogantes ¿Qué factores se ven implicados en el desarrollo de la resiliencia de mujeres lesbianas y gays? ¿Qué

procesos psicológicos influyen en el desarrollo de la resiliencia en esta población? ¿Qué diferencias existen en el desarrollo de la resiliencia de lesbianas y gays? ¿Cuáles son los factores determinantes para favorecen a la decisión de salir del closet u ocultar su orientación sexual? ¿De qué manera influyen los movimientos LGBTI en el desarrollo de la resiliencia de mujeres lesbianas y gays?

La comunidad gays y lesbica ha estado presente en nuestra sociedad desde los tiempos de antaño, han tenido que atravesar el flagelo de la violencia desde diferentes momentos históricos pasando por el conflicto armado donde los homosexuales que pertenecían a la guerrilla sufrían de acoso, intimidación e incluso expulsión de las filas debido a su orientación sexual, se reportan casos de tortura, violaciones y desapariciones masivas de gays y lesbianas durante este periodo. Posteriormente, vinieron los movimientos organizados de lesbianas y gays que comenzaron a velar por que se les respetaran sus derechos como miembros de una sociedad democrática y en paz. De ahí que la relevancia de este estudio sea el de profundizar en estos procesos de resiliencia que han llevado tanto a hombre gays como a mujeres lesbianas a empoderarse y sobresalir en distintos campos profesionales, culturales o artísticos.

Conocer de primera mano la experiencia vívida de casos sobre personas gays y lesbianas que han tomado la decisión de no seguir ocultando su orientación sexual y los desafíos y consecuencias que han tenido que afrontar para alcanzar el reconocimiento esperado y sobre todo el respeto hacia su identidad de género. Entendemos que cada persona es un ser complejo conformado por una psique humana y una diversidad de emociones que le permiten conocer, interpretar y resolver los conflictos del día a día de formas muy particulares; bajo esa premisa pretendemos realizar un análisis exhaustivo de cada una de las vivencias obtenidas de los relatos de los participantes.

1.2 Pregunta de Investigación

Partiendo de la siguiente propuesta de investigación, surge la siguiente pregunta. ¿Cuáles son las estrategias de resiliencia que desarrollan las personas gays y lesbianas de la ciudad de San Miguel, durante el periodo de febrero a septiembre de 2020?

1.3 Justificación

La orientación sexual en personas gays y lesbianas ha sido percibida desde un punto de vista erróneo, estas personas han tenido que soportar por muchos años abucheos y discriminación por parte de la sociedad, la orientación sexual en gays y lesbianas son orientaciones sexuales que manifiesta una interacción, una atracción de tipo sexual, emocional, sentimental y afectiva hacia personas del mismo sexo. Han sido consideradas a través de los años primero como un delito, como perversión o enfermedad mental, también como una elección o preferencia sexual como erróneamente se le ha conocido a lo largo de la historia.

En El Salvador en su mayoría las personas gay y lesbianas son discriminados, estigmatizados, excluidos, incluso hasta asesinados por odio, pero nadie se toma la tarea de pensar que también son seres humanos, que sienten, piensan, tienen familia, se enamoran y a la vez tienen derechos que en su mayoría son violentados, esto los lleva a desarrollar múltiples problemas, los cuales tienen que sobrellevar día con día, enfrentándose a sus propias familias y a la sociedad en general.

Con la elaboración de este proyecto de investigación se pretende conocer las estrategias de resiliencia de las personas gays y lesbianas, debido a que han estado expuestas a múltiples situaciones difíciles, pero hoy en día han superado muchas barreras.

Con ello se pretende comparar esos factores de protección entre la comunidad gays y lesbianas, identificar cuál de las poblaciones es la más vulnerable al sufrimiento que causa la sociedad por revelar su orientación sexual, además de comparar dichas estrategias se conocerán las diferentes formas de cómo ven la vida, cada persona es una historia, una narrativa por tanto sus relatos serán muy variados y las formas de afrontar la vida serán muy diferentes.

Con el relato de las vivencias de estas personas, conoceremos más de cerca su estilo de vida, sus emociones, sus sentimientos y su forma de pensar y actuar, de esta forma se pretende dar un aporte a la ciencia y que sea de beneficio para esta población, y así en un futuro puedan desarrollarse más investigaciones encaminadas siempre a conocer los diferentes estilos de vida de esta población y ayudarle a su desarrollo personal.

CAPITULO II: OBJETIVOS DE INVESTIGACIÓN

2.1 Objetivo General

- ❖ Descubrir las estrategias de resiliencia en gays y lesbianas, en la ciudad de San Miguel, durante el periodo de febrero a septiembre de 2020.

2.2 Objetivos Específicos

- ❖ Identificar los factores que contribuyen al desarrollo de la resiliencia.
- ❖ Comparar las estrategias de resiliencia en gays y lesbianas.
- ❖ Socializar las diferentes estrategias de resiliencia que se presentan en gays y lesbianas.
- ❖ Elaborar un programa de fortalecimiento en habilidades de resiliencia para los participantes y su círculo primario de apoyo.

CAPÍTULO III: FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

3.1 Marco Conceptual

3.1.1 Definiciones sobre Resiliencia

El concepto de resiliencia se aplica de manera general como la habilidad de reestablecerse ante la adversidad. Se entiende como la capacidad de resistir y adaptarse ante las dificultades y que estas puedan transformarse en mejoras (Grotberg, 2006).

La palabra resiliencia en su etimología latina, proviene de “resilio”, integrada por el prefijo de repetición "re" y por el verbo "salire" que indica la acción de saltar para atrás; significando resiliencia, literalmente, rebotar, o volver atrás, de modo reiterado.

El término fue adaptado a las ciencias sociales para caracterizar aquellas personas que, a pesar de nacer y vivir en situaciones de alto riesgo, se desarrollan psicológicamente sanos y exitosos (Rutter, 2000).

En Psicología, se refiere a la capacidad humana, individual o grupal, de sobreponerse a las adversidades: “que reboten los problemas” permaneciendo incólumes, y asumiendo los proyectos de vida con integridad.

El enfoque de la Resiliencia surge a partir de los esfuerzos por entender las causas de la Psicopatología; estos estudios demostraron que existía un grupo de infantes que no desarrollaban problemas psicológicos a pesar de las predicciones de los investigadores e investigadoras (Masten, 2001; Grotberg, 1999). El primer paso fue asumir que estos niños y niñas se adaptaban positivamente debido a que eran "invulnerables" (Koupernik, en Rutter, 1991); es decir, podían "resistir" la adversidad. El segundo paso fue proponer el concepto de Resiliencia en lugar de "invulnerabilidad", debido a que la Resiliencia puede ser promovida, mientras que la

invulnerabilidad es considerada un rasgo intrínseco del individuo (García Vesga & Domínguez de la Ossa, 2013).

Grotberg la define como la capacidad humana universal para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas o incluso ser transformado por ellas. La Resiliencia es parte del proceso evolutivo y debe ser promovido desde la niñez. Esta autora resalta el componente ambiental, en contraste con las definiciones que destacan que se requiere la conjunción de factores biológicos y ambientales para su desarrollo. Estos desacuerdos en las definiciones llevan a concluir que el fenómeno es complejo y que no tiene una sola explicación causal, sino que tiene que ser concebido como un proceso multifactorial en el que convergen las distintas dimensiones del ser humano (Grotberg, 2006) .

Para Vanistendael (1994), la Resiliencia distingue dos componentes: la resistencia frente a la destrucción, esto es, la capacidad de proteger la propia integridad bajo presión; por otra parte, más allá de la resistencia, la capacidad para construir un conductismo vital positivo pese a circunstancias difíciles. Según este autor, el concepto incluye la capacidad de una persona o sistema social de enfrentar adecuadamente las dificultades de una forma socialmente aceptable (García Vesga & Domínguez de la Ossa, 2013).

En cuanto a la Resiliencia como proceso, se destaca (Rutter, 2000) quien argumenta que la resiliencia se ha caracterizado como un conjunto de procesos sociales e intrapsíquicos que posibilitan tener una vida sana, viviendo en un medio insano. Estos procesos tendrían lugar a través del tiempo, dando afortunadas combinaciones entre atributos del niño o niña y su ambiente familiar y social; así, la Resiliencia no puede ser pensada como un atributo con el que los niños y niñas nacen, sino que está en desarrollo y en permanente interacción entre las características de la persona menor y su ambiente.

Estas definiciones antes mencionadas giran alrededor del sentido literal o del sentido de la cualidad, es decir interpretativo. Se han retomado ideas de las definiciones anteriores para poder describir de una mejor manera lo que se entiende por resiliencia, tomando en cuenta que se plantea como estrategias de resiliencia.

Se entiende por estrategias de resiliencia aquellas acciones que implican la capacidad de resistir y desarrollarse normalmente frente a situaciones adversas o traumáticas mediante la regulación y expresión emocional, adquiriendo confianza en sí mismo, con apertura de pensamientos y abierto a los cambios; esto sumado a una actitud positiva que aliente el crecimiento personal de tal manera que encamine a actividades productivas como el estudio o el trabajo, con apoyo socioemocional por parte de la familia, los amigos y las relaciones de pareja que juegan un papel fundamental en este proceso.

Tomando en cuenta el concepto de resiliencia se refiere a un proceso que lleva a la superación de adversidades consiguiendo con ello las transformaciones personales, cabe mencionar que la resiliencia es idónea para la aplicación al proceso de desarrollo positivo de la identidad gay y lesbiana; siendo la discriminación, los problemas de homofobia social y la misma homofobia interiorizada las adversidades a superar.

Habiendo estudiado la definición de resiliencia podemos comprender que, a pesar de considerarse un término relativamente nuevo, esta cualidad en los seres humanos ha existido desde siempre a través de historia y se ha podido observar en muchos escenarios de vida de las personas. Ahora pasaremos a estudiar la definición sobre la homosexualidad como segunda variable que nos atañe en esta investigación para ir poco a poco adentrándonos al tema en cuestión.

3.1.2 Definiciones sobre Homosexualidad

Por homosexual se entiende la persona cuyas atracciones primarias afectivoeróticas son con personas del mismo género (Ardila, 2008).

Siguiendo a Ugarte (2006:5) vamos a definir la homosexualidad (del griego homós que significa igual y no proviene de la palabra homo que significa hombre y el latín sexualis) como “la atracción sexual y emocional hacia personas del mismo sexo, que como tal, lleva implícita aunque no siempre de forma exclusiva el deseo sexual, las fantasías eróticas, la vinculación emocional y las conductas sexuales deseadas con personas del mismo sexo” (Fernández, 2013).

La homosexualidad es la orientación sexual que manifiesta una interacción, una atracción de tipo sexual, emocional, sentimental y afectiva hacia los individuos del mismo sexo (Ucha, 2010).

Homosexualidad: persona que desea sexual y/o afectivamente a otras personas de su mismo sexo. Los términos *gays* (homosexual masculino) y *lesbiana* (homosexual femenino) responden a conceptos de tipo sociológico, que más bien hacen referencia a las luchas de colectivos por el reconocimiento de su derecho a tener una sexualidad libre (Ponte, 2020).

Michael Foucault, en su obra “Historia de la sexualidad” (2006) sitúa el nacimiento de la categoría “homosexual” en torno a 1870, con la definición que hace Westphal de una sensibilización sexual contraria o inversión, a partir del término homosexual creado por el húngaro Kart Marie Benkert un año antes. Entendemos que son homosexuales las relaciones sexuales entre personas del mismo género cuando a partir de ellas la persona construye una identidad particular. Foucault realiza un análisis de las lógicas de biopoder de nuestra cultura situando su inicio en la civilización romana, de donde procede el concepto de “pater familias” como matriz de poder biosocial, de tal forma que el imaginario cultural, entendido como sustrato

intangibles que dirige y da sentido a la existencia y las relaciones humanas, subyace y se reproduce a través de la familia patriarcal, célula básica y exclusiva de organización social, donde las relaciones establecidas entre sus miembros se estructuran jerárquicamente mediante la asignación de roles en función del género (que no sexo) y la edad .

En 1973 la Asociación Americana de Psiquiatría (APA) decidió eliminar la homosexualidad del Manual de Diagnóstico de los Trastornos Mentales (DSM) y rechazó toda legislación discriminatoria contra gays y lesbianas. Éste sólo fue el primer paso de un lento proceso de cambio que tardaría en llegar al resto del mundo, pues hubo que esperar aún dos décadas (hasta 1990) para que la Organización Mundial de la Salud (OMS), retirara la homosexualidad de su lista de enfermedades mentales. Sin embargo, la medida de la OMS no impidió que se siguieran practicando todo tipo de terapias para intentar "curar" la homosexualidad. Ante esta situación, explica Fernando Chacón, decano del Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid, la APA se vio en la necesidad de firmar una declaración en el año 2000 en la que expresa que "no hay evidencia científica que apoye la eficacia de la terapia reparativa para alterar la condición sexual, por lo que no está incluida como tratamiento psiquiátrico".

En 1975, la APA adoptó una resolución en la que se afirma que "la homosexualidad en sí no implica ningún impedimento en el juicio, la estabilidad, la confianza o las capacidades sociales o vocacionales generales", instando a "todos/as los/las profesionales de la salud mental a tomar el liderazgo para eliminar el estigma de la enfermedad mental que por mucho tiempo ha sido asociado con las orientaciones homosexuales" (Conger, 1975, p. 633). En los años posteriores a la adopción de esta importante política, la APA ha tomado la iniciativa de promover la salud mental y el bienestar de las personas lesbianas, gays y bisexuales, proporcionando a profesionales de la psicología herramientas afirmativas para la práctica, la educación y la

investigación con estas poblaciones. En 2009, la asociación afirmó que "las atracciones románticas, sentimientos y conductas sexuales de las personas del mismo sexo son variaciones normales y positivas de la sexualidad humana independientemente de la identidad de la orientación sexual" (APA, 2011)

Con ello se entenderá que toda la estigmatización social, las propuestas terapéuticas y clasificaciones, no han hecho más que fomentar discriminación e instaurar prejuicios acentuados, por la falta de información sobre la sexualidad humana. En este sentido, fomentar cualquier práctica terapéutica basada en estrategias de modificación de conductas y utilizando la aversión, es antiético e inadmisibles.

Hemos de observar que, conocer el origen del término de homosexualidad no es tan complicado como su precisión a la hora de definirlo, sin embargo, cualquier uso que se haga de éste para beneficio personal como el planteamiento de una patología es completamente inadmisibles. Dejando claro lo anterior, podemos continuar presentando una descripción detallada de las categorías en el presente trabajo, y posteriormente, adentrarnos al estudio del marco histórico de la resiliencia.

DEFINICIÓN DE CATEGORÍA

Variable	Definición	Categorías	Sub-categorías
Estrategias de resiliencia	Se entiende por estrategias de resiliencia aquellas acciones que implican la capacidad de resistir y desarrollarse normalmente frente a situaciones adversas o traumáticas mediante la regulación y expresión emocional, adquiriendo confianza en sí mismo, con apertura de pensamientos y abierto a los cambios; esto sumado a una actitud positiva que aliente el crecimiento personal de tal manera que encamine a actividades productivas como el estudio o el trabajo, con apoyo socioemocional por parte de la familia, los amigos y las relaciones de pareja que juegan un papel fundamental en este proceso.	Regulación emocional	Expresión de emociones Control de emociones Actitud positiva
		Confianza en sí mismo	Optimismo Flexibilidad de pensamiento Seguridad personal
		Actividades productivas	Satisfacción de necesidades Objetivos y metas Fuerza de voluntad
		Familia	Buena comunicación Apoyo de los padres Orientación
		Amigos	Aceptación Inclusión Pertenencia
		Pareja	Aceptación Comprensión Respeto

3.2 Marco Histórico sobre La Resiliencia

Aunque para los científicos es un tema de las últimas décadas, la resiliencia es una cualidad universal que ha existido desde siempre. Los historiadores la han reflejado al describir las maneras en que las personas y los pueblos afrontan las adversidades y progresan culturalmente. La literatura también está llena de personajes que han vivido en la desgracia y han sido capaces de sobreponerse: “El patito feo”, Pulgarcito, Cenicienta, Oliver Twist.

En el siglo XVIII, el pedagogo suizo H. Pestalozzi observó que niños de la calle, huérfanos y abandonados, mostraban un gran impulso por vivir y salir adelante: “Yo he visto crecer en los chicos una fuerza interior cuyo alcance sobrepasaba con mucho mis expectativas, y cuyas manifestaciones me llenaron de sorpresa, así como también me emocionaron” (citado en Vanistendael y Lecomte, 2002, pág. 19).

Ciertamente la mayor parte de las personas resilientes no acuden por los servicios de salud ni de trabajo social, son “socialmente invisibles”, pero ciertamente existen. Los profesionales que trabajan con menores en conflicto social y marginación les conocen de forma intuitiva desde hace mucho tiempo.

En Noruega, por ejemplo, a estos niños les llaman “niños diente de león”, por su similitud con la planta frágil que crece por todas partes, incluso en medios muy difíciles. En la India les representan con la flor de loto, porque es capaz de nacer en aguas sucias. (Vanistendael y Lecomte, 2002)

Muchos profesionales de la salud y de la educación se han sorprendido al comprobar cómo sujetos que viven situaciones extremadamente difíciles son capaces de sobreponerse y llevar una vida normal, personas que con su actitud y mentalidad han sido capaces de superar positivamente los límites que la ciencia médica les pronosticaba. Esta característica de las personas y de los pueblos ha estado presente seguramente desde los orígenes de la especie humana, pero no ha sido hasta los años ochenta cuando se le ha analizado científicamente.

M.A. Kotliarenco, I. Cáceres y M. Fontecilla, (1996) refieren que los indios navajos del suroeste de Estados Unidos tienen el término *mandala* para designar la fuerza interna que hace que un individuo enfermo pueda resistir y sobreponerse a la enfermedad y alcanzar paz y orden interno. Posteriormente, Wolin y Wolin (1993) han utilizado el concepto de *mandala de la resiliencia* para describir a las personas, niños y adultos, que poseen esa fuerza interior, que incluye las siguientes características: introspección, independencia, capacidad de relacionarse, iniciativa, sentido del humor, creatividad y moralidad.

El psicoanalista A.S. Jerusalinsky (1988) cuenta una experiencia profesional de H.M. Skeels ocurrida en la década de 1930. Dos niñas de 13 y 16 meses, desnutridas y retrasadas en el desarrollo, fueron separadas de sus madres deficientes mentales e internadas en una institución de deficientes mentales adultos. Las niñas fueron “adoptadas” por algunas de las internas que tenían retraso mental severo. Al evaluarlas un año después las niñas habían evolucionado hasta niveles de desarrollo adecuados a su edad y nivel de desarrollo. Este hecho fue comprobado con la inclusión de 13 niños aparentemente con retraso mental, obteniéndose resultados semejantes.

El psiquiatra francés Boris Cyrulnick, uno de los autores más conocidos en el movimiento teórico de la resiliencia, cuenta su proceso personal de resiliencia.

Se escapó de los campos de exterminio alemán mientras que su familia murió en la cámara de gas. Posteriormente necesitó refugiarse en la imaginación y transformar su rabia en ayuda a los demás. Innumerables casos como éste son los antecedentes de la resiliencia. El propio Cyrulnick (2001) pone ejemplos de personas famosas de todos los ámbitos sociales: Maria Callas, Goerge Brassens, Edith Piaf, C. Andersen, Marilin Monroe, Bill Clinton, Una biografía reciente del poeta Gil de Biedma nos refleja también cómo canalizó en la poesía el sufrimiento padecido por los abusos sexuales durante su infancia (Dalamaty, 2004). Son referencias de personas que han padecido carencias afectivas, que han estado en centros de

acogimiento, que han sufrido abusos y maltrato, y a pesar de ello han salido adelante y han podido llevar una vida productiva.

En la década de los años 60 R. Spitz analizó la dimensión patogénica del hospitalismo y la institucionalización temprana de la infancia. Posteriormente J. Bowlby, al presentar la primera teoría elaborada del apego, fue sin pretenderlo uno de los pioneros científicos de la resiliencia. Desde entonces se han publicado numerosas investigaciones que confirman la importancia de tal vínculo y sus repercusiones en el ajuste personal y social. B. Cyrulnick (2004) afirma que 65% de los niños son capaces de vincularse afectivamente de manera positiva cualquiera que sea su ambiente familiar y cultural. La necesidad de afecto del niño es tan grande que es capaz de transformar experiencias objetivamente negativas en positivas. Rade-Yarrow y Sherman (1990) señalan que uno de los principales mensajes que se derivan de los estudios sobre el apego es que todas las personas y especialmente los niños necesitan el amor y el “alimento psicológico” para desarrollarse con normalidad, y que las consecuencias a largo plazo de las separaciones tempranas, la institucionalización y el vínculo no seguro no son iguales para todos los afectados.

El concepto de resiliencia se introduce en la psicología en la década de los ochenta a partir de los estudios de E.E. Werner y R.S. Smith (1982), en una época en la que predominaba el concepto de vulnerabilidad. E. Werner evaluó en 1955 a 698 recién nacidos en la isla Kauai en el archipiélago de Hawai.

Posteriormente continuó con el seguimiento de 201 niños, que procedían de ambientes sociofamiliares desfavorecidos y para los cuales se estimaba un futuro desarrollo psicosocial negativo. Casi treinta años después, E. Werner descubrió que 72 de estos 201 sujetos de riesgo llevaban una vida adaptada y normal, a pesar de no haber contado con ningún tipo de atención especial.

Werner y Smith los denominaron resistentes al destino y a la característica común a todos ellos “resiliencia”. Según estas autoras, el proceso de la resiliencia había operado en ellos en cuanto que se habían dado algunas circunstancias: recibieron educación formal; procedían de familias poco numerosas, con nacimientos espaciados; habían sido atendidos por alguna persona particularmente afectuosa que les aceptó incondicionalmente y les hizo sentirse persona valiosa; podían encontrar sentido a su vida; poseían locus de control interno; tenían una profunda fe religiosa; los casados mantenían buenas relaciones con sus parejas; algunos jóvenes desadaptados en la adolescencia reorientaron positivamente sus vidas al casarse, tener hijos y participar en actividades religiosas.

Según Rutter (1993) el interés por estudiar la resiliencia procedía de tres áreas de investigación. En primer lugar, los estudios iniciados por Koupernick y Anthony sobre los factores de riesgo en la década de 1970 evidenciaron las diferencias individuales en cuanto a la vulnerabilidad. Posteriormente, empezaron a ser evidentes casos de sujetos invulnerables a pesar de vivir en entornos de riesgo psicosocial. Estos hechos llevaron a los investigadores a establecer categorías en las personas dentro de la dimensión vulnerable-invulnerable en relación a los factores de riesgo y los mecanismos de protección.

En segundo lugar, la consideración de los mecanismos innatos y adquiridos en los procesos de vulnerabilidad e invulnerabilidad pusieron a los estudios sobre el temperamento en el centro de interés (Thomas y Chess, 1970). El temperamento está presente en los tipos de apego, y no sólo en relación con la madre sino también con otros familiares y personas significativas. La personalidad resiliente está asociada a perfiles de temperamento y rasgos de carácter como la autonomía, la actitud social positiva y el propio control emocional.

En tercer lugar, las diferencias individuales en la manera de evolucionar y enfrentarse a situaciones difíciles. La autoestima y el sentimiento de autoeficacia son alguna de las características personales más relacionada con la forma de afrontar el estrés y de perseverar

en el logro de metas personales. Son cualidades protectoras ante las adversidades y a su vez favorecedoras del equilibrio psicológico. Los estudios sobre el llamado locus de control (Rotter, 1975) concluyeron que el sentimiento de control sobre los acontecimientos vitales puede favorecer conductas de evitación o de afrontamiento eficaz ante situaciones adversas (Arciniega, 2010).

De esta manera, podemos constatar una vez más como la resiliencia ha estado presente desde tiempos de antaño hasta la actualidad, desde casos en la literatura tradicional hasta la más contemporánea, pasando por grandes personajes que nos han dado ejemplos claros de lo que implica la resiliencia en situaciones de adversidad. A continuación, veremos también una revisión sobre el marco histórico de la homosexualidad como lo hemos hecho con el término de resiliencia.

3.3 Marco Histórico sobre la Homosexualidad

Sobre la base de estudios antropológicos se puede afirmar que la homosexualidad es una constante universal de la cultura, se ha observado su presencia tanto en pueblos primitivos como en otros altamente desarrollados.

La lista de grandes hombres y mujeres que han contribuido a la cultura humana y han sido homosexuales incluye a Aristóteles, Alejandro Magno, Platón, Leonardo Da Vinci, Miguel Ángel, Lord Byron, Salvador Dalí, Oscar Wilde, Rock Hudson, Antony Perkins, por mencionar algunos.

3.3.1 Grecia

Los hombres adultos tenían el derecho a prostituirse y si su cliente era extranjero, se podían alquilar en calidad de mancebos por un buen salario. La homosexualidad masculina estaba muy extendida en toda Grecia y se consideraba normal que un muchacho joven de 13

y 17 años fuera el amante de un hombre mayor, el cual se ocupaba de la educación política, social, científica y moral del amado.

Sin embargo, se consideraba más extraño que dos hombres adultos mantuviesen una relación amorosa. Aunque se permitían las caricias y juegos homosexuales, consumir el acto sexual era prohibido. Además, se consideraba el hecho que ser “pasivo” no era bien visto socialmente, debido a que serlo significaba ser intelectualmente inferior y/o más inexperto que el que asumía el rol “activo”.

Se relatan historias de homosexualismo desde los dioses mitológicos como Zeus, hasta los grandes guerreros, como Alejandro Magno. En la sociedad helénica estas conductas recibían poca censura, ya que no se consideraba que la virilidad de estos personajes disminuyera por sus prácticas, siempre y cuando esto no afectara su desempeño en las continuas guerras.

En Esparta, el encuadramiento militar sumado a la separación de los hombres de sus madres y esposas, logró que se conformara una verdadera máquina de hacer soldados, pero a la vez propiciaba las conductas homosexuales entre ellos. Lo anterior ocasionaba que muchos de los matrimonios griegos fueran tibios; los maridos se aburrían en sus casas y no les importaba que sus mujeres estuvieran al tanto de sus deslices con prostitutas y personas de su mismo sexo.

3.3.2 Roma

En la antigua Roma algunos autores, como Tácito o Suetonio, contemplaban la homosexualidad como un signo de degeneración moral e incluso de decadencia cívica. Era relativamente frecuente que un hombre penetrara a un esclavo o a un joven, mientras que lo contrario, era considerado una desgracia.

Existen referencias sobre las relaciones homosexuales mantenidas por emperadores como Marco Antonio y Augusto César. Sin embargo, estas relaciones estaban regidas por una

regla muy clara: existía un "amo" y un "sometido", siendo este último generalmente alguien de clase social inferior o esclavo.

En el siglo VI. Roma proscribió la homosexualidad, en gran parte debido a la influencia del cristianismo, las religiones que animaban la prostitución masculina y femenina, también fueron prohibidas en el imperio romano. Según el cristianismo, la única razón válida para el sexo sería la procreación, cualquier otro tipo de sexualidad que llevara al deseo se consideró como una influencia maligna.

3.3.3 Egipto

En 1964, se descubrió una tumba egipcia en donde se representaban escenas de la vida cotidiana de una pareja (Nianjnum y Jnumhote), quienes eran dos altos funcionarios de la corte, en la cual que se abrazaban afectuosamente. Las imágenes de estos dos hombres en la tumba, eran muy similares a las de matrimonios encontrados en otras tumbas del mismo período y, se sospecha, que los jeroglíficos homosexuales encontrados en dicha tumba eran abundantes.

En el "Libro de los Muertos" hay un fragmento que se puede interpretar como una condena a la homosexualidad, sin embargo, como pertenecía a una mujer, ha sido interpretado como una condena al lesbianismo, aunque dicha interpretación no es demostrable y no existe la menor mención alguna.

3.3.4 Lejano Oriente

La homosexualidad también fue conocida, practicada y a veces divinizada en la India Antigua. Las representaciones de prácticas homosexuales no son infrecuentes en el arte indio antiguo, como la felación de un monje a un aristócrata, en el templo de Chapri del siglo XII. En los cultos antiguos se creía que tener sexo con un dios atraía la fertilidad. Por eso, cuando un hombre penetraba a otro hombre en el altar, al verter su semen consideraban que agregaban más poder masculino a los dioses.

Esta práctica no sólo formaba parte del culto pagano, sino que también era un medio de ganar dinero para el templo. Las catamitas, muchachos y hombres que eran usados exclusivamente para el sexo anal pasivo, empezaron a servir en los templos.

Las mujeres a menudo sólo podían sobrevivir gracias a la prostitución, dado que no se les permitía tener ninguna herencia; los muchachos huérfanos pueden haberse encontrado en la misma encrucijada. En todo caso, desde una fecha muy temprana en la historia humana, se usó la prostitución masculina y femenina, tanto para recolectar fondos para el culto, como para garantizar la subsistencia individual.

En el antiguo lejano oriente, la homosexualidad se practicaba con una tolerancia similar a la de los griegos o la de las civilizaciones precolombinas. En la China antigua existió una tradición de amor entre hombres conocido como amor masculino. Los burdeles masculinos eran abundantes y escandalizaron terriblemente a los jesuitas que residían en Pekín durante los siglos XVII y XVIII.

En Japón, la homosexualidad parece haber sido una práctica común, aunque no exclusiva para la mayor parte y, limitada a la relación entre un samurái mayor experimentado y uno más joven, si bien también había otros casos.

Por una parte, la homosexualidad está presente en textos religiosos y filosóficos vedas, como el Rig Veda, en numerosas esculturas y pinturas y en ninguno de dichos textos religiosos existe una condena expresa.

3.3.5 África

Relatos tradicionales de algunas poblaciones africanas, muestran que la homosexualidad era aceptada entre muchachos adolescentes, pero reprobada en los hombres adultos. En la tribu Fang, en Gabón la conducta homosexual se reserva para ciertos adultos, realizándose en privado. Sin embargo, la práctica se extiende a muchos jóvenes con los que se involucran adultos jugando, o por el interés de tener una poca de diversión.

En la cultura Zulú tradicional, las mujeres encarnaban el espíritu de adivinas. Los hombres que desarrollaran características femeninas, también eran considerados como seres con espíritu de adivinas, y si se daba el caso que un hombre fuese poseído por un espíritu, entonces ese hombre era considerado mujer.

Recientemente se ha documentado el caso de los trabajadores de minas en Sudáfrica, que pasaban meses separados de mujeres o amigas. En compensación a este aislamiento, se acercaban a los campamentos muchachos adolescentes, que ofrecían sus servicios sexuales a los trabajadores. Las culturas melanesias practican la homosexualidad con frecuencia. Son culturas admiradoras de hombres y comunidades de compañeros. Viven en poblados pequeños, de baja población, con más hombres que mujeres y una baja tasa de fertilidad, factores que pueden estar relacionados con su cultura de la sexualidad.

3.3.6 Era Precolombina

La homosexualidad como práctica sexual ha existido a lo largo de la historia. Antes de la venida de los españoles, la homosexualidad era respetada en Centroamérica, las islas del Caribe y Norteamérica y los indígenas veneraban lo masculino y femenino. Los homosexuales eran considerados frecuentemente como seres especiales, mágicos, dotados de poderes sobrenaturales cuya cercanía era augurio de buena suerte.

En el Reino de Nueva Granada, los caudillos desnudos promovían las relaciones homosexuales entre sus seguidores. Un huaco es una pieza cerámica de factura delicada y de características estéticas notables, producida por alguna cultura precolombina de los Andes centrales. Los Wari, Nazcas y los Mochicas, fueron unos de los mejores trabajadores de huacos, quienes pasaron a la historia, por sus notables trabajos en cerámicas (época precolombina del Perú de 300 a.C.). En Ecuador, los nativos distinguían divinidades masculinas y femeninas y para ser Chaman de una tribu era necesario ser homosexual.

En México, datan momentos en la historia del país en los que la homosexualidad y el travestismo formaron parte normal de la sociedad. En el imperio Azteca algunas tribus permitían que ciertos hombres asumieran el papel de mujer, sin necesidad de tener una esposa. Los Incas tuvieron mucha consideración por las mujeres; sin embargo, parece que en general, la homosexualidad en el incanato no era bien vista.

3.3.7 Era del Cristianismo

Cuando el cristianismo en el siglo IV cesa de ser perseguido y contrae una alianza política con el emperador romano Constantino I, “El Grande”. El cristianismo se transformó de perseguido en perseguidor de sus oponentes; de esta manera, comienza la persecución de otros “cristianos pecadores”, de los paganos y, por supuesto, de los homosexuales.

Durante la Santa Inquisición a lo largo de la Edad Media, la persecución de la homosexualidad por la Iglesia Católica fue constante. En circunstancias normales los nobles y privilegiados eran raramente acusados, si practicaban la homosexualidad; los castigos por su práctica recaían casi enteramente sobre los pobres o las personas poco importantes. Entre los siglos V y XVIII, la tortura y la pena capital, generalmente en la hoguera, eran los suplicios a los que se condenaba en la mayor parte de Europa a los homosexuales acusados del denominado pecado nefando. El punto de vista de los cristianos que aceptan la homosexualidad mantiene que la Biblia no condenó la homosexualidad en sí misma.

3.3.8 Época Actual

A finales del siglo XIX y durante el siglo XX comenzaron a fraguarse movimientos que consideraban que los homosexuales tenían los mismos derechos que los heterosexuales. Estos movimientos de liberación gay (palabra que comenzó a usarse a partir de la década de los treinta) cobraron importancia a inicios de la década de los sesenta.

Con la liberación de las mujeres, la aparición de los hippies y la búsqueda de la igualdad de las razas y culturas, los homosexuales consideraron que era hora de “salir del

closet” y tener derechos. Los primeros trabajos que consideraron que la homosexualidad era genética se deben a Kart Ulrichs (1825-1895), quien se considera como el primer activista gay de la historia. Otro activista famoso fue Magnus Hirschfeld, médico alemán dedicado a la neurología, que en 1919 desarrolló el primer centro mundial para la investigación sexual y fue quien logró la eliminación de la ley que penaba la homosexualidad. La aparición del nazismo acabó con el instituto de Hirschfeld y sus logros. En la mayoría de los países aparecieron grupos activistas para lograr igualdad de derechos en la población homosexual.

El 28 de junio de 1969 un grupo de homosexuales de la ciudad de New York, decidió enfrentarse a la policía que los había perseguido de manera sistemática, en un bar situado en la calle Christopher en el Greenwich Village, conocido con el nombre de Stonewall, el cual era el único bar gay masculino donde se permitía el baile entre hombres. Ese día o el último domingo del mes de junio, para facilitar las celebraciones, se considera el día de la "independencia gay" y muchos afirman que la vida gay se puede dividir en dos épocas: antes y después de Stonewall.

En conclusión, la homosexualidad se consideró en la antigüedad como algo aceptable, luego por mucho tiempo se consideró un pecado, posteriormente como un delito y más adelante como una enfermedad. Hoy se piensa en ella como una opción de vida, pero se requirieron muchos esfuerzos a lo largo de varios decenios, para que saliera del campo de lo patológico y fuese una alternativa válida.

En el paso más avanzado para el total equiparamiento de derechos y deberes entre los ciudadanos homosexuales y heterosexuales, se ha aprobado en los Países Bajos (2001), Bélgica (2002), España (2005), Canadá (2005), Sudáfrica (2006), Noruega (2008), Suecia (2009), Portugal (2010), Islandia (2010), Argentina (2010), Dinamarca (2012), Uruguay (2013), Estados Unidos (2015), Colombia (2016), Ecuador (2019) y ahora en Costa Rica (2020) que ha sido un gran acontecimiento histórico, ya que es el primer país

Centroamericano en aprobar el matrimonio igualitario, y también como ya se mencionó en la sección previa, en México existe también desde 2010 el matrimonio igualitario. En otros estados el asunto está en debate y, de acuerdo a un estudio de opinión europea, más de la mitad de los ciudadanos de Luxemburgo, Andorra, Alemania y la República Checa están a favor de la regularización en sus estados y los defensores de esta reforma representan más del 45 por ciento en Austria, Francia, Reino Unido y Finlandia.

En el Noreste de la India (en Nagaland), algunos niños varones de los Konyak son criados y educados para que desempeñen el rol sexual femenino. Sólo tras este periodo podrán elegir una esposa de entre la tribu.

En África, la tribu de los Azande, existe escasez de mujeres solteras debido a la poligamia y los arreglos matrimoniales desde la cuna. Muchos hombres solteros ejercen prácticas en solitario y optan por un matrimonio homosexual, en el que el varón menor se encargará de todo lo doméstico. En la tribu de los Siwanos, la bisexualidad forma parte de su normalidad, ya que es normal que el hombre adulto tenga relaciones anales con jóvenes y pueden llegar incluso a intercambiar a sus hijos.

Algunos hombres Lang se visten de mujeres y pueden llegar a fingir una menstruación, además de poder pasar a ser esposas de algunos varones.

En la Isla de Nueva Guinea, también hay estudios que reflejan esta homosexualidad entre ellos, los Keraki (estudios de Beach y Ford) que practican la sodomía y se inician con coito anal con varones mayores, al igual que los Kiwai.

Entre los indios Hopi también hay conductas masturbatorias entre hombres, y los Crow practican contactos buco-genitales. Podríamos citar muchos más ejemplos de estudios y culturas donde se dan otras estructuras sociales en referencia a sus conductas sexuales. En algunos, se ven no sólo el respeto a los miembros homosexuales, sino incluso un lugar de prestigio, por atribuirles poderes mágicos o religiosos.

Por su parte, en los Mahu de Tahití, los varones asumen roles femeninos, ropas, conductas, y copulatoriamente son receptivos. Sin embargo, la visión que se tiene de ellos por parte de su pueblo no es obligatoriamente homosexual. De hecho, surgen casos en que algunos desean abandonar el rol y lo hacen sin que haya ningún problema.

3.3.9 La Homosexualidad en Europa

La homosexualidad no está penada en ningún país europeo, aunque dependiendo de las situaciones de desarrollo social, económico o político, en algunas regiones del continente existe mayor aceptación o discriminación. A continuación, veremos las diferencias entre la Europa Occidental y Oriental.

3.3.10 La Homosexualidad en Europa Occidental

En los últimos años, la homosexualidad en esta región tiene un alto grado de aceptación, aunque puede darse en cierta medida la discriminación por parte de grupos conservadores, especialmente religiosos. El Parlamento Europeo y el Consejo de Europa han recomendado a todos los estados miembros, la inclusión en su legislación de medidas antidiscriminatorias y de igualdad para todas las minorías, incluyendo las sexuales, medidas que ya están vigentes en la gran mayoría de Europa Occidental.

Muchos países reconocen la unión civil como Alemania, los países escandinavos, Francia, Dinamarca, Luxemburgo, Suiza y el Reino Unido, algunas regiones de Italia y Portugal tienen el denominado: registro de parejas, un grado de reconocimiento menor, mientras que Bélgica, España y los Países Bajos han equiparado a todos sus ciudadanos al admitir el matrimonio entre personas del mismo sexo con plena igualdad legal. En todos estos países se penaliza la discriminación y el maltrato a las personas por tener una orientación sexual concreta.

En Austria, Irlanda y pequeños estados como Andorra, Liechtenstein, Malta, Mónaco y San Marino la homosexualidad es legal, pero aún no existen leyes específicas.

En Austria, la ministra de justicia ha demostrado estar a favor de la legalización de la unión civil, pero ésta idea ha sido aplazada por el resto del gabinete. Es muy posible que Austria sea el próximo país europeo que conceda una amplia unión civil al modo de Alemania.

En Irlanda se discute sobre ello, sin embargo, de momento se desconoce la existencia de un proyecto en concreto.

3.3.11 La Homosexualidad en Europa Oriental

En Europa Oriental, a diferencia de la mayoría de los países de la Unión Europea, la homofobia y la discriminación persisten, tanto en los Balcanes, incluyendo Grecia, como en los países bálticos; Estonia, Letonia y Lituania (miembros de la Unión Europea) y otros estados desgajados de la antigua Unión Soviética, en la que durante el régimen comunista la homosexualidad fue condenada y perseguida.

Desde 1933 hasta después de la desaparición de la Unión Soviética los homosexuales fueron considerados criminales o enfermos. Aunque la homosexualidad ha sido despenalizada en Rusia y otros países, la situación está muy lejos de ser normal. En Rusia se ha propuesto claramente volver a la penalización de la homosexualidad, aunque esto no es probable por la pertenencia de Rusia al Consejo de Europa, pero la no penalización no impide la homofobia y la discriminación, muy evidentes en este país.

En cambio, en Croacia, Eslovenia, Hungría y la República Checa, la homofobia ha disminuido, debido a la pertenencia o la cercanía a la Unión Europea. En Croacia y Hungría se permite la unión civil y se sanciona la discriminación por orientación sexual. En la República Checa y Eslovenia la unión civil es legal.

Un caso especial es Rumania: a pesar de ser el único país europeo oriental que derribó con violencia un régimen comunista y penalizó durante muchos años la homosexualidad, su despenalización no evita la homofobia, que es fuerte y persistente, aunque también se

visualiza una lejana posibilidad de que se pueda reformar el código legal, para extender algunos derechos a las parejas del mismo sexo. Algo similar sucede en Bulgaria.

3.3.12 La Homosexualidad y el Vaticano

El Estado de la Ciudad del Vaticano, centro de la Iglesia Católica, mantiene su oposición a la homosexualidad con la doctrina imperante desde la época medieval. Si bien la única sanción que normalmente han aplicado los papas y los cardenales es la excomunión de los sacerdotes homosexuales. Sin embargo, se relata que la iglesia aprobó la quema de “sodomitas” durante siglos. En México, las últimas penas de hoguera para hombres culpados de sodomía sucedieron a fines del siglo XVIII.

En Noviembre de 2005, el Papa Benedicto XVI, aprobó una Instrucción por la que se recomienda la exclusión del sacerdocio y de la preparación para el mismo de todos los varones con tendencias homosexuales.

Al analizar la posición de la Iglesia Católica, en cuanto a la "homosexualidad" y a la "castidad", encontramos que en el libro denominado "Catecismo de la Iglesia Católica" en el número 2359 dice lo siguiente: "Las personas homosexuales están llamadas a la castidad. Mediante virtudes de dominio de sí mismo que eduquen la libertad interior, y a veces mediante el apoyo de una amistad desinteresada, de la oración y la gracia sacramental, pueden y deben acercarse gradual y resueltamente a la perfección cristiana". Sin embargo, el mismo Catecismo dice claramente en el número 2337: "La virtud de la castidad, por tanto, entraña la integridad de la persona y la totalidad del don". La Iglesia Católica, enseña a sus seguidores que la castidad es un don, un regalo que Dios hace a algunas personas, esto cuando se refiere a los heterosexuales, sin embargo, cuando se trata de las personas homosexuales, asegura que "están llamadas a la castidad".

3.3.13 La Homosexualidad en Países No Europeos

La tendencia a la tolerancia o la plena aceptación de los países occidentales no ha sido seguida en otros países del mundo, donde la homosexualidad sigue considerándose un crimen serio y es llamada peyorativamente sodomía, desviación, inversión, etc.

En los extremos, la homosexualidad expone a la pena capital en Arabia Saudita, los Emiratos Árabes Unidos, Irán, Mauritania, Nigeria, Pakistán, Sudán y Yemen. Menores penas de encarcelación se imponen en Bangladesh, Bután, Guyana, India, las Maldivas, Nepal, Singapur y Uganda.

3.3.14 La Homosexualidad en el Continente Americano

En el continente americano hay diferentes leyes vigentes que van desde la legalidad hasta la penalización, según la situación política, social y económica de cada país. A continuación, revisaremos la situación de cada nación, con respecto a la homosexualidad y las leyes.

3.3.15 La Homosexualidad en Estados Unidos

Antes de 2003, había trece estados que tenían leyes "contra la sodomía," pero ese año la Corte Suprema de los Estados Unidos, en el caso de *Lawrence and Garner v. Texas*, las derogó. En 2004, el estado de Massachussets aprobó los primeros matrimonios entre personas del mismo sexo en los Estados Unidos. Los estados de Vermont (2000) y Connecticut (2005) permiten uniones civiles, y los estados de Hawai (1997), California (1999), Maine (2004), y Nueva Jersey (2004) permiten uniones civiles usando el nombre: "compañero(a) doméstico(a)."

Algunos movimientos religiosos en Estados Unidos predicán que pueden cambiar la orientación homosexual por medio de una "terapia reparativa". Esto ha sido denunciado por organizaciones estadounidenses de profesionales en medicina física y mental como una intervención ineficaz, innecesaria y potencialmente peligrosa.

En 1973, la Asociación Psiquiátrica Estadounidense decidió eliminar la homosexualidad de su lista de enfermedades mentales.

3.3.16 La Homosexualidad en Canadá

Las leyes de sodomía fueron abolidas a finales de los 60 por el entonces Ministro de Justicia de dicha nación. Al defender la posición del gobierno, Trudeau abogaba que "el estado no tiene intereses en los dormitorios de la nación". Canadá fue el tercer país donde se aprobaron los matrimonios del mismo sexo, coincidiendo con la anulación de la ley que penaba la sodomía en los Estados Unidos.

Canadá es visto como uno de los países más inclusivos del mundo, donde varias personalidades públicas afirman su orientación sexual sin preocupación.

3.3.17 La Homosexualidad en América Latina

En ningún país latinoamericano la homosexualidad está penalizada. Sin embargo en la región persiste la homofobia, estimulada por la influencia de instituciones religiosas, el machismo y los problemas socio-económicos.

Algunos países latinoamericanos tienen leyes que prohíben la discriminación por motivo de orientación sexual a la hora de ingresar en el ejército, realizar el servicio militar, ejercer cargos superiores en un trabajo o formar parte de un partido político.

En Buenos Aires, se aprobó en 2010 la Unión Civil para las parejas del mismo sexo, convirtiéndose así en la primera en América Latina en oficializar dichas uniones. Actualmente Buenos Aires se ha vuelto el más importante atractivo turístico homosexual de la región. Asimismo, la provincia de Río Negro (Argentina) y el estado de Río Grande do Sul (Brasil) también aprobaron dichas uniones. En otras provincias argentinas como en Córdoba, Chaco, La Pampa, Mendoza y Neuquén, se encuentra en proyecto la legalización de la unión civil así como el matrimonio entre personas del mismo sexo.

En otros estados de Brasil, se busca aprobar la ley de unión civil, como en Bahía, Minas Gerais, Paraíba, Paraná, Pernambuco, Río de Janeiro y São Paulo.

En Puerto Rico la homosexualidad consentida también estuvo penalizada, aunque sólo en teoría. En 2003 se aprobó el nuevo Código Penal, que legalizó este tipo de relación sexual. La disposición entró en vigor en mayo de 2005. Previamente el Tribunal Supremo de los Estados Unidos, cuyas decisiones también aplican en el territorio, había declarado inconstitucionales las leyes estatales que penalizaban la sodomía, en el famoso caso *Lawrence v. Texas*.

En términos generales la mayoría de los puertorriqueños, si bien no aceptan las relaciones homosexuales, las toleran. El país ya cuenta con una ley que tipifica las agresiones motivadas por la homofobia caracterizada como uno de los crímenes de odio. Actualmente la Asamblea Legislativa considera dentro del estudio de reforma del Código Civil el reconocimiento de la unión civil de parejas del mismo sexo, lo que les concedería la mayoría de los derechos matrimoniales. Sin embargo coaliciones de grupos fundamentalistas y la Iglesia Católica han anunciado una intensa campaña en contra de la medida. En las ciudades de San Juan y Cabo Rojo se celebran anualmente “desfiles de orgullo gay”, durante el mes de junio. Finalmente, en el 2015 se aprobó el matrimonio igualitario.

En México, a partir de la reforma del artículo primero de la Constitución en el 2001, que prohíbe la discriminación, el gobierno mexicano inició políticas públicas a favor de la población homosexual. La más destacada es la campaña de sensibilización contra la homofobia, coordinada por el Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación (Conapred) y el Censida. Además, el gobierno de México votó en la sesión de la Comisión de Derechos Humanos de Naciones Unidas en Ginebra a favor de una propuesta de Brasil que buscaba afirmar que los gays y las lesbianas también tienen derechos humanos. Sin embargo, en mayo de 2006 el ministro del interior censuró el Programa Nacional contra la Discriminación del

Conapred, suprimiendo la propuesta de reconocer el derecho a la seguridad social de parejas del mismo sexo.

A partir del año 2000, se viene debatiendo en la Asamblea Legislativa del Distrito Federal, el derecho de las parejas del mismo sexo a poder unirse legalmente. Posteriormente, surge una propuesta de legalización similar al matrimonio civil, aunque con menos derechos, denominada: Sociedad de Convivencia. Sin embargo, el gobierno de la ciudad, no procedió a realizar la reforma. La comunidad LGBT ha criticado duramente dicha negación a la reforma, ya que esto había sido una propuesta de campaña de dicho gobierno hacia ellos, hasta que finalmente se aprobó el matrimonio igualitario en el año 2010.

En Colombia se planteó un proyecto de ley sobre el reconocimiento de los derechos patrimoniales a las parejas del mismo sexo. Este proyecto fue votado favorablemente en la plenaria del senado del 11 de octubre del año 2006, tras una reñida votación que causaría controversia después de que senadores cristianos intentaran sabotear la votación, por lo que pasó a la cámara de representantes para ser aprobado definitivamente. En el año 2016 se aprobó el matrimonio igualitario.

En Uruguay se busca regularizar jurídicamente la unión civil de las parejas del mismo sexo. En este país, se habla incluso de legalizar que las parejas homosexuales puedan tener derecho a adoptar hijos. En el año 2005, jóvenes uruguayos pidieron que se aprobara en lugar de la unión civil, directamente el matrimonio entre personas del mismo sexo a nivel nacional. Según una encuesta que se realizó en el país, el 62% de las personas encuestadas menores de 40 años aprobaban el matrimonio homosexual, en cambio el 80% de los encuestados mayores de 50 años reprobaba todas las uniones. Por ello, el Poder Legislativo contempla el desarrollo de una Ley de Convivencia que reconozca los mismos derechos a las parejas sin importar su orientación sexual. En el año 2013 se aprobó el matrimonio igualitario.

En Perú, existe una ley para sancionar y eliminar la discriminación por orientación sexual. En el 2003, se rechazó un proyecto de ley a favor de las uniones homosexuales. También existen asociaciones de gays y de lesbianas que promueven la defensa de los derechos de las personas homosexuales.

En Venezuela, desde 1999 se han propuesto nuevos artículos de ley para elevar la no discriminación por orientación sexual a rango constitucional, al mismo nivel que los problemas de raza, religión u otra característica. En el año 2002 se crea el Movimiento Gay Revolucionario de Venezuela en la fluida coyuntura política que atravesaba el país en aquellos momentos, en los que oposición y gobierno decidieron crear una Mesa de Discusión y Acuerdos a fin de tratar la crisis de ingobernabilidad. Se planteó a futuro el reconocimiento legal de las uniones homosexuales por medio de una ley de unión civil, lo cual podría realizarse a nivel nacional o únicamente en determinadas regiones.

En Chile, durante el régimen militar de Pinochet (1973-1990), surgieron los primeros centros de diversión gay, como Fausto y Quazar. En 1987 se crea la Corporación Chilena de Prevención del SIDA, y en 1991 surge el MOVILH (Movimiento de Liberación Homosexual), la primera organización homosexual de carácter político. En 1998 se modificó el artículo 365 del Código Penal que castigaba la sodomía, con lo que la homosexualidad quedaba legalizada.

En los últimos años se ha visto mayor apertura hacia los temas gay-lésbicos-trans. En el 2015 fue aprobada la unión civil entre personas del mismo sexo.

Se reconocen matrimonios extranjeros del mismo sexo como unión civil y para propósitos de inmigración desde el año 2015.

En Ecuador, durante un tiempo la homosexualidad estuvo penalizada, sin embargo, en la constitución política actual está despenalizada, debido a la existencia de una nueva ley para

sancionar y eliminar la discriminación por orientación sexual. El matrimonio igualitario se legalizó en el año 2019.

En Costa Rica, la primera boda legal entre dos mujeres de América Central se celebró a las 00:01 del pasado martes 26 de mayo del año que corre y se retransmitió virtualmente. Las costarricenses Alexandra y Daritza se dieron el sí vestidas ambas de blanco y ante una notaria con cubrebocas. La COVID-19 obligó a reducir los invitados al círculo más íntimo de familiares y amigos, pero miles de personas fueron testigo de los votos de amor de la pareja desde sus casas. La boda abría las puertas a un mundo nuevo.

"Para Costa Rica, la entrada en vigor del matrimonio civil igualitario es un paso histórico donde se reivindica una lucha de cuatro décadas de la comunidad LGBTIQ y un enorme paso hacia la igualdad en derechos civiles de las parejas del mismo sexo", dice a DW, Nisa Sanz. Esta activista costarricense, preside la organización Familias Homoparentales y Diversas, que lideró la campaña: "Sí Acepto", a favor de la legalización de estas uniones. Hoy, que celebran el éxito de su esfuerzo, Sanz no duda en calificarlo como "una deuda pendiente hacia una población históricamente discriminada".

Cuando hace dos años, en 2018, las elecciones presidenciales del país se convirtieron en una suerte de referéndum en torno a la cuestión del matrimonio igualitario, muchos temieron que el país tomase otras medidas menos favorables. Finalmente, Carlos Alvarado, defensor de los derechos del colectivo LGBTI, se impuso al pastor evangélico Fabricio Alvarado. Este último había ascendido desde la marginalidad electoral agitando la polémica en torno a la opinión consultiva de la Corte Interamericana de Derechos Humanos y la sentencia de la Corte Suprema. Las urnas dieron la victoria al candidato progresista, pero los activistas LGBTI de toda América Latina se estremecieron al observar el poder que han alcanzado las iglesias evangélicas en la región.

"El país se dividió en dos y la polémica fue terrible", recuerda en entrevista con DW Víctor Monge, histórico activista LGBTI costarricense y cofundador de la organización Movimiento Diversidad. En las últimas semanas, diputados evangélicos y conservadores han intentado poner en marcha varias estrategias parlamentarias para posponer la entrada en vigor del matrimonio igualitario. "Hablan de un Dios que se va a vengar, dicen que Costa Rica pagará las consecuencias", ironiza Monge. Pero, finalmente no han logrado que Alexandra y Daritza y las otras tantas parejas establecida vean cumplirse su sueño de igualdad (Anarte , 2020).

Nicaragua y Honduras, los países con menor nivel de desarrollo económico de América, son los que mantienen mayores niveles de homofobia en sus sociedades.

En el Caribe, la homosexualidad no está penalizada, aunque en países como Cuba, Haití y República Dominicana aún persiste la homofobia. Un caso extremo es Jamaica, dónde han sido asesinados varios líderes de la comunidad gay como Brian Williamson, y donde algunos cantantes del género "reggae" incitan a la violencia contra las personas homosexuales en sus canciones, pero finalmente se legalizó el matrimonio igualitario en el año 2012.

En la República Dominicana, existen leyes que prohíben difundir videos musicales en canales televisivos locales que estén relacionados con la homosexualidad y la bisexualidad.

En Cuba, desde el principio del gobierno de Castro la homosexualidad fue condenada y los homosexuales arbitrariamente perseguidos, encarcelados y condenados a "reeducación" en instalaciones similares a campos de concentración, con un sistematismo y una crueldad desconocidos antes y después en América Latina. La película Fresa y chocolate, que generó rechazo como curiosidad en el público cubano, impulsó el debate público sobre la homosexualidad y contribuyó a modificar las actitudes, en una época en la que el régimen se volvió algo menos represivo. La película, mostraba la realidad de la homofobia en dicho país.

En la actualidad, no existen leyes que penalicen directamente la homosexualidad y se ha instaurado cierta tolerancia, pero los/as homosexuales siguen sujetos a la arbitrariedad y el acoso bajo múltiples argumentos. En determinado momento se tenía la concepción excluyente que estas personas, por su orientación sexual, no eran ciudadanos cubanos.

Persiste también la homofobia en algunos países como Bolivia, Guatemala, El Salvador, Panamá y Paraguay. En el caso de Bolivia, la homofobia es más notoria en cuarteles militares y regimientos policiales, debido a que el personal de estas instituciones se encuentra mayormente influenciado con doctrinas machistas, aunque la tolerancia va avanzando progresivamente y con dificultad. Además, se han creado instituciones de gays y lesbianas para luchar contra homofobia y transfobia.

En Panamá la homofobia persiste. Para luchar contra la discriminación, se está promoviendo a través de la educación la aceptación de esta orientación sexual.

En el año 2003 una integración llamada Asociación Hombres y Mujeres Nuevas de Panamá (AHMNP), elaboró un proyecto de ley para que puedan ser reconocidas las uniones entre personas del mismo sexo. Ya que el matrimonio no parece posible, se podrían extender ciertos derechos a las parejas homosexuales a través de la unión civil que propone este proyecto.

3.3.18 La Homosexualidad en El Salvador

En El Salvador, la historia del movimiento de lesbianas, gays, bisexuales y trans (LGBTQ) de San Salvador se empezó a formar a finales de los noventa. No obstante, tiene su trayectoria, sus hitos, sus desencuentros y sus triunfos. Por ello es muy importante hacer un recuento de los momentos de esta cronología desconocida para la mayoría de las personas.

Podemos remontarnos a los años del conflicto armado, donde se relata fue un periodo vida gay, trans y lésbica a escondidas de la sociedad. Las personas con ciertos ingresos en la capital tenían la opción de frecuentar los saunas (que se dice existían desde 1950) y también

podían visitar Oráculos Discoteca (la primera discoteca LGBTQ en El Salvador) fundada en 1979. Además, se encontraba La Praviana (un lugar casi exclusivo para las personas trans) y las cervecerías que funcionaban como burdeles de la zona. Se entiende que dicha zona también sirvió como punto de encuentro para los homosexuales desde los años cincuenta. (Courtright, 24 de junio de 2016).

Los gays y lesbianas que participaron en el conflicto armado y se atrevieron a expresar su orientación sexual sufrían acoso, intimidación e incluso expulsión de las filas. La población civil LGBTQ tampoco estaba exenta de la represión armada; aunque los soldados y policías hayan frecuentado La Praviana en su tiempo libre, existe por lo menos un caso documentado de una desaparición masiva de mujeres trans en los años del conflicto y varias declaraciones de torturas, violaciones y desapariciones de hombres gay y mujeres trans durante este periodo.

Los años ochenta, aparte de abarcar los peores años del conflicto armado, también marcaron los inicios de la pandemia del VIH-SIDA en El Salvador, el cual se propagó hacia las comunidades de mujeres trans, hombres gay y hombres que tienen sexo con hombres (HSH), en particular, no solo con los efectos de la enfermedad, sino también a través del estigma, de la falta de información y de medicamentos disponibles en esos momentos.

A pesar de ser la sigla menos visible dentro de las discusiones sobre el tema LGBTQ, las lesbianas fueron las primeras en el país en organizarse explícitamente dentro de un agrupamiento de la diversidad sexual. Existía un colectivo denominado: La Media Luna, el cual fue una red clandestina conformada principalmente por excombatientes guerrilleras que existió como grupo de apoyo, de trabajo político y gestor cultural lesbofeminista entre 1992 y 1994, organizado como respuesta a la exclusión de las lesbianas dentro del movimiento de mujeres, así como de los proyectos políticos de sus excompañeros militares. (Courtright, 24 de junio de 2016)

El colectivo La Media Luna organizó actividades culturales, talleres y también jugó un papel activo dentro de varios congresos de mujeres a nivel regional y nacional. Tras su desarticulación, la mayoría de las integrantes de La Media Luna siguieron su trabajo político dentro de la academia, con movimientos políticos, de género y de medioambiente.

Cabe mencionar que, aunque hubo muy poco traslapo entre las organizaciones de lesbianas, gays y trans en estos años, sí compartieron un elemento muy importante que aseguró su viabilidad en este contexto precario de la posguerra: el apoyo de grupos de la solidaridad internacional. Dicho apoyo contribuyó a mejorar el discurso interno de los grupos LGBT, respaldando económicamente algunos proyectos, pero quizás los de mayor trascendencia: ofrecieron visibilizar las acciones de la diversidad sexual y genérica ante la comunidad internacional, representando una clase de protección. Este acompañamiento, junto con la madurez de las organizaciones y del espíritu prometedor del “todo se puede hacer” de los inicios de los noventa, permitió que se organizara la primera marcha del orgullo LGBTQ en junio de 1997. (Courtright, 24 de junio de 2016)

La marcha fue coordinada por La Asociación Entre Amigos, logrando convocar a unas 200 personas que desfilaron desde el Parque Cuscatlán hasta la Plaza Morazán. La marcha fue aplaudida por los vendedores informales al entrar al centro histórico, pero rechazada por los medios informativos. “Homosexuales, lesbianas y prostitutas, atravesaron el centro de la capital; algunos eran cachiporristas travestidos, cuyo paso parecía desfile bufo”, se leyó en una nota de El Diario de Hoy de esos momentos. Sin embargo, la marcha marcó un momento importante para la historia LGBT del país, en que representa el primer momento que se comprueba que sí era posible salir a la calle a pleno luz del día expresando abiertamente una identidad diversa.

Sin embargo, la primera marcha del orgullo LGBT coincidió con una ola de violencia contra las mujeres trans, quienes sufrían ametrallamientos en sus lugares de trabajo en las

aceras de la ciudad o eran secuestradas y luego asesinadas. Este factor, en correlación con la consolidación territorial de las pandillas, principalmente en el centro histórico de la ciudad marcó el fin de la era de La Pravia y provocó el cierre de Oráculos Discoteca en 1999. En el año 2009, se marca un momento trascendental para la historia LGBT salvadoreña; muchos activistas lo consideran el año en que verdaderamente se consolida el movimiento, ya que alrededor de unas dos mil personas asistieron a la marcha del orgullo en ese año (diez veces más que las marchas de todos los años anteriores). (Courtright, 24 de junio de 2016)

Desde entonces, el tamaño de la marcha del orgullo LGBT incrementa año con año, con el apoyo de familiares y aliados heterosexuales quienes ya no temen ser asociados con esta población. No obstante, los asesinatos y los agravios contra esta población continúan en aumento. Actualmente, el tema de la homofobia, la discriminación se hace sentir por cierto sector de la población, aunque, por otro lado, se podría decir que la población poco a poco va asimilando y siendo cada vez más tolerantes con gays y lesbianas.

No obstante, conviene conocer de cerca el marco legal que rige las normas y vela por los derechos igualitarios de la comunidad LGBTI en nuestro país, lo cual será materia de revisión a continuación.

3.4 Marco Legal de la Población LGBTI en El Salvador

La Constitución de la República de El Salvador reconoce a la persona humana como el origen y el fin de la actividad del Estado, el cual está organizado para la consecución de la justicia, la seguridad jurídica y del bien común.

Establece que toda persona tiene derecho a la vida, a la integridad física y moral, a la libertad, a la seguridad, al trabajo, a la propiedad y posesión, al honor, a la intimidad personal y familiar, a la educación, la cultura, la salud, el sufragio, a optar a cargos públicos,

expresarse, pensar, asociarse y a reunirse pacíficamente, así como también ser protegida en la conservación y defensa de estos derechos.

La misma constitución de la República de El Salvador señala que todas las personas son iguales ante la ley; y para el goce de los derechos no podrán establecerse restricciones que se basen en diferencias de nacionalidad, raza, sexo o religión. Indicando que no se podrá prohibírsele la entrada a ningún/a salvadoreño/a en el territorio nacional, ni negársele pasaporte u otros documentos de identificación. (Mendizábal, 2012)

Tampoco se puede autorizar ningún acto o contrato que implique la pérdida o el irreparable sacrificio de la libertad o dignidad de la persona. Establece que ninguna persona puede ser privada del derecho a la vida, la libertad, la propiedad y posesión, ni de cualquier otro de sus derechos sin ser juzgada conforme a las leyes promulgadas, y por los tribunales establecidos por la ley (exceptuando el derecho a la vida).

Los derechos humanos poseen la característica de ser universales e inherentes a la naturaleza humana, por tal razón no caben las distinciones, entendiéndose que la población LGBTI se encuentra incluida como beneficiaria de toda la gama de derechos. También se sabe que el efectivo ejercicio de los derechos es indispensable para el desarrollo integral de la persona y el Estado está obligado a garantizarlos.

3.4.1 Constitución de La Republica y Los Derechos Humanos

En El Salvador los derechos humanos (de los cuales también son sujetos/as la población LGBTI) son reconocidos por la Constitución de la Republica y se presentan en el siguiente orden de aparición:

- Derecho a la vida (artículo 2).
- Derecho a la libertad y la seguridad de la persona (artículo 2).
- Derecho a la propiedad y posesión (artículo 2).

- Derecho a la intimidad (artículo 2).
- Derecho al honor y a la propia imagen (artículo 2).
- Derecho a la igualdad ante la ley y a la no discriminación (artículo 3).
- Derecho a no ser sometido a esclavitud, servidumbre o trabajos forzosos (artículo 4).
- Libertad de circulación (artículo 5).
- Libertad de opinión y expresión (artículo 6).
- Libertad de asociación y reunión (artículo 7).
- Derecho a un juicio imparcial (artículos 11-20).
- Derecho de las personas detenidas a ser tratadas humanamente (artículos 11-20).
- Prohibición de las leyes penales retroactivas (artículo 21).
- Libertad de pensamiento, conciencia y religión (artículo 25).
- Derecho al trabajo (artículos 37-52).
- Derecho a la educación (artículos 53-64).
- Derecho a la salud (artículos 65-70).
- Derecho a la seguridad social (artículos 65-70).
- Derecho a participar en la dirección de asuntos públicos, a votar, ser elegido y tener acceso a funciones públicas (artículos 71-82).
- Derecho a la personalidad jurídica (artículos 90-100).

El Decreto Ejecutivo No. 56, contra la homofobia, lesbofobia y transfobia, posee una clara correlación con la tutela de los derechos humanos de las poblaciones LGBTI, ya que, a través de este, se prohíbe a las instituciones y organismos que integran la Administración Pública, el incurrir en algún acto o práctica que de manera directa o indirecta constituya una forma de discriminación por razón de la identidad de género y/o la orientación sexual.

(Mendizábal, 2012)

Estos derechos están plasmados en la constitución de la república, pero no se están cumpliendo como tal, si así fuese éstas personas tuvieran un trato digno, no hubiese muertes por cuestión de género, gracias a las marchas que los colectivos realizan y a los esfuerzos de muchas personas hoy en día se están logrando grandes cambios como la incorporación de estas personas en cargos de dirección.

Pese a los avances dentro del territorio, todavía quedan muchos esfuerzos por minimizar al máximo posible las olas de violencia y discriminación hacia la población LGBTI, es necesaria una educación continua al resto de la población y sobre todo con las nuevas generaciones que aprendan a apreciar o cuanto menos respetar la diversidad humana y que desde los hogares exista dicha educación en valores como la tolerancia y la disposición permanente al cambio, a la mejora de actitudes que faciliten la sana convivencia social.

Los profesionales de la salud mental como los responsables directos de brindar asistencia psicológica a la población LGBTI que atraviesa dificultades de distinta índole, se tiene la obligación de conocer con detalle los procesos psicológicos de dicha población para poder brindar un servicio eficaz y adecuado a las necesidades individuales de cada sujeto.

Por ello, es importante estudiar las etapas que atraviesan los hombres homosexuales en su desarrollo psicológico y posiblemente dichas etapas sean aplicables a mujeres lesbianas con algunas variaciones propias de cada persona en particular.

3.5 Etapas de Desarrollo Homosexual según Rubén Ardila

Según (Ardila, 2008), los estadios que atraviesa el hombre homosexual en su desarrollo psicológico. Es posible que las mismas etapas se presenten en las mujeres lesbianas, o que existan diferencias. Estas etapas se encuentran en un continuo, son puntos de máxima concentración (por ejemplo, en la adolescencia), pero queremos enfatizar que los cambios psicológicos se presentan a lo largo de toda la vida.

1. **Etapa de surgimiento.** Se presenta durante la infancia. El niño se considera diferente, tiende a ocultarse, experimenta sentimientos de alienación y de depresión. Aparecen las fantasías homosexuales y en algunos casos las primeras experiencias. La infancia de la mayoría de los homosexuales es bastante solitaria y la persona tiende a la introspección y a reflexionar sobre sí misma.
2. **Etapa de identificación.** El niño acepta que es diferente. Las fantasías homosexuales dejan de considerarse pasajeras y se asumen como parte de la propia personalidad. El individuo comienza a considerarse homosexual y a aceptarse como tal. Este proceso ocurre durante la adolescencia, pero puede ser posterior a ella.
3. **Etapa de asumir una identidad.** Generalmente ocurre en la adultez temprana. Comienzan las relaciones sociales con compañeros homosexuales, lo cual le brinda apoyo emocional. Sin embargo, ante la sociedad en general el individuo continúa pasando por heterosexual por temor al rechazo. No es todavía el momento de salir del clóset.
4. **Etapa de aceptación de la identidad.** Se caracteriza porque la persona revela su homosexualidad a personas relevantes de su entorno, en su familia, su trabajo y/o su círculo social. Este proceso de salir del clóset le demuestra que es posible ser aceptado como homosexual, a pesar de formar parte de una minoría en una sociedad básicamente homofóbica. La otra característica de esta etapa es la formación de pareja. El individuo encuentra una persona con la cual forma una relación estable, lo cual implica, en la mayoría de los casos, vivir juntos, compartir el trabajo y el descanso y tener un apoyo emocional en todos los momentos de la vida.
5. **Etapa de consolidación.** La persona enfatiza la autenticidad en su vida y se siente orgulloso de sí mismo. Es posible que entre a formar parte de grupos activistas de derechos humanos gay (cuando los hay en su comunidad). En un principio, había

percibido una separación tajante entre homosexuales y heterosexuales, como dos bandos en una contienda; ahora reconoce que existen heterosexuales que lo aceptan honestamente, y él puede comunicarse libremente con ellos.

6. **Etapas de autoevaluación y de brindar apoyo.** La persona analiza su propia vida, examina su sistema de valores, observa en perspectiva sus triunfos y fracasos. Desempeña el papel de mentor con otros homosexuales jóvenes, con el fin de orientarlos, brindarles su apoyo y ayudarles a superar el estigma, el ostracismo, el rechazo y el odio que él experimentó en el pasado (Ardila, 2008).

Estas seis etapas: surgimiento, identificación, asumir una identidad, aceptar la identidad, consolidación y autoevaluación, pueden darse en forma lineal. Pero en algunos casos no sucede así, la persona puede no alcanzar estos seis estadios, e incluso puede no pasar el primero de ellos. Hay homosexuales que siguen caminos diferentes, que no salen del clóset, que no establecen relaciones de pareja, que no se sienten orgullosos de sí mismos, ni encuentran grupos de apoyo.

Además, estas etapas deben considerarse dentro del contexto de la psicología del ciclo vital, que tiene en cuenta los estadios clásicos de infancia, adolescencia, juventud, adultez, madurez, vejez. Más allá de su orientación sexual, el hombre y la mujer homosexuales son parte de la especie humana y comparten innumerables características con los demás seres humanos.

Es importante mencionar que la resiliencia juega un papel fundamental para el desarrollo de las etapas por las cuales atraviesan las personas homosexuales ya que se enfrentan a muchas adversidades a lo largo de su vida, deben afrontar la realidad en la que se vive, si bien es cierto, a lo largo de la historia se ha logrado contribuir para la aceptación de la homosexualidad y no verla como un pecado, aberración o enfermedad mental, sin embargo

en la actualidad se sigue dando la homofobia y esto atemoriza a los jóvenes gay y lesbianas, les impide vivir su orientación sexual a plenitud.

Por ello, en el siguiente apartado ampliamos un poco más sobre lo que implica el proceso de resiliencia en ese paso de autoaceptación y consolidación de la identidad gay o lesbica.

3.6 Resiliencia en Gays y Lesbianas

El interés sobre la resiliencia en gays y lesbianas se ha ido despertando gradualmente a medida que se han desarrollado las distintas perspectivas conceptuales sobre el tema. El primer punto de encuentro surgió sin duda desde la concepción de la resiliencia como opuesta al riesgo. Los estudios sobre riesgos con respecto a las personas LGBT, sobre todo jóvenes, han tenido un gran desarrollo en los últimos treinta años. Esta focalización en el riesgo parte, según Russell (2005), por un lado, de la tendencia general sobre investigación de riesgos en la adolescencia y por otro, desde la necesidad de entender los problemas específicos que pueden afectar a los jóvenes LGBT (Gil Hernández, 2010)

Sin embargo, el énfasis puesto en esta temática ha llevado a proyectar una imagen de la juventud LGBT como “población de riesgo” que contribuye a alimentar los estereotipos negativos y el miedo en los y las jóvenes, sus familias y la sociedad en general. Por este motivo, la visión de la resiliencia como camino para superar los riesgos y lograr la “adaptación” despertó el interés de algunas y algunos investigadores sobre temas LGBT. Los primeros estudios sobre riesgo y resiliencia tienen el valor de sacar a la luz características personales y fortalezas que anteriormente habían sido ignoradas.

Es importante mencionar que la resiliencia muestra como las situaciones adversas se pueden transformar en oportunidades para conocer todo el potencial que se posee y que muchas veces se desconoce, ayuda a descubrir nuevas estrategias de afrontamiento a diferentes problemáticas. Los gays y lesbianas que constantemente han sido víctimas del

rechazo y la estigmatización, necesitan ser resilientes para poder sobreponerse ante esas adversidades y poderlas afrontar.

La primera referencia que se ha encontrado sobre resiliencia dentro de este marco de estudio es la tesis doctoral presentada por la psicóloga Colleen Gregory, en 1998, en la Universidad de Rhode Island que aborda la perspectiva de la resiliencia bajo el término inglés “resiliency” originalmente usado para referirse a la resiliencia como atributo personal aplicándola al proceso de autoaceptación y desvelamiento en mujeres lesbianas.

Desde su posicionamiento se presenta la resiliencia como una posibilidad de afrontar de manera efectiva los riesgos para los gays y lesbianas que poseen o han desarrollado unas características personales determinadas. Esta perspectiva aplicada al marco de estudio que nos ocupa tiene el inconveniente de que puede ser doblemente estigmatizante o, incluso, culpabilizador para aquellas personas LGBT que desarrollan “comportamientos de riesgo” o presentan determinados efectos derivados de la homofobia social.

En general, los estudios a los que se ha tenido acceso que contemplan la resiliencia dentro del marco LGBT sostienen la visión de la resiliencia como un proceso en el que entran en juego factores externos e internos. No obstante, no se ha podido encontrar propuestas de modelos de resiliencia elaboradas a partir de las experiencias de gays y lesbianas que expliquen los procesos de resiliencia LGBT desde una óptica multidimensional y holística, aunque es posible apreciar el interés hacia perspectivas más complejas.

Otro aporte significativo lo encontraremos en el estudio de la resiliencia dentro del contexto de la familia tanto de origen como las familias LGBT, más que una profundización a cerca del contexto familiar, se aprecian seguidamente algunas valoraciones rápidas sobre la resiliencia dentro del ámbito familiar como esa red de apoyo vital que favorece o, por el contrario, perturba el desarrollo eficaz de la resiliencia en gays y lesbianas.

3.6.1 Resiliencia en el Contexto Familiar

La familia y las parejas pueden ser una red de apoyo muy importante para el desarrollo de la resiliencia en gays y lesbianas, ya que pueden experimentar la discriminación por parte de la sociedad en general, pero si cuentan con la aceptación y el apoyo de sus familias, podrán sobreponerse mucho mejor a las dificultades que se puedan presentar.

El creciente interés sobre resiliencia familiar ha hecho que éste sea un tema que se aplique también al entorno familiar de gays, lesbianas, bisexuales y transexuales no sólo en cuanto a las familias de origen, sino también a las parejas LGBT y a las familias homoparentales, en las que los roles parentales son desempeñados por personas del mismo sexo.

Las ventajas de utilizar la perspectiva de la resiliencia en estas familias son muy importantes como pone de relieve una de las mayores expertas en resiliencia familiar, Froma Walsh: Las parejas de gays y lesbianas y sus progenitores están expandiendo las definiciones de matrimonio y familia hacia una perspectiva más amplia de relaciones de compromiso, aun así, estas relaciones se enfrentan a obstáculos en forma de estigma y discriminación que pueden desgastarlas. La aplicación del ente de la resiliencia familiar puede normalizar y contextualizar sus problemas, afirmar sus deseos de relaciones amorosas y aplaudir su coraje y perseverancia al forjar nuevos modelos de conexiones humanas a pesar de las barreras que encaran (Gil Hernández, 2010).

Por último, concluiremos el apartado final mediante explicaciones basadas en la tesis doctoral de (Gil Hernández, 2010) acerca de la resiliencia, en la cual se expone un punto de vista centrado en las características de las personas gays, lesbianas y bisexuales, además, se plantea una denominación más amplia de factores de resiliencia en lugar de factores de protección, basada en una nueva concepción teórica del concepto.

3.6.2 Resiliencia en las Mujeres Lesbianas y Bisexuales

La primera vez que, según los datos a los que se ha tenido acceso, se aborda el tema de la resiliencia aplicado a las mujeres lesbianas y bisexuales tiene lugar en la tesis doctoral presentada por Colleen Gregory en 1998. En su estudio, investiga la relación entre el proceso de “salida del armario” y la resiliencia tomada como una dimensión positiva de la salud mental, correspondiendo al término inglés “resiliency”. Por tanto, su planteamiento de la resiliencia se centra más en la observación de determinadas características, que en la idea de la resiliencia como proceso de autoaceptación.

Curiosamente, Gregory sí hace referencia a la definición de la resiliencia como proceso en su estudio, pero no la desarrolla. Los indicadores que presenta para definir la resiliencia son: Auto-eficacia específica en la salida del armario, entendida como la confianza en la propia habilidad para desvelar su orientación sexual; auto-eficacia general, en el sentido de creer en sus capacidades personales para cumplir una tarea dada o una meta; habilidades de coping generales y una disposición optimista. Gregory parte de la premisa de que el proceso de autoaceptación de las mujeres lesbianas y bisexuales requiere fortalezas y resiliencia, y predice que la resiliencia se relacionará de manera positiva con el grado de desarrollo de la homosexualidad, la edad de las mujeres, la duración del tiempo desde que dieron a conocer su orientación sexual y el grado de visibilidad.

Igualmente, orientado a ayudar a la identificación de factores que pueden inhibir la resiliencia en parejas del mismo sexo, Janie Long y Barbara Andrews (2007) publican un artículo que aborda la terapia basada en la resiliencia familiar. La resiliencia familiar es definida como la habilidad de la pareja para proveer funciones familiares en presencia de un riesgo significativo. Resaltan la importancia que tiene, para el desempeño profesional de la práctica terapéutica, el conocimiento de la realidad de las parejas del mismo sexo en múltiples aspectos personales, afectivos, sexuales, sociales, etc. Entre las funciones familiares

que deben ser apoyadas Long y Andrews destacan la formación y pertenencia, el cuidado y la socialización, y la protección de los miembros vulnerables.

En sus recomendaciones finales hacen hincapié en la importancia de proveer asesoramiento sobre cómo combatir las vulnerabilidades que pueden afectar a la pareja desde los aspectos legales o por parte de políticas institucionales o sociales injustas y cómo fomentar la resiliencia en la pareja promoviendo el desarrollo de redes de apoyo incluyendo - cuando sea posible- las familiares, las de familias de elección, las de grupos étnicos y comunidades espirituales.

En suma, la generalidad de investigadoras e investigadores referidos anteriormente expresan la importancia de seguir esta línea de estudios sobre resiliencia LGBTI. Además, la visión planteada en la presente investigación determina que es necesario desarrollar nuevas formulaciones teóricas y metodológicas que faciliten la comprensión de los complejos procesos personales y socioafectivos que lesbianas y gays llevan a cabo.

Finalmente, sobre el estado del conocimiento actual sobre resiliencia y, sobre todo, en su aplicación a los procesos de desarrollo de identidad llevados a cabo por lesbianas y gays, se aprecia que es necesario sacar a la resiliencia de los estrechos y márgenes conceptuales que la circunscriben a la infancia y a la adolescencia y que la presentan como constructo opuesto al riesgo.

Para ello, es necesario dejar de lado las posturas iniciales que identificaban los elementos de la resiliencia como factores de protección y factores de riesgo. En esta investigación se adopta la propuesta de Grotberg de utilizar la denominación más amplia de factores de resiliencia en lugar de factores de protección y, además, se propone el uso de factores de no resiliencia, basando en un nuevo constructo la no resiliencia.

A lo largo de la historia de la humanidad han existido diferentes actitudes hacia la homosexualidad que pueden resumirse en las siguientes categorías:

1. Aceptación de la homosexualidad como una conducta normal.
2. La homosexualidad como delito, o pecado en cuanto a las religiones.
3. La homosexualidad como una enfermedad mental.
4. La homosexualidad como una forma o estilo de vida.

Finalmente hemos podido conocer la historia de la homosexualidad, como se ha venido dando en diferentes momentos y diferentes culturas.

CAPÍTULO IV: DISEÑO METODOLÓGICO

4.1 Tipo de Investigación

El tipo de investigación utilizada es metodología cualitativa fenomenológica con alcance descriptivo, en la que se obtienen perspectivas en las cuales se explora, describe y comprende lo que los individuos tienen en común de acuerdo con sus experiencias con un determinado fenómeno (categorías que comparten en relación a éste). Pueden ser sentimientos, emociones, razonamientos, visiones, percepciones, etc. (Sampieri, 2014)

De acuerdo con lo anterior, los investigadores trabajaron directamente con los participantes y sus vivencias.

Los estudios descriptivos buscan especificar grupos comunidades y otros fenómenos que sean sometidos a análisis. Esta mide diversos aspectos, dimensiones o componentes del fenómeno a investigar, desde el punto de vista científico. (Sampieri, 2014)

4.2 Selección del Escenario y del Grupo Social

De acuerdo con el estudio, la muestra seleccionada para llevar a cabo la investigación está ubicada en la Ciudad de San Miguel.

Se contactó directamente con la población objeto de estudio para que brindaran el tiempo y espacio para llevar a cabo la investigación, los participantes estuvieron de acuerdo y de esa manera se facilitaron las entrevistas.

4.3 Estrategia de Muestreo

Muestreo no probabilístico.

La muestra tomada estuvo conformada por 2 participantes voluntarios, que reunían los requisitos de ser gay o lesbiana salida del closet, que residen en la ciudad de San Miguel. Lo

importante es la accesibilidad de los participantes, su apertura y sobre todo sus deseos de colaborar en la investigación.

4.4 Recogida de Datos

Para obtener la información de los participantes fue necesario realizar una entrevista en profundidad la cual se realizó mediante llamada telefónica debido a las circunstancias por las cuales se estaba atravesando por la pandemia (Covid 19).

La entrevista en profundidad consiste en adentrarse en la vida del otro, penetrar y detallar en lo trascendente, descifrar y comprender los gustos, los miedos, las satisfacciones, las angustias, zozobras y alegrías significativas y relevantes del entrevistado; consiste en construir paso a paso y minuciosamente la experiencia del otro.

A manera de guiar el proceso de la entrevista se tomó en cuenta las siguientes 6 categorías exploradas mediante diversos indicadores.

- Regulación Emocional
- Confianza en sí mismo
- Actividades productivas
- Familia
- Amigos
- Pareja

También se recolectó información mediante el autorreporte que fue una herramienta muy importante para esta investigación ya que no se pudo realizar la observación directa debido a la situación por la pandemia (Covid 19).

4.5 Análisis de la Información

Se construyó mediante la aplicación de matriz analítica de resultados, donde se analizó cada una de las preguntas que evalúan la categoría de estrategias de resiliencia, de

este modo se creó la síntesis de respuestas a preguntas de la guía de entrevista, también se tomó en cuenta lo recolectado mediante el autorreporte realizado por los participantes.

CAPÍTULO V: CONSTRUCCIÓN DE LA INFORMACIÓN

5.1 Matriz Analítica de Resultados

Caso #1	
Datos Generales	
Nombre: Carlos Alberto Martínez	
Edad: 22 años	
Lugar de procedencia: San Miguel	
Estado civil: Soltero	
Ultimo grado de estudios aprobados: Bachiller General	
Asiste a una iglesia en particular: Ninguna	
Actualmente labora como coreógrafo, así como también tiene su propia empresa de diseños en eventos de belleza.	
Categorías	Resultados
Regulación emocional	<p>La regulación emocional es una característica que distingue a esa persona a pesar de las circunstancias presentes en su vida siempre se ha mostrado precavido, ha sabido canalizar sus emociones y cuando es necesario mostrar un descontento lo hace, la emoción más presente es el enojo, cuando en el centro de estudio lo denigraban por su orientación siempre sentía mucho enojo por el simple hecho de no poder defenderse, a medida fue pasando el tiempo las emociones fueron creciendo pero poco a poco y con el apoyo que sentía de su familia fue superando cada obstáculo presente, menciona que no es fácil tener un control total de las emociones que experimenta cuando está en cualquier situación pero siempre trata de hacer lo mejor. A diario se muestra positivo en su camino y su mayor satisfacción es hacer las cosas bien, sentirse bien consigo mismo e ir creciendo como persona.</p> <p>Para esta persona la tarea más grande fue aprender a identificar esas emociones y como poder regular su impacto, al principio fue difícil cargar con todo eso si a diario había insultos, burlas, acoso, pero siempre se mantuvo positiva y con mucha fe y esperanza que un día todo iba ser diferente.</p> <p>Alrededor de los 10 años se dio cuenta que su orientación era más por personas de su mismo sexo, de ese tiempo en adelante no volvió a ocultar su orientación y tuvo que luchar porque la sociedad no lo veía bien creía que esto era una enfermedad y</p>

	<p>esto ocasionaba en él emociones negativas y sentimientos como la vida no vale nada, no tengo porque seguir en este lugar, la gente me desprecia y esos sentimientos fueron apoderándose de él hasta el punto no poder más pero tuve que sacar fuerzas y enfrentar la situación y hoy en día vive feliz porque lo que lo demás piensan eso no le afecta en nada.</p>
Confianza en sí mismo	<p>El mayor reto para una persona es luchar y cumplir cada meta que se propone pero para ello se requiere de mucho esfuerzo y, muchas de las personas fracasan en el intento, siempre ha sido positivo y ha dicho que las cosas por muy difíciles que parezcan un día cambiaran, esta persona se considera optimista con muchos sueños y muchas metas a largo plazo, le gusta siempre hacer el bien y no lo que otros le indiquen hacer, es una persona que cuando se propone algo no para hasta hacerlo realidad y cuando ya está terminado puede decir valió la pena intentarlo.</p>
Actividades productivas	<p>Con respecto a esta categoría, ha tenido bastante éxito en lo productivo, hace aproximadamente 10 años que comenzó a trabajar con grupos de danza, menciona que el proyecto comienza con una simple idea, y es que, en una ocasión pedían quien ensayar las chicas que iban a participar como cachiporristas en un centro educativo de su ciudad, entonces encontró la oportunidad y decidió participar, eso le gustó mucho, el día llegado las peinó, las maquilló, esta persona se encargó de todo eso, y, así el siguiente año hasta que un día decidió trabajar con las alcaldías en eventos de belleza, confección de trajes típicos, trajes de pasarela y otros más, poco a poco se hizo de otros socios y juntos compraron material para encaminarse en ese ámbito y si tuvo éxito, luego fue trabajando en arreglos y decoraciones para bodas, quince años, graduaciones, poco a poco fue entrando en ese mundo que hoy en día trabaja casi todos los días, la gente lo prefiere, muchas personas importantes lo visitan y se siente muy feliz porque siempre ha demostrado que es capaz de hacer muchas cosas, y es así como menciona no haberse equivocado de oficio porque le gusta su trabajo, ama su trabajo.</p>
Familia	<p>Recuerda que sus padres cuando era pequeño le castigaban, no le dejaban salir o le decomisaban el teléfono celular, en ese tiempo ya estaba formando su identidad sexual, casi nunca converso con sus padres porque el tiempo que ellos era bien</p>

	<p>reducido y casi no pasaban en casa, pero ellos se sienten orgullosos de él porque ha alcanzado muchas metas en la vida, tiene el apoyo de ambos padres nunca le han rechazaron y eso le ayudo bastante en su vida, sus hermanos siempre están al pendiente de él.</p> <p>La familia más lejana nunca le ha apoyado ellos siempre le han criticado por su orientación sexual, siempre llegaban a su casa a decirle cosas a su papá y a su mamá que le veían haciendo cosas, que le castigaran que le botaran de la casa porque estaba arruinando la familia y eso le dolía pero siempre se mostró positivo y prometió luchar para que su familia viviera mejor, encontró formas de vivir con eso y busco como ganar dinero y entretenerse en algo que le gustara, sus padres nunca he han dicho no en lo que hace y se sienten muy orgullosos de él porque aunque tenga sus defectos, el respeto es muy importante en la vida y eso te abre puertas donde no cree que las hay.</p>
Amigos	<p>Aparte de todo el apoyo que siempre tuvo de sus padres, esas herramientas las encontró también en su círculo de amistades, por mucha confianza que se tenga, siempre hay cosas que no se pueden confiar con nuestros padres y eso lleva a buscar una persona en particular para hacerlo, en este caso tuvo un amigo que siempre le dio fuerzas a seguir, le motivo hacer diferente, a luchar y esas palabras no las va olvidar porque siempre estuvo ahí para apoyarle, cuando sentía miedo ese amigo estuvo ahí para acompañarle.</p> <p>Para el, los amigos son muy importantes en la vida, y más cuando se sentía desesperado, ese grupo de amigos que siempre tuvo nunca le discriminaban por su orientación siempre se sentía incluido en las actividades que se realizaban, para esta persona contar con amigos es lo más lindo que hay porque, así como se confía en ellos, ellos también confían y así como ayudan tu puedes ayudar también, junto a ellos se olvidaba de los problemas, bromeaban y de los errores siempre aprendiendo. Esa red de amistades que ha tenido siempre han formado parte de su vida, tiene amigos leales y eso es muy importante porque puede abrir las conversaciones y ellos siempre escuchan, una de los valores más importantes que me han cultivado en mi vida es el respeto hacia toda persona, esos valores los han conservado siempre en la familia y los ha puesto en práctica siempre con sus amigos.</p>

Pareja	<p>Ha convivido con muchas personas y solo con una de ellas ha logrado estabilizar, estuvo junto a esa persona aproximadamente 3 años y medios, eso también es un factor importante en la vida porque también la pareja sirve de apoyo en momentos difíciles y ahí ha tenido en quien confiar, ha tenido amor, aprecio y comprensión de esa persona.</p> <p>Cuando se tiene respeto en una relación es muy lindo convivir porque en ese caso le contaba sus problemas y nunca le juzgo, menciona que la relación la terminaron no porque no había amor, sino porque tuvo que salir del país y no volvieron a verse, hasta hoy en día ha tenido pareja pero no como una opción si no una elección pero no ha convivido tanto porque a los días han decidido irse y no se pueden retener.</p>

Caso #2**Datos Generales**

Nombre: María José Sandoval Reyes

Edad: 32 años

Lugar de procedencia: San Miguel

Estado Civil: Soltera

Último grado de estudios aprobados: Licenciada

Asiste a una iglesia en particular: católica

Actualmente labora brindando terapias psicológicas a menores de edad.

Categorías	Resultados
Regulación emocional	<p>La regulación emocional es la capacidad de poder manejar o controlar las diferentes emociones de manera apropiada, en este caso la regulación emocional ha sido muy buena, ya que a lo largo de la vida se ha enfrentado a muchas dificultades como la muerte de seres queridos, abusos sexuales en la infancia, el bullying y el rechazo experimentado por su orientación sexual, pero a pesar de ello ha sabido cómo manejar esas situaciones y poder autogenerar emociones positivas. Ha vivido mucho dolor y sufrimiento, sin embargo ha logrado mantenerse con una actitud positiva ante las adversidades, ha sido una persona luchadora que no se rinde, las emociones que más prevalecen son la tristeza, miedo, angustia, y enojo, en cuanto a tristeza ha sido por la pérdida de sus seres queridos como la de su abuela materna y su padre que fue un golpe muy duro para ella, el miedo debido a perder a su madre enferma y así mismo la angustia que siente al saber que su madre puede empeorar su situación, el enojo debido a los distintos y numerosos abusos sexuales que sufrió cuando apenas era una niña, la impotencia de no haber podido hacer nada al respecto, pero el control emocional ha sido un factor muy importante para estos procesos, han sido muchas adversidades que ha logrado superar poco a poco con el tiempo y sobre todo con la buena regulación emocional que ha experimentado.</p>
Confianza en sí mismo	<p>La confianza en sí mismo conlleva a una buena seguridad personal, estar seguro del propio valor como persona, capacidad y poder, independientemente de la situación que se encuentre. En este contexto es importante destacar que ella posee</p>

	<p>mucha confianza en sí misma porque a pesar de haber atravesado muchos obstáculos y así mismo cargar con tantos problemas durante su infancia ella siempre se mantuvo firme y a sus ideales, aunque haya sufrido humillaciones y rechazo por su orientación sexual, así hayan tratado de cambiar su pensamiento y su forma de ser, diciéndole que su orientación sexual no era correcta, que era algo por cual sentir vergüenza, ella defendió sus sentimientos con mucha seguridad y no se dejó influenciar por nada ni nadie, a pesar de llevar consigo pérdidas irreparables, desilusiones, traumas, incluso pudo superar sentimientos de inferioridad, no le ha sido fácil llegar a tener esa seguridad y confianza pero lo ha logrado y ha sido capaz de defender con optimismo sus sueños e ideales a pesar de lo que sea.</p>
Actividades productivas	<p>Las actividades productivas son todas aquellas relacionadas a satisfacer las necesidades de las personas para la realización de metas y objetivos para lo que se requiere fuerza de voluntad, en este caso el trabajo que ella realiza con mucha dedicación es brindar terapias psicológicas a menores de edad, también ha laborado en el ámbito de la docencia con adolescentes, es un trabajo con el cual ella se siente muy satisfecha, pero siempre mantiene sus objetivos de poder aspirar a algo más grande, tiene el sueño de ser escritora, le gusta mucho la poesía, tiene el hábito de la lectura y escritura, posee muy buenas cualidades y capacidades, y una gran fuerza de voluntad para realizar cada actividad por muy difícil que sea, es una persona muy soñadora y muy valiente. También es una persona muy creativa, siempre busca el lado positivo de cada adversidad que se le presenta, tiene un espíritu de fortaleza el cual le ayuda a sonreír, aunque las cosas no marchen bien, ha trabajado desde niña, ha tenido muchas responsabilidades en casa con su familia, siempre ha logrado aportar a su familia, también es autosuficiente, siempre está buscando aprender nuevas cosas que le ayuden en su formación como persona y como profesional, también es una persona emprendedora junto a su madre tienen un negocio de tortillería y también de comida, el cual es un aporte para poder salir adelante y seguir aprendiendo siempre, buscar nuevas oportunidades con esfuerzo y dedicación.</p>

Familia	<p>En cuanto a la familia, ella perdió a la abuela materna y al padre, ha sido algo muy fuerte que ha marcado su vida, ya que con ellos tenía una excelente relación, siempre la apoyaban en todo.</p> <p>Actualmente vive con la madre y dos hermanos con los cuales mantiene una muy buena relación familiar, le ayuda mucho a su madre en los quehaceres de la casa, se tienen mucha confianza, la madre la apoya mucho en cuanto a su orientación sexual, le expresa su amor de madre incondicional, y se siente orgullosa de su hija, entre ambas se cuidan mucho, y hay mucho respeto, su relación de madre e hija es muy bueno. Con sus hermanos se lleva muy bien, se tienen mucha confianza, pero se lleva mucho mejor con un hermano que vive en Estados Unidos que también es gay, él la ha apoyado muchísimo, incluso él fue el primero en darse cuenta de la orientación sexual de su hermana, ella tuvo la mayor confianza con ese hermano, pues la cuidaba y aconsejaba siempre. Su familia la ha apoyado en todo. Son ocho hermanos en total pero la mayoría están fuera del país, sin embargo mantienen buena comunicación familiar.</p>
Amigos	<p>Los amigos son personas muy importantes en la vida, se dice que son la familia que elegimos, a veces pueden ser muchos y a veces pocos, pero en cuestión de amistades es preferible calidad y no cantidad. María tiene muy pocos amigos pero expresa que son muy buenos y de mucha confianza, las amistades que tiene la han aceptado tal como es y la han apoyado muchísimo, eso significa mucho para ella, poder contar con esas personas y saber que siempre están ahí cuando ella más lo necesita, son personas que no la juzgan por su orientación sexual y de las cuales recibe respeto y aceptación, nunca le han cuestionado sus preferencias sexuales y se siente muy cómoda expresando sus sentimientos sabiendo que no habrá ningún prejuicio por parte de ellos, con una amiga en especial se lleva muy bien, han sido compañeras de estudio, su amistad es muy especial suelen visitarse o salir juntas de paseo y así poder compartir tiempo juntas.</p> <p>También tiene otras amistades con las cuales se lleva muy bien, ella siente satisfacción al sentirse parte de su grupo de amigos con los cuales puede ser ella misma sin ningún temor.</p>

Pareja	<p>En cuanto a las parejas, ella ha tenido varias, algunas no tan formales, la primera pareja que tuvo fue en el instituto donde estudiaba, pero fue algo como experimentar, hablaban y se llevaban muy bien. En cuanto a las relaciones sexuales las experimentó con su primera novia, pero tiempo después tuvieron que terminar la relación por amenazas de la ex pareja de la chica. Luego en la universidad mantuvo otras relaciones amorosas, pero era más como en búsqueda de la compañía de una pareja, el deseo y la necesidad de sentirse amada pero siempre sufría, la terminaban engañando, después de un tiempo se aburría y trataba de hacer lo mismo que le hacían a ella y andaba con alguien solo por pasar el tiempo.</p> <p>En su segundo año de la universidad conoció a una chica que poco a poco se fue convirtiendo en alguien muy especial, decidieron iniciar una relación, y con el tiempo se acompañaron, María decidió llevar a su novia a vivir con ella, se sentía muy feliz, pues era todo lo que ella buscaba en una persona, compartieron muchas cosas juntas, apoyo mutuo, comprensión, respeto y aceptación, con ella pudo compartir cada uno de sus secretos, ambas estaban en su carrera universitaria, pero de pronto la pareja de María comenzó con los celos y de cierta manera empezaron a distanciarse, habían muchas discusiones hasta el punto de sufrir agresiones por parte de la pareja de María, al final terminaron su relación después de 7 años de estar juntas. Esa relación le dejó muchas experiencias de las cuales aprendió muchísimo y que finalmente a pesar de todo le aportó mucho a su vida.</p>
--------	--

5.2 Comparación de Estrategias de Resiliencia en Cada Uno de los Casos

Categorías	Similitudes	Diferencias	
		Caso #1	Caso #2
Regulación emocional	<p>Control de las emociones y expresión asertiva de las mismas en situaciones de tensión o conflicto.</p> <p>El enojo y la impotencia como emociones presentes ante la discriminación y el abuso por parte de terceras personas.</p> <p>Actitud positiva frente a las dificultades, aceptación y apoyo de sus familias respecto a su orientación sexual.</p>	<p>Dificultad para identificar las emociones negativas al inicio y regular su impacto en la interacción con los demás, ya que le causaba mucha ira las constantes agresiones verbales en su escuela, pero, posteriormente, aprendió a canalizar mejor sus emociones y defender su dignidad de manera más pacífica sin tener que llegar a la confrontación.</p> <p>Pensamiento suicida que se dio durante una etapa de su vida en la cual sufrió mucho rechazo por parte de familiares y personas dentro de su círculo de amistades.</p> <p>Actitud evasiva sobre el tema de la sexualidad con sus padres lo cual genera un clima de incomodidad debido al nivel de religiosidad dentro de la familia, pero que, sin embargo, su orientación sexual no es motivo de rechazo o de falta de apoyo por parte de ellos hacia él.</p>	<p>Al inicio hubo represión de sus emociones ya que a pesar de haber sufrido abusos constantes cuando era niña nunca se atrevió a expresar lo que sentía con ningún familiar o terceros debido al miedo que le infundieron mediante amenazas y manipulación.</p> <p>Se experimentó mucho miedo, angustia y tristeza ante la pérdida de sus seres queridos, lo cual llevó a la vivencia del duelo en dos ocasiones; hechos que marcaron su vida de forma significativa.</p> <p>Intentos suicidas en dos ocasiones que se vieron interrumpidos por señales divinas según lo expresado por ella.</p>

<p>Confianza en sí mismo</p>	<p>Con el paso del tiempo se refleja la identificación y aceptación de la orientación sexual, ambos son conscientes de sus gustos y preferencias hacia personas del mismo sexo.</p> <p>El proceso de desvelamiento de la orientación sexual ocurre sin represiones, mostrándose tal y como son pese a las críticas y rechazos de terceros.</p> <p>El optimismo es la característica prevalente frente a los momentos de dificultad a lo largo de sus vidas, dicha tendencia a visualizar un futuro más alentador es lo que permitió que continuase el deseo de luchar por sus sueños aún en situaciones al límite de la muerte.</p>	<p>Asimilación de los problemas como oportunidades de desarrollo personal y asumir los obstáculos como desafíos para demostrar su capacidades y potencial.</p> <p>Demuestra seguridad personal mediante el emprendimiento, no se limita a practicar el aprendizaje académico, ha sido capaz de montar su propia empresa utilizando su creatividad en la decoración de eventos con lo cual sale adelante económicamente y brindando ayuda a sus padres.</p> <p>Denota flexibilidad de pensamiento al adquirir una visión positiva del mundo, reconoce que no será aceptado por todos o en todas ocasiones, que como cualquier ser humano posee limitaciones y fortalezas, lo cual le permite tomar decisiones mucho más objetivas y eficaces, y actuar con madurez ante la vida.</p>	<p>Demuestra optimismo ante situaciones difíciles en su vida; la confianza en que cada día es una nueva oportunidad para superarse, ansia poder destacarse laboralmente con su profesión en la que se ha preparado con mucho esfuerzo y dedicación.</p> <p>Denota seguridad en sus propias capacidades y habilidades desarrolladas durante su vida académica. Tiene metas claras en la vida a corto, mediano y largo plazo que espera poder cumplir con paciencia y perseverancia.</p> <p>La flexibilidad de pensamiento se evidencia mediante la capacidad de percibir diferentes puntos de vista sobre una situación catastrófica, negativa o dolorosa ocurrida en su vida y extraer de ellos una interpretación acertada que permita tomar las mejores decisiones para el presente y futuro.</p>
-------------------------------------	---	---	---

<p>Actividades productivas</p>	<p>La trayectoria académica como una de las necesidades satisfechas de realización personal ha sido crucial en el desarrollo de la autoestima.</p> <p>La proactividad ha sido una postura necesaria que se ha adoptado para el cumplimiento de metas y objetivos planteados en la vida.</p> <p>Ha existido fuerza de voluntad en la persecución de sus logros y sueños, más allá de las oportunidades que se han dado en la vida, el deseo y la iniciativa propia ha favorecido la superación personal y la superación de expectativas.</p>	<p>Desde pequeño su rol principal fue el estudio, sus padres cubrieron las necesidades básicas; tuvo dificultades con la aceptación de sus maestros y compañeros de escuela, pero con el tiempo fue siendo consciente de sus derechos como persona y ganándose el respeto de los demás.</p> <p>Su meta principal siempre fue tener su propia empresa o negocio y ser su propio jefe, y gracias a la iniciativa propia, perseverancia, personas de su confianza, el respaldo de sus padres y el empeño constante lo está logrando día con día.</p> <p>La motivación, una adecuada autoestima, la tolerancia ante la frustración y sus creencias encaminadas al éxito fueron elementos clave que le permitieron alcanzar sus metas y objetivos y sentirse satisfecho con sus logros hasta la fecha.</p>	<p>Las dificultades económicas han marcado un ritmo de vida diferente, venir de una familia numerosa ha tenido sus implicaciones, como tener que trabajar desde temprana edad para satisfacer algunas necesidades y a la vez llevar de la mano el estudio.</p> <p>Algunas aspiraciones en su vida no fue posible hacerlas realidad, sin embargo, algunas de ellas influidas por los acontecimientos negativos en la vida. En circunstancias extremadamente difíciles dejaron de existir razones suficientes para seguir luchando por sus sueños.</p> <p>La fuerza de voluntad fue la que le permitió replantearse el camino para seguir adelante, obtener motivación, superar las crisis, enfocarse en culminar sus estudios y ejercer la profesión por cuenta propia. Además de echar mano con el negocio familiar.</p>
---------------------------------------	---	---	--

<p>Familia</p>	<p>La comunicación familiar ha permitido la aceptación de la orientación sexual mediante la comunicación verbal y no verbal; la existencia de gestos y ademanes como parte del código en la comunicación familiar ha facilitado el proceso de dar a conocer la verdadera identidad sexual.</p> <p>El apoyo de los padres es palpable en acciones concretas como el apoyo en la formación académica, la satisfacción de necesidades básicas, pero con expresiones de afecto limitadas o rígidas.</p> <p>La orientación recibida respecto a la sexualidad ha sido poca o nula, un tema tabú del que no se habla.</p>	<p>La evasión del tema de la orientación sexual ha sido la estrategia de afrontamiento mayormente empleada, limitándose a demostrar su valor como persona a través de la superación personal y el logro de sus metas en la vida.</p> <p>El apoyo de sus padres ha estado siempre en sus estudios y proyectos que ha decidido emprender, sin embargo, el tema de su orientación sexual se evita por el grado de religiosidad de sus padres, lo cual ocasiona rigidez de pensamiento y limita la capacidad de dialogo para manifestar el apoyo verbal o afectivo en esa área.</p> <p>No se encuentra ningún tipo de orientación recibida por parte de sus padres hacia su orientación sexual o de terceras personas o profesionales a través de consultas psicológicas. Ha preferido afrontar su orientación con sus propios medios y se ha enfocado en superarse para ganar el respeto de los demás.</p>	<p>Desde temprana edad sus hermanos y posteriormente sus padres le manifestaron su apoyo verbal y afectivo respecto a su orientación sexual; la existencia de un hermano gay sirvió de intermediario y aliado para afrontar a sus padres y desvelar su orientación sexual ante toda su familia.</p> <p>La comunicación familiar ha sido bastante fluida, su madre le ha expresado siempre su afecto y apoyo en toda ocasión, manifestándole sentir orgullo por ella y sus demás hijos, de igualmente el resto de su familia, existe mayor comunicación y confianza con su hermano gay que reside en los estados unidos.</p> <p>La orientación recibida respecto a su orientación sexual ha venido más por parte de su hermano gay y su experiencia de homosexualidad. Además, buscar ayuda psicológica para superar sus propias barreras le ha sido de mucha utilidad.</p>
-----------------------	--	---	--

<p>Amigos</p>	<p>En ambos casos evidencian rechazo y discriminación por parte de compañeros de escuela durante la infancia y adolescencia; hacia la adultez temprana se observa un mayor nivel de aceptación por parte del círculo de amigos y compañeros de estudio.</p> <p>En la adultez temprana se observa mayor inclusión de la sociedad, se seleccionan mejor las amistades, prefiriendo aquellas que poseen mayor flexibilidad y apertura de pensamiento.</p> <p>Se adquiere un mayor sentido de pertenencia a los grupos sociales y académicos.</p>	<p>Debido a la aceptación de algunas amistades ha podido sentir mayor apoyo y confianza en contar cosas que no puede hablar libremente con sus padres, expresa que hay cosas que se siente más cómodo hablando con sus amigos y eso le permite desahogarse en momentos de tristeza o angustia.</p> <p>Se siente incluido en las actividades de sus amigos, le gusta salir y distraerse y a la vez conversar si se da la oportunidad sobre cosas de la vida que le permitan liberar sus emociones y así mismo sentir que él también puede servir de apoyo a los demás cuando están viviendo momentos de desesperación en sus vidas.</p> <p>Todo ello le permite sentir que es parte importante ante eventos o situaciones que aumentan su sentido de pertenencia y afiliación, lo que a la vez le brinda mayor seguridad personal y mejora su autoestima para relacionarse con su entorno.</p>	<p>Su círculo de amigos es más reducido, pero afirma que gracias a ellos puede sentirse aceptada y con mayor confianza de expresar sus sentimientos y pensamientos. Prefiere la calidad que la cantidad de amistades y que lo importante para ella es sentir que hay una aceptación mutua.</p> <p>Tiene una amiga en particular que es a quien suele visitar con regularidad o es ella quien llega a visitarla para compartir momentos juntas y ser un apoyo mutuo entre ellas, siente que ella la incluye en muchas decisiones importantes que debe tomar y viceversa. Lo mejor de todo es que puede ser ella misma y expresarse con libertad.</p> <p>La pertenencia a estos lazos afectivos entre amigos fortalece su seguridad como persona, adquiere confianza en sí misma, aumenta su valía individual y su capacidad de expresión emocional.</p>
----------------------	---	---	--

<p>Pareja</p>	<p>En las relaciones de pareja ha existido mucha aceptación sobre las diferencias individuales de cada uno, se han aceptado los límites y la capacidad de dar y recibir afecto, aceptación de la diversidad de pensamientos y creencias.</p> <p>Ha existido mucha comprensión y tolerancia respecto a los límites como personas, así mismo, paciencia sobre los deseos o impulsos individuales, se han respetado los tiempos en la relación.</p> <p>Dicho respeto abarca otras áreas de la vida como el respeto ante la actitud de sus familiares respecto a su orientación sexual.</p>	<p>Ha establecido solamente una relación formal duradera en la cual se llegó un nivel de confianza profundo y la aceptación de sus virtudes y defectos como persona y en momentos de discusiones llegar a un punto de vista intermedio mediante un manejo adecuado del pensar y sentir individual.</p> <p>Existió mucha comprensión por parte de su pareja en los momentos difíciles que atravesaba, le brindó su confianza y mostró mucha empatía ante sus necesidades y/o problemas.</p> <p>Ante todo el respeto fue lo más importante en su relación de pareja ya que asegura que mediante el respeto se logra consolidar la relación, no existen prejuicios o críticas sino al contrario se confían las dificultades y esto abre paso al apoyo incondicional y al crecimiento de la afectividad, se puede convivir en un clima armonioso y estable para ambos.</p>	<p>Ha experimentado varias relaciones de pareja, en la mayoría de ellas no se le tomó muy en serio como pareja, siempre se le vio como una segunda opción lo que le llevo a querer hacer lo mismo con sus futuras parejas y buscarlas más como distracción y escape ante sus problemas en la vida.</p> <p>En la vida universitaria entabla una relación de pareja duradera en donde hubo mucha comprensión, amor y confianza durante mucho tiempo, hasta que los celos invadieron a su pareja y las discusiones dieron paso a malos tratos, agresiones físicas y verbales, lo cual llevó al colapso de la misma.</p> <p>Pese a las dificultades en sus relaciones de pareja, siempre hubo respeto con relación a la orientación sexual, aunque con el tiempo los lazos afectivos se deterioraron y se faltó el respeto en algunas ocasiones llevando a los golpes, ante los cuales ella nunca reaccionó con la misma violencia.</p>
----------------------	---	--	---

CAPITULO VI: ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN

La teoría revisada hasta el momento, nos ha permitido ampliar la visión acerca del constructo de la resiliencia, y pasar de la percepción inicial que la posiciona como una característica aislada (estrechamente ligada al temperamento) o a la existencia de factores de riesgo y de protección; a una concepción más universal de la resiliencia, entendida como la capacidad que todo ser humano por individual o en colectivo puede desarrollar, a través de un continuo proceso de afrontamiento de situaciones adversas o de estrés elevado que implique la toma de decisiones importantes, utilizando herramientas y recursos que estén a su disposición para superar con eficacia las vicisitudes.

Desde dicha perspectiva, la resiliencia como proceso y como un conglomerado de habilidades y destrezas que se adquieren a lo largo del tiempo, parece ser una mirada mucho más flexible y menos limitada que abre las puertas para la realización de un amplio análisis sobre las estrategias de resiliencia que, particularmente en este estudio, han empleado los participantes gays y lesbianas en las diferentes etapas y áreas de la vida, pero, a la vez para interpretar con la mayor objetividad posible aquellos pensamientos, actitudes o acciones no resilientes, frente a circunstancias que han exigido o continúan exigiendo estrategias de afrontamiento más eficaces.

En algunos casos, el proceso de la resiliencia adquiere visibilidad desde los primeros años de vida del sujeto, el impulso por sobrevivir en momentos críticos al borde de la muerte o las respuestas del organismo por buscar la salud ante una enfermedad prolongada, pueden ser consideradas como respuestas resilientes de un niño frente a circunstancias de salud deplorables, lo cual se convierte en un elemento más que precisa prestar atención, ya que la resiliencia puede estar presente en las personas desde muy temprana edad, incluso cuando aún no se es consciente sobre la propia resiliencia. Tal es el caso de María José, quien desde

el embarazo de alto riesgo de su madre relata experiencias críticas salud y posteriormente, nacer sin signos vitales representó otra crisis y desafío para su desarrollo normal.

Más concretamente, es durante la infancia donde se comienza a palpar con mayor claridad el proceso de la resiliencia, ya que en el niño/a operan procesos cognitivos, afectivos y volitivos con mayor complejidad, se emplea el uso de la razón para discernir que situaciones representan mayor riesgo o peligro y decidir qué acciones son las más adecuadas para responder a las mismas. Siguiendo con el caso de María José, existieron situaciones muy difíciles durante su niñez que impregnaron huellas de dolor, miedo y tristeza, en las que muchas veces se vio en la necesidad de ser autónoma para enfrentar el problema por temor a que terceras personas pudieran verse perjudicadas, sin embargo, dicha conducta pudo ser mucho más resiliente al haber expresado sus sentimientos y temores hacia su familia, lo cual le hubiese permitido afrontar con mayor eficacia la problemática, ya que su familia sería el factor de protección externo ante la situación conflictiva, ante dicho panorama la conducta resiliente se vería mucho más fortalecida que al callar las circunstancias de abusos constantes que se repetían cada cierto tiempo y con diferentes sujetos. Esto nos demuestra el papel fundamental que juega la familia como red principal de apoyo desde muy temprana edad y a lo largo de toda la vida.

Para pasar a profundizar en las estrategias de resiliencia de gays y lesbianas e identificar los mecanismos empleados en el proceso de desvelamiento de su orientación sexual, es preciso enfatizar que, en el caso de María José, sus habilidades de resiliencia comenzaron a desarrollarse desde que era muy pequeña, siempre se mostró optimista pese a los momentos de dificultad, sin embargo, algunas cualidades como la interacción con sus iguales o la comunicación verbal se vieron inhibidas a causa de diferentes factores como el estilo de crianza autoritario que empleaba su padre como mecanismo sobreprotector hacia ella, ya que por padecer condiciones delicadas de salud desde muy pequeña no se le permitió

llevar un ritmo de vida estándar como al igual que sus otros hermanos, tuvo que comenzar la escuela a una edad más avanzada y por ende su proceso de socialización se vio obstaculizado.

A diferencia de Carlos Alberto, la vida no le planteó los mismos desafíos y pruebas de supervivencia en sus primeros años de vida, por el contrario, provenir de una familia menos numerosa le fue más favorable en tanto esto sirvió como mecanismo protector que facilitó su desarrollo normal durante su infancia. Relata que fue el primero de 3 hermanos, no padeció problemas crónicos de salud, además tuvo la oportunidad de vivir una infancia a base de juegos, ir a la Parvularia y adquirir un mayor grado de socialización

En dicha situación podemos comprobar que el hecho de provenir de una familia numerosa conlleva que los padres usualmente deleguen responsabilidades del hogar hacia sus hijos y por consiguiente descuidarlos dejándolos solos muchas veces en sus casas rodeados de personas poco confiables, o debido a la preocupación cotidiana por obtener el pan de cada día que hace que se descuide el tiempo con los hijos y en esos momentos de soledad el niño se encuentre más vulnerable con respecto a su entorno o círculo social.

Por otra parte, ambas familias poseen un grado de religiosidad e inculcaron valores cristianos hacia sus hijos, el respeto al prójimo y a las diferencias ajenas, ambos colaboraban con los oficios domésticos desde que eran niños pero a Carlos le atraían más los juegos de cocina y de muñecas y pocas veces los juegos de carritos, menciona que su madre nunca le reprochó nada por sus interés hacia determinados juegos o preferencias desde que era niño y por el contrario ella le decía que él sería quien le colaboraría con los quehaceres del hogar, también solía gustarle ayudar a su hermanita menor a vestirse, lo cual también lo hacía a modo de entretenimiento.

En concreto, podría decirse que Carlos creció en un ambiente familiar con mayores comodidades u oportunidades de desarrollo, además, no presentó complicaciones físicas como en el caso de María, que fue el impedimento que retraso sus estudios e impidió de

forma indirecta las actividades de recreación con otros niños o niñas. Además, podemos tomar en cuenta otros elementos como el ser niña, en ocasiones, los padres suelen ser más prohibitivos o sobreprotectores con respecto a los juegos o relacionarse con otros niños de su edad y, un segundo factor, el nivel de inseguridad en la comunidad, ya que la colonia donde ha vivido María durante toda su vida, en aquel entonces aún se vivían los últimos años de la guerra civil en el salvador y posteriormente el auge de las pandillas eran situaciones que limitaban el libre esparcimiento social en las calles.

Durante la etapa escolar, las circunstancias comenzaron a ser diferentes para Carlos, debido a que sufrió mucho rechazo y discriminación especialmente por parte de sus maestros, en algunos casos le decían que no debía comportarse de determinada manera “que él debía comportarse como un hombre” y en una ocasión una de sus maestras le expresó vulgarmente que “que se sentía que se la metieran por el culo y que cuantos hombres habían pasado por él”, dichas palabras causaron en él un dolor muy profundo ya que se sintió bastante ofendido y humillado, sobre todo viniendo de una figura de autoridad la cual debía cumplir un rol de protección u orientación frente a su condición, sin embargo, fue todo lo contrario, era dicha figura quien le estaba causando daño con sus expresiones, eso manifiesta le marcó de por vida pero a la vez le ha ayudado a comprender que siempre habrán personas en esta vida que no nos aceptarán tal y como somos y que con el tiempo debemos aprender a ser selectivos con las personas que interactuamos de nuestro entorno, a saber escoger las amistades y personas en las que se busca ayuda para poder salir adelante. Dicha experiencia le ha fortalecido, ya que pudo sacar provecho de ella para ampliar su visión sobre las personas y las relaciones humanas, por tal actitud ante dicha problemática se podría catalogar la conducta de Carlos como muy resiliente, debido a esa habilidad para extraer lo positivo de una situación negativa o adversa, y poder desarrollarse como ser humano con amplio criterio de la vida.

Por otra parte, para María las cosas parecían ir mejores al recibir la noticia que comenzaría la escuela, sin embargo, no contaba con que al arribar a la escuela sufriría el mismo rechazo y discriminación, con la diferencia que este rechazo provenía de su grupo de iguales, de sus compañeros de estudio, quienes le manifestaban que no la querían allí con ellos, este rechazo parecía estar más inclinado hacia el hecho de ser una estudiante nueva y hacia su apariencia física o vestimenta, no tanto a su orientación sexual, ya que a esa edad aún no mostraba su interés o afecto hacia otras niñas, por tal motivo, las expresiones de discriminación consistían en decirle que “ella era fea, que habían niñas más bonitas en la escuela o que sus zapatos eran feos” pero además, manifiesta que sufría maltrato físico por sus compañeros, que la golpeaban y le realizaban bromas pesadas, esto es lo que se conoce como bullying. Sin embargo, en este caso, sus maestros si fueron figuras protectoras frente al maltrato, la discriminación y el rechazo de sus compañeros, eran sus maestros en quienes ella podía confiar y sentirse refugiada, tal situación se prolongó durante los primeros meses de estudio ya que fue muy difícil ser aceptada por sus compañeros y todavía mucho más ser incluida en los distintos grupos de juego y estudio.

Pero la situación fue todavía más compleja para María, ya que no pudo culminar su primer año escolar al interior de la institución, lo cual, de alguna manera representaba un alivio para ella ya que no tendría que seguir tolerando el ambiente de hostilidad y rechazo de sus compañeros, pero a la vez una preocupación debido a su salud que comenzaba nuevamente a fallarle y en donde lamentablemente tuvo que enterarse de un tumor cerebral que venía padeciendo silenciosamente y que de no ser intervenido a la brevedad posible podría causarle la muerte, ante tal situación, fue llevada a cirugía a un hospital de la capital y sus estudios tuvo que retomarlos desde su casa, en donde su maestra se ofreció a impartirle las clases de forma individual, esto le permitió salvar su primer año de estudios, aunque un año después tuvo que luchar nuevamente con otro tumor y ser hospitalizada una vez más.

Dicha conducta de afrontamiento de su enfermedad y a la vez el deseo por seguir aprendiendo son actitudes resilientes que se observan desde sus nueve años de edad, además, su sentido del humor le ha sido una herramienta permanente en todas las crisis de su vida, a ella le gustaba la idea de que su maestra la visitara hasta su casa y le prestara la debida atención en aquellos días, esto le ayudó a fortalecer su sentido de importancia y valor como ser humano, lo cual le daba fuerzas para seguir luchando ante las adversidades.

Los años posteriores, María destacó en sus estudios, no solamente pudo superar sus problemas de salud y desenvolverse con normalidad ante los desafíos que le planteó la vida escolar, sino que, a raíz de la influencia de su padre quien le exigía constantemente ser la mejor en todo y servir de ejemplo para sus demás hermanos, su rendimiento fue más que óptimo, sus maestros la colocaban de ejemplo ante sus demás compañeros, lo cual le generaba mucha pena pero a la vez orgullo por saber que estaba cumpliendo las expectativas de su padre. María pudo mantener su rendimiento escolar durante todos sus años en la escuela hasta llegar a noveno grado, empero, ante lo que nos atañe en el presente análisis, a sus 11 años María ya pudo darse cuenta de su atracción hacia otras niñas, debido a que se enamoró de su mejor amiga de la escuela en ese entonces, manifiesta que fue una situación puramente sentimental, fueron amigas hasta llegar al bachillerato y siempre se tenían una a la otra como apoyo incondicional.

Pero no todo era color de rosas, ya que, a sus 14 años de edad, tuvo que vivenciar otra situación de abuso sexual por parte del novio de su hermana mayor, quien era un jugador de un equipo nacional para ese entonces, es decir, en medio de todo lo grandioso de su vida escolar, de su alto rendimiento y ser considerada como alumna destacada en la escuela, en el trasfondo, en otra área de su vida, todo era traumatizante, perturbador y doloroso, ya que estaba siendo víctima de abusos sexuales y, en esta ocasión, ya era la cuarta vez que le tocaba sufrir dichos abusos, con la diferencia que esta última vez fue mucho más grave, debido que

fue violada por su agresor, siendo penetrada con los dedos en primera instancia, lo cual le hizo perder su estado de virginidad y, más adelante, (cuando el agresor tenía todo planeado en una salida junto con su hermana mayor, a la cual ella no quería ir debido a los abusos anteriores que ya había tenido que soportar y callar por las amenazas del agresor) en la tercera oportunidad, abuso por completo de ella, penetrándola de forma vaginal y anal y a la vez, ejerciendo violencia física contra ella hasta el punto de llevarla al desmayo, dicha violencia incluso pudo haberle causado la muerte ya que el agresor se encontraba bajo los efectos del alcohol y la droga.

Posteriormente, tan solo un mes después de los sucesos de abuso contra ella, ocurrió otro evento inesperado y doloroso como lo fue la experimentación del duelo ante la pérdida de su abuela, lo cual, aunado a las tragedias anteriores, sumaban una cadena de acontecimientos negativos en su vida que le llevaron a conclusiones erradas, “sentía que nada tenía sentido en esta vida, todo era en vano y que había nacido solo para sufrir”, ante lo cual manifiesta que tenía todo preparado para suicidarse pero que gracias a señales divinas eso pudo evitarse. Como estrategia de resiliencia ante los acontecimientos ocurridos, María tomó la decisión de refugiarse en la religión como vía para afrontar y asimilar todos los sucesos negativos que le había tocado vivir hasta dicha etapa de su vida, buscó la orientación del sacerdote a cargo de su parroquia quien le aconsejó adentrarse al grupo de liturgia de dicha iglesia y desde allí vivir la palabra de Dios, encontrarse con él y salir adelante con sus problemas.

Como podemos observar hasta este punto, las situaciones adversas que plantea la vida para cada uno de los seres humanos que la vivimos son completamente distintas y los mecanismos de afrontamiento de igual manera son particularmente distintos en relación a las necesidades que demanda el entorno para afrontar cada una de las circunstancias, en el caso de María, las condiciones críticas de salud, el abuso sexual repetido y la pérdida de personas

importantes en su vida, sumaron sucesos trágicos que dejaron cicatrices imborrables marcadas dentro de sí, a diferencia de Carlos, a quien la vida puso retos de semejante magnitud pero que, sin embargo, en ambos casos se vivenció el rechazo social en el entorno educativo, también ambos llegaron a pensar que la vida no valía la pena, mientras que uno solamente lo pensó, otro tenía todo planeado para partir de este mundo, pero pese a la adversidad, ambos se mostraron optimistas al creer que las cosas negativas quedarían en el pasado y que lo mejor estaría por venir, además, mostraron flexibilidad de pensamiento al comprender que la vida nos pone retos que debemos ir superando día con día y tener la certeza que “después de la tormenta, llega la calma”, se logró recuperar el sentido de la vida y la motivación para seguir luchando por sus sueños y metas, ante todo siempre mostrando una actitud positiva ante la vida, todo ello son características de resiliencia que han estado presentes en cada una de las situaciones adversas que han tenido que atravesar.

Con respecto a las diferentes etapas de desarrollo de la homosexualidad revisadas en la teoría encontrada, podemos observar que durante la infancia ambos participantes ya tenían la noción, la idea o se consideraban diferentes, pero es hasta la llegada de la adolescencia en donde se acrecienta el interés por experimentar una relación de pareja. En el caso de Carlos, manifiesta que en su adolescencia se sentía más seguro de sí mismo, ya no era aquel niño al que podían humillar y maltratar como en la escuela, aprendió a ganarse el respeto de las diferentes personas de su entorno, a comunicarse de manera asertiva con los demás y expresar su desacuerdo cuando algo no le parecía apropiado, ante una ofensa o señalamiento en su contra, así mismo, comenzó a tener experiencias homosexuales con otros jóvenes hasta que se enamoró por primera vez de un chico con el cual sostuvo una relación de pareja por más de tres años, pero que por motivo que él tuvo que salir del país no pudieron continuar con dicha relación amorosa.

No obstante, para María fue un poco más complejo decidirse a iniciar una relación de pareja ya que expresa que “se sentía entre la espada y la pared” debido a los principios cristianos que tenía enraizados que desde niña se le habían inculcado, pero también los había reafirmado durante los últimos años de apostolado litúrgico en su iglesia, sin embargo, pero a pesar de todo decidió iniciarse a tener su primer noviazgo, con el cual expresa que se sentía plena y feliz pero que su pareja era mucho más experimentada que ella porque ya había sostenido otras relaciones anteriormente, sentía miedo sobre todo de llegar a la experiencia sexo-coital, debido a los eventos de abuso durante su infancia, lo cual fue algo que nunca se atrevió a confesarle como pareja, pero comenta que con paciencia y espera finalmente concretaron el acto en dos ocasiones. Desafortunadamente, la relación se dio por terminada, debido a amenazas de otra chica quien manifestaba ser la novia de su pareja, por tal motivo María decidió alejarse.

Podría decirse que los participantes han alcanzado la fase cuatro de desarrollo de la homosexualidad según el autor que la plantea, ya que ambos se aceptan a plenitud su orientación sexual y han logrado establecer relaciones de pareja estables y duraderas en las que han encontrado apoyo incondicional, afecto recíproco y un ambiente de armonía y compañía de alguien en quien confiar y sentirse apoyados en sus decisiones; durante la etapa cinco es probable que alguno de ellos decida en un futuro pertenecer a una organización de lucha por los derechos de la población LGBTI lo cual sería el paso previo a la sexta y última etapa de desarrollo de la homosexualidad según Ardila, la cual consistiría en servir como mentores hacia otros homosexuales, ayudándoles en dicho proceso de desvelamiento de su orientación sexual.

Los mecanismos de resiliencia identificados en los participantes para afrontar la vida se encuentra en primera instancia la familia como la base de apoyo en fundamental para que la persona adquiriera esa seguridad desde niño y se desarrolle con naturalidad frente a los

diferentes escenarios de su entorno, así mismo, los compañeros de estudio, los círculos de amigos aunque son bastante reducidos, son una fuente de sostén socioemocional, las interacciones tanto con personas homosexuales como heterosexuales, adquieren cada vez mayor flexibilidad de pensamiento frente a las diferentes circunstancias de la vida, se mejora la autopercepción y la autoimagen como ser humano con igualdad de derechos frente a la sociedad, se adquiere una mayor conciencia del rol que pueden desempeñar dentro de la misma, se plantean nuevas metas y objetivos a seguir, tal como sucedió con María quien a pesar de no haber podido hacer realidad sus deseos de ser monja, gracias a la orientación de profesionales que le ayudaron a superar sus traumas, pudo contemplar como una segunda opción estudiar la carrera de psicología en la universidad pública, de esta manera satisfacer sus deseos de superación profesional y en el caso de Carlos, su necesidad de independencia y autoeficacia se ve satisfecha al ver el éxito constante que ha tenido su proyecto de emprendedurismo.

La vida adulta de Carlos parece marchar muy bien en la actualidad, existe apoyo por parte de su familia en cada uno de los proyectos que desea emprender, aunque el tema de la sexualidad se da por sentado y poco se habla de ello, a pesar de ello Carlos manifiesta que sus padres están conscientes de la situación y lo aceptan tal y como es, sin embargo, sus relaciones de pareja y su familia con dos cosas que de momento mantiene por separado y dependerá mucho de la apertura de sus padres en un futuro próximo para sus parejas a futuro puedan interactuar libremente con su círculo familiar.

En el caso de María, su familia se muestra bastante dispuesta a interactuar con las personas que ella decida aceptar en su vida como pareja, ya que, para su madre y sus hermanos, su felicidad siempre está primero y pese a ser también una familia con principios religiosos se muestran mucho más abiertos en dicho aspecto, empero, desde sus últimas experiencias amorosas ha decidido darse un tiempo y no tener ninguna relación de pareja

formal, desea dedicar tiempo a su familia y servir de apoyo tal y como ellos (su familia) lo han hecho con ella. Aspira poder encontrar un trabajo estable que le permita brindar mayor soporte económico a la familia y sacar adelante sus proyectos y sueños en la vida. La aceptación, el respeto y el apoyo de su familia son elementos vitales que seguirán jugando un papel fundamental en su proceso de resiliencia para toda la vida.

CAPITULO VII: CONCLUSIONES

Las estrategias de resiliencia descubiertas en los participantes se reflejan en las actitudes que han asumido frente a diversas situaciones de conflicto y/o estrés, como lo es el optimismo durante los momentos difíciles en la vida, la expresión de emociones de manera asertiva ante situaciones de rechazo y discriminación, la confianza y seguridad en sí mismos, en sus capacidades y el sentido de valía, asimismo, en la puesta en marcha de iniciativas de desarrollo personal y el posicionamiento en la sociedad como seres productivos dentro de ella, además, han sabido aprovechar el apoyo familiar que se les ha proporcionado y el ser aceptados como son les ha motivado a salir adelante con sus metas profesionales; esto también ha contribuido a la adquisición de una autoestima saludable, lo cual les ha llevado a ponerse al servicio de los demás, amigos y personas cercanas que necesiten de ellos, brindando soporte emocional u orientación basada en su experiencia personal. Por último, la resiliencia se puede observar en los procesos de desapego en las relaciones de pareja, en superar cada una de las relaciones entabladas, extraer lo positivo de las mismas y perdonar los errores cometidos de forma mutua, a la vez aceptando las diferencias de pensamiento y cerrando los ciclos de las relaciones que se dan por terminadas.

Los factores que contribuyen al desarrollo de la resiliencia pueden ser internos cuando la efectividad del afrontamiento se ve influida por los procesos cognitivos, afectivos o volitivos de la persona, de este modo, la flexibilidad del pensamiento, la regulación emocional y la capacidad de mantenerse motivado en la persecución de una meta u objetivo, son factores internos presentes que los participantes. Por otra parte, la existencia de redes de apoyo como la familia, los amigos, un orientador o tutor, son factores externos que contribuyen de igual forma al desarrollo de la resiliencia en gays y lesbianas, ya que representan lazos de apoyo y confianza en sus vidas.

En ambos casos, las estrategias de resiliencia empleadas son muy similares, aunque con sus particularidades relacionadas al desvelamiento de la orientación sexual con énfasis en el ámbito familiar ya que, en el caso de la persona gay, poco o nada se habla sobre la sexualidad dentro del hogar. En cuanto a la pareja formal que él decida establecer se vislumbra un futuro incierto respecto a la aceptación por parte de su familia. En cambio, en el caso de la persona lesbiana el panorama parece ser más claro, ya que cuenta con el apoyo abierto en dicha temática por parte de su madre, de su abuela y los demás miembros de su familia, existe mayor comunicación sobre el tema de la sexualidad y plena conciencia sobre las relaciones de pareja que ha entablado anteriormente. No obstante, los mecanismos psicológicos implicados en el afrontamiento de su sexualidad en las distintas áreas de la vida son bastante parecidos, por ejemplo, en situaciones comunes tales como el rechazo y la discriminación ambos han mostrado fortalezas de interacción y defensa de su integridad personal, a la vez siendo comprensivos y flexibles al entender que no todas las personas piensan igual y que habrá diferentes circunstancias en donde no serán aceptados por todos.

Por último, concluimos que, si bien es cierto que poseen estrategias de resiliencia es necesario que éstas sean fortalecidas mediante un programa de psicoeducativo para una mayor eficacia en el afrontamiento de situaciones estresantes o frente a posibles cuadros depresivos o ansiosos que se presentan con cierta regularidad en las persona gay y lesbiana. Este programa les orientará en la toma de decisiones para un afrontamiento asertivo.

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

**“PROGRAMA DE FORTALECIMIENTO
DE HABILIDADES DE RESILIENCIA EN
GAYS Y LESBIANAS DEL MUNICIPIO
DE SAN MIGUEL.”**

INTRODUCCION

El presente Programa de Fortalecimiento de Habilidades de Resiliencia en Gays y Lesbianas está orientado a trabajar aquellas áreas en que los participantes del estudio mostraron una mayor necesidad de refuerzo o enseñanza de métodos y técnicas que les permitan afrontar situaciones específicas que sin contar con dicho recurso sería mucho más difícil responder eficazmente al entorno.

El programa recoge técnicas cognitivo conductuales, de modificación de pensamiento, de relajación física y mental, dinámicas y otras herramientas que serán de utilidad para que los participantes puedan obtener insumos necesarios para el fortalecimiento de sus habilidades de resiliencia. En la descripción del programa se detallan las generalidades del mismo, así como las áreas psicológicas hacia donde están dirigidas las técnicas grupales y lo que se pretende lograr con ellas.

En el siguiente apartado, se explica la metodología de las sesiones, el lugar donde se podrán desarrollar y las modalidades que se pueden emplear dependiendo de la técnica que se trate. Posteriormente, se encuentran los indicadores de logro que nos permitirán ir midiendo la cantidad de logros alcanzado o si las técnicas terapéuticas están dando resultado. Mientras que, los resultados esperados podrán constatarse al finalizar el programa de intervención.

Finalmente, se encuentra la planificación de las sesiones siendo siete sesiones en total, con las cuales se buscará fortalecer la resiliencia de los participantes.

OBJETIVOS

Objetivo General:

- ✓ Diseñar una Propuesta de Intervención Psicológica que beneficie a cada uno de los participantes mediante el fortalecimiento de sus habilidades de resiliencia, fomentando la participación activa mediante técnicas grupales que faciliten la socialización y superación de experiencias personales negativas.

Objetivos Específicos:

- ✓ Generar un clima de confianza en donde cada uno de los participantes se sienta motivado y demuestre participación activa en cada una de las sesiones de trabajo.
- ✓ Fortalecer el área emocional de los participantes de manera que aprendan a afrontar las situaciones de su entorno eficazmente.
- ✓ Entrenar a los participantes en técnicas de relajación para su aplicación a la vida cotidiana durante situaciones de alta tensión o eventos estresantes.
- ✓ Orientar a los participantes en el tema de sus derechos humanos para que no sean vulnerados por personas o instituciones particulares.

JUSTIFICACIÓN

Siendo conscientes de que vivimos en una sociedad machista en donde los estereotipos de género son rígidos, y condenan con tanta facilidad cualquier variación de la naturaleza humana, y habiéndolo constatado en las historias de los participantes de esta investigación, arribamos a la importancia del diseño de un programa de fortalecimiento de habilidades de resiliencia que permita brindar o mejorar aquellos recursos humanos que ya se poseen para hacer frente a las adversidades del día a día, a mejorar la autoestima, controlar la ansiedad, los pensamientos negativos, a ser asertivos en la comunicación y regular las emociones en situaciones de tensión.

Dicho programa ejercerá un impacto positivo en la atención de sus necesidades primordiales de resiliencia, a ganar empoderamiento en la sociedad mediante un desempeño adecuado en distintas áreas de la vida, a mejorar sus relaciones interpersonales y la autoaceptación, así como defender sus derechos en cualquier situación de discriminación o rechazo social.

DESCRIPCIÓN DEL PROYECTO

El programa de fortalecimiento incorporará la terapia grupal para atender las diferentes necesidades de los participantes, focalizando las técnicas de trabajo en el área emocional, en el entrenamiento de técnicas de relajación, así como en la orientación de sus deberes y derechos que como ciudadanos al igual que todos también poseen.

Las sesiones principales estarán dirigidas a establecer un clima de confianza entre participantes y terapeutas, se explicará de manera introductoria en qué consistirán el desarrollo de las sesiones grupales, así como los objetivos que se buscar alcanzar al finalizar el programa. Esto servirá para hacer una nivelación de expectativas entre lo que los terapeutas ofrecen a los participantes y lo que estos últimos esperan de los primeros, y de dicha manera poder establecer el contrato psicológico entre las partes.

En la medida en que se desarrolle el programa de fortalecimiento de habilidades de resiliencia, se irá profundizando en la matriz de necesidades que fueron detectadas durante el estudio de investigación, aplicando técnicas centrales orientadas a la mejora de la autoestima, manejo de la ansiedad y la depresión, regulación emocional y la comunicación asertiva.

La aplicación de técnicas orientadas a trabajar dichas áreas, serán de mucha utilidad para el fortalecimiento de las habilidades de resiliencia y para el empoderamiento en los distintos escenarios sociales que se desempeñen; ya que como pudimos darnos cuenta, el pasado de estas personas estuvo cargado de experiencias de discriminación y rechazo, las cuales en muchas veces no pudieron afrontar de forma eficaz dichas situaciones y aun en la actualidad suelen verse en escenarios en donde deben esconder su orientación sexual para evitar actitudes homo/lesbofóbicas por parte de miembros de su comunidad, familia o trabajo.

METODOLOGIA

Las sesiones grupales se llevarán a cabo en un espacio adecuado sin interrupciones, el salón deberá ser acondicionado para una mayor comodidad de todos los involucrados, este podrá ser un espacio reservado semanalmente para el desarrollo de dichas actividades, el cual se podrá gestionar por medio de instituciones gubernamentales, ONG's o a través de la Universidad de El Salvador.

Tanto la fecha como los horarios de las sesiones se determinarán por consenso entre las partes involucradas, así como de la institución que preste los servicios de local para su desarrollo. En situaciones requeridas, se solicitará a los participantes que asistan con cierto tipo de ropa que sea cómoda para llevar a cabo las técnicas de relajación y que consigo lleven otros recursos como toallas, por mencionar algo.

Algunas de las técnicas a enseñar, particularmente las técnicas de relajación, son muy extensas para poder desarrollarse durante una sola sesión grupal, es por ello que, podremos encontrar en el diseño del programa, una misma técnica de relajación en dos o hasta tres sesiones continuas, para facilitar el ejercicio cotidiano y el aprendizaje óptimo de la misma.

Cabe mencionar que cada una de las sesiones han sido diseñadas de manera secuencial, en la manera que cada una de las mismas brinda las herramientas y las condiciones para el trabajo continuado de las siguientes y, por lo tanto, es imperativa la participación activa y al adecuado aprendizaje de cada una de las técnicas a desarrollar para garantizar la asimilación correcta y la obtención de resultados esperados.

INDICADORES DE LOGRO

- La calidad de la alianza terapéutica mejora en un 75% después de la tercera sesión.
- El nivel de autoestima de los participantes mejora en un 80% después de la quinta sesión.
- Los síntomas de ansiedad/depresión en los participantes disminuyen un 80% después de la sexta sesión.
- La regulación emocional en los participantes mejora un 80% después de la sexta sesión.
- La salud mental general de los participantes mejora un 80% al finalizar el programa.

RESULTADOS ESPERADOS

- Que los participantes logren empoderarse en los diferentes escenarios sociales que la vida les demanda.
- Haber disminuido o eliminado los síntomas ansiosos/depresivos en los participantes.
- Fortalecimiento de la autoestima.
- Mejora en las relaciones interpersonales.
- Conocimiento general sobre la situación legal de la población LGBTI en El Salvador.

PLANIFICACION DE SESIONES

Sesión N° 1

Objetivo de la Sesión: Generar un clima de entusiasmo y compromiso en los participantes para garantizar la realización exitosa de cada una de las actividades propuestas en el programa de intervención.

Saludo y Bienvenida

Se agradecerá la asistencia a la sesión y se dará una cordial bienvenida a los participantes.

Establecimiento de Rapport

Como antesala y para generar un clima de confianza se realizará una breve dinámica de autoperseñtación, la cual consistirá en decir su nombre, edad y alguna otra actividad que le guste realizar, labor que desempeña, etc. La segunda persona en presentarse dirá también el nombre y datos de la persona que se presentó antes que él, luego el tercero hará lo mismo con los dos anteriores hasta lograr presentarse entre todos.

Nivelación de Expectativas

Se hará una socialización acerca de lo que cada uno de los participantes espera lograr mediante el desarrollo del programa de intervención, así mismo será un espacio propicio para el establecimiento de lazos de compromiso mutuos entre los facilitadores y los participantes.

Psicoeducación

Consistirá en explicar de forma expositiva e ilustrada a los participantes en qué consistirá el desarrollo de la sesión, para qué son las técnicas de relajación y la técnica central. Servirá para preparar a los participantes en lo que se desarrollará durante la sesión, que exista una mayor comprensión sobre la finalidad de cada una de las actividades y de esta manera poder alcanzar los objetivos planteados.

Relajación: Respiración Diafragmática

Se explica a los participantes que adquieran una posición cómoda, colocando una mano sobre el abdomen y la otra sobre el pecho, posteriormente inhalarán aire por la nariz profundamente reteniéndolo por unos segundos y exhalarán por la boca. Se repetirá este ejercicio varias veces hasta lograr una relajación concentrada en el diafragma.

Técnica Central: “Yo Soy”

Se entregará a los participantes, hojas de boom y lapiceros, en la hoja deberán colocar el título “Yo Soy”. A continuación, deberán enlistar las cualidades positivas que cada uno tenga, posteriormente, deberán formar parejas y venderse a sí mismos con base a las cualidades positivas que hayan escrito, el otro compañero/a deberá hacer lo mismo una vez haya finalizado el primero. Seguidamente, el facilitador explicará a los participantes que en muchas ocasiones nos es difícil reconocer cualidades positivas que poseemos, y que esto ocurre usualmente porque elegimos modelos con los cuales compararnos, y dependiendo con quién nos comparamos obtenemos una valoración más positiva o negativa de nosotros mismos. Finalmente, el facilitador/a realizará una reflexión acerca de lo que es la autoestima y la importancia de formarse una autoimagen saludable, buscando que todos/as adquieran una visión realista y positiva de sí mismos como seres humanos.

Cierre y Asignación de Tarea:

Se pedirá a los participantes que practiquen la respiración diafragmática 2 veces al día, podrán hacerlo en el horario que mejor se los permita y también cuando estén atravesando una situación de tensión o estrés. A la vez, podrán anotar las sensaciones experimentadas cada vez que la practiquen o tratar de recordarlas en la mente, y podrán socializar su experiencia personal en la siguiente sesión grupal.

Fijar Fecha de Próxima Sesión

Se procederá a asignar la fecha y hora de la siguiente sesión, recordando a los participantes la importancia de poner todo su esfuerzo en la práctica cotidiana de lo aprendido durante la sesión grupal y del cumplimiento de la tarea asignada. Se despide y se agradece a los participantes esperando su asistencia a la próxima jornada.

Sesión N° 2

Objetivo de la Sesión: Fortalecer la relación terapéutica entre participantes-facilitadores y proporcionar herramientas que aumenten la seguridad personal y las habilidades de afrontamiento.

Saludo y Bienvenida

Se agradecerá la asistencia a la sesión y se dará una cordial bienvenida a los participantes.

Psicoeducación

Consistirá en exponer a los participantes en qué consistirá el desarrollo de la sesión, cuál será la utilidad de las técnicas de relajación y la técnica central. Servirá para preparar a los participantes en lo que se desarrollará durante la sesión, que exista mayor comprensión sobre la finalidad de cada actividad y así poder alcanzar los objetivos planteados.

Técnica de relajación: Relajación muscular progresiva de Jacobson

Con los ojos cerrados y una postura cómoda se procede a mantener una respiración profunda y regular. Posteriormente se procede a realizar un recorrido por el conjunto de grupos musculares del cuerpo. Cada grupo muscular será tensado en periodos de tres-diez segundos para posteriormente descansar entre diez-treinta, haciéndose series de tres repeticiones. El proceso de relajación muscular empezará por los extremos más distales del cuerpo, es decir, las extremidades más alejadas del centro del cuerpo, hasta llegar a la cabeza.

Así, se empezará la rutina de tensión-relajación por los pies, para continuar por piernas, glúteos, manos, brazos, espalda, pecho cuello, mandíbula y cabeza. Se dividirá la técnica en dos sesiones por factores de tiempo y para un mejor aprendizaje de la misma.

Técnica Central: Acentuar lo Positivo

Reconociendo la dificultad de encontrar cualidades positivas en uno mismo, con éste ejercicio se busca fomentar el reconocimiento de las características personales positivas mediante expresar al otro las propias cualidades en las siguientes dimensiones: atributos físicos, cualidades de personalidad y capacidad o pericia personal. Se dará la consigna de que cada comentario que se haga deberá ser positivo.

Con esto se busca lograr que los participantes puedan derribar las barreras impuestas por ellos mismos que no les permiten tener un buen concepto propio, mejorar la imagen de sí mismos mediante el intercambio de comentarios y cualidades personales. Se practicará el ejercicio durante 20 minutos o hasta que entre ellos ya nos sean capaces de encontrar más cualidades positivas que decirse el uno a otro.

Finalmente, el facilitador motivará a reflexionar sobre las dificultades experimentadas durante el desarrollo de la técnica y cómo se sienten después del ejercicio.

Cierre y Asignación de Tarea:

Se pedirá a los participantes que practiquen la relajación de los grupos musculares al menos una vez al día durante los días siguientes a la próxima sesión, podrán hacerlo en el horario que mejor se los permita y también cuando estén atravesando una situación de tensión o estrés. Deberán ir registrando las sensaciones experimentadas cada vez que la practiquen o al menos dos veces al día. Podrán socializar su experiencia personal en la siguiente sesión grupal.

Fijar Fecha de Próxima Sesión

Se procederá a asignar la fecha y hora de la siguiente sesión, recordando a los participantes la importancia de poner todo su esfuerzo en la práctica cotidiana de lo aprendido durante la sesión grupal y del cumplimiento de la tarea asignada. Se despide y se agradece a los participantes esperando su asistencia a la próxima jornada.

Sesión N° 3

Objetivo de la Sesión: Lograr que los participantes sean capaces de identificar sus pensamientos negativos automáticos.

Saludo y Bienvenida

Se agradecerá la asistencia a la sesión y se dará una cordial bienvenida a los participantes.

Psicoeducación

Consistirá en exponer a los participantes que son las distorsiones cognitivas y cómo influyen en nuestros estados de ánimo, haciendo uso de ejemplos ficticios para facilitar la comprensión del tema y posteriormente pasar a los ejemplos concretos que los mismos participantes puedan manifestar.

Técnica de relajación: Relajación muscular progresiva de Jacobson

Se continuará desarrollando la técnica desde donde se dejó en la sesión anterior. Con los ojos cerrados y una postura cómoda se procede a mantener una respiración profunda y regular.

Posteriormente se procede a realizar un recorrido por el conjunto de grupos musculares del cuerpo. Cada grupo muscular será tensado en periodos de tres-diez segundos para posteriormente descansar entre diez-treinta, haciéndose series de tres repeticiones. El proceso de relajación muscular empezará por el pecho cuello, mandíbula y finalmente cabeza.

Técnica Central: Identificación de Pensamientos Automáticos Negativos

Dado que la técnica de reestructuración cognitiva debe realizarse por pasos continuos que requieren de entrenamiento para el logro de los objetivos, inicialmente, se hará uso de una herramienta básica para el ejercicio de dicha técnica como lo es: el registro de pensamientos.

Mediante el uso de un papelógrafo, los participantes podrán plasmar las diferentes situaciones en donde sus estados de ánimo se ven mayormente alterados, anotando seguidamente que tipo de pensamientos negativos vienen a sus mentes en ese instante, seguidamente anotarán las emociones que logran experimentar ante dichos eventos y la respuesta conductual manifiesta.

Una última consigna será que sustituyan el pensamiento negativo que han escrito por un pensamiento positivo alternativo que ellos consideren que puede ayudarles en ese momento a afrontar la situación que están atravesando, para ello deberán ser lo más realistas posibles y además dicho pensamiento podrá ajustarse más adelante según la situación lo demande.

Esta tarea ayudará a los participantes a ser conscientes de las distorsiones cognitivas que antes pasaban desapercibidas, y que por lo tanto jamás eran cuestionadas. Con la práctica, aprenderán a identificar las distorsiones cognitivas en el momento en que aparezcan y enfrentarlas de inmediato.

En ocasiones, el simple conocimiento de una distorsión cognitiva será suficiente para hacerla desaparecer. Sin embargo, otras distorsiones cognitivas estarán más profundamente arraigadas, y requerirán un mayor trabajo. En dichos casos, será útil recurrir a las técnicas de reestructuración cognitiva tales como: el Diálogo Socrático o Enjuiciar los Pensamientos.

Cierre y Asignación de Tarea:

Se entregará a cada uno de los participantes una hoja de registro diario para que puedan dar seguimiento a sus pensamientos automáticos negativos de la misma forma en que se practicó durante la sesión, con la finalidad de que puedan identificar la mayoría de situaciones que alteran sus estados de ánimo y estar preparados con pensamientos alternativos para afrontarlos.

Se pedirá a los participantes que practiquen la relajación de los grupos musculares al menos una vez al día durante los días siguientes a la próxima sesión, podrán hacerlo en el horario que mejor se los permita y también cuando estén atravesando una situación de tensión o estrés. Deberán ir registrando las sensaciones experimentadas cada vez que la practiquen o al menos dos veces al día. Podrán socializar su experiencia personal en la siguiente sesión grupal.

Fijar fecha de Próxima Sesión

Se procederá a asignar la fecha y hora de la siguiente sesión, recordando a los participantes la importancia de poner todo su esfuerzo en la práctica cotidiana de lo aprendido durante la sesión grupal y del cumplimiento de la tarea asignada. Se despide y se agradece a los participantes esperando su asistencia a la próxima jornada.

Sesión N° 4

Objetivo de la Sesión: Que los participantes puedan analizar la distorsión cognitiva más arraigada que posean, y constatar su grado de veracidad.

Saludo y Bienvenida

Se agradecerá la asistencia a la sesión y se dará una cordial bienvenida a los participantes.

Psicoeducación

La psicoeducación consistirá en exponer a los participantes la importancia de analizar a profundidad nuestras creencias o ideas arraigadas, tomando en cuenta el contenido de las sesiones anteriores a acerca de la influencia de las distorsiones cognitivas en las emociones y conductas presentes. Se explicará a los participantes el origen de dicha técnica, así como su nivel de confiabilidad. Pero antes de pasar a ello, se pedirá a los participantes prepararse para el aprendizaje de una nueva técnica de relajación, explicando en que consiste y la forma correcta de llevarla a cabo en las diversas situaciones de la vida.

Técnica de relajación: Respiración 4-7-8

Antes de comenzar el ciclo respiratorio se adoptará una posición cómoda, colocando la punta de la lengua justo detrás de los dientes frontales superiores. El método consistirá en inspirar durante 4 segundos, retener la respiración durante 7 segundos y exhalar durante 8 segundos. Este patrón de respiración tiene como objetivo reducir la ansiedad o ayudar a conciliar el sueño, gestionar los impulsos y reducir las respuestas de irritación. Se realizarán hasta cuatro repeticiones como máximo y con el paso del tiempo la persona podrá ir dominando la técnica y aumentando el número de series.

Técnica Central: Diálogo Socrático (Cuestionamiento Socrático)

A continuación, los facilitadores proporcionarán a los participantes un cuestionario impreso, pero antes de proceder a dar respuesta a las interrogantes deberán seleccionar una distorsión cognitiva, aquella que consideren que más ponen en práctica y que tienen poco o ningún control sobre ella. Seguidamente, deberán escribir el nombre de la distorsión cognitiva que eligieron y debajo de ella redactar una situación que recuerden en la que se haya visto reflejada dicha distorsión.

Posteriormente, haciendo uso del cuestionario entregado responderán los siguientes apartados: 1. La petición de pruebas que mantienen los pensamientos o creencias

disfuncionales, por ejemplo: ¿Qué pruebas tiene para creer que...? ¿Hay alguna prueba de lo contrario?) 2. Indagar las alternativas interpretativas a los pensamientos o creencias disfuncionales, por ejemplo: ¿Podría haber otra interpretación distinta para ese suceso? O ¿Podría haber otra forma de ver esa situación? 3. Explorar las consecuencias emocionales de mantener los pensamientos o creencias disfuncionales, Por ejemplo: ¿A qué le lleva pensar eso? ¿Le ayuda en algo? 4. Comprobar la gravedad de las predicciones negativas, por ejemplo: ¿Qué posibilidades hay de que ocurra eso? Suponiendo que ocurriese, ¿cuánto durarían sus efectos? ¿Podría hacerse algo?) 5. Conceptualizar pensamientos o supuestos vagos en su formulación, por ejemplo: ¿Qué quiere decir con...?

Cierre y Asignación de Tarea:

Se pedirá a los participantes que practiquen la técnica de respiración desarrollada durante la sesión alternándola con la práctica de las otras técnicas aprendidas en las sesiones anteriores, de manera que puedan seguir dominando su uso cotidiano.

Fijar fecha de Próxima Sesión

Se procederá a asignar la fecha y hora de la siguiente sesión, recordando a los participantes la importancia de poner todo su esfuerzo en la práctica cotidiana de lo aprendido durante la sesión grupal y del cumplimiento de la tarea asignada. Se despide y se agradece a los participantes esperando su asistencia a la próxima jornada.

Sesión N° 5

Objetivo de la Sesión: Mejorar la Comunicación Asertiva de los Participantes.

Saludo y Bienvenida

Se agradecerá la asistencia a la sesión y se dará una cordial bienvenida a los participantes.

Psicoeducación: Sobre la Comunicación Asertiva

Consistirá en exponer a los participantes que es la comunicación asertiva, sus tipos, características de la misma, los niveles y ámbitos de su aplicación, para generar mayor conciencia en los participantes sobre el alcance y el impacto que tiene este tipo de comunicación en los diferentes escenarios de la vida, conocer los aspectos teóricos facilitará la ejecución y asimilación adecuada de la técnica central.

Técnica de relajación: Respiración Profunda

Se les pedirá a las participantes acostarse en el piso, colocando sus brazos extendidos a la par de su cuerpo, sus piernas y pies deben estar extendidos. Se les indica que se pueden quitar los zapatos o sandalias si lo desean para estar más cómoda, deben cerrar los ojos y no abrirlos hasta que el facilitador se los indique. Seguidamente, deben respirar lentamente por la nariz hasta que ya no le quepa más aire, retenerlo por unos segundos y luego expulsarlo lentamente por la boca. Se harán series de cinco respiraciones completas y se parará dejando unos tres minutos entre cada serie se realizarán 3 veces, es decir 15 respiraciones profundas completas. Al finalizar se les indica que lentamente vayan abriendo sus ojos en tres momentos. Se les indica las bondades de esta técnica para la salud física y mental.

Técnica Central: Juego de Roles

Después de haber recibido la psicoeducación, los participantes tendrán conocimiento acerca de los estilos comunicativos principales que existen y podrán conocer las diferencias significativas en cada uno de ellos. Ahora, para garantizar la asimilación y el aprendizaje mediante la práctica se hará uso de la técnica de juego de roles en donde los participantes podrán simular los cuatro estilos principales de comunicación que se pueden ejercer con nuestros interlocutores. Inicialmente, los participantes seleccionarán la situación que les resulte más familiar o más frecuente en sus vidas, en la que ellos consideren que no han podido responder asertivamente en ese preciso momento. Posteriormente, los participantes

comenzarán a dramatizar cada uno de los estilos de comunicación revisados en la psicoeducación y al finalizar se hará una reflexión acerca de la experiencia que cada uno tuvo y los beneficios que conlleva la realización de dicha técnica.

Cierre y Asignación de Tarea:

Se pedirá a los participantes que practiquen la respiración profunda al menos dos veces al día o cada que lo consideren necesario, en diferentes horarios y lugares, en los momentos de estrés, pero también en los momentos en que se encuentren relajados, para que puedan experimentar las diferencias y los beneficios que dichas técnicas les ofrece estando en diferentes circunstancias o situaciones.

Fijar Fecha de Próxima Sesión

Se procederá a asignar la fecha y hora de la siguiente sesión, recordando a los participantes la importancia de poner todo su esfuerzo en la práctica cotidiana de lo aprendido durante la sesión grupal y del cumplimiento de la tarea asignada. Se despide y se agradece a los participantes esperando su asistencia a la próxima jornada.

Sesión N° 6

Objetivo de la Sesión: Lograr que los participantes puedan retomar recursos positivos de su pasado y traerlos al presente cada vez cuando estén atravesando un momento difícil de su vida.

Saludo y Bienvenida

Se agradecerá la asistencia a la sesión y se dará una cordial bienvenida a los participantes.

Psicoeducación

Consistirá inicialmente, en explicarle a los participantes los beneficios de la técnica de relajación, la cual es muy práctica y eficaz para combatir el estrés y la tensión muscular.

Posteriormente, se expondrá un poco acerca de la técnica central y su utilidad en los momentos que se poseen pocos recursos para lidiar con una situación difícil.

Técnica de relajación: Concentración Física

Se les indica a los participantes que se acuesten sobre el suelo y se relajen, comenzarán a realizar una serie de ejercicios de tensión desde las partes inferiores del cuerpo hasta llegar a las superiores, comenzarán con los pies levantando la punta de los dedos en dirección hacia las rodillas tensándolas, luego juntar las piernas tensando la parte de las pantorrillas y rodillas, luego juntar los glúteos con la intención de tensar intestinos y vísceras, seguido de alzar los hombros y acercándolos uno al otro lo más que se pueda, haciéndolos hacia adelante, de ser posible cruzar los brazos, luego cerrar los puños y apretar con fuerza, seguirá el mismo procedimiento frunciendo la frente y el entrecejo, luego con los ojos y la dentadura, por último, respirar profundamente y contener la respiración lo más posible, y cuando ya no sea posible resistir más la respiración, soltarán de golpe toda la postura corporal tensada y exhalarán (pueden incorporar un grito si lo desean) liberando toda la tensión y mover la energía.

Esta técnica es útil para eliminar el estrés y aflojar los músculos que se hayan tensado por mala postura, exceso de trabajo o estrés. La pueden poner en práctica todos los días cada vez que la necesiten y por la noche les ayudará a conciliar el sueño. Una variación puede ser hacerlo sentado, recostado sobre una silla con espaldar.

Técnica Central: Anclaje de Poder

Sentados, con las palmas de las manos hacia arriba, deben cerrar sus ojos y respirar, tomándose un tiempo para relajarse. Luego, pensarán en una experiencia positiva y poderosa que hayan tenido en sus vidas, debe ser la primera que venga a sus mentes, deben contemplarla, escuchar los sonidos y sentir que están allí, revivir cada detalle de dicha experiencia. A continuación, deberán concentrarse en llevar toda esa experiencia y los

sentimientos que la acompañan hacia su mano derecha, respirando profundamente, y mientras lo hacen deben sentir ese material puesto en su mano derecha y dejarlo ahí. Ahora, deberán recordar una ocasión en la que se hayan sentido muy orgullosos de lo que hicieron y revivir completamente esa situación, luego deberán poner también dicha experiencia y las sensaciones en su mano derecha y respirar profundamente. Ahora, deberán recordar alguna vez que hayan vivido sentimientos intensos, positivos, de amor. Revivirlos y ponerlos en su mano derecha, como si fueran algo material y palpable. Y respirar profundamente. Ahora, recordar una situación en la que se hayan reído como locos, tomar dicha experiencia y hacer lo mismo que con las anteriores. Y respirar profundamente. Luego notar lo que su mano siente llena de tantos sentimientos amorosos, vivificantes, positivos y poderosos. Observar que color adquieren este puñado de sentimientos que han creado en su mano derecha. Fijarse en la forma que toman este conjunto de sentimientos y si tuviera que atribuirles un sonido, ¿cuál sería el que emitirían todos ellos juntos? ¿Qué textura palpan en los sentimientos que han reunido en su mano derecha? Si hablasen con una sola voz para transmitirte un mensaje potente y positivo ¿Qué te dirían?

Ahora, tómense un tiempo para disfrutar de todos esos sentimientos y luego cierren la mano con fuerza y reténganlos ahí, pensando que todos son suyos, solamente suyos. Y respirar profundamente. Luego, alzar el puño con fuerza y repetir con voz firme el sonido y el mensaje potente y positivo que les dieron hace un instante. Repetirlo tres veces. Luego disfrutar un instante esta sensación y abrir los ojos lentamente.

Cierre y Asignación de Tarea:

Se pedirá a los participantes que para una mayor efectividad de la técnica de relajación la practiquen todos los días hasta lograr dominarla por completo, a la vez será necesario alternar esta técnica de relajación con las anteriormente expuestas para sacar el mejor provecho de cada una de ellas.

Fijar Fecha de Última Sesión

Se procederá a asignar la fecha y hora de la que será la última sesión, en la cual no se desarrollarán técnicas psicoterapéuticas, sino, una charla de concientización sobre el marco legal de la población LGBTI en El Salvador y el conocimiento de sus deberes y derechos como ciudadanos dignos e íntegros. Se realizará la clausura del programa de fortalecimiento en habilidades de resiliencia.

Sesión N° 7 – Clausura del Programa

Objetivo de la Sesión: Proporcionar las herramientas legales y que conozcan acerca de la coyuntura actual de la población LGBTI en nuestro país.

Tema a Desarrollar: Marco Legal de la Población LGBTI en El Salvador.

La Constitución de la República de El Salvador reconoce a la persona humana como el origen y el fin de la actividad del Estado, el cual está organizado para la consecución de la justicia, la seguridad jurídica y del bien común.

Establece que toda persona tiene derecho a la vida, a la integridad física y moral, a la libertad, a la seguridad, al trabajo, a la propiedad y posesión, al honor, a la intimidad personal y familiar, a la educación, la cultura, la salud, el sufragio, a optar a cargos públicos, expresarse, pensar, asociarse y a reunirse pacíficamente, así como también ser protegida en la conservación y defensa de estos derechos.

La misma constitución de la República de El Salvador señala que todas las personas son iguales ante la ley; y para el goce de los derechos no podrán establecerse restricciones que se basen en diferencias de nacionalidad, raza, sexo o religión. Indicando que no se podrá prohibírsele la entrada a ningún/a salvadoreño/a en el territorio nacional, ni negársele pasaporte u otros documentos de identificación. (Mendizábal, 2012)

Tampoco se puede autorizar ningún acto o contrato que implique la pérdida o el irreparable sacrificio de la libertad o dignidad de la persona. Establece que ninguna persona puede ser privada del derecho a la vida, la libertad, la propiedad y posesión, ni de cualquier otro de sus derechos sin ser juzgada conforme a las leyes promulgadas, y por los tribunales establecidos por la ley (exceptuando el derecho a la vida).

Los derechos humanos poseen la característica de ser universales e inherentes a la naturaleza humana, por tal razón no caben las distinciones, entendiéndose que la población LGBTI se encuentra incluida como beneficiaria de toda la gama de derechos. También se sabe que el efectivo ejercicio de los derechos es indispensable para el desarrollo integral de la persona y el Estado está obligado a garantizarlos.

Dinámica de Cierre: Descubrir el Concepto

Los participantes deberán escribir en una hoja de bond los conceptos que logren recordar de todos temas desarrollados a lo largo de las sesiones. Una vez teniendo cierta cantidad de conceptos, se pondrán de pie uno por uno y harán lectura de la definición y los demás deberán adivinar a que concepto se está refiriendo lo leído. Así sucesivamente hasta que participen todos/as. Finalmente, habrá un espacio de debate y reflexión sobre los aprendizajes adquiridos durante el programa.

Agradecimiento y despedida

Finalmente, los facilitadores expresarán uno a uno sus muestras de gratitud por la participación activa durante todo el programa, motivando seguir poniendo en práctica todos los aprendizajes adquiridos. Se cierra la sesión con un fuerte aplauso.

RECURSOS

Recursos Humanos

- Hombres homosexuales
- Mujeres lesbianas
- Facilitadores

Recursos materiales

- Local físico o salón
- Hojas de bond
- Lápices o lapiceros
- Computadora e impresora
- Proyector, paleógrafos y Plumones.

BIBLIOGRAFÍA

- Anarte , E. (26 de Mayo de 2020). *DW made for minds* . Obtenido de DW made for minds:
<https://www.dw.com/es/el-matrimonio-igualitario-en-costa-rica-trae-la-esperanza-a-centroam%C3%A9rica/a-53576893>
- APA. (20 de Febreo de 2011). *American Psychological Association*. Obtenido de American Psychological Association: <https://www.apa.org/pi/lgbt/resources/guidelines-spanish.pdf>
- Arciniega, J. d. (27 de Marzo de 2010). *Apego, Afecto y Desarrollo*. Obtenido de Apego, Afecto y Desarrollo: <http://apegoydesarrollo.blogspot.com/2010/03/antecedentes-de-la-resiliencia.html>
- Ardila, R. (2008). *Homosexualidad y Psicología* . Colombia: El Manual Moderno .
- Courtright, N. C. (24 de junio de 2016). La cronología del movimiento LGTBQ en San Salvador. *FACTum*, 1,5.
- Fernández, Á. G. (2013). *La homosexualidad en la sociedad actual*. Palencia: Escuela Universitaria de Educación de Palencia.
- García Vesga, M. C., & Domínguez de la Ossa, E. (15 de Enero de 2013). *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*. Obtenido de Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud:
http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1692-715X2013000100003&lang=es
- Gil Hernández, G. E. (2010). *Los Procesos Holísticos de Resiliencia en el Desarrollo de Identidades Autorreferenciadas en Lesbianas, Gays y Bisexuales*. Gran Canaria: Universidad Las Palmas .
- Grotberg, E. (2006). LA RESILIENCIA EN EL MUNDO DE HOY. En E. Grotberg, *LA RESILIENCIA EN EL MUNDO DE HOY*. Barcelona España: EDITORIAL GEDISA, S.A.

Mendizábal, M. (2012). *Diagnostico jurídico sobre Derechos Humanos de la Población LGBTI de El Salvador*. San Salvador, El Salvador: Centro de Estudios Internacionales. Managua, Nicaragua.

Ponte, M. (5 de Mayo de 2020). *Marian Ponte Psicóloga-Sexóloga*. Obtenido de Marian Ponte Psicóloga-Sexóloga: <http://www.marianponte.com/sexualidad/homosexualidad/>

Rutter, M. (2000). *La resiliencia reconsiderada: consideraciones conceptuales*. Londres: Cambridge University Press.

Sampieri, R. H. (2014). *Metodología de la Investigación*. Mexico DF: McGRAW-HILL / INTERAMERICANA EDITORES, S.A. DE C.V.

Ucha, F. (27 de Agosto de 2010). *Definición ABC* . Obtenido de Definición ABC : <https://www.definicionabc.com/social/homosexualidad.php>

ANEXO I: INSTRUMENTOS**Consentimiento para Evaluación****Universidad de El Salvador****Facultad Multidisciplinaria Oriental****Departamento de Ciencias y Humanidades****Sección de Psicología**

Yo _____ doy el consentimiento para ser evaluado y realizar los procedimientos requeridos por los psicólogos.

Mi consentimiento incluye: Observaciones, entrevista, grabación de entrevista, y lo que se requiera para la realización del proceso de tesis que están realizando

San Miguel ____ de _____ de _____

F _____

Paciente

Guía de Entrevista



UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD MULTIDISCIPLINARIA ORIENTAL
DEPARTAMENTO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
SECCIÓN DE PSICOLOGÍA

Datos

Nombre: _____ **Edad:** _____

Escolaridad: _____ **Ocupación:** _____

1. ¿Puedes comentar sobre tu infancia/adolescencia algunos aspectos que a tu criterio han marcado tu vida?
2. ¿Cuál fue la reacción de tus padres ante los comportamientos homosexuales?
3. ¿experimentaste rechazo por parte de tu familia ¿a quién le expresabas esas emociones?
4. ¿En la escuela experimentaste bulliying/discriminación?
5. ¿Cómo fue la reacción de los docentes acerca de tus comportamientos?
6. ¿Alguna vez sentiste rechazo por parte de tus compañeros?
7. ¿Te mantuviste siempre con la esperanza de que eso algún día tendría que ser diferente?
8. ¿Sentiste culpa en algún momento por lo que estaba pasando?
9. ¿Qué apoyo tuviste?

10. ¿Qué características o valores personales te han ayudado a aceptarte y sentirte bien con tu orientación afectivo-sexual?

11. ¿Qué factores o circunstancias de tu entorno cercano te han ayudado a aceptarte y sentirte a gusto con tu orientación afectivo sexual?

ANEXO II: GLOSARIO

Resiliencia: conjunto de procesos sociales e intrapsíquicos que posibilitan tener una vida sana, viviendo en un medio insano.

Homosexualidad: persona que desea sexual y/o afectivamente a otras personas de su mismo sexo. Los términos *gais* (homosexual masculino) y *lesbiana* (homosexual femenina) responden a conceptos de tipo sociológico, que más bien hacen referencia a las luchas de colectivos por el reconocimiento de su derecho a tener una sexualidad libre.

Biopoder: practica de los estados modernos de explotar numerosas y diversas técnicas para subyugar los cuerpos y controlar la población.

Sodomía: penetración del pene en el ano

Castidad: viene del latín *castus* se traduce al español como puro, castidad es la virtud que purifica el amor humano.

Discriminación: trato diferente y perjudicial que se da a una persona por motivos de raza, sexo, ideas políticas, región etc.

Discriminación por razón de identidad de género y/o orientación sexual: es toda distinción, exclusión o restricción basada en la identidad de género y/o en la orientación sexual, que tenga por objeto o resultado la anulación, menoscabo o anulación, en condiciones de igualdad, d los derechos humanos y libertades fundamentales.

Estigma: es la situación en que un individuo ha sido descalificado de la aceptación social.

Estudio de Casos: es una estrategia de investigación dirigida a comprender la dinámica presente en contextos singulares, la cual podría tratarse del estudio de un único caso o de varios casos, combinando distintos métodos para la recogida de evidencia cualitativa con el fin de describir, verificar o generar teoría.

Gay: La Real Academia de la Lengua Española define a la palabra "gay" como "aquel individuo perteneciente o relativo a la homosexualidad". El término "gay" puede ser usado como sustantivo o adjetivo. Hombre que es atraído emocional, afectiva, física y sexualmente por otro hombre. No debe de confundirse a hombres gais con población trans femenina ni travesti.

Homofobia: temor u odio de que toda persona es o debería de ser heterosexual. Del mismo modo, es la actitud que asume la heterosexualidad como la única orientación válida. Es muy común que el heterosexismo implique la indiferencia hacia las personas gays o lesbianas y que muchas veces exista discriminación u odio.

Homosexualidad: (del griego ὁμο, homo «igual», y del latín sexus «sexo») es una orientación sexual que se define como la interacción o atracción sexual, afectiva, emocional y sentimental hacia individuos del mismo sexo.

Orientación Sexual: La orientación sexual es una atracción emocional, romántica, sexual o afectiva duradera hacia otros. Se distingue fácilmente de otros componentes de la sexualidad que incluyen sexo biológico, identidad sexual (el sentido psicológico de ser hombre o mujer) y el rol social del sexo (respeto de las normas culturales de conducta femenina y masculina).

Psicoemocional: Psicoemocional Adjetivo (comparativo más psicoemocional, superlativo más psicoemocional) (psicología) Describe cualquier interacción psicológica con las emociones.

Relación de pareja: Una relación de pareja es un nexo de amor que surge entre dos personas. Una relación de pareja tiene distintas etapas cuando evoluciona en positivo. El enamoramiento, la etapa del noviazgo, la consolidación de la historia y el matrimonio.

Sociedad heteronormativa: es un régimen social, político y económico que impone el patriarcado y las prácticas sexuales heterosexuales mediante diversos mecanismos médicos, artísticos, educativos, religiosos, jurídicos.