

Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente

Reconocimiento de validez oficial de estudios de nivel superior según acuerdo secretarial 15018, publicado en el Diario Oficial de la Federación del 29 de noviembre de 1976.

Departamento de Psicología, Educación y Salud
Maestría en Desarrollo Humano



Recuperación de experiencias del proceso de construcción de la identidad de personas LGBT+

TESIS que para obtener el **GRADO** de
MAESTRO EN DESARROLLO HUMANO
Presenta: **RODRIGO GUERRERO MORALES**

Asesora **FÁTIMA SILVA CONTRERAS**

Tlaquepaque, Jalisco. 30 de noviembre de 2022.

Resumen

La identidad sexual de las personas está definida por su orientación sexual e identidad de género. El proceso mediante el cual las personas construimos esta identidad se ve directamente influenciado por la socialización con el entorno.

Este trabajo de investigación está enfocado en identificar y analizar los factores que influyen en el proceso de construcción de identidad de personas que se identifican dentro del espectro LGBT+, es decir, Lesbianas, Gays, Bisexuales, Trans y cualquier otra identidad sexodiversas.

Una de las principales preguntas que se busca responder en este trabajo es a cómo las personas sexodiversas llegan a vivir en libertad y congruencia a pesar de contextos adversos en torno a su sexualidad.

En este documento se presenta una recuperación de experiencias del proceso de construcción de identidad de personas LGBT+, iniciando por la definición personal de identidad, la identificación de elementos que influyen en este proceso y la diferenciación entre los factores que lo facilitan y obstaculizan. Asimismo, se abordan las experiencias de hostilidad y discriminación relacionadas con la orientación sexual e identidad de género.

Para el desarrollo de este trabajo de investigación, además de la revisión de bibliografía para la fundamentación teórica, se realizaron entrevistas fenomenológicas diseñadas desde el Enfoque Centrado en la Persona, a individuos que se identifican como LGBT+ con las que se buscó conocer su experiencia durante las etapas de descubrimiento, reconocimiento y aceptación de su identidad sexual disidente.

Entre los resultados principales se encontró que las redes de apoyo, el sentirse identificadas y reconocidas fueron los principales elementos que facilitaron este proceso, mientras que, por el otro lado, la hostilidad, violencia y discriminación fueron los factores que llevaron a las personas a vivir en incongruencia y negación de su propia identidad.

Palabras clave

Identidad, autoconocimiento, diversidad sexual, socialización, congruencia, autenticidad.

Índice

Introducción	6
Justificación y pertinencia del tema-problema desde el Desarrollo Humano	9
Implicación Personal	11
Problematización	12
Población, problema general, propósito del ejercicio de problematizar.....	12
Árbol de Problemas	12
Contextualización	13
Esquema de Categorías.....	17
Detección de Necesidades.....	24
Introducción al Apartado Teórico	25
Estado del Arte.....	26
Antecedentes Históricos.....	27
Contexto Social	28
Marco Teórico Referencial	31
Diversidad Sexual	31
Desarrollo Humano	35
Metodología.....	48
Introducción	48
Objetivo General.....	50
Pregunta Central	50
Preguntas Secundarias	50
Investigación Cualitativa.....	51
Fenomenología y Método Fenomenológico	53
Primeros hallazgos. Relato reflexivo de la investigación	58
Desarrollo	59
Participantes.....	59
Propósito de las entrevistas y lo que se logró.....	68
Principales Dificultades y Errores, Aciertos y Sugerencias	69
Reflexiones.....	71
Papel como facilitador	74
Resultados.....	77
1. Reconocerlo en mí: Soy LGBT+	77
2. Encontrarse, reconocerse y aceptarse: vivir en congruencia	90
3. Negar la propia identidad: vivir en incongruencia	96

Conclusiones	111
REFERENCIAS	114

Introducción

El enfoque de este trabajo de investigación es recuperar experiencias de personas que se identifican con orientación e identidad de género no normativas en torno a sus propios procesos de construcción de identidad y autoconocimiento.

Partiendo de la premisa de que existe un entorno adverso ante la diversidad sexual, se busca identificar los elementos dentro de este proceso que facilitan que las personas lleguen a vivir en libertad y congruencia incluso en una sociedad que constantemente envía mensajes de rechazo.

Para llevar a cabo este trabajo de investigación, se realizaron entrevistas a personas mexicanas mayores de edad dentro del espectro LGBT+.

A continuación, se detalla el contenido que se encuentra en cada uno de los apartados.

La primera etapa de este proyecto trata sobre justificar la pertinencia del trabajo de investigación. Para ello, se retomaron informes de encuestas enfocadas en la percepción de discriminación en torno a la diversidad sexual, así como los temas objeto de intervención desde el Desarrollo Humano como la identidad y el autoconocimiento.

En este apartado, se aborda también la implicación personal del autor, la cual brinda relevancia para atender este tema a partir de la experiencia propia y la percepción de la socialización en torno a la diversidad sexual.

Posteriormente se desarrolla la problematización del trabajo en la que se cuestiona el proceso de construcción de identidad de la población LGBT+, analizando los elementos que influyen en ésta, la implicación a nivel individual, la identificación de los factores que se mencionaron inicialmente, y los resultados de este camino desde lo personal hasta lo social.

Dentro de la problematización se definió la población objetivo, y se generó un árbol de problemas que contiene la base, las posibles causas identificadas a partir de la fundamentación teórica, y los efectos en la expresión de la identidad.

Posteriormente se contextualiza la problemática a partir de bibliografía enfocada en los términos principales como identidad, autoconocimiento y los principales conceptos dentro de la diversidad sexual. Posteriormente se presentan los resultados de una primera ronda de entrevistas que sirvieron como diagnóstico y detección de necesidades en la población objetivo.

A partir de estas entrevistas se definieron cuatro ejes de estudio o categorías: socialización, sentimientos, constructos sociales y violencia / hostilidad, las cuales presentan de una forma objetiva los resultados del ejercicio.

Estos resultados fueron la base para desarrollar la detección de necesidades en torno a las problemáticas asociadas con la construcción de identidad de personas dentro del espectro LGBT+.

En el siguiente apartado, referente al marco teórico, se fundamentan las bases del existencialismo, considerando a las personas como seres que se hacen a sí mismos a partir de la experiencia, el aprendizaje y la socialización. Seres libres, capaces y responsables de tomar las decisiones sobre la propia vida.

El estado del arte muestra la situación actual con respecto a trabajos de investigación y bibliografía en torno a la temática del trabajo de investigación, incluyendo antecedentes históricos y el contexto social actual.

El marco teórico referencial está dividido en las dos principales áreas temáticas de interés para esta investigación, diversidad sexual y Desarrollo Humano.

Una vez concluidas las bases del proyecto se presenta la metodología bajo la cual se desarrolla este trabajo, describiendo el objetivo general, la pregunta central, las secundarias, así como el tipo de investigación cualitativa y el método fenomenológico utilizado para la investigación, finalmente el diseño de la segunda fase de entrevistas.

Una vez concluido el segundo ejercicio de entrevistas se presentan los primeros hallazgos, en donde se incluye una breve presentación de las personas participantes, y las primeras impresiones obtenidas al concluir su entrevista.

También se realiza un análisis sobre el papel del facilitador en el que se abordaron elementos como las principales dificultades, errores y aciertos durante la ejecución de las entrevistas.

En el último apartado se presentan los resultados del trabajo de investigación divididos en tres grandes categorías:

1. Reconocerlo en mí: Soy LGBT+
2. Encontrarse, reconocerse y aceptarse: vivir en congruencia
3. Negar la propia identidad: vivir en incongruencia.

Finalmente, se presentan las reflexiones y conclusiones de este trabajo de investigación.

Justificación y pertinencia del tema-problema desde el Desarrollo Humano

De acuerdo con los objetos de intervención del Desarrollo Humano, la identidad y el autoconocimiento se enfocan en la noción que tiene la persona de sí misma.

Para este proyecto se retoman las bases del existencialismo, considerando a las personas como seres que se hacen a sí mismos a partir de la experiencia, el aprendizaje y la socialización. Seres libres, capaces y responsables de tomar las decisiones sobre la propia vida.

De acuerdo con la Encuesta sobre Discriminación por motivos de Orientación Sexual e Identidad de Género (ENDOSIG 2018), realizada por el Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación (Conapred) y la Comisión Nacional de Derechos Humanos (CNDH), las personas con orientaciones sexuales e identidades de género no normativas viven hostilidad generalizada que está presente en todos los ámbitos de socialización: desde rechazo en las familias y *acoso escolar* en las escuelas, hasta la burla y humillación en las comunidades, discriminación en el trabajo, y en los espacios y servicios públicos.

La ENDOSIG también concluye que el rechazo y la discriminación que viven las personas por su orientación sexual e identidad de género está presente desde la niñez y la adolescencia, que precisamente son las etapas en que es más frecuente identificar la identidad de género y la orientación sexual no normativa.

Hablando sobre personas con orientaciones sexuales e identidades de género no normativas, cabe mencionar la definición de la norma: la heterosexualidad cisgénero.

La sociedad mexicana da por sentado que la heterosexualidad es la única orientación sexual, válida, normal y socialmente aceptada, asimismo, descarta la posibilidad de que una persona tenga una identidad de género distinta a su fenotipo sexual, es decir a sus caracteres sexuales.

Una de las consecuencias de vivir en familias y sociedades heteronormativas, es la constante imposición de roles, expectativas y proyectos de vida basados en ideales ajenos, dejando de lado la libertad y la individualidad.

Reconociendo que las personas LGBT+ viven situaciones de hostilidad en etapas de la vida fundamentales para la construcción de la identidad y el autoconocimiento, resulta relevante la intervención del Desarrollo Humano como una herramienta para facilitar el proceso para que las personas puedan llegar a ser ellas mismas, dejando de lado los roles, patrones, actitudes, modos de actuar y pensar impuestos, para vivir en libertad de pensar, sentir y ser.

Considerando estos antecedentes y el panorama general al que nos enfrentamos las personas LGBT+, el Desarrollo Humano resulta relevante al ser el proceso a través del cual la persona logra conocer, reconocer su individualidad, incluyendo sus fortalezas, debilidades, habilidades y todo el potencial que tiene para progresar con cualquier aspecto de su vida.

Es por esto por lo que, el objeto de intervención desde la Maestría en Desarrollo Humano que enmarcará mi trabajo de obtención de grado será la identidad y el autoconocimiento, buscando que las personas logren esclarecer la noción de sí mismas, reconociendo su valor como personas, disminuyendo las afectaciones provocadas por las experiencias de discriminación exclusión y violencia.

Implicación Personal

Para el desarrollo de la implicación personal, he elegido el tema de las problemáticas en la población LGBT+. De inicio, por reconocermelo como un hombre homosexual.

No recuerdo claramente cuándo me hice consciente por primera vez de estas situaciones, pero sí recuerdo el proceso en el que me fui dando cuenta de que me afectaban de forma directa y de que esta consciencia se iba traduciendo en inseguridades.

Estas inseguridades abarcan un gran abanico de posibilidades, y por esto mismo, resulta un tema con una infinidad de subtemas.

Además de mi propia experiencia, retomé bibliografía como la Encuesta sobre Discriminación por motivos de Orientación Sexual e Identidad de Género (ENDOSIG 2018), en la que se concluye que las personas con orientaciones sexuales e identidades de género no normativas viven hostilidad generalizada que está presente en todos los ámbitos de socialización.

Los resultados de esta encuesta muestran también que la discriminación por motivos de identidad sexual está presente desde la niñez y la adolescencia, y el problema es que son estas etapas en las que es más frecuente identificar la identidad de género y la orientación sexual no normativa.

No es de extrañarse que al hacerse consciente de estas problemáticas viviendo en ambientes hostiles, la reacción de niños, niñas y jóvenes con orientaciones sexuales e identidades de género no normativas, sea esconderlo como mecanismo de defensa.

Resulta importante mencionar, a modo de reforzamiento de la existencia de estas problemáticas, la necesidad de contar con organismos gubernamentales, de la sociedad civil enfocadas a fomentar iniciativas para promover la igualdad, prevenir y erradicar toda forma de discriminación.

Problematización

De acuerdo con las definiciones de *Oxford Languages*, problematizar es cuestionar [un asunto] para analizarlo profundamente, mientras que, en su raíz etimológica, viene del griego, del prefijo *pro* (hacia delante), *blema* (lanzamiento) y *izein* (convertir en) (Oxford Languages, 2022).

A partir de estas definiciones, se parte de la problematización del proceso de construcción de identidad de la población LGBT+, analizando los elementos que influyen, la implicación a nivel individual, así como la identificación de los factores que facilitan, obstaculizan y los resultados de este camino desde lo personal hasta lo social.

Población, problema general, propósito del ejercicio de problematizar

El proceso de problematización se centró en personas mayores de edad dentro del territorio nacional que se identifican dentro del espectro LGBT+.

El propósito del ejercicio fue reunir información relevante, por lo que se revisó literatura relacionada con la identidad y relaciones sociales, influencias discursivas y construcción de identidad sexual en personas LGBT, autoconocimiento, heteronormatividad y clóset, la construcción psicosocial de la identidad y la discriminación.

De esta forma, la problemática puede abordarse desde los aspectos más generales, como las definiciones de la identidad para posteriormente analizarlo de forma más detallada al indagar acerca de las construcciones sociales como lo es la heteronormatividad y el papel de las relaciones interpersonales en todos los niveles.

Árbol de Problemas

A partir de la problematización del proceso de construcción de identidad, se realizó una investigación sobre los temas que influyen en este proceso, resultando en este árbol de problemas en el que se muestra al centro la problemática base, las posibles causas en la parte inferior, así como los efectos en la parte superior:

Entre las posibles causas que intervienen en que las personas LGBT+ no cuenten con herramientas que faciliten el autoconocimiento, la construcción de identidad se

identifica la falta de información en torno a la diversidad sexual, los estereotipos que se replican en una sociedad machista y heteronormada, la imposición de roles e ideologías en el núcleo familiar, así como situaciones de discriminación por motivos de orientación sexual e identidad de género.

Por el otro lado, los efectos resultados de estas situaciones incluyen baja autoestima e inseguridad, acoso escolar y violencia, rechazo en las familias y la necesidad de negar la verdadera identidad de las personas como medida de precaución ante la hostilidad.



Contextualización

Con respecto a la identidad y las relaciones sociales, Pérez (2006) menciona:

Cuatro elementos o niveles distingue Erikson en la identidad: a) sentimiento consciente de la identidad individual; b) el esfuerzo inconsciente por la continuidad

del carácter personal; c) la síntesis del yo y sus correspondientes actos; d) la interior solidaridad con la identidad e ideales del grupo. Aunque la identidad personal engloba todos esos componentes, seguramente el elemento nuclear es la imagen psicológica que el individuo tiene de sí mismo: la autoconciencia de la propia identidad, la cual es de naturaleza psicosocial e incluye elementos cognitivos. El individuo se juzga a sí mismo a la luz de cómo advierte que le juzgan los demás, en comparación con otras personas y en el marco de los modelos culturales y baremos valorativos dominantes.

Por su parte, Marimón (2020) define la identidad como una construcción del “yo” tanto personal como social, a través del reconocimiento e identificación de valores, ideas, y culturas, por lo que habla de una poli identidad, personal, cultura, lingüística, religiosa, de género, entre otros.

De esta forma se empieza a considerar que, si bien la identidad es algo personal, y directamente relacionado con el autoconocimiento, también recibe influencias externas como el entorno y la percepción del otro.

Además, Pérez (2006) menciona que es en la adolescencia cuando el ser humano comienza propiamente a tener historia, es decir, a trazarla para su propio uso personal en forma de memoria biográfica, de interpretación de las pasadas experiencias y aprovechamiento de ellas para encarar los desafíos del presente y las perspectivas del futuro.

Durante el trabajo de investigación se realizaron entrevistas, en los resultados se puede confirmar que las personas comienzan a descubrir y construir su identidad sexual durante la adolescencia, también es cuando empiezan a percibir situaciones desfavorables debido a su orientación sexual e identidad de género. Más adelante se describe la metodología de las entrevistas, así como sus resultados.

Para adentrarse en el tema de la orientación sexual, Marimón (2020) menciona que se pueden encontrar cuatro grandes categorías: la heterosexual, la gay o lesbiana, la bisexual y la asexual.

En la identidad heterosexual, la persona se describe como atraída de forma exclusiva a las personas del sexo contrario. La identidad de hombre gay o mujer lesbiana es usada para describir a hombres y mujeres que se sienten atraídos por personas de su mismo sexo. La identidad bisexual hace referencia a las personas que se sienten atraídas por personas de ambos sexos, en mayor o menor rango, la identidad asexual se refiere a las personas que no experimentan atracción sexual por ningún sujeto concreto.

También se puede llegar a encontrar orientaciones sexuales no binarias (Hoffarth y Hodson, 2017), entre las que se encuentran la identidad pansexual, en la cual se desarrollan atracciones por cualquier tipo de persona independientemente de su sexo o género, la identidad sexualmente fluida, en la cual la identidad sexual se encuentra en la posibilidad de fluir constantemente a lo largo del tiempo, en vez de ser estable como en el caso de otras identidades, así como también se encuentra el caso de personas que se definen a sí mismas dentro de lo que se consideraría un espectro bisexual como “mayoritariamente atraídos por mujeres” o “mayoritariamente atraídos por hombres”. Además, se pueden encontrar personas que se niegan a definirse con una categoría o bien personas que prefieren definirse a sí mismas con el término sombrilla *queer*, el cual puede hacer referencia a cualquiera de las identidades diferentes a la heterosexual o la asexual.

Una vez teniendo definidas todas las posibilidades respecto a la orientación sexual y retomando la idea de la identidad como algo personal, pero con influencia del entorno y la socialización, surge el cuestionamiento acerca del por qué surgen situaciones adversas debido a una orientación sexual no normativa. La respuesta a esto es la heteronormatividad.

La heteronormatividad, de acuerdo con Serrato (2015) es una ideología sexual que aprueba y prescribe la heterosexualidad como una asignación "natural", y procede de la diferencia biológica asociada a la reproducción de la especie. Esta ideología está ligada de manera íntima con la ideología de género que comprende la asignación de modelos de género, es decir, de un modelo de masculinidad a los

hombres, y uno de feminidad a las mujeres, sustentándose en los mismos preceptos esencialistas-biologicistas.

El problema con la heteronormatividad y los roles de género es que limitan a las personas en la construcción de su identidad, generando rechazo ante las expresiones de preferencias no heterosexuales. Con respecto a los roles de género, eliminan la posibilidad de que a una persona le gusten actividades, profesiones, prendas, etc., asociadas comúnmente con el género opuesto.

Dicho esto, se puede abordar la problemática de la discriminación, que de acuerdo con Rodríguez (2007) es una conducta, culturalmente fundada, sistemática y socialmente extendida, de desprecio contra una persona o grupo de personas sobre la base de un prejuicio negativo o un estigma relacionado con una desventaja innecesaria, y que tiene por efecto (intencional o no) dañar sus derechos y libertades fundamentales.

La discriminación se hizo evidente a partir de las entrevistas que se describen a continuación, pues todas las personas entrevistadas mencionaron haber pasado situaciones de hostilidad debido a su orientación sexual ante diferentes niveles de socialización.

Además de la fundamentación teórica plasmada en este apartado, a fin de enriquecer la contextualización se llevó a cabo una investigación a partir de una primera ronda de entrevistas a personas LGBT+.

Estas entrevistas estuvieron dirigidas a personas mexicanas que se identifican dentro del espectro LGBT+ de entre 25 y 44 años.

En esta ronda de entrevistas se definió una pregunta central: ¿Cómo es el proceso de construcción de identidad mediante el cual las personas LGBT+ logran vivir en congruencia con su orientación sexual a pesar de un contexto social adverso?

Para lograr responder a esta pregunta central se definieron cuatro preguntas secundarias que ayudaran a indagar en la experiencia individual de las personas participantes, haciendo énfasis en la diferenciación de elementos y las situaciones de hostilidad en torno a su sexualidad.

A continuación, se presentan dichas preguntas:

1. ¿Qué elementos consideras que han influido en la construcción de tu identidad?
2. De estos elementos, ¿cuáles consideras que han facilitado y cuáles obstaculizado este proceso?
3. ¿Consideras haber vivido situaciones de discriminación, hostilidad y/o violencia debido a tu orientación sexual y/o identidad de género?
4. ¿Qué factores crees que te han ayudado a sobrellevar esas situaciones?

Esquema de Categorías

A partir de la información recabada en las entrevistas, se señalaron los principales elementos que las personas entrevistadas consideraron como relevantes para la construcción de su identidad.

Una vez analizando estos elementos, así como el contexto general en el que fueron mencionados, se realizó la siguiente categorización:

- **Categoría 1 – Socialización:** La implicación de las relaciones interpersonales a nivel familiar, afectiva, laboral y religiosa en el proceso de construcción de la identidad.
- **Categoría 2 – Sentimientos oscuros:** Sentimientos recurrentes de miedo, incertidumbre y precaución al expresar su orientación sexual e identidad de género.
- **Categoría 3 –Constructos Sociales:** La identificación y rechazo de constructos sociales. El machismo, la heteronormatividad cisgénero y la imposición de roles de género.
- **Categoría 4 – Violencia/Hostilidad:** El reconocimiento de actos de violencia, desde bromas, hostigamiento, agresión, negación de la identidad y discriminación.

El objetivo de este ejercicio fue diagnosticar, comprobar la necesidad y pertinencia de la problemática elegida a partir de la recuperación de experiencias sobre la construcción de la identidad de personas LGBTQ+, incluyendo situaciones favorables

y adversas, así como la identificación de factores que promuevan el autoconocimiento.

Páramo (2008) define la identidad como las características que posee un individuo, mediante las cuales es conocido. Sin desconocer los aspectos biológicos que la conforman, buena parte de la identidad personal la formamos a partir de las interacciones sociales que comienzan con la familia, en la escuela y con la gente que se conoce a lo largo de la vida. La identidad así construida va a influir en la manera como actuamos en el mundo.

Para iniciar el diálogo con las personas entrevistadas, la primera pregunta fue qué es para ellas y ellos la identidad. Al ser una pregunta completamente abierta se le daba libertad a la persona de expresar lo que se le viniera a la mente. Si bien las respuestas resultaban abstractas y un poco ambiguas, todas coincidieron en que la identidad son los elementos que conforman a la persona.

A continuación, se presentan testimonios obtenidos del ejercicio de entrevistas, los cuales son presentados con seudónimos para proteger la identidad de las personas participantes.

Por ejemplo, para Patricia, la identidad es la esencia de las personas, cómo cada una se identifica y quiere ser nombrada, mientras que, para Víctor, son las cosas y las cualidades que nos hacen ser quien somos, incluyendo los rasgos de la personalidad.

La relevancia de esta primera pregunta, más allá de construir una definición de la identidad, era aproximar a las personas al tema sobre el que se estaría trabajando durante la entrevista, tomando como una referencia inicial el propio conocimiento y la propia concepción de la identidad.

De acuerdo con Bennett (2013) el autoconocimiento es la herramienta más eficaz que tenemos para lograr el éxito en la vida, y afirma que, para llegar al autoconocimiento, hay tres pasos ineludibles: tener conciencia de sí mismo, descubrir y explorar el propio pensamiento, los sentimientos y los actos, y observar

y estudiar las experiencias pasadas para que nos sirvan en el presente, y por tanto en el futuro.

Retomando esta definición de Bennett, se puede reconocer la importancia de la recuperación de experiencias pasadas, así como su importancia para el presente.

En la segunda pregunta se les pidió a las personas entrevistadas que mencionaran los principales elementos o grupos que han influido en la construcción de su identidad, seguida de esta, se les pidió que diferenciaron entre los elementos que han facilitado y los que han obstaculizado la construcción de su identidad.

Estas preguntas dieron pie a la primera categoría: Socialización.

Esta categoría se refiere a la influencia de las relaciones interpersonales en el proceso de construcción de la identidad, los ámbitos más recurrentes que se identificaron en las entrevistas fueron la familia, la escuela, los amigos y la religión.

Las cinco personas entrevistadas coincidieron en que las relaciones con otras personas son elementales para la construcción de la identidad.

Al iniciar con el proceso de diferenciación entre los ámbitos de socialización que facilitaban o dificultaban el proceso de construcción de la identidad, de forma coincidente, las cinco personas mencionaron que las relaciones amistosas eran uno de los elementos que más la facilitaban, pues al encontrar personas con afinidades similares, se sentían en confianza de ser sí mismos.

En contraste, la familia fue en su mayoría considerada como un elemento que obstaculiza la construcción de la identidad, pues las personas entrevistadas expresaron sentir la necesidad de disimular o incluso esconder su orientación sexual ante su familia.

Considerando los elementos de la construcción psicosocial de Páramo (2008) en la que afirma que las personas actúan de manera diferente en cada situación. El aparente patrón en la forma en que las personas se comportan no es atribuido a la personalidad, sino al hecho de que en el pasado esa forma de actuar ha resultado exitosa para el individuo.

Tomando en cuenta ese argumento, y en la relación con la familia como un elemento que obstaculiza la construcción de la identidad, se podría considerar que esta obstaculización es debido a que las personas actúan ante su familia de la forma en que les ha resultado exitosa antes, lamentablemente, esta adaptación de su comportamiento va en contra de su verdadera identidad. Es decir, conscientemente deciden ocultar su orientación sexual y/o identidad de género para evitar conflictos dentro de la familia.

Como lo menciona Patricia en su entrevista: “también uno va sabiendo con quien ser uno mismo o con quien... pues se escucha feo, pero fingir”. Del mismo modo, cuando Francisco aborda la expresión de su preferencia sexual con su familia dice: “Como que siempre te detienes por la familia, entonces como que eso te detiene un poco en la formación de tu persona y de tu esencia”.

El común denominador de los elementos que las personas entrevistadas reconocieron que obstaculizan el proceso de construcción de identidad, es el miedo y la incertidumbre de las reacciones que puedan recibir de su entorno frente a su preferencia sexual e identidad de género, lo que lleva a la segunda categoría: los sentimientos.

Rosa Larios (2010) menciona que la emoción es el conjunto de sensaciones experimentadas. En el momento en que una persona la pone nombre a eso que siente, cuando da un significado, hablamos de un sentimiento. Las emociones conectan el cuerpo con la mente instantáneamente.

Esta definición resulta pertinente al considerar que las personas entrevistadas experimentan ciertas sensaciones cuando su orientación sexual e identidad de género no normativas, son reveladas o asumidas por su entorno, a partir de la interpretación que les asignan a estas emociones, surgen los sentimientos que guían las decisiones que toman en cuanto a su comportamiento y desenvolvimiento en cualquier ámbito de socialización.

Estas situaciones no suceden únicamente en el ámbito familiar, Laura, por ejemplo, al hablar sobre su salida del clóset en su trabajo menciona: “en su momento si sentía

miedo de, si digo algo, ¿me irán a correr?”, mientras que Guadalupe, cuando decide contarle a su jefa de varios años acerca de su pareja dice: “Ella sabía todo de mi vida menos ese aspecto” y cuando ella misma habla sobre las muestras de afecto hacia su pareja menciona: “me acostumbré a no expresarlo mucho en lo público”.

De estas experiencias se puede inferir que, las personas con preferencias sexuales no normativas se sienten vulnerables al saberse fuera de la norma, lo que se convierte en miedo e incertidumbre. Miedo a ser rechazadas o incluso a ser agredidas o señaladas, por lo que optan por ocultar este aspecto de su vida y de su identidad como mecanismo de defensa.

Rosa Larios (2010) habla de la culpa existencial, cuando nos hemos traicionados a nosotros mismos, cuando una persona no es lo que dice ser. Además, afirma que cuando una persona no se atreve a ser lo que fue llamada a ser, se siente vacía. De aquí la importancia de que las personas se sientan con la confianza y la seguridad de expresar su identidad auténtica y sin filtros.

Considerando lo anterior, resulta interesante el preguntarse por qué el entorno influye en que las personas sientan miedo e incertidumbre al expresar su preferencia sexual e identidad de género cuando son consideradas como no normativas, lo que nos lleva a la tercera categoría: Los constructos sociales.

Para abordar este tema, a las personas entrevistadas se les presentó una definición acerca de los introyectos, la cual dice así: los introyectos son mecanismos por los cuáles las personas, desde que somos pequeños, integramos y hacemos nuestros determinados roles, ideas, normas y conceptos sobre lo que está bien y lo que está mal, para posteriormente preguntarles cuáles lograban reconocer y con cuáles ya no se sentían identificadas (Psicoadapta, 2022).

Los introyectos más comunes en las entrevistas fueron: la heterosexualidad, el matrimonio (heterosexual cisgénero), y los roles de género.

Al respecto, Guadalupe respondió: “El principal sería la heterosexualidad. Algo con lo que nunca me sentí identificada pero que desde pequeña tanto mi papá como mi mamá si eran así de ‘es que vístete más femenina y ese tipo de cosas’”.

Sobre los roles de género, Francisco mencionó características estereotípicas sobre lo que se espera de los hombres en su familia y con las que nunca se sintió identificado, sin embargo, trataba de hacerlo por complacer a su papá: la idea de que tener muchos amigos hombres, o que eres hombre, te tienes que juntar con hombres y jugar fútbol y jugar a los carritos. En el caso de Guadalupe, comentó su experiencia en la imposición de roles como mujer: “tanto mi papá como mi mamá si eran así de ‘es que vístete más femenina’ y ese tipo de cosas”.

Serrato (2015) menciona que en la familia se da por sentado que la heterosexualidad es la única orientación sexual válida, normal y socialmente aceptada.

En todos los casos, el discurso dentro de la familia va dirigido a una existencia heterosexual cisgénero. Sobre la preferencia sexual, no solo se asume, sino que incluso se ataca y descalifica abiertamente la homosexualidad, cualquier otra posibilidad queda descartada. Respecto a la identidad de género, esta resulta un tema tabú, pues en las familias ni siquiera se menciona la posibilidad de identificarse con un género destino a sus características sexuales.

Anteriormente se retomó a Serrato (2015) en donde habla acerca de una ideología que acepta únicamente la heterosexualidad como la orientación correcta, así como la permanencia de roles de género asociados con la masculinidad y la feminidad hegemónicas.

El problema de que la sociedad y las familias impongan una ideología heteronormativa es lo que lleva a la cuarta categoría: violencia y hostilidad.

Para abordar este tema, se les preguntó a las personas entrevistadas si habían vivido situaciones de violencia y/o hostilidad debido a su preferencia sexual o identidad de género.

De las cuatro personas entrevistadas, tres respondieron que sí, y solamente una respondió que no. Cabe destacar que la persona que respondió que no, durante la entrevista describió momentos de hostilidad, tanto en su familia como en el entorno laboral. Y al resto, aunque les era fácil identificarlas, cuando se trataba de su propia

familia, les era difícil nombrarlo como tal, pues se mostraban incómodos de admitirse violentados dentro de su propia familia.

Entre los ejemplos que mencionaron las personas entrevistadas se identificaron varios niveles de violencia, desde bromas hirientes, hasta gritos y maltrato psicológico.

Victor, por ejemplo, comentó recibir comentarios frecuentes de uno de sus compañeros actuales de trabajo: “de repente me dice... palabras, ya sabes... ‘joto, maricón todas esas’, comentó también un episodio en el que fue amenazado e incitado a la violencia por el personal de seguridad de un bar: “el de seguridad me dijo: ‘pues nos partimos la madre, pinche putito’ y por último mencionó una experiencia en un café, en el que el barista y uno de los clientes se refería a las personas homosexuales como ‘uff, cada vez son más, ¿no?’ y el chico le responde ‘sí, se reproducen como cucarachas.

En el caso de Guadalupe, a lo largo de su entrevista describió situaciones de hostilidad en su familia. Hace varios años, cuando decidió decirles a sus papás que es lesbiana, ellos quisieron llevarla a lo que pareciera una terapia de conversión a base de engaños, pues mencionó: “Mis papás en su momento me pidieron/llevaron con una psicóloga, y sí siento que me hicieron como un truquito (...) pero había algo que no me latía, entonces me puse a investigarla, la busqué en Facebook, y resulta que solo compartía cosas como de ‘matrimonio gay, no’ y así. A la mejor quería meterme otro tipo de psicología, tratar de hacerse mi amiga, y luego fuera una terapia de conversión o esas cosas más intensas”. Además de estas experiencias, también relató que sus papás acudían a un grupo de la iglesia en la que se reunían padres de personas con AMS (Atracción por el Mismo Sexo), siendo este el término que utilizan para referirse a las personas homosexuales sin reconocerlas como tal.

En el caso de Laura, las experiencias de hostilidad que relató estaban enfocadas en su identidad de género, pues al presentarse con rasgos comúnmente masculinos, suelen confundirla con un hombre: ...hay como miradas todo el tiempo, creo que la que más me incomoda es hacia ser mujer, creo que todo el tiempo lo tengo que estar reafirmando en esta sociedad (...) todo el tiempo son miradas,

cuestionamientos, es como raro. Que a veces puedo dejarlo ir muy tranquilamente, y otras veces ya estoy muy cansada, como de que tres veces en un día tuve que decir '¡soy mujer!' (...) como que te dice este mensaje de, 'no, no eres lo suficiente, no cumples con todos los requisitos para que te califiquemos como tal'.

Estos relatos son tan solo una pequeña muestra de la hostilidad cotidiana que viven las personas debido a su orientación sexual y/o su identidad de género.

Detección de Necesidades

A partir de este ejercicio se reconoce la necesidad de tener sociedades incluyentes y libres de violencia.

Las cuatro categorías propuestas en este documento, socialización, sentimientos, constructos y violencia abarcan de forma general las problemáticas asociadas con la construcción de identidad de personas dentro del espectro LGBT+.

Empezando por la socialización, se reconoce la importancia de las relaciones interpersonales en este proceso constante de construcción de la identidad, por lo que un ambiente de respeto, tolerancia y reconocimiento de preferencias sexuales e identidades de género fuera de la norma, promoverán un ambiente de libertad y autenticidad.

Con respecto a los sentimientos, como se mencionaba anteriormente, éstos son la interpretación de las sensaciones y las emociones, por lo que, al tener un entorno favorable, las interpretaciones pueden cambiar completamente, pudiendo convertir el miedo, la incertidumbre en certeza y libertad.

Una tarea muy importante de la sociedad, empezando por los núcleos familiares, es la desarticulación de los constructos sociales en torno al género. Los gustos de las personas son individuales, completamente ajenos a su fenotipo sexual, asignar roles y expectativas, tan solo logran reducir las posibilidades de las personas.

Atendiendo estas tres categorías se impactaría en automático la última, la violencia. Pues al tener familias, sociedades incluyentes y respetuosas, dejarían de existir estigmas y señalamientos contra las personas LGBT+.

Introducción al Apartado Teórico

El objetivo del Trabajo de Obtención de Grado (TOG) es abordar el descubrimiento, la construcción y el reforzamiento de la identidad de personas LGBT+ mediante el acompañamiento basado en el Enfoque Basado en la Persona.

De acuerdo con los objetos de intervención del Desarrollo Humano, la identidad y el autoconocimiento se enfocan en la noción que tiene la persona de sí misma.

Para este proyecto se retoman las bases del existencialismo, considerando a las personas como seres que se hacen a sí mismos a partir de la experiencia, el aprendizaje y la socialización. Seres libres, capaces y responsables de tomar las decisiones sobre la propia vida.

Con esta premisa, el proyecto buscará proveer herramientas que, basadas en el Desarrollo Humano y el Enfoque Basado en la Persona, permita que los sujetos descubran, desarrollen su identidad, logrando desprenderse de las ideas impuestas por su entorno, logren descubrir y ser la mejor versión de sí mismos.

Durante la etapa de problematización, se realizó una investigación con el propósito de reunir información relacionada con la identidad, relaciones sociales, influencias discursivas y construcción de identidad sexual en personas LGBT, autoconocimiento, heteronormatividad y clóset, la construcción psicosocial de la identidad y la discriminación.

De esta forma, la problemática puede abordarse desde los aspectos más generales, como las definiciones de la identidad para posteriormente analizarlo de forma más detallada al indagar acerca de las construcciones sociales como lo es la heteronormatividad y el papel de las relaciones interpersonales en todos los niveles.

Reconociendo que las personas LGBT+ viven situaciones de hostilidad en etapas de la vida fundamentales para la construcción de la identidad y el autoconocimiento, resulta relevante la intervención del Desarrollo Humano como una herramienta para facilitar el proceso para que las personas puedan llegar a ser sí mismas, dejando de lado los roles, patrones, actitudes y modos de actuar y pensar impuestos, para vivir en libertad de pensar, sentir y ser.

En este sentido, el marco teórico estará enfocado en profundizar acerca de la identidad, el conocimiento abordado desde el desarrollo humano, las herramientas que existen actualmente para su acompañamiento, así como los principales factores que lo promueven y dificultan.

Del mismo modo, se hará una revisión acerca de la literatura acerca de la diversidad sexual, definiciones sobre la orientación sexual e identidad de género, las etapas de la vida en las que se van definiendo, las principales problemáticas y situaciones de hostilidad, discriminación y violencia asociadas a la identidad sexual.

Finalmente se realizará un cruce de esta información con la intención de identificar las afectaciones en el proceso de construcción de la identidad, el autoconocimiento debido a situaciones hostiles asociadas con el descubrimiento y la expresión de la propia identidad sexual.

Estado del Arte

Este proyecto parte de la premisa de que las personas que se identifican dentro del espectro de las sexualidades no normativas se desarrollan en ambientes de hostilidad debido a su orientación sexual y/o identidad de género.

Como se ha mencionado anteriormente, las situaciones de hostilidad y violencia pueden comprobarse de forma objetiva con los resultados de la Encuesta sobre Discriminación por motivos de Orientación Sexual e Identidad de Género (ENDOSIG 2018), en donde se destaca que estas situaciones adversas se presentan todos los ámbitos de socialización, desde el núcleo familiar, hasta los ambientes profesionales, académicos y de servicios públicos.

Además, es importante destacar que la encuesta concluye que estas situaciones de discriminación, hostilidad y violencia se hacen presentes desde la niñez y la adolescencia, las etapas en las que es más frecuente identificar la identidad de género y la orientación sexual no normativas.

Antecedentes Históricos

A fin de contextualizar el entorno social de las personas con identidades sexuales no normativas, vale la pena iniciar con un recorrido histórico de México y el mundo con respecto a los movimientos que han visibilizado y luchado por los derechos de las personas LGBT+.

De acuerdo con Lázaro (2014) la homosexualidad en México sale de su anonimato como problemática moral y política a partir del famoso acontecimiento sucedido en la capital del país, el “baile y redada de los 41”, durante el Porfiriato. Acontecimiento a partir del cual se “inventa la homosexualidad en México” (Monsiváis, 2001:311). Hay que destacar que en México como en América Latina, esta práctica sexual no está penalizada, pero hay sanciones administrativas y sociales por atentar contra la decencia, o por cometer “faltas a la moral y a las buenas costumbres”. En consecuencia, la homosexualidad como tal, en cualquiera de sus expresiones, es considerada indecente e inmoral; práctica y conducta meritoria de la señalización y del castigo.

A mediados de la década de 1930, el concepto de homosexualidad comienza a ser utilizado por la prensa, el discurso médico-psiquiátrico-sexual comienza a incorporarse para acentuar la noción de enfermedad y desviación en la homoeros-praxis, tanto para hombres como para mujeres. El término de lesbiana, hasta mediados del siglo XX, es un vocablo excéntrico empleado en círculos académicos o de artistas. En el plano internacional, durante la Segunda Guerra Mundial, el gobierno nazi emprendió “una campaña en la que miles de homosexuales y lesbianas fueron detenidos, explotados y asesinados en los campos de concentración” (Marcial y Vizcarra, 2010:74), lo que acentuó más el desprecio, la discriminación y persecución de esta comunidad en occidente; además de incorporar la simbolización cultural – como lo es la connotación popular del número 41, con su respectiva exclamación, “safo”, para aludir al homosexual– del color “rosa”, al ser utilizado por los nazis, como fondo de un triángulo invertido, para “marcar primero a los travestis y transexuales, y luego a los homosexuales en los

campos de concentración” (Rodríguez, 2007:120). No obstante, con este color como los eufemismos marica, queer, gay, joto, lesbiana, homosexual, entre otros, la comunidad LGBT+ haría una inversión semántica para hacer una apropiación de éstos e integrarlos como parte de la identidad cultural.

Desde nuestra afirmación como marginados sociales hemos derribado suposiciones, prejuicios e ideas negativas que se hace la gente acerca de lo que no conoce, hemos representado una especie de contrapeso al discurso político-religioso dominante, nos hemos constituido en un colectivo plural y la tendencia apunta a una vivencia positiva de nosotros mismos como gays, como lesbianas, como transexuales, como travestis, como bisexuales y como ciudadanos.

La primera marcha fue el 28 de julio de 1969 en Nueva York, después de una redada policial en el bar Stonewall; a partir de ese momento la comunidad LGBT neoyorkina se organizó para fundar el Gay Liberation Front (GLF), Frente de Liberación Gay, e iniciar la lucha política por los derechos de hombres y mujeres homoeróticos (Castells, 2001; Gimeno, 2005; Lauritsen, s.f.-b; Lizárraga, 2003; Llamas, 1998; Marcus, 2009; *Special Report*, 1971; Stein, 2012). Este inicio fue la pauta que promovió la visibilización, organización y politización de otras comunidades LGBT en Occidente.

Después de esta cita hay que comentarla.

Contexto Social

A partir de los antecedentes históricos, vale la pena retomar a Laguarda (2005), quien habla sobre las identidades sociales; esto es, el proceso por el que los sujetos se inscriben en generalidades históricamente construidas y se definen a sí mismos a partir de ellas.

Todo ser humano es muchas cosas a la vez, por lo cual el sentido de pertenencia a un grupo resulta siempre incompleto, inestable, relacional, en constante negociación y construcción. Sin embargo, las identidades sociales nos definen como personas. Como señala Jeffrey Weeks (1998: 199-200),

aunque las identidades son ambiguas, las necesitamos por el sentido de armonía y coherencia que nos proporcionan, por la ubicación que dan a nuestras vidas. Las identidades nos dicen quiénes somos. Constituyen nuestras más preciadas pertenencias. Forman parte de nuestra gozosa experimentación del mundo (Laguada. 2005).

Asimismo, Hernández (2001), afirma la implicación de la integración de elementos sociales en la identidad individual

Concordamos con Gonsiorek (op. cit.) cuando señala que las personas gays y lesbianas tienen el reto de integrar la identidad sexual entre una multitud de otras identidades relativas a la etnicidad, género, clase, nivel educativo, profesión u ocupación, etcétera, ya que, dependiendo de las circunstancias externas y de la propia conciencia, la relevancia de la identidad sexual varía de trivial a profunda en relación con esos otros aspectos de la identidad.

Además, Hernández (2001) reconoce la adversidad que implica una sociedad heteronormativa con respecto a la integración de personas LGBT+:

Además, desde la perspectiva antropológica, la paulatina incorporación del joven gay en grupos y espacios gays y el establecimiento de relaciones sociales gays contribuyen a aminorar el peso de la carga que implica el enfrentamiento constante a un sistema cultural hetero sexista que le es adverso; también contribuyen con su proceso de aceptación y de construcción de una identidad gay auto afirmativa a través de la incorporación de prácticas y significados culturales desarrollados por la cultura gay en resistencia (Herdt, 1992, como se citó en Hernández 2001).

A partir de las conclusiones de diversos autores en este apartado de contexto social, se puede recuperar el hecho de que el contexto social en el que se desenvuelven las personas tiene una influencia directa en la conformación de su identidad.

Identidad

Iniciando con el tema de identidad, Páramo (2008) menciona que buena parte de la identidad personal la formamos a partir de las interacciones sociales que comienzan

con la familia, en la escuela y con la gente que se conoce a lo largo de la vida. Menciona también que la manera como actuamos en el mundo estará influenciada por la construcción de la identidad.

La identidad es una trama construida por diferentes fibras como la raza, edad, clase social, estado de salud física o mental, orientación sexual, género, nivel educativo, etc., las que en su conjunto constituyen la identidad. Cada una de estas fibras corresponde a un discurso presente en la cultura y lo que somos resulta del entramado de todos estos discursos para cada individuo, los cuales trabajan permanentemente construyendo nuestras identidades. Lo que significa que nuestras identidades no son fijas, no están determinadas por nuestra naturaleza, ni son producto de la accidentalidad. Por el contrario, parecen resultar de los discursos ideológicos e igualmente de los que van construyendo las disciplinas científicas. P. 543

Adicionalmente, de acuerdo con Perez (2006), un elemento vertebrador de la identidad personal es el autoconcepto o, mejor, el autoconocimiento, que inevitablemente conlleva connotaciones valorativas: de autoestima.

Es por esto por lo que, considerando los antecedentes de hostilidad, y tomando en cuenta que el autoconcepto conlleva connotaciones valorativas e influye en las interacciones con el entorno, resulta relevante trabajar en el reforzamiento de la identidad y el autoconocimiento desde el Desarrollo Humano para que las personas puedan llegar a ser la mejor versión de sí misma, logrando conocer y reconocer su individualidad, incluyendo sus fortalezas, debilidades, habilidades y todo el potencial que tiene para progresar en cualquier aspecto de su vida.

Gonzalez-Sequeira (2020), en su proyecto de acompañamiento a los adolescentes de 10 a 13 años en el proceso de auto conocimiento y formación de la identidad desde la sexualidad, menciona que, el que una persona tenga una buena imagen de sí misma o se valore a sí misma de manera positiva, juega un papel importante en la manera en que aborda sus experiencias de vida, facultándolo para asumir con mayor congruencia sus éxitos o sus fracasos en caso de que éstos existan.

Por su parte, Laguarda (2005) menciona que:

Todo ser humano es muchas cosas a la vez, por lo cual el sentido de pertenencia a un grupo resulta siempre incompleto, inestable, relacional, en constante negociación y construcción. Sin embargo, las identidades sociales nos definen como personas. Como señala Jeffrey Weeks (1998: 199-200), aunque las identidades son ambiguas, las necesitamos por el sentido de armonía y coherencia que nos proporcionan, por la ubicación que dan a nuestras vidas. Las identidades nos dicen quiénes somos. Constituyen nuestras más preciadas pertenencias. Forman parte de nuestra gozosa experimentación del mundo. P. 139

Si bien existen documentos académicos e intervenciones en las que se han trabajado con el autoconcepto y la construcción de la identidad, así como sobre la definición y las características de las identidades sexuales no normativas, en esta revisión del estado del arte no se encontraron trabajos que hicieran un enlace entre estos dos temas.

A continuación, se presenta el marco teórico referencial con el que se pretende reunir los elementos fundamentales de ambos temas, con lo que se pretende sentar las bases para desarrollar una intervención enfocada en la construcción de la identidad de personas LGBT+.

Marco Teórico Referencial

Como se menciona en la introducción de este documento, el objetivo es trabajar con personas dentro del espectro LGBT+, por lo que vale la pena empezar por definir qué son todas estas siglas y por qué termina con un “+”.

Diversidad Sexual

De acuerdo con Careaga (2004), la diversidad sexual puede considerarse que abarca tres dimensiones para su análisis y definición: la orientación sexual, de acuerdo con la dirección erótico-afectiva del objeto amoroso; la identidad sexual, de acuerdo con la definición sexual que adopta la persona; la expresión sexual, de acuerdo con las preferencias y comportamientos sexuales que adopta la persona.

Así bien, estas siglas representan algunas de las dimensiones de la diversidad sexual, tanto de orientación sexual, como Lesbianas, Gays y Bisexuales, la identidad sexual, como Transexual y Transgénero, la expresión sexual, como Travesti, y el término Queer, que se caracteriza por reconocer una fluidez en la sexualidad, completamente fuera de la heteronorma y de la concepción de la sexualidad como un elemento binario. Por último, se utiliza el signo “+” para reconocer que dentro de la diversidad existen más identidades y expresiones que no necesariamente se identifican con los términos mencionados, esta individualidad. Con respecto a la expresión de la identidad sexual se retoma el siguiente fragmento:

González-Sequeira, A. (2020) menciona que, según la Secretaría de Salud (2002), la “Sexualidad es la expresión integral del ser humano en función de su sexo vinculado a los procesos biológicos, psicológicos, sociales y culturales”. Esta expresión de la sexualidad se realizará de maneras distintas durante el desarrollo de la persona.

A continuación, se muestra una infografía del Glosario de la diversidad sexual, de género y características sexuales desarrollado por el Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación.



Infografía del Glosario de la diversidad sexual, de género y características sexuales.

SEGOB, CONAPRED (2016)

Suele existir confusión con las diferencias entre sexo y género por lo que se retoma la siguiente definición:

El sexo hace referencia a las características biológicas y físicas diferenciales entre hombres y mujeres como cromosomas, genitales, hormonas, etc. En cambio, el término género se refiere al conjunto de expectativas y comportamientos que la sociedad asigna y espera en función de su pertenencia al sexo masculino o femenino. Es decir, sexo se refiere a las características biológicas que identifican a las personas como varones o hembras, mientras género es una construcción social del sexo biológico por la que se prescriben diferentes papeles y responsabilidades. (Colás-Bravo, 2007)

Entendiendo que el género es una construcción social, se puede comprender también por qué a los hombres y mujeres homosexuales se les ha visto como personas que cruzan las fronteras de la identidad genérica, es decir, hombres afeminados y mujeres masculinizadas.

De acuerdo con Ortiz Hernández (2004) de este sistema de género se derivan tres ideologías dominantes que sustentan la opresión de las minorías sexuales: el apego a los estereotipos de género, el androcentrismo y el heterocentrismo.

El apego a los estereotipos de género promueve esta opresión al definir como verdades absolutas las formas socialmente aceptables sobre cómo debe ser una mujer y un hombre, las definiciones de lo masculino y lo femenino sin reconocer la existencia de un espectro entre estos dos modelos.

Además, en la sociedad se han perpetuado tendencias machistas como se describen a continuación:

El androcentrismo ha impuesto históricamente una superioridad de lo masculino sobre lo femenino.

El heterocentrismo, al negar, denigrar y estigmatizar conductas, identidades, relaciones o comunidades diferentes de las heterosexuales.

Estas ideologías son impuestas mediante la socialización, y esto inicia desde las familias, escuelas, comunidades, entre otras. Menciona Serrato (2015) que la familia, al reproducir los valores heterosexuales, contribuye a la “construcción” del clóset, pues la familia, como refieren Foucault (2005) y Marquet (2006), es el lugar de vigilancia de la sexualidad. Desde ahí se reafirman las estructuras sociales, se intentan consolidar las representaciones sociales de la sexualidad, y se intentan mantener las costumbres y los estereotipos.

Como se mencionaba anteriormente, de acuerdo con la Encuesta sobre Discriminación por motivos de Orientación Sexual e Identidad de Género, el rechazo y la discriminación que viven las personas por su orientación sexual e identidad de género está presente desde la niñez y la adolescencia, que precisamente son las

etapas en que es más frecuente identificar la identidad de género y la orientación sexual no normativa.

Acerca de la identidad, Páramo (2008) menciona que incluye las características que posee un individuo, mediante las cuales es conocido, así como los aspectos biológicos que la conforman. De igual forma, menciona que buena parte de la identidad la formamos a partir de las interacciones sociales que comienzan con la familia, en la escuela y con la gente que se conoce a lo largo de la vida. Menciona también que la identidad construida influye en la forma como actuamos en el mundo.

En este sentido, si una persona vive situaciones de hostilidad y discriminación durante el proceso de descubrimiento y construcción de su identidad, se puede intuir que esto se verá reflejado en afectaciones en su autopercepción, así como en su interacción con su entorno.

Desarrollo Humano

Antecedentes

A mediados del siglo XX, tras la crisis económica mundial como consecuencia de la primera guerra mundial, empiezan a surgir importantes corrientes político-económicas y sociales como el “New Deal” en los Estados Unidos, que buscaban, no solo restablecer el equilibrio económico, sino asegurar una existencia digna a las personas (Novelo-Medina, 2020a).

Durante el periodo de la segunda guerra mundial inicia una fuerte ola de migración europea al continente americano. Este fenómeno de movilidad humana fue un factor de gran importancia para la renovación cultural y humanística que iniciaba en los Estados Unidos, aumentando el interés por las artes y el sentido de la vida (Novelo-Medina, 2020a).

Los migrantes europeos que llegan a los Estados Unidos, traen consigo los estudios de autores como Soren Kierkegaard, Martin Heidegger, Martín Buber, Karl Jaspers y Jean Paul Sartre, introduciendo así el pensamiento existencialista y fenomenológico:

El principal interés de Soren Kierkegaard (1813-1855) es el ser humano particular, considerando que la verdad es individual y subjetiva, y que los seres humanos son libres para elegir.

Edmund Husserl (1859-1938), con el método fenomenológico buscaba establecer una estructura científica para comprender lo subjetivo de la experiencia humana, interesándose principalmente en el significado que le da la persona a los fenómenos que percibe a través de los sentidos y de acuerdo con sus propios procesos de construcción de significados. Siendo así como la fenomenología sienta las bases de la filosofía existencial.

Martin Heidegger (1889-1976) retoma el método fenomenológico de Husserl y por primera vez se encuentran la fenomenología con el existencialismo, ya que Heidegger propone mirar al ser humano desde su propia perspectiva y afirma que el ser se encuentra siempre en relación con el mundo.

Helmut Quitmann (1989) afirma que, la psicología existencial surge como un polo opuesto a las corrientes psicológicas establecidas por el psicoanálisis y el conductismo.

Mientras que las primeras dos fuerzas de la psicología, el psicoanálisis y el conductismo se centraban, la primera, en la mente y el inconsciente, y la segunda en el estímulo-respuesta, el existencialismo estaba enfocado en la importancia del espíritu humano.

Para los existencialistas, los aspectos humanos de mayor consideración eran sus interpretaciones personales y subjetivas sobre la vida y las tendencias establecidas a partir de esas interpretaciones. (Tobías, C. y García-Valdecasas, J, 2009).

De acuerdo con Tobías y García-Valdecasas (2009), “los principios básicos que comparten los modelos humanístico-existenciales aparecen recogidos en la declaración con que se constituyó la *American Association of Humanistic Psychology* en el año 1961, donde estacan los aspectos fundamentales de la concepción del ser humano” (p.148):

- Autonomía personal y responsabilidad social.
- Autorrealización.
- Orientación hacia metas y búsqueda de sentido.
- Los seres humanos son únicos, tanto entre sí como respecto a otros animales, por lo que lo aprendido de otras especies es irrelevante para comprender a los primeros.
- Concepción global del ser humano.

Conceptos

Una vez revisados los antecedentes históricos que dieron pie a la psicología humanista, así como a la concepción del humano como un ser único, autónomo y con una tendencia hacia la autorrealización, etc. A continuación, se presentan los principales conceptos desde el Desarrollo Humano con los que se pretende desarrollar herramientas para promover la construcción y el reforzamiento de la identidad a personas de la diversidad sexual.

De acuerdo con Rogers (1961), una persona con un buen funcionamiento es aquella que tiene una tendencia a la autorrealización, cuenta con un sentido de coherencia y consistencia interior entre él y sus experiencias actuales, respecto a las condiciones de valor, pueden establecer algunos criterios que les orienten, lo que les facilita aceptarse tal como son y en las condiciones en que se encuentran.

Cuando el individuo se encuentra en estado de incongruencia, sin tener conciencia de ello, es potencialmente vulnerable a la ansiedad, a vivirse amenazado por los eventos que le rodean y a tener cierta desorganización.

Para Rogers (1985) la ansiedad (o la angustia), es una señal orgásmica de que el yo se encuentra en incongruencia, es decir, que no hay concordancia entre lo que le dice la experiencia y lo que le dice su auto concepto; esto es, el concepto que tiene de sí mismo, lo que cree que es. Si esta incongruencia es constante, estamos hablando de una neurosis, y si es más extremo, se

puede hablar de psicosis; lo cierto es que se trata de un estado de vulnerabilidad.

Si no se resuelve esta discrepancia, o en términos de Rogers (1985), incongruencia, la persona se encontrará en una condición de vulnerabilidad; vivirá con una ansiedad que le dificultará entender lo que le sucede y tendrá mayores dificultades para enfrentar las situaciones que le rodean. Sin embargo, es la vulnerabilidad, la situación que también impulsa al desarrollo. Una persona que se encuentra en situaciones difíciles se hallará más motivada para hacer cambios, que aquella que está en una situación cómoda.

La teoría rogeriana de la personalidad tiene como postulado fundamental la tendencia actualizante. Este principio básico, según el esbozo de Rogers (1993), es la tendencia organísmica hacia la realización y el desarrollo que las personas tienen; que las impulsa en su búsqueda de vivir unificadas, integradas, armónicas, congruentes. El mismo autor menciona: “el individuo posee en sí la capacidad y la tendencia -en algunos casos, latente - de avanzar en la dirección de su propia madurez” (Rogers, 1993, p. 42).

Con respecto a la obra de Rogers, así como su propuesta del Enfoque Centrado en la Persona (ECP), Gonzáles (2020) en su proyecto Acompañamiento a los adolescentes de 10 a 13 años en el proceso de auto conocimiento y formación de la identidad desde la sexualidad, menciona:

Múltiples teorías han procurado estudiar al hombre y ayudarlo desde distintos enfoques con las contradicciones de todo ser humano. Rogers, como lo indica el título de su método: el Enfoque Centrado en la Persona, da un enfoque distinto a lo que se conocía hasta el momento. Él pone especial interés en la persona, a la cual denomina cliente, en sus necesidades, en lograr la comprensión y acompañar el proceso de crecimiento atendiendo a los requerimientos que se presentan.

En Frager & Fadiman, (2007), se formulan las condiciones necesarias y suficientes que Rogers señala para una terapia exitosa, señalando la necesidad de que las siguientes características se presenten:

1. El cliente sufre trastornos o insatisfacción psicológica
2. y establece contacto con el terapeuta
3. y el terapeuta se muestra congruente en la relación
4. y el terapeuta manifiesta una consideración positiva e incondicional hacia el cliente
5. y el terapeuta entiende de manera empática el marco de referencia del cliente y logra transmitirlo a éste
6. y el cliente percibe, aun en un grado mínimo, la consideración positiva e incondicional y la comprensión empática,

Entonces se verificará un cambio terapéutico positivo. (p.437)

Estas condiciones, en conjunto nos describen las características que entre cliente y terapeuta deben conseguirse durante la interacción. Desde que la persona acepta que se encuentra necesitada de ayuda, se acerca al terapeuta y logra una vinculación profunda, una interacción donde demuestra ser congruente, empático y muestra aceptación incondicional. Todo esto ayudarían al cliente a propiciar la exploración personal y el autoconocimiento, y con suerte el desarrollo de capacidades necesarias para su vida y bienestar (González, 2020, p.40).

Con respecto al Enfoque Centrado en la persona, Lafarga (2016) menciona que, como impulsor del crecimiento personal, el enfoque centrado en la persona ha tenido el propósito de identificar aquellos factores que facilitan el cambio favorable y duradero tanto en la persona que busca ayuda como en el facilitador.

Con esto podemos concluir que la propuesta de Rogers considera a la persona como una totalidad. La comprende con sus sentimientos, necesidades, pensamientos, deseos, motivaciones y actitudes. Y argumenta que la motivación de toda persona sana es la autoactualización o autorrealización.

Una vez retomada la propuesta de Rogers a modo de precedente, pasamos con Juan Lafarga, quien hace mención en su obra acerca de las necesidades humanas, y las diferencias entre las actitudes de una persona ante la vida y la satisfacción de sus necesidades dependiente de la imagen que tiene de sí misma.

¿Cómo se manifiesta la tendencia natural al crecimiento en el ser humano? En una necesidad permanente que todos los seres humanos experimentan de sentirse bien con ellos mismos, de hacer lo que más les gusta o les satisface, de alcanzar sus propósitos en la vida y de conseguir, a través de estas estrategias, mayores niveles de satisfacción individual y social.

Esta necesidad de sentirse bien consigo mismo es permanente e insaciable y termina sólo con la muerte. Es el motivador básico y el impulso de todas las conductas y comportamientos humanos. Explica tanto la conducta constructiva como la destructiva en cada persona y en la sociedad. En efecto, el psicópata y el neurótico, el que se destruye a sí mismo y a los demás, no lo hacen por sentirse mal sino bien con ellos mismos. Y el que progresa y se desarrolla, el que se olvida de sí mismo para atender a los demás e impulsarlos en su crecimiento lo hace -en último término- por sentirse bien con el mismo también.

Retardar la satisfacción de las necesidades o dejar algunas de ellas insatisfechas a favor de la satisfacción de otras será siempre buscando sentirse bien lo mejor consigo mismo a otro nivel. Cuando el suicida comete la acción de privarse del mayor bien (la vida), lo hace por sentirse bien, no por sentirse mal. El amor a uno mismo es el motivador principal de todo comportamiento humano y fuente de todas las motivaciones.

Aquí cabe distinguir entre dos tipos de amor por uno mismo. El amor saludable que está directamente conectado con el desarrollo humano que se manifiesta en gozar más de la vida, buscar la felicidad para uno mismo y para los demás. Se podría decir que la mayor parte de los comportamientos humanos, la mayor parte del tiempo, están impulsados por un saludable amor a uno mismo y a los demás.

El narcisismo, o egoísmo, en cambio, es el amor por uno mismo que no beneficia, sino que hace daño o destruye. (Lafarga 2016, p. 130)

Una vez entendida la necesidad humana por sentirse bien consigo mismo, así como la tendencia natural al crecimiento, cabe mencionar qué pasa con una persona frente a estas necesidades, cuando su actitud se ve influenciada por su propia imagen:

Cuando las limitaciones del ambiente físico o del medio social y cultural que rodean a una persona que ha logrado mantener una imagen favorable de sí misma impiden la satisfacción de alguna o de varias de sus necesidades, esta persona – en contacto directo con su experiencia de satisfacción con la propia imagen- es capaz de encontrar formas de superar dichas limitaciones, de convivir con las frustraciones, reacciones que estas generan, y encontrar así satisfacciones compensatorias pautas constructivas de conducta que mantienen y aumenta la autoestima propia.

En cambio, quienes mantienen una imagen desfavorable necesitan distorsionar la experiencia o negar elementos importantes de ella. Ante circunstancias adversas para la satisfacción de sus necesidades encuentran opciones muy limitadas y tienden a desarrollar pautas de conducta destructivas que las ponen en conflicto consigo mismas y con los grupos sociales con quienes conviven.

Así, el bienestar y el crecimiento del organismo humano son posibles cuando la persona -al tener una imagen favorable de sí misma- admite en su campo perceptual la experiencia proveniente de sus órganos internos, de sus sentidos y de su intelecto; cuando tiene de sí misma una imagen desfavorable, algunos elementos importantes de esta experiencia son negados en el campo perceptual. En tal caso, la tensión interna, así como las pautas conductuales generadas por esa negación disminuyen notablemente la satisfacción intrapsíquica y bloquean o desvían el crecimiento.

No es de extrañar que las personas satisfechas consigo mismas y, por tanto, capaces de hacer una integración propia de sus experiencias y de encontrar significados personales y pautas de conducta que generan bienestar y crecimiento acepten también distintas formas de integración de la experiencia y de las conductas no sólo de los individuos, sino también de los grupos étnicos y culturales, en el presente y a través de la historia.

El dogmatismo, la rigidez, la jactancia de poseer la verdad y la resistencia al cambio son indicativos del miedo a la realidad propia y generan -en las personas dogmáticas y rígidas- repertorios de conducta muy pobres y al mismo tiempo incompreensión y rechazo hacia otros estilos de integración de la experiencia, nuevas pautas de conducta y nuevas formas de aproximación a la propia verdad. (Lafarga, 2016, p.32)

Esta propuesta de Lafarga resulta relevante para este proyecto debido a que las situaciones de discriminación y violencia que viven las personas LGBTQ+ desde etapas tempranas de la vida en las que van descubriendo su identidad sexual, pueden afectar a la propia imagen, y esta imagen desfavorable, como lo menciona Lafarga, se puede transformar en una actitud negativa y destructiva hacia sí mismos y el entorno.

Con respecto a la percepción de uno mismo y las actitudes ante la vida y la satisfacción de las necesidades, se retoma a Rosa Larios Novela y Amelia Macías Timotino y sus propuestas referentes a la autoconciencia, el autoconocimiento, la autoestima y la felicidad.

«Sé que hay una conciencia que es conocer y sé que hay una conciencia universal. Ser consciente sería estar despierto, ir despertando. Ser consciente es darme cuenta, y la autoconciencia es darme cuenta de mí: darme cuenta de mi cuerpo, de mi mente, de mis emociones, de mi espiritualidad, de mis aspiraciones, de mis limitaciones ... y poder abrazarlas en una totalidad», afirma Rosa Larios.

Autoconciencia: es la conciencia del yo.

Ser consciente de mí no es fácil; es un campo que muchas veces descuidamos. Como que siempre fue darme cuenta de otros. Darme cuenta de esos otros y desarrollar la consideración, la aceptación, el interés, el cariño y el cuidado por ellos me tomó tiempo, pero a veces --como dice Rosa-- ahí se acabó la pólvora, no queda para hacer lo mismo conmigo; no me doy el tiempo para conocerme, aceptarme y darme cuenta de mí, de lo que siento, de lo que quiero...

El autoconocimiento me permite darme cuenta cuando me estoy exigiendo de más. La autoaceptación no es la resignación pasiva, sino una búsqueda de significados nuevos en lo que la vida me presenta hoy; aquí y ahora, en todo momento de mi vida.

Darse cuenta es una capacidad única del ser humano. Cuando no desarrolla la posibilidad de darse cuenta, limita su proceso de ser persona. Al momento de darse cuenta, la conciencia se refleja en todos los pensamientos, en las acciones y en las palabras que le sirven para relacionarse con los demás.

Darme cuenta --dice Rosa-- me permite saber que antes de oprimir a otros, me oprimó a mí al no darme cuenta de mis necesidades, por eso la autoconciencia es tan importante en todos los procesos del desarrollo humano. (Larios y Macías, 2010, p. 23)

«Definitivamente. El que se ama, y ama su entorno, es feliz así. La autoestima está íntimamente conectada con el desarrollo de nuestra responsabilidad personal de plenitud. La autoestima nos permite ser bondadosos con nosotros mismos y, por ende, con otros. Cuando me siento cómoda y satisfecha, puedo ser responsable y honesta y pedir lo que quiero para satisfacer mis necesidades. Y al estar mis necesidades satisfechas me puedo sentir feliz y en armonía»

Sin embargo, aquí es muy importante darme cuenta de cómo uso la palabra responsabilidad. Entender que responsabilidad es nuestra capacidad de responder a nuestras necesidades y las de otros. Hacerme responsable por

lo que pienso, siento, hago y digo durante mi vida. La persona es la que sabe aceptar la responsabilidad y la libertad comprometida, ya que establecer un compromiso consigo misma y con los demás implica la aceptación de la responsabilidad como la voluntad de asumir las consecuencias de nuestros propios actos (Larios y Macías, 2010, p. 115)

Por otro lado, Larios y Macías abordan también el concepto de la culpa, el cual resulta relevante en este trabajo al ser un sentimiento que puede experimentar una persona que no se permite ser quien realmente es.

¿Dónde encontrar espacios en que no se fomente la culpa, sino la libertad y la responsabilidad? ¿Dónde encontrar la manera de no ir cargando de culpas a la otra persona y a nosotros mismos?

La nuestra es una cultura culpígena, por lo tanto, es difícil que se dé una comunicación que no sea culpígena. La culpa es un eficiente mecanismo de control -afirma Rosa-, muchas veces usamos la culpa para controlar o castigar a la otra persona y conseguir que haga lo que nosotros queremos, pues la culpa y en general los sentimientos son la voz de nuestras necesidades insatisfechas. Generalmente debajo de la culpa hay resentimiento.

¿Para qué necesitamos vivir con la culpa y el resentimiento? ¿Acaso no nos damos cuenta de que la no satisfacción de nuestras necesidades genera frustración en nuestro organismo y que la frustración genera agresividad? ¡Busquemos soluciones, más que culpables!

Un manejo saludable de la culpa es canalizarla para conseguir lo que uno quiere, sin someterse o quedar resentido; buscar el diálogo. Hablar o dejar que la otra persona hable favorece las soluciones. La persona propensa a la culpa se la pasa sintiéndose culpable o culpando a otros. La culpa es como una papa caliente, como no la puedo sostener en mis manos porque me quema, se la aviento a todos; es decir, ando culpando a todos. Rosa dice que quien siente culpa se ha vuelto un experto en lanzarla hacia fuera, esa es

una manera de querer liberarse de la ansiedad que le provoca la culpa misma.

Por lo general detrás de la culpa está el enojo de la persona. Como es tan pesada la culpa, la persona se defiende porque se siente acusada y entonces se pone a la defensiva, ofende y se ofende. El que se siente culpado frecuentemente culpa o critica a otros. El remedio para no sentirse culpable está en la responsabilidad; en hacerse la pregunta: «¿Qué Pasó?» con la intención de aclarar. Deslindar responsabilidad: «Esto si me toca porque... esto no me toca porque...»

También con empatía se puede ir corrigiendo el sentimiento de culpabilidad, ya que al sentir algo de afecto puede ir desapareciendo la culpa que la persona siente. Otra manera es haciéndole ver que tú no la estás acusando, normalmente eso basta para que baje sus defensas y se abra a la reflexión y al diálogo.

Mientras vivamos culpando a los demás de lo que nos sucede, seremos como aves sin alas: nuestro potencial infinito no se puede desarrollar y tampoco podemos vivir plenamente. ¡Hay que afrontar! ¡Volver la mirada hacia nuestro ser más íntimo!

No podemos hablar de culpa como si fuera una sola porque son distintas. Existe la culpa sana y constructiva; también la culpa no sana, tormentosa y destructiva. A continuación las analizaremos:

- Culpa psicótica: Es la culpa que siente una persona que está fuera de la realidad.
- Culpa neurótica: La culpa neurótica la padece una persona que fue acusada de todo y de pronto cree que todo es su culpa. También podemos considerar culpa neurótica aquella cuyo sentimiento es exagerado en comparación con los hechos.
- Culpa real: Se da cuando hemos transgredido alguna ley natural y podemos darnos cuenta de ello con cierta objetividad. En la mayoría de los casos tiene

que ver con el aspecto moral: tergiverso la ley o mi código de ética y me siento culpable porque fallé.

Si una persona no experimentara la culpa real estaría cayendo en la sociopatía. El trasgresor de una ley natural que no se siente culpable es un sociópata, puesto que el sociópata carece de remordimiento o de sentimiento de culpa.

- Culpa existencial: Es una culpa más sutil. La experimentamos cuando nos hemos traicionado a nosotros mismos, cuando una persona no es la que dice ser (aunque legal o moralmente no haya violación a nada). El sentimiento de culpa existencial no es placentero; es de los más difíciles de soportar. Cuando la persona no se está atreviendo a ser lo que fue llamada a ser, se siente vacía. Es como un «no sé qué» que le dice que algo está faltando, que no está siendo ella. Allí es donde surge el doloroso verbo hubiera: «Si hubiera hecho... Si me hubiera atrevido.» (Larios y Macías, 2010, p. 57-59)

Este último concepto de la culpa existencial resulta de suma importancia para este trabajo debido a que, como se ha mencionado anteriormente, las personas de la diversidad sexual viven situaciones de hostilidad y violencia debido a su OSIG.

Un ejemplo muy claro es aquel resultado de la ENDOSIG (2018) en el que menciona, nueve de cada diez personas con orientación sexual e identidades de género no normativas escondieron su OSIG durante su adolescencia debido a burlas, hostilidad, agresiones en la familia, escuela, etc. Lo que resulta en una frustración, y culpa existencial al negarse a sí mismo.

Conclusión

En conclusión, los aportes al Desarrollo Humano citados para la construcción del presente marco teórico coinciden en que, para que una persona pueda desarrollar sus potenciales, aprovechar su tendencia al crecimiento y encontrar satisfacción y felicidad en su vida, es de suma importancia que lo haga en condiciones favorables y que tenga una percepción positiva de sí misma.

Como se ha descrito a lo largo del documento, las personas con orientación sexual y/o identidad de género no normativa, histórica y sistémicamente han vivido opresión y violencia por el simple hecho de ser quienes son.

Del mismo modo, en este documento se menciona que, de acuerdo con los autores citados, las personas que viven en estados de incongruencia y de represión de su propia identidad se enfrentan a la ansiedad, angustia, comportamientos destructivos e incluso violencia para consigo mismos y hacia los demás.

Con todos estos antecedentes, se podría suponer que se viven situaciones y contextos totalmente opuestos a la propuesta de Rogers en torno al Enfoque Centrado en la Persona, por lo que uno de los principales objetivos de este proyecto será el de identificar las situaciones que han permitido que las personas con OSIG no normativas logren vivir en congruencia a pesar de haber atravesado situaciones adversas durante el proceso de descubrimiento y construcción de su identidad.

Metodología

Introducción

El objetivo del Trabajo de Obtención de Grado (TOG) es dar cuenta del proceso de construcción y reforzamiento de la identidad de personas LGBTQ+ que viven su sexualidad en congruencia mediante el acompañamiento basado en el Enfoque Basado en la Persona.

De acuerdo con los objetos de intervención del Desarrollo Humano, la identidad y el autoconocimiento se enfocan en la noción que tiene la persona de sí misma, incluyendo las connotaciones valorativas y la autoestima.

Para este proyecto se retoman las bases del existencialismo, considerando a las personas como seres que se hacen a sí mismos a partir de la experiencia, el aprendizaje y la socialización. Seres libres, capaces y responsables de tomar las decisiones sobre la propia vida.

Con esta premisa, el proyecto buscará proveer herramientas que, basadas en el Desarrollo Humano y el Enfoque Basado en la Persona, permita que los sujetos descubran, desarrollen su identidad, logrando desprenderse de las ideas impuestas por su entorno que logren descubrir y ser la mejor versión de sí mismos.

Durante la etapa de problematización, se realizó una investigación con el propósito de reunir información relacionada con la identidad y relaciones sociales, influencias discursivas y construcción de identidad sexual en personas LGBT, autoconocimiento, heteronormatividad y clóset, la construcción psicosocial de la identidad y la discriminación.

De esta forma, la problemática puede abordarse desde los aspectos más generales, como las definiciones de la identidad para posteriormente analizarlo de forma más detallada al indagar acerca de las construcciones sociales como lo es la heteronormatividad y el papel de las relaciones interpersonales en todos los niveles.

Reconociendo que las personas LGBT+ viven situaciones de hostilidad en etapas de la vida fundamentales para la construcción de la identidad y el autoconocimiento, resulta relevante la intervención del Desarrollo Humano como una herramienta para facilitar el proceso para que las personas puedan llegar a ser ellas mismas, dejando de lado los roles, patrones, actitudes y modos de actuar y pensar impuestos, para vivir en libertad de pensar, sentir y ser.

En este sentido, el marco teórico estará enfocado en profundizar acerca de la identidad y el conocimiento abordados desde el desarrollo humano, las herramientas que existen actualmente para su acompañamiento, así como los principales factores que lo promueven y dificultan.

Del mismo modo, se hará una revisión acerca de la literatura acerca de la diversidad sexual, definiciones sobre la orientación sexual e identidad de género, las etapas de la vida en las que se van definiendo, las principales problemáticas, situaciones hostilidad, discriminación y violencia asociadas a la identidad sexual.

Finalmente se realizará un cruce de esta información con la intención de identificar las afectaciones en el proceso de construcción de la identidad y el autoconocimiento debido a situaciones hostiles asociadas con el descubrimiento y la expresión de la propia identidad sexual.

Objetivo General

Dar cuenta del proceso de construcción de la identidad de personas LGBTQ+, identificando los elementos que favorecen el autoconocimiento y promueven la congruencia en contextos adversos.

Pregunta Central

¿Cómo es el proceso de construcción de identidad mediante el cual las personas LGBTQ+ logran vivir en congruencia con su identidad sexual en un contexto social adverso?

Preguntas Secundarias

5. ¿Qué elementos consideras que han influido en la construcción de tu identidad?
6. De estos elementos, ¿cuáles consideras que han facilitado y cuáles obstaculizado este proceso?
7. ¿Consideras haber vivido situaciones de discriminación, hostilidad y/o violencia debido a tu orientación sexual identidad de género?
8. ¿Qué factores crees que te han ayudado a sobrellevar esas situaciones?

Población

Personas mexicanas LGBTQ+ adultas jóvenes (25-44 años) que viven en congruencia con su identidad sexual.

Investigación

Hernández (2014) define la investigación como un conjunto de procesos sistemáticos, críticos y empíricos que se aplican al estudio de un fenómeno o problema.

También menciona que los dos principales enfoques de investigación son el cuantitativo y el cualitativo, al respecto menciona que ambos emplean procesos para generar conocimiento y utilizan cinco estrategias similares:

1. Llevan a cabo la observación y evaluación de fenómenos.
2. Establecen suposiciones o ideas como consecuencia de la observación y evaluación realizadas.

3. Demuestran el grado en que las suposiciones o ideas tienen fundamento.
4. Revisan tales suposiciones o ideas sobre la base de las pruebas o del análisis.
5. Proponen nuevas observaciones y evaluaciones para esclarecer, modificar y fundamentar las suposiciones e ideas o incluso para generar otras.

Investigación Cualitativa

De acuerdo con Salgado (2007) los métodos cualitativos parten del supuesto básico de que el mundo social está construido de significados y símbolos. De ahí que la intersubjetividad sea una pieza clave de la investigación cualitativa y punto de partida para captar reflexivamente los significados sociales.

Por su parte, Balcázar (2013), menciona que la investigación cualitativa ha emergido como un nuevo paradigma en las ciencias sociales en los últimos 25 años y nace como una respuesta a las experiencias de personas y grupos sociales que no son medibles, pero aportan al conocimiento de la experiencia humana los fenómenos sociales.

Con la propuesta de ambas autoras, podemos concluir que el método cualitativo puede ser utilizado en temas sociales y la experiencia humana, ahora se retoma nuevamente a Hernández (2014) para profundizar en el proceso.

De acuerdo con su propuesta, el enfoque cualitativo utiliza la recolección y análisis de los datos para afinar las preguntas de investigación o revelar nuevas interrogantes en el proceso de interpretación.

Hernández (2014) menciona que el proceso cualitativo consta de nueve fases, aunque aclara que no son necesariamente lineales y consecutivas, sino que puede haber cambios, constantemente se puede volver al marco de referencia, también menciona que en este tipo de estudios se pueden desarrollar preguntas e hipótesis antes, durante o después de la recolección y el análisis de datos.

A continuación, se enlistan las fases propuestas por el autor:

1. Idea
2. Planteamiento del problema

3. Inmersión inicial en el campo
4. Concepción del diseño del estudio
5. Definición de la muestra inicial del estudio y acceso a ésta
6. Recolección de datos
7. Análisis de los datos
8. Interpretación de resultados
9. Elaboración del reporte de resultados

Adicional a estas fases, Hernández (2014) menciona que el enfoque o aproximación cualitativa (también conocida como investigación naturalista, fenomenológica, interpretativa o etnográfica) posee las siguientes características:

- Aunque se plantea un problema, no se sigue un proceso definido claramente, los planteamientos y definiciones iniciales no son tan específicos
- Las investigaciones cualitativas se basan más en una lógica y proceso inductivo (explorar y describir, y luego generar perspectivas teóricas). Van de lo particular a lo general
- No se prueban hipótesis, sino que se generan durante el proceso y se perfeccionan conforme se recaban más datos; son un resultado del estudio.
- Se basa en métodos de recolección de datos no estandarizados ni predeterminados completamente
- Utiliza técnicas para recolectar datos, como la observación no estructurada, entrevistas abiertas, revisión de documentos, discusión en grupo, evaluación de experiencias personales, registro de historias de vida, e interacción e introspección con grupos o comunidades
- El proceso de indagación es más flexible y se mueve entre las respuestas y el desarrollo de la teoría. Su propósito consiste en “reconstruir” la realidad, tal como la observan los actores de un sistema social definido previamente
- Evalúa el desarrollo natural de los sucesos
- Busca interpretar lo que va captando activamente
- Postula que la “realidad” se define a través de las interpretaciones de los participantes en la investigación respecto de sus propias realidades.

- El investigador se introduce en las experiencias de los participantes y construye el conocimiento, siempre consciente de que es parte del fenómeno estudiado. Así, en el centro de la investigación está situada la diversidad de ideologías y cualidades únicas de los individuos.
- El enfoque cualitativo puede concebirse como un conjunto de prácticas interpretativas que hacen al mundo “visible”, lo transforman y convierten en una serie de representaciones en forma de observaciones, anotaciones, grabaciones y documentos. Es naturalista (porque estudia los fenómenos y seres vivos en sus contextos o ambientes naturales y en su cotidianidad) e interpretativo (pues intenta encontrar sentido a los fenómenos en función de los significados que las personas les otorguen). Hernández (2014).

Fenomenología y Método Fenomenológico

De acuerdo con la propuesta de Edmund Husserl, el principal interés de la fenomenología es El significado que le da la persona a los fenómenos que percibe a través de los sentidos y de acuerdo con sus propios procesos de construcción de significados.

Esta corriente de pensamiento está centrada en las diferencias y en los significados particulares que le da cada persona, en vez de centrarse en verdades absolutas o ideas preconcebidas. Se enfoca en aquello que hace única la experiencia para cada individuo y describe cómo se vive el fenómeno.

Podemos afirmar que, desde el punto de vista de la fenomenología, los dos hechos básicos que guían la investigación y que, dado el énfasis en el concepto de intencionalidad, se implican uno al otro, son la experiencia y el fenómeno. Un fenómeno es la apariencia o la forma específica en la que el objeto de estudio se presenta a sí mismo de modo inmediato a la consciencia del observador (May, 1969; Tageson, 1982 en Sassenfeld 2006).

La Entrevista Fenomenológica

Una vez enmarcado el estudio desde la fenomenología, a continuación se presenta la forma en la que se retoma para las entrevistas dentro de este trabajo de investigación.

De acuerdo con el texto de Moreno (2014), la entrevista fenomenológica tiene como propósito central comprender la experiencia vivida de las personas en relación con situaciones de su vida. Se interesa por captar y comprender los significados vividos que surgen en diferentes momentos y situaciones de la vida, para cada persona. Es decir, se busca “comprender los fenómenos sociales y psicológicos desde la perspectiva de las personas involucradas”.

Es un proceso de interacción y diálogo entre dos personas, cuyo propósito es propiciar que la colaboradora reconozca, describa y exprese su experiencia vivida y los significados sentidos en relación con situaciones vividas referidas al tema de la investigación, ya sea que las viva actualmente o las recuerde, y se exprese desde su experienciar. Moreno (2014)

La entrevista fenomenológica resulta relevante para este trabajo de investigación al estar enfocado en experiencias personales, como menciona Moreno (2014), una perspectiva fenomenológica en la construcción de nuevos conocimientos se interesa por comprender la experiencia vivida de cada persona; es decir sus modos particulares de experienciar su relación con las personas, situaciones u objetos con los que está en interacción.

De esta forma, al tener definido que el fenómeno de estudio es el proceso que viven las personas para llegar a vivir en congruencia a pesar de vivir situaciones de hostilidad debido a su sexualidad, este trabajo de investigación busca que las personas entrevistadas compartan no solamente lo que piensan, lo que han dicho, o lo que conocen alrededor del tema, sino lo vivido en relación con el fenómeno de estudio. De la misma forma, se buscará recuperar la experiencia orgánica, es decir, las sensaciones corporalmente sentidas en relación con estas vivencias.

Adicionalmente, y de acuerdo con la propuesta de Moreno, las personas entrevistadas tendrían un resultado provechoso en términos de una mayor claridad,

diferenciación y enriquecimiento de su experiencia vivida contextualizada, al reconocer y simbolizar nuevos aspectos de su vivenciar que hasta entonces estaban solamente implícitos (Gendlin, 1962, 1993, 2004 en Moreno 2014).

Para llevar a cabo estas entrevistas, Moreno (2014) menciona que el entrevistador debe cumplir con ciertas actitudes, las cuales van en línea con la propuesta del Enfoque Centrado en la Persona de Rogers. Estas incluyen la presencia, comprensión empática, aceptación incondicional y atención plena tanto a la comunicación verbal como a sus expresiones corporales.

Entrevista 1

Objetivo: Hacer un primer acercamiento con la persona entrevistada, explicarle el proyecto, encuadrar las entrevistas, generar *rapport* y comenzar a abordar la temática de estudio.

1. ¿Me puedes hablar un poco sobre ti? Cómo te llamas, cuántos años tienes, a qué te dedicas, qué haces en tu tiempo libre.
2. Al estar enfocado este trabajo en diversidad sexual, quisiera comenzar preguntando cuál es tu orientación sexual.
3. ¿Cómo viviste el proceso de descubrir tu sexualidad y reconocerla disidente?
4. ¿Me podrías platicar un momento en el que te hayas sentido orgulloso de tu sexualidad?
5. En contraste con la pregunta anterior, ¿me podrías platicar de momentos difíciles que hayas enfrentado debido a tu sexualidad?
6. ¿Cómo lo vives en el presente?
7. ¿Cuáles consideras que han sido las experiencias más relevantes que te ayudaron a llegar a vivir tu sexualidad de forma libre y abierta?

8. ¿Qué personas han sido relevantes para ti en este proceso?

Fundamentación del Análisis de Datos

El presente apartado tiene como objetivo fundamentar la forma en que se llevará a cabo el análisis de datos obtenidos a través de entrevistas fenomenológicas en el marco del trabajo de investigación: Recuperación de experiencias del proceso de construcción de identidad en personas LGBTQ+, en el marco de la Maestría en Desarrollo Humano del ITESO.

De acuerdo con Salgado (2007) los métodos cualitativos parten del supuesto básico de que el mundo social está construido de significados y símbolos. De ahí que la intersubjetividad sea una pieza clave de la investigación cualitativa y punto de partida para captar reflexivamente los significados sociales.

Por su parte, Balcázar (2013), menciona que la investigación cualitativa ha emergido como un nuevo paradigma en las ciencias sociales en los últimos 25 años y nace como una respuesta a las experiencias de personas y grupos sociales que no son medibles, pero aportan al conocimiento de la experiencia humana los fenómenos sociales.

Estas definiciones resultan relevantes al considerar que la presente investigación está enfocada en la recuperación de experiencias personales, por lo que, dentro de los relatos obtenidos a partir de las entrevistas se encuentran significados y símbolos particulares que no son medibles en sí, pero aportan al conocimiento de la experiencia humana.

El siguiente paso en el trabajo de investigación será el análisis de datos, al respecto Mejía (2011) menciona:

El análisis de datos cualitativos es un proceso definido por tres fases interrelacionadas: la reducción de datos que incluye edición, categorización, codificación, clasificación y la presentación de datos; el análisis descriptivo, que permite elaborar conclusiones empíricas y descriptivas; y la interpretación, que establece conclusiones teóricas y explicativas. (Mejía, 2011, p. 48)

Una vez concluidas las entrevistas, se procedió a realizar las transcripciones, mismas que serán integradas en solo documento para llevar a cabo el análisis mediante el método hermenéutico.

La hermenéutica es un método de análisis de datos que se enmarca en un paradigma interpretativo-comprensivo. Es comprensivo porque tiene que ver con comprender por qué la persona hace lo que hace, pero también es interpretativo porque implica la reflexión, que surge a partir de poner el dato en relación con marcos sociales e institucionales, así como con el contexto tanto dentro del grupo con la identidad que este desarrolló, como el contexto sociocultural y temporal en el que se desenvuelven los participantes y también la historia de vida de cada uno de ellos (Cárcamo, 2005).

Dicho esto, y para el caso de la presente investigación, el método hermenéutico permitirá interpretar de una forma más profunda la información obtenida a través de las entrevistas fenomenológicas.

Retomando el propósito general de la investigación, el análisis de datos permitirá identificar los elementos dentro de proceso de construcción de identidad de personas LGBT+, así como la forma en que se ven reflejados en su presente.

Primeros hallazgos. Relato reflexivo de la investigación

El presente apartado tiene como objetivo dar cuenta del proceso de investigación cualitativa dentro del marco del Trabajo de Obtención de Grado (TOG) a través de entrevistas fenomenológicas para el trabajo “Recuperación de experiencias del proceso de construcción de identidad en personas LGBTQ+”, así como un análisis de la información obtenida en estas entrevistas.

Esta etapa de la investigación fue trabajada de forma paralela en dos materias: Innovación, Desarrollo e Innovación III, en la que se realizó el diseño de la investigación, incluyendo la definición de la población objetivo y el diseño de la entrevista, y Supervisión de la Intervención, en la que, como su nombre lo indica, se realizó la supervisión del desempeño como facilitador durante las entrevistas, la implicación personal que se presentaba durante su desarrollo, así como las lecciones aprendidas tras su conclusión.

Desarrollo

El objetivo general de este trabajo de investigación es dar cuenta del proceso de construcción de la identidad de personas LGBTQ+, identificando los elementos que favorecen el autoconocimiento y promueven la congruencia a pesar de contextos adversos.

Ya que el trabajo está enfocado en diversidad sexual, el principal criterio para elegir a las y los participantes, fue que se identificaran con orientación sexual y/o identidad de género no normativas, esto fue complementado al definir que serían personas mexicanas mayores de edad.

Participantes

A continuación, se presenta un listado de las personas participantes de las entrevistas, describiendo las principales características definidas en los criterios de selección de la población objetivo.

Las personas son presentadas con seudónimos a fin de proteger su identidad.

- Participante 1:

- **Seudónimo:** Susana
- **Género / Pronombres:** Mujer cisgénero, ella
- **Orientación Sexual:** Lesbiana / Homosexual
- **Edad:** 35 años
- **Ocupación:** Profesionista, seguridad informática
- **Proceso de la relación:** Esta fue la entrevista piloto tras haber recibido el visto bueno del diseño de la investigación.

En esta primera entrevista me basé de forma muy estricta en el desarrollo de la entrevista de acuerdo con el diseño: siguiendo el orden y la redacción de las preguntas tal y como se planteó en el diseño. Uno de los factores que se presentaron en esta entrevista, fue

que, desde la primera pregunta, con poca interacción previa, le pedí a la participante que describiera su orientación sexual, su identidad de género y sus pronombres.

De inicio la participante se mostró un tanto incómoda al abordar el tema de su orientación sexual. Con esta entrevista me di cuenta de que hacía falta un poco más de conversación al inicio para generar *rapport* antes de entrar de lleno a la propia experiencia en torno a una sexualidad no normativa.

Conforme fue avanzando la entrevista, la participante se fue relajando y mostrando más cómoda. Aunque fue muy evidente el cambio de actitud conforme fue avanzado la entrevista, durante todo el desarrollo puso resistencia al tratar de profundizar en sus sentimientos, es decir, aunque compartía la experiencia lo hacía desde una zona superficial, o segura, pues cuando trataba de indagar en los sentimientos recibía respuestas cortas y secas.

A pesar de esta resistencia a indagar en sus sentimientos, se generó un ambiente de respeto y confianza. Incluso hubo momentos en los que había cierta complicidad y gracia al asumir que entendía las situaciones que me estaba compartiendo.

- **Participante 2:**

- **Seudónimo:** Samuel
- **Género / Pronombres:** Hombre cisgénero, él
- **Orientación Sexual:** Gay / Homosexual
- **Edad:** 36 años
- **Ocupación:** Profesionista, profesor y consultor
- **Proceso de la relación:** Esta entrevista tuvo la particularidad de que es una persona a la que conozco de hace tiempo por amigos en común. Aunque no llevamos una relación estrecha, conozco su trabajo, lo cual me resultaba un tanto imponente y me generaba

nerviosismo, pues es un especialista en temas de género, minorías sociales y diversidad sexual.

A partir de las lecciones en la entrevista anterior, integré un par de preguntas el inicio de la entrevista que tenían un enfoque social y de percepción, es decir, no abordaban aun la experiencia individual.

La entrevista fluyó de una manera muy cómoda y en confianza. El participante relató de una forma muy ligera el proceso mediante el cual comenzó a descubrir su orientación sexual no normativa, reconociendo que desde muy pequeño supo que se sentía atraído por los hombres y que tenía muy poca afinidad con las actividades asociadas generalmente con los hombres y la masculinidad hegemónica: deportes, caricaturas de acción, etc.

Aunque el participante tenía muy claro el proceso que ha vivido, así como las etapas de la vida en las que se fueron desarrollando, no mostró disposición para abordar los sentimientos asociado a estas experiencias. Incluso hubo momentos en que podía identificar cierta incongruencia en su discurso, pues relataba situaciones claramente dolorosas al recibir rechazo por parte de su familia y otros seres queridos, pero mencionaba que no le afectaban y que estaba bien con ello. El participante parecía tener tan claro su proceso, y una evidente facilidad de palabra, por lo que en algunas ocasiones era difícil aplicar respuestas de escucha sin que pareciera más una interrupción. Sin embargo, esto facilitó que fluyera la conversación, pues cualquier intervención, por muy sutil que fuera, promovía el diálogo y que el participante siguiera profundizando en sus relatos.

Al hacer la conexión entre la definición de identidad que el entrevistado compartió al inicio de la entrevista y la forma en la describió que vive su sexualidad en el presente, pude concluir la importancia que el participante le ha dado al rodearse de personas con las que puede ser él mismo y le proporcionan un ambiente cálido y seguro.

- **Participante 3:**

- **Seudónimo:** Ernesto
- **Género / Pronombres:** Hombre cisgénero, él
- **Orientación Sexual:** Gay / Homosexual
- **Edad:** 29 años
- **Ocupación:** Profesionista, recursos humanos
- **Proceso de la relación:** Retomando las lecciones aprendidas durante las dos entrevistas previas, en esta ocasión fui más extenso al presentar mi trabajo de investigación, describiendo el fundamento y la justificación del proyecto y mencionando incluso algunas fuentes como lo fue la Encuesta sobre Discriminación por motivos de Orientación Sexual e Identidad de Género (ENDOSIG) para contextualizar a lo que se refiere el trabajo con el entorno social adverso en temas de diversidad sexual.

Otro de los puntos en el que fui más extenso y enfático en la reseña que le hice referente a mi trabajo de investigación, fue en el hecho de que la entrevista estaría enfocada en la recuperación de su propia experiencia, cómo lo ha vivido y cómo se sintió en los momentos que comparte.

A pesar de esta nueva forma de generar un poco más de plática al inicio de la entrevista para generar *rapport*, sentí que de inicio no le era tan fácil ni tan cómodo compartir su experiencia, pues sentía que sus respuestas eran muy cortas, superficiales, carentes de emoción.

Esta fue otra de las características que predominaron en esta entrevista, el participante mantenía un tono de voz constante y sin variaciones, lo mismo sucedía con sus gestos y su expresión facial. Incluso al compartir experiencias que podrán interpretarse como tristes o dolorosas, su comunicación no verbal se mantenía neutral.

Como noté que al avanzar con la entrevista el participante poco a poco se iba soltando más, y se iba dando la oportunidad de explorar en los sentimientos asociados a las experiencias que me compartía, en esta

entrevista me permití ser más flexible en cuanto a su estructura, pues cuando lo consideraba pertinente regresaba a preguntas que previamente habían sido abordadas de manera muy superficial.

Acerca de mi rol como facilitador, tras la supervisión realizada en un fragmento de esta entrevista me di cuenta de que no estaba atendiendo de forma oportuna los sentimientos del participante, sobre todo al compartir experiencias difíciles. Sin embargo, también me di cuenta de que la entrevista sirvió al participante para revalorar su historia, pues al final expresó, mostrándose emocionado, que reconoce su proceso como una victoria.

Otro punto que logré mejorar en esta entrevista fue la congruencia, por ejemplo, al comentarle cómo me sentía yo ante lo que me estaba compartiendo.

- **Participante 4:**

- **Seudónimo:** Andrés
- **Género / Pronombres:** Hombre cisgénero, él
- **Orientación Sexual:** Gay / Homosexual
- **Edad:** 40 años
- **Ocupación:** Profesionista, recursos humanos
- **Proceso de la relación:** El cuarto participante es un egresado de la Maestría en Desarrollo Humano, este fue un factor de gran importancia para el desenlace de la entrevista, pues asumía que su familiaridad con el Enfoque Centrado en la Persona, así como la experiencia reconociendo y nombrando sus sentimientos harían que fuera sencillo profundizar, no solo en el relato de las experiencias, sino también en los sentimientos asociados y la forma en la que se reflejan esas experiencias en su presente.

A pesar de este antecedente, en la entrevista fue notorio que resultaba más sencillo hablar de las experiencias que le traían felicidad, y que le recordaban momentos de liberación, pues mostraba esa emoción,

y además buscaba metáforas para ejemplificar lo que sentía. En contraste, al abordar momentos difíciles o dolorosos, parecía tener la intención de minimizarlos, de decir que estaba bien, o incluso que era normal.

A pesar de este contraste y de tener que insistir un poco en la profundización de sus sentimientos, al final comentó estar agradecido por la oportunidad de volver a esos momentos, e incluso mencionó la importancia de recordar de forma constante el orgullo que le produce ser él mismo tras el proceso que ha vivido hasta llegar a la plenitud de su presente.

- **Participante 5:**

- **Seudónimo:** Vanessa
- **Género / Pronombres:** Mujer cisgénero, ella
- **Orientación Sexual:** Bisexual
- **Edad:** 35 años
- **Ocupación:** Profesionista, marketing digital
- **Proceso de la relación:** Al inicio de esta entrevista, además de hacer el encuadre y la explicación del trabajo de investigación, también tuve cuidado de hablar un poco más de mí, presentarme, platicarle cómo fue que decidí abordar el tema de diversidad sexual y por qué, y aunque ya se lo había mencionado previamente, también reforcé el hecho de que la información sería manejada de forma confidencial, con fines estrictamente académicos, y que la entrevista se llevaría a cabo en un ambiente de confianza y respeto.

Otro aspecto al que le di más peso desde la introducción fue al hecho de que en esta investigación se trata de identificar, no solo los elementos y las experiencias parte del proceso de construcción de identidad que resultan relevantes, sino también la forma en la que esas experiencias se reflejan en su presente.

Desde que comenzamos a hablar de su propia experiencia y al compartir su orientación sexual, la participante se mostró cómoda y con buena disposición para abordarlo.

Esta fue la primera entrevista a una persona bisexual, por lo que fue interesante lograr reconocer cuáles elementos se tenían en común con las personas homosexuales, y cuáles resultaban particulares, por ejemplo, la confusión que le generaba al sentir que tenía que elegir únicamente entre la homosexualidad o la heterosexualidad, o la forma en que se siente señalada como una persona promiscua al revelar su bisexualidad.

La participante se mostró muy expresiva, al punto que sentía que lograba transmitir y contagiar los sentimientos que iba compartiendo, tanto en las experiencias que describía sentirse libre, feliz y aliviada, como en los que hablaba de soledad, confusión y tristeza. En contraste con lo expresivo de su rostro y su lenguaje no verbal, expresó que, en su relación de pareja, su novia suele decirle que es una persona hermética e inexpressiva. Al hablar abiertamente sobre este contraste que identificaba, me compartió que a lo largo de su vida había aprendido a crear una barrera por su dinámica familiar, y que ahora en su vida adulta le resultaba difícil romperla. Mencionó también que en su familia jamás le enseñaron nada sobre sus sentimientos, ahora lo ve como si únicamente existieran tres: felicidad, tristeza y enojo, el único que se demuestra es la felicidad. Este es uno de los elementos que resultaron más fácil identificar de cómo su experiencia y su entorno se hacen parte del proceso de construcción de su identidad.

Al abordar el tema familiar se mostró con una tristeza profunda, pues, aunque daba respuestas muy cortas, y parecía intentar cambiar de tema su expresión denotaba tristeza, al tratar de profundizar un poco más, derramó un par de lágrimas y únicamente logró decir que le

resultaba muy triste la distancia que se había creado con su mamá debido a su orientación sexual.

En el polo opuesto, menciona tener una red de apoyo de amigos cercanos con quienes ha encontrado compañía, calidez y cariño.

Al terminar de compartir su proceso, menciona sentirse satisfecha de haber pasado una montaña rusa de emociones para llegar a este momento de su vida.

Aunque noté que le era difícil, e incluso lo dijo de forma explícita, siento que el ambiente creado durante la entrevista promovió que ella misma tuviera la apertura y se diera la oportunidad de entrar en contacto con sus sentimientos de una forma que no estaba acostumbrada.

Por mi parte, me sentí muy satisfecho al también permitirme expresarle cómo me sentía, e incluso lo que yo notaba en sus expresiones en contraste con sus palabras, sentí que esto para ella resultaba revelador y contrastante con su auto percepción.

- **Participante 6:**

- **Seudónimo:** Carmen
- **Género / Pronombres:** Mujer transgénero, ella
- **Orientación Sexual:** Heterosexual
- **Edad:** 3x años
- **Ocupación:** Profesionista, activista en derechos humanos de personas trans.
- **Proceso de la relación:** Desde el primer contacto con la participante a través de WhatsApp para coordinar la entrevista se comunicó de una forma muy cálida y mostrando la mejor disposición para participar en el trabajo de investigación.

Retomando las lecciones de las entrevistas previas, al iniciar hice una presentación amplia de mi trabajo de investigación, me presenté y le platiqué los motivos por los que elegí abordar el tema de diversidad sexual.

Otro elemento que fue de gran ayuda para el desarrollo de la entrevista fue que, una vez que me compartió qué es para ella la identidad, hice la aclaración de que el tema de la central de la entrevista era la recuperación de su experiencia, y lograr identificar los elementos que han formado parte del proceso de construcción de su identidad, así como la forma en que estos elementos forman parte actualmente de su identidad.

Desde el momento en que le pedí que se presenta mencionó ser orgullosamente una mujer trans, esto dio a pie que el tema se abordara de forma natural y cómoda.

Ya que la participante tiene formación académica en temas de derechos humanos y diversidad sexual, la forma en la que hablaba de su propia experiencia estaba llena también de información teórica y hasta datos estadísticos. Esto al inicio fue factor que desviaba la atención de su propia experiencia, sus sentimientos en torno a su desarrollo en temas conceptuales y colectivos, sin embargo, no hubo mayor dificultad en centrar la entrevista en su propia historia y darle un mayor énfasis tanto en los sentimientos que se presentaban en los momentos que describía, así como en la forma en que ella identificaba que se reflejan en su presente.

Otra de las particularidades que encontré en esta entrevista fue que la participante tenía una gran facilidad de palabra, que ella misma iba abordando las diferentes etapas de su vida que fueron más relevantes en su proceso de transición, esto hizo que la entrevista no tuviera que seguir el guion diseñado en la propuesta, sino que todo se fue tejiendo en la plática haciendo uso de clarificaciones y respuestas de escucha. Durante todo el desarrollo de la entrevista la participante se mostró muy expresiva en cuanto sus sentimientos: los cambios en su voz, así como los gestos que ella misma me compartía que iban sucediendo (al no poder verla a través de la cámara), ayudaron a identificar los elementos más relevantes de su experiencia.

Esto fue muy evidente, por ejemplo, cuando hablaba de la felicidad que le traía usar ropa de mujer a escondidas cuando era apenas una niña, o cuando comentó que desde muy pequeña recibió de forma constante mensajes de que estaba mal, de que estaba enferma, cuando su mamá la llevaba con médicos, psicólogos y sacerdotes tratando de corregir algo que para su mamá estaba mal. En contraste, mostraba gran emoción el recordar la primera vez que se vio al espejo después de estar tomando tratamiento hormonal y someterse a cirugías estéticas para la feminización de su cuerpo.

Como facilitador, abonó al desarrollo de la entrevista el mostrar empatía y congruencia al atender los sentimientos que compartía mediante reflejos, paráfrasis, y hablando abiertamente de los sentimientos que despertaba en mi escuchar sus experiencias.

Hubo momentos en los que hablaba, por ejemplo, de su trabajo como activista en pro de los derechos de las personas trans, sin embargo, la dinámica de la entrevista ayudó a que más allá de describir el trabajo que realiza, se enfocó en los motivos que la llevaron a dedicarse a este tema, así como la satisfacción que siente al darse cuenta de que con su propia experiencia y su trabajo están ayudando a que el proceso de otras personas sea más sencillo.

En el cierre de la entrevista, al preguntar cómo se queda después de recordar y compartir su experiencia, la entrevistada mencionó sentirse increíblemente tranquila y en paz. Se mostró agradecida y conmovida, expresando que la entrevista la había ayudado a reconectar con ella misma.

Propósito de las entrevistas y lo que se logró

#	Seudónimo	No. Entrevista	Propósito	Lo que sucedió
1	Susana	1	Recuperación de experiencia en torno a su orientación sexual y/u orientación sexual no normativa: - Concepto de identidad	Se cumplió con el propósito de la entrevista
2	Samuel	1		Se cumplió con el propósito de la entrevista

3	Ernesto	1	- Percepción del contexto social ante la diversidad sexual	Se cumplió con el propósito de la entrevista
4	Andrés	1	- Proceso de reconocimiento de su OSIG	Se cumplió con el propósito de la entrevista
5	Vanessa	1	- Momentos de orgullo y libertad - Momentos difíciles	Se cumplió con el propósito de la entrevista
6	Carmen	1	- Presente - Momentos relevantes - Personas relevantes	Se cumplió con el propósito de la entrevista

Principales Dificultades y Errores, Aciertos y Sugerencias

Dificultades	Errores	Aciertos	Sugerencias
Coordinación de horarios	Programación de tiempos justos	Enfocarse más en el contenido que en el tiempo	Considerar tiempos amplios para sortear contratiempos
Calidad del internet	Asumir los sentimientos de la persona	Preguntar por los sentimientos de la persona participante por obvios que parezcan	Realizar pruebas de conexión y contar con alternativas
Disposición para abordar temas sensibles	Enfocarse únicamente en la comunicación verbal	Preguntar abiertamente si se quieren abordar los temas	Asegurar la privacidad durante la entrevista

Cancelaciones inesperadas		Tener claridad en cuanto al contenido y el objetivo de la entrevista	
		Generar rapport	
		Flexibilidad para ajustar la entrevista sobre la marcha	

En cuanto a los elementos técnicos, debido a que el diseño de la entrevista se llevó a cabo en una etapa crítica de la pandemia, de origen estaba planteada para realizarse por medio de videollamada. Esto implicaba algunas consideraciones específicas, como asegurar que las personas participantes tenían acceso a la plataforma Zoom, así como acceso a internet con velocidad suficiente para soportar una videollamada.

Aunque esto era algo que se comentaba desde el primer contacto con las personas participantes para programar la entrevista, en más de una ocasión se presentaron contratiempos, algunos leves, como cortes o empalmes en el audio, hasta casos más complejos, como tener que continuar la entrevista sin video.

Considero que los aciertos y las sugerencias podrían ser agrupados en un solo concepto llamado adaptabilidad. Capacidad para dar seguimiento en caso de fallas técnicas, retomar los aciertos y las lecciones aprendidas en cada una de las sesiones para asegurar que en las siguientes entrevistas no se repitan los mismos errores, los aciertos promuevan que se logren los propósitos.

Mantener siempre en mente que las entrevistas se realizan con base en el Enfoque Centrado en la Persona, demostrando empatía, congruencia y aceptación positiva incondicional, comunicar una escucha comprensiva que integre tanto el lenguaje verbal como el no verbal.

Otro elemento que fue relevante para esta etapa de la investigación, y que fue determinado a partir de la ronda anterior de entrevistas, fue que éstas serían realizadas a personas desconocidas o con las que no hubiera una relación cercana, esto debido que se identificó que, de lo contrario, podían resultar en entrevistas

sesgadas debido a que ya existía una percepción e información previa entre facilitador y persona entrevistada.

Relato Descriptivo

Retomando el punto anterior, el primer contacto con las personas participantes fue a partir de terceras personas, es decir, a través de amistades, compañeros y profesoras de la maestría se hizo la invitación a los y las posibles candidatas a través de un pequeño texto en el que se explicaba el trabajo de investigación, así como el propósito de las entrevistas.

Una vez que las personas aceptaban participar en las entrevistas fueron contactadas a través de WhatsApp. De inicio se agradecía por su disposición para participar en la investigación, posteriormente se procuraba solicitar una llamada para explicar con mayor detalle el trabajo, hablar sobre el contexto de la entrevista, las condiciones de confidencialidad y uso estrictamente académico.

Con esto se daba pie a la programación de las entrevistas en la fecha y horario conveniente tanto para la persona participante como para el facilitador, se procedía a enviar el enlace de Zoom para la reunión programada.

Reflexiones

Esta etapa del proceso de investigación estuvo enfocada en la recuperación de experiencias del proceso de construcción de identidad en personas LGBTQ+ a través de entrevistas fenomenológicas, esto por estar enfocadas en retomar experiencias personales.

Si bien el elemento en común que compartían las personas participantes de la investigación es que se identificaran con una orientación sexual y/o identidad de género no normativas, el propósito de la investigación era identificar los elementos

que se tenían en común durante el proceso de construcción de su identidad en torno a su sexualidad.

A partir de las entrevistas se identificaron los siguientes objetos de intervención.

Objetos de Investigación

- Reconocimiento y aceptación de la identidad sexual

En todas las entrevistas realizadas, las personas participantes expresaron haber vivido la etapa de descubrimiento y aceptación de su orientación sexual y/o identidad de género no normativas en soledad. Es decir, no contaban con ninguna persona que pudiera acompañarles en el proceso, no tenían referencias de personas con las que se sintieran identificadas y era vivido con miedo y culpa, por lo que esta etapa de desarrollo era vivida en represión.

- El papel del núcleo familiar

Otro de los factores que fue repetitivo durante las entrevistas fue la importancia del núcleo familiar. En todas las entrevistas se reconoce que la familia espera que las personas sean heterosexuales, y que su genitalidad coincida con su identidad de género, por lo que, al reconocerse fuera de la expectativa, deriva en sentimientos de culpa y de creer que hay algo mal al ser ellos y ellas mismas.

Todas las personas participantes expresaron haber ocultado su orientación sexual y identidad de género no normativa ante su familia como una medida de protección.

Al compartir su identidad sexual con las familias comenzaron a surgir variaciones en la narrativa de su experiencia. Aunque de inicio todas las personas vivieron un proceso complejo para abrirse con sus familiares y compartirles su sexualidad, las diferentes narrativas comenzaron a surgir dependiendo la respuesta que obtenían de sus familias.

Mientras que las personas que contaban con la aceptación y reconocimiento de su núcleo familiar se mostraban satisfechas y felices, hubo otros casos en los que argumentan que su sexualidad sigue creando una barrera con su familia, se identifican contrastes e incongruencias en torno a que sus seres más cercanos y

queridos decidan mantener un distanciamiento afectivo con motivo de su orientación sexual y/o identidad de género no normativos.

- Redes de apoyo

Otro de los factores determinantes durante el proceso de construcción de identidad, es al momento en que las personas comienzan a rodearse de personas con las que comparten su orientación sexual y/o identidad de género no normativos.

Aunque este elemento se fue dando en distintos ámbitos de socialización como lo fueron amistades, profesoras, y parejas, las personas participantes coincidieron en sentirse acompañadas, comprendidas y en un espacio seguro.

- Estigma social

Aun después de haber reconocido, aceptado y compartido su identidad sexual con sus personas cercanas, las personas participantes reconocieron sentir vulnerabilidad, una angustia constante al revelar su identidad sexual en entornos como el laboral. Al estar conscientes del contexto social ante la diversidad sexual, se comparte un sentimiento de miedo e incertidumbre ante posibles reacciones y consecuencias.

- Orgullo

Por último, también resultó de gran importancia identificar que las personas participantes reconocen el proceso de construcción en torno a su sexualidad como un camino difícil, pero que ha valido la pena. A pesar de atravesar experiencias dolorosas, la dan un mayor peso al vivir en congruencia con su sexualidad y la importancia de ser y existir de forma libre y auténtica.

Papel como facilitador

De acuerdo con Vanaershot (1997), ser empático es un proceso, una interacción entre dos personas en donde la persona que empatiza continuamente está dispuesta a centrarse en la otra persona. Esto implica que la persona que empatiza está dispuesta a poner de lado sus propios sentimientos y puntos de vista.

De acuerdo con la definición de Vanaershot, la empatía pudo lograrse en las entrevistas al estar enfocadas totalmente en la experiencia de las personas participantes. Si bien lograba conectar con mi propia experiencia al encontrar puntos de encuentro con los momentos narrados, el énfasis estaba en la forma en que se sintió la persona en ese momento, y la forma en que logra identificar que se refleja en su presente (1997).

Retomando nuevamente a Vanaershot, la congruencia y la empatía no se oponen. Por el contrario, la congruencia del terapeuta siempre lleva implícita la empatía: siempre comprendemos al otro a través de nosotros mismos, a través de nuestra condición de seres humanos (1990).

Otro de los elementos de las entrevistas con los que se puede evidenciar la congruencia fue, además de utilizar mi propia experiencia como un referente, comunicarles a las personas entrevistadas lo que percibía, los sentimientos que me generaba lo que me iban relatando.

Por último, otra de las actitudes facilitadoras presente durante las entrevistas fue la consideración positiva incondicional que, de acuerdo con Barceló, se refiere a la disposición intencional a validar la experiencia del otro. Aceptar al otro tal como es, con un respeto absoluto por su persona, sus actitudes también su comportamiento. Confiar en la capacidad del otro para desarrollarse y crecer, para decidir libremente y hacerse responsable de sus propias decisiones. Aceptación sin condiciones (Barceló, 2013). Esto pudo verse reflejado al permitir a las personas participantes expresarse libremente, sin emitir opiniones ni juicio acerca de su relato ni sentimientos expresados a lo largo de la entrevista.

Estilo de facilitación

De las principales características que noté durante las entrevistas en mi rol como facilitador, fue que fomentaba un ambiente de confianza muy relajado. Esto de inicio pudo haber sido un poco contraproducente, pues podría parecer como una plática entre amigos, dejando de lado la atención a los sentimientos, procurar aterrizar los relatos en el eje central de la identidad. Sin embargo, este fue un factor que a partir de la tercera entrevista mejoró considerablemente, si bien el ambiente relajado continuaba, mantenía en mente el propósito central de la investigación, con lo que podía encaminar la entrevista hacia la propia experiencia y el propósito general.

Otro de los elementos que pude notar, sobre todo en las primeras entrevistas, fue que, cuando escuchaba alguna historia que me resultaba evidentemente triste, o dolorosa, asumía el sentimiento de la persona participante en vez de profundizar en su propia perspectiva al respecto, sin embargo, también fue un tema que mejoró a partir de la supervisión.

En mi estilo de facilitación identifiqué que el mostrarme en una posición completamente horizontal, empatizando a lo largo de toda la charla, compartiendo risas y emoción, pero también acompañando en el dolor, la frustración y la tristeza, promovieron que las personas entrevistadas siguieran explorando y profundizando en sus sentimientos.

Conclusión

La investigación desde el Desarrollo Humano busca promover el desarrollo del potencial humano, que de acuerdo con Pacheco (1993), promover el Desarrollo Humano implica crear a nivel individual o colectivo una relación fundada en:

- La autenticidad y transparencia en la cual sea posible la vivencia de los propios sentimientos.
- La aceptación y valoración de la otra persona.

- La capacidad de ver a la otra persona y a su mundo tal como ella se ve.

Esta investigación desde el Desarrollo Humano permitió obtener información cualitativa acerca de los elementos que conforman el proceso de construcción de la identidad en personas LGBTQ+, mientras que a las y los participantes les permitió reconectar consigo mismos, reconocer sus logros y darles el peso que merecen, reconocer también los momentos difíciles, y entender que en conjunto han impactado de forma directa quienes son en el presente.

De acuerdo con Pacheco (2013), la supervisión del proceso intervención se puede considerar como una estrategia central que permite elucidar las acciones e interacciones a lo largo de intervención, así como garantizar la validez de la tarea y el logro de los objetivos propuestos. Se trata pues, de una acción metodológica fundamental. (...) Implica básicamente un proceso de trabajo grupal; es decir, un conjunto de personas reunidas por constantes de tiempo y espacio que se han propuesto alcanzar un objetivo común, lo cual requiere una evaluación permanente de la tarea de intervención a partir del análisis de las implicaciones personales y sociales y de la búsqueda de significados.

La relevancia de la supervisión fue fundamental para el desarrollo de esta investigación, pues a partir de las reuniones semanales que se tenían con el grupo se logró identificar la implicación personal del facilitador en torno a las experiencias que compartían las personas participantes.

La supervisión también permitió identificar áreas de oportunidad en las entrevistas iniciales que pudieron ser atendidas y mejoradas conforme fue avanzado la investigación. Un ejemplo concreto sobre esta afirmación fue la integración de preguntas generales -no personales- al inicio de la entrevista como una oportunidad para generar *rapport* previo a tocar temas posiblemente sensibles para las personas participantes.

Otro de los elementos que se atendieron gracias a la supervisión, y que marcaron una diferencia significativa en el desarrollo de las entrevistas, fue identificar que, si

bien se estaban recuperando las experiencias, estaba haciendo falta tejer la experiencia de las personas con la forma en que ha implicado el proceso de construcción de su identidad. Es decir, gracias al trabajo de supervisión, las entrevistas pudieron ser redirigidas al propósito principal de la investigación.

Por último, al entrelazar la retroalimentación que recibí de las personas entrevistadas al preguntar cómo que quedan después de la entrevista, y leer tanto mis reflexiones como mis diarios de campo, me permitieron ver de forma muy objetiva este elemento del Desarrollo Humano en el que crecemos juntos, pues termino esta fase de la investigación sintiéndome nutrido, identificado y reconfortado al haber hecho contacto con las historias en torno a la diversidad sexual. Sin duda este ejercicio me ha dejado también motivado a continuar con el trabajo, como parte del compromiso y responsabilidad al haber recibido estas historias tan fuertes y conmovedoras.

Resultados

A continuación, se presentan los resultados del trabajo de investigación.

1. Reconocerlo en mí: Soy LGBTQ+

Esta categoría está enfocada en el proceso de autoconocimiento de las personas en torno a su identidad sexual. Es decir, el proceso mediante el cual las personas van descubriendo que su orientación sexual e identidad de género no son

normativas, es decir, no cumplen con la heteronorma y la cisnorma socialmente aceptadas y esperadas.

De acuerdo con la Guía de referencia para profesionales de la salud mental en combate a los Esfuerzos para Corregir la Orientación Sexual y la Identidad de Género (ECOSIG, 2020), también conocidos como terapias de conversión, desarrollada por la Oficina de Naciones Unidas contra la Droga y el Delito (UNODC por sus siglas en inglés), el Consejo para Prevenir y Eliminar la Discriminación (COPRED), la Universidad Autónoma de México (UNAM) y la asociación civil Yaaj:

La diversidad sexual y la diversidad de género son las posibilidades que tienen las personas de asumir, expresar y vivir su sexualidad, así como de asumir expresiones, preferencias* u orientaciones e identidades sexuales. La idea principal de la diversidad sexual es que todos los cuerpos, deseos y expresiones tienen derecho a existir, sin más límites que el respeto a los derechos de otras personas.

En esta categoría se identifican sentimientos recurrentes de confusión, miedo, culpa, incertidumbre y curiosidad por los que se va transitando hasta llegar al reconocimiento, la aceptación, tranquilidad y libertad de vivir de forma auténtica.

1.1 - ¿Qué es esto? Sentimientos en torno al reconocimiento de una sexualidad disidente.

Esta categoría aborda las experiencias y sentimientos en torno al reconocimiento de una orientación sexual y/o identidad de género no normativas. Las personas entrevistadas mencionaron sentirse confundidas y temerosas durante este proceso.

Por un lado, al sentirse diferentes al resto de personas con las que socializan, y por el otro, el miedo que les genera al reconocer un contexto social hostil ante la diversidad sexual.

Para el análisis de esta subcategoría se retoman estudios referentes al reconocimiento de la identidad sexual durante la infancia, en los que se abordan

tanto las edades promedio, así como la falta de información para poder nombrar lo que van descubriendo.

De acuerdo con UNODC, las personas con orientación sexual no normativa pueden llegar a reconocerla desde la infancia:

Las personas jóvenes LGBTI+ reportan darse cuenta de su atracción por su mismo sexo a los 10 años, pero se identifican como gays o lesbianas hasta los 13.4 años, aunque existen casos en donde su identificación fue desde los 5 y 7 años.

Existe una diferencia muy relevante en cuanto a las personas con identidad de género no normativa, pues se reconoce que cuando las personas lo empiezan a hacer consciente, no siempre tienen claridad de lo que está sucediendo y ni siquiera se conocen los términos para poder nombrarlo.

Aunque no hay estadísticas para las personas jóvenes trans, se tiene registro que algunas personas primero pudieran llegar a identificarse como gays o lesbianas, antes de identificarse como personas trans debido a que desconocen cómo nombrar lo que están viviendo, aunque se sabe que la identificación de género puede ocurrir desde los 2 o 3 años de edad (UNODC,2020).

Para el análisis de las experiencias desde el Desarrollo Humano, vale la pena retomar a Rosa Larios y su texto referente a la diferencia entre emociones y sentimientos. Ella menciona que la emoción es el conjunto de sensaciones experimentadas, pero en el momento en que una persona le pone nombre a eso que siente, cuando se le da un significado, se habla de un sentimiento.

En las entrevistas realizadas se obtienen evidencias acerca de momentos en la niñez y juventud en la que las personas comienzan a notar indicios acerca de su identidad sexual no normativa, así como las formas en las que van interpretando sus emociones.

En este extracto se pudo ver muy claramente lo arraigadas que se encuentran las normas sociales en torno a la masculinidad, pues un niño que comienza a

identificarse como homosexual se siente fuera de lugar, fuera del mundo de los niños, sin haber dejado de ser un niño:

Las cosas de los niños nunca me gustaron, no me llamaron la atención ni los super héroes, ni la música que oían. Yo vivía en la frontera y, pues, era ver las caricaturas en inglés, y sí, eran como super violentas, y luego los video juegos eran muy violentos y en mi casa no me dejaban verlos, entonces, se fue haciendo como esa distinción, entre todo el mundo de los niños, este no era mío, pero yo sabía que me gustaban los niños (Entrevista Samuel).

Visto desde el Desarrollo Humano, la interpretación que hace Samuel en torno al descubrimiento de su orientación sexual es sentirse diferente y fuera de lugar.

También se obtuvieron evidencias que refuerzan lo que se mencionó al inicio de esta categoría acerca del miedo. El cual lleva a las personas a vivir en represión como una forma de protegerse al notar que existe un contexto hostil ante la diversidad:

Pues se reconoce ya en la etapa prácticamente adulta. Sí, la niñez fue reprimida, ¿no? fue reprimida, este... no recibí un ataque como tal, sino lo que escuchaba a mi alrededor y eso hacía que yo me viviera en este apartado, ¿no?, o en esta represión (Entrevista Andrés).

Por su parte, la participante con el seudónimo de Vanessa menciona sentimientos de culpa y enojo al mismo tiempo, pues al darse cuenta de que siente atracción tanto hacia hombres como a las mujeres, le hace sentir confundida por no entender por qué se siente así, y no saber si quiera que exista la bisexualidad:

“Al inicio todo iba como: ¡ah sí, me gustan los hombres! y me atraen los hombres, pero, después era también como de: ¡ah, y también las mujeres! ([...]) fue como en la adolescencia y fue muy confuso (...) para mí sí fue como un poquito complicado poder, este, identificar que también estaba este lado de la bisexualidad (...) Era un sentimiento de culpa y enojo al mismo tiempo, de ¿por qué me gusta eso también si no es lo normal?” (Entrevista Vanessa)

Se retoman también los resultados de la Encuesta nacional sobre diversidad sexual y de género del Instituto Nacional de Estadística y Geografía de 2021, referentes a las edades en las que las personas comienzan a percatarse de que su orientación sexual o su identidad de género no correspondía con lo esperado culturalmente.

La edad de identificación que corresponde a la población LGBTI+ se relaciona con la edad aproximada en que la persona comenzó a percatarse de que su orientación sexual o su identidad de género no correspondía con lo esperado culturalmente. Tanto para la población con orientación sexual LGB+, como para aquella con identidad de género Trans+, el mayor porcentaje respondió «haberse dado cuenta» durante su primera infancia (antes de los 7 años). No obstante, para quienes se identifican como Trans+, la mayoría (62.4 %) dijo que lo supo durante su primera infancia. Para ambas subpoblaciones, la adolescencia (entre los 12 a 17 años) también es un momento en que declaran identificar su orientación sexual y/ o identidad de género (INEGI, 2022).

Retomando los textos anteriores acerca de las edades en las que las personas trans identifican su identidad de género, la participante Carmen menciona haber expresado por primera vez que ella es una mujer desde los cinco años:

“Pues bueno, claro que fue complicado. Yo recuerdo que la primera vez que yo le dije a mi madre, que yo lo expresé... le dije que yo era chica y tenía cinco años la primera vez que yo le dije, ‘¡Yo soy una mujer!’” (Entrevista Carmen)

Desde la parte emocional de su proceso, Carmen menciona haber vivido su infancia y su juventud de forma infeliz, pues sentía que algo no estaba bien en ella.

“Para mí fue un proceso complicado, yo me sentía bastante mal, yo estaba demasiado acomplejada, ¿sabes?, yo nunca viví mi juventud y nunca viví mi adolescencia, ni mi niñez feliz porque había algo que no estaba bien en mí y me hacía sentir mal, de hecho, yo pasé por procesos de depresión, porque,

es que no entendía, no entendía por qué yo me sentía una chica y por qué yo quería ser una chica.” (Entrevista Carmen)

Y además se culpaba a sí misma por problemas con su madre, y todo en torno a su identidad trans.

“Mi mamá está mal y es mi culpa que mi mamá esté mal; y mi familia está mal y es mi culpa que mi familia esté mal. Y entonces empiezas a sentirte mal por ser quién eres, porque empiezas a decir: “es que yo tuve la culpa, la persona que yo soy fue la que ocasionó esto” y no era así, en realidad no era así, no era la persona que yo era, era que la sociedad no te educa y no te dan las herramientas ni a ti como persona Trans, ni a la familia de la persona Trans, ni al entorno de la persona Trans, no tienen herramientas de soporte que les puedan decir cómo actuar, o cómo quitar dudas.” (Entrevista Carmen)

Estos extractos de las entrevistas son claro testimonio de la fase de confusión, que como se mencionó al inicio, está rodeada de sentimientos de miedo, culpa y soledad.

De acuerdo con la teoría del Desarrollo Humano, en la propuesta de Cabarrús (2003) una de las formas de manifestación de las heridas de las personas es la culpa malsana, es decir, del remordimiento que lleva a la negación del auto perdón, y por tanto incapacita para experimentar muchas veces la gratuidad del amor humano. Más adelante se profundiza en la forma en que las personas llegan a limitar su propia experiencia debido a la culpa que cargan de ser ellas mismas.

Para reforzar este concepto, se retoma también a Rosa Larios (2010), quien menciona que la culpa es un mecanismo de control, que muchas veces es utilizado para controlar o castigar a otra persona. Menciona también que la culpa es la voz de nuestras necesidades insatisfechas, y que detrás de la culpa está el enojo de la persona.

En este sentido, resulta importante reflexionar acerca del origen que genera el sentimiento de culpa de las personas, así como de implicación que tendrá en relación con el proceso de construcción de su identidad.

En síntesis, en esta subcategoría se identifica una confusión generalizada. La falta de información y de referentes hace que las personas sexo diversas se cuestionen qué les está pasando al comenzar a identificar que su orientación sexual y/o identidad de género no son normativas.

Se reconoce que esta etapa se vive de forma solitaria, a escondidas, con sentimientos de culpa y miedo.

Sin embargo, la confusión, el miedo y la culpa que prevalecen en esta categoría, también vienen acompañadas por la curiosidad, lo que nos lleva a la siguiente subcategoría: la exploración

1.2 Exploración

En esta segunda subcategoría se aborda la etapa de exploración, una etapa en la que las personas comienzan a explorar y experimentar su sexualidad, no solamente a través de contacto sexual, sino conociendo a otras personas sexo diversas, teniendo acceso a información acerca de la diversidad sexual, conociendo lugares de esparcimiento enfocados en población LGBT+, atreviéndose a expresar abiertamente su orientación sexual y/o identidad de género, entre otras.

Antes de comenzar con las evidencias a partir de las entrevistas, vale la pena retomar dos conceptos relacionados con las normas sociales en torno a la orientación sexual y la identidad y expresión de género.

Estas son la heteronormatividad, la cual supone que todas las personas son heterosexuales, y la cisnormatividad, que espera que todas las personas que nacen con genitales masculinos se identifican como hombres, y que todas las personas que nacen con genitales femeninos se identificarán como mujeres.

De acuerdo con UNODC, de lo anterior se desprende el concepto de identidad de género, el cual refiere a la vivencia interna e individual del género, tal como cada persona la siente, misma que puede corresponder o no con el sexo asignado al nacer. La identidad de género incluye a la vivencia personal del cuerpo, que podría

o no involucrar la modificación de la apariencia o funcionalidad corporal a través de tratamientos farmacológicos, quirúrgicos o de otra índole, siempre que la misma sea libremente escogida. En este mismo sentido, la expresión de género es la manifestación de dicha vivencia, tanto en apariencia como en acciones y características, e incluye expresiones como la forma de hablar, manierismos, modo de vestir, comportamiento personal, comportamiento o interacción social, modificaciones corporales, entre otros (UNODC, 2020).

La relevancia de estos conceptos reside en la importancia de la experiencia individual tanto a nivel corporal como en expresiones.

Asimismo, es importante resaltar que la exploración de la sexualidad no está enfocada únicamente en un tema erótico o de atracción sexual, sino que incluye apariencia, acciones, expresiones y relaciones interpersonales y afectivas.

Para el análisis de esta subcategoría, de inicio se retoma la entrevista bajo el pseudónimo de Susana, en la que comenta que al conocer a un hombre abiertamente homosexual le permite conocer conceptos, personas, lugares, lo cual le abre los ojos, y expresa haberle ayudado a encontrarse con ella misma:

“Cuando llego aquí conozco a un hombre que es abiertamente gay y hago amistad con él, comienzo a salir con él y ahí es donde conozco que hay toda otra tendencia sexual, además de la heteronormada, y ahí empiezo a conocer gente y la orientación, LGBT, bueno más bien el mundo LGTB desde esa otra manera. Y así es como como entro al ambiente, no sé, creo que fue un encuentro conmigo” (Entrevista Susana).

Por el otro lado, Samuel encuentra información y referencias en la televisión, y esto le permitió ir dándose cuenta de que no había nada malo con su orientación sexual, lo que le permite comenzar a desprenderse del miedo y la culpa.

“Había una sección de sexualidad con Horacio Villalobos en Telehit, y yo ahí estaba, o sea, aprendí muchísimo y, desde ahí aprendí que no era algo malo.” (Entrevista Samuel).

Posteriormente comparte la primera vez en la que tuvo un amigo con quien pudo hablar abiertamente acerca de su orientación sexual:

“La primera vez que lo hablé con alguien fue en la prepa, un amigo. Estábamos en segundo de prepa y tenía 16 años. Un amigo que después se hizo mi super mejor amigo fue la primera persona que me pregunto ¿tú eres gay?, ¿verdad? Y yo, este... ¿cómo sabes? Y era muy obvio, pero igual nadie lo decía, ¿no?, entonces, ahí en la prepa como que empecé a hablarlo con mis amigos” (Entrevista Samuel).

En el relato de Samuel se puede identificar el proceso mediante el cual va construyendo y reforzando la confianza en torno a su sexualidad a partir de la curiosidad. Primero, con el acceso a la información a través de la televisión, después, con relaciones amistosas con otros hombres con quien se siente identificado, para llegar al punto en el que reconoce el enamoramiento por primera vez.

“Y en la universidad ahí fue cuando conocí como al primer hombre, así al primer amigo que dije, ah, o sea, este sí me gusta en serio, no es nomás físicamente, no. O sea, que como que medio tuve mi *crush*” (Entrevista Samuel).

En el caso de Vanessa, el acceso a la información le permitió reconocer y nombrar la bisexualidad, con lo que pudo sentirse identificada y validada.

“Pues con un poco más de acceso de información, en ese momento, fue ¡ay sí existe! Y ya después fue como de ‘ah mira también existe la B en el LGBT’ y es válido y existe y no soy la única en el mundo que anda con ese tipo de confusión, o con esa disyuntiva de elegir uno u otro” (Entrevista Vanessa).

Carmen, por su parte, comparte la exploración desde dos aristas, el primero en cuanto a su expresión de género, relatando como tomaba ropa y accesorios de su mamá a escondidas para vestirse como mujer

“Lo que hacía es que cuando ella se iba, yo me ponía su ropa y utilizaba cosas en la cabeza como cabello, como pelucas, ¿sabes?, aunque no eran

pelucas porque en mi casa no había. Pero yo intentaba... mira llegó un punto en mi vida en el que yo recuerdo que yo me vendaba los genitales como para ponerme ropa y que no se notara, que me viera femenino. (...) es que yo me sentía muy bien cuando me ponía la ropa de chica ¿sabes? esos momentos eran lo mejor de mi vida, te lo juro, esos momentos eran lo mejor de mi vida porque yo podía ser yo.” (Entrevista Carmen)

Y por el otro lado, comparte los sentimientos en torno a sus primeros encuentros sexuales. En esta etapa de exploración, Carmen aborda la exploración del deseo sexual, seguido por sentimiento de culpa.

“Mis primeras relaciones sexuales fueron unas cuestiones de culpa, fueron horribles: yo me sentía culpable por estar con otro chico, ¿sabes?, era como *uff* las disfrutaba en ese momento, pero después eran horas de culpabilidad y de sentirme responsable” (Entrevista Carmen).

Yo viví una segunda adolescencia al inicio de mi transición porque realmente empecé a experimentar muchas cosas de mi adolescencia. (Entrevista Carmen)

De acuerdo con la propuesta de Cabarrús (2003), a pesar de que las personas desarrollan mecanismos de defensa y manifestaciones de sus heridas, también surge la necesidad de trabajar toda esa parte golpeada, curar las heridas y poder ser una persona más apta, para estar más integrada, para poder vivir en tranquilidad y plenitud, y poder así darse a las demás personas con generosidad y solidaridad

En la etapa de exploración, las personas participantes seguían mostrándose confundidas, pero más asumidas y curiosas. Se reconoce también que el sentimiento de culpa poco a poco se va transformando en aceptación. Algunos de los principales factores que promueven esta aceptación, son: encontrarse con personas con las que se sienten identificadas y el tener acceso a información referente a la diversidad sexual.

1.3 ¡Soy yo!

Esta categoría aborda una etapa dentro del proceso de construcción de la identidad de las personas, en la que comienzan a reconocerse, aceptarse y permitirse vivir de forma libre y auténtica.

El proceso de salir del clóset, es decir, manifestar que se tiene una orientación sexual o identidad de género no normativa, es de los eventos más importantes para cualquier persona de la diversidad sexual, y no comienza con el aviso que se da a la familia o amigos que rodean a la persona, sino desde que la persona acepta sus sentimientos y atracción erótico-afectiva. (UNODC, 2020).

A continuación, se presentan algunos de los testimonios más representativos obtenidos a través de las entrevistas, en los que las personas expresan la satisfacción y libertad de vivir su sexualidad en congruencia.

En el caso de Carmen, ella se nombra enérgicamente como una mujer orgullosamente transexual. Después de haber compartido su testimonio en el que su madre intentó negar su identidad con apoyo de médicos y sacerdotes, menciona que no está dispuesta a ceder por nadie más.

“Yo soy una mujer transexual ¡orgullosamente transexual! (...) Yo no voy a dejar de ser yo. Si no dejé de ser yo, ni me detuve por mi madre que es una persona que amo profundamente, no lo voy a hacer por nadie más, por absolutamente nadie más ¡en realidad no!” (Entrevista Carmen)

Además, en este proceso de construcción de su identidad, Carmen se enfrentó con hostilidad y violencia sistémicas a lo largo de toda su vida,

“Yo creo que haber vivido esta ambigüedad de pequeña fue lo que me hizo, ahora de adulta y sobre la marcha y mi lucha, fue lo que me hizo darme cuenta de la mujer que soy y tener el valor de no importarme, precisamente de atravesar ese muro y ser quien yo quería ser, sin preocuparme y empezar a ser feliz.” (Entrevista Carmen)

A pesar de esto, Carmen reconoce la fortaleza que le ha aportado este camino, y que le ha permitido mantener de forma consciente su independencia y su capacidad de amar.

“Hasta el día de hoy hay algo que esta sociedad no me ha podido quitar: la decisión de yo hacer con mi cuerpo lo que quiera. Y no me ha podido quitar la capacidad de amar, es algo que hasta el día de hoy la sociedad y la violencia no me lo han podido quitar, porque eso es algo que no voy a permitir que me quiten nunca, esta capacidad de dar amor y de sentir amor y la capacidad de decidir por mí.” (Entrevista Carmen)

Por último, Carmen comparte el momento más emotivo en su vida, que fue cuando, a partir de procedimientos quirúrgicos, pudo modificar su imagen, lo que le permitió reforzar su identidad, y mostrarse de la forma que siempre soñó:

“El momento más increíble en mi vida y que lloré media hora fue cuando, después de hacerme la cirugía, me quito los vendajes y veo en el espejo a una chica: los pechos, las caderas, un rostro femenino, cuando yo vi esto, ¡ufff! Ahí, ahí, ahí fue la primera vez en mi vida en que vi lo que todo, desde niña, he buscado ser.” (Entrevista Carmen)

En el caso de Ernesto, menciona que una parte muy importante en el proceso de vivir su sexualidad en congruencia estuvo directamente ligado a su independencia económica, pues en su razonamiento, si una persona no lo apoya en su manutención, tampoco tiene por qué opinar acerca de su vida.

“Cuando empecé a trabajar y a mantenerme a mí mismo fue ya como de: si antes no me importaba lo que decían, pues ahora ya menos. Porque yo soy el que me mantengo a mí mismo y pues sí, no tengo porque aguantar opiniones negativas de gente que no me ayuda a pagar mis cuentas (...) desde ese momento como que ya no he vuelto aceptar chingaderas de nadie.” (Entrevista Ernesto)

Ernesto reconoce este proceso como una victoria, y además se reconoce también como parte de una comunidad. Es decir, logra reconocer que vivir su sexualidad en

congruencia no es solamente un tema individual, sino que abona a la experiencia colectiva de las sexualidades disidentes.

“... yo lo veo (mi proceso) como una pequeña victoria para mí y para mi vida. Una pequeña historia de superación, de una victoria para la comunidad LGBT.” (Entrevista Ernesto)

Andrés por su parte, después de haber relatado una niñez en represión y con un sentimiento constante de vulnerabilidad, logra darle la vuelta hasta llegar a la plenitud, y una vivencia genuina de su propia vida.

“Era como sentirme seguro de quién soy y era como sentirme pleno, sí, yo me acuerdo de que me sentía pleno, ¡wow!, que padre ser tú, y decía: que rico sentirte tú, que rico es asumirte, aceptarte, digamos, sin miedos, ¿no?, sin ocultos, yo creo que eso. (...) y no estoy dispuesto a regresar a eso oculto, a eso que no eres, a eso donde no eres genuino.” (Entrevista Andrés)

Además, menciona que actualmente se siente orgulloso por ser él mismo y por haber luchado por defender su individualidad.

“Pues sí, me debería seguir sintiendo, este, orgulloso por todo lo que vas enfrentando porque es también luchar en contra corriente, y es como enorgullecerse todos los días de ser esa diferencia, creo que eso también da como mucho orgullo, o sea, es como no soy igual a todos, soy diferente. Me costó llegar aquí, soy único.” (Entrevista Andrés)

Vanessa, después de haber vivido confundida, sin entender qué era lo que estaba pasando y sin tener información suficiente para nombrar su orientación sexual, se reconoce satisfecha, y reconoce también que valido la pena el camino para llegar a sentirse bien con ella misma.

“Fue como una montaña rusa, recordar todo y ver dónde estoy parada ahorita fue así como ¡ay mira, avancé!, ¡había avanzado bastante! Me quedo con esa satisfacción de que sobrepasé la confusión y ahorita estoy muy bien, sé que no estoy confundida. Toda esta montaña rusa ha valido la pena.” (Entrevista Vanessa)

Estos testimonios reflejan el orgullo con el que las personas viven de forma abierta, libre y congruente su sexualidad, reconocen el proceso como una victoria. Y un punto en común, es que después de un largo, y algunas veces doloroso camino, nadie está dispuesto a dar un paso atrás. Además, algunas de las personas participantes mencionaron también algunas acciones con las que buscan promover espacios seguros para los y las demás. Lo que presenta una evidencia más sobre el sentido de comunidad, y en línea con el Desarrollo Humano, cómo la propia experiencia puede abonar a las de los y las demás.

Yo tuve las agallas de hacerme un cartelón que dice: '¡las mujeres también tenemos pene!' y llevarlo toda la marcha (...) es que es la realidad, yo soy una mujer con pene y que el mundo lo sepa no me importa y estoy aquí para que sepan, entiendan y respeten esto. Es esta visibilidad que necesitábamos, que a mí me hace sentirme completamente plena (Entrevista Carmen)

Esta última etapa del proceso, en la que las personas se reconocen y aceptan, viviendo en congruencia y libertad, dan a pie a hacer un recuento y análisis de los elementos que les ayudaron a llegar hasta ese momento en su vida.

Para cerrar esta categoría, vale la pena retomar la propuesta de Barceló (2013) acerca de la congruencia, la cual define como la actitud de ser una o uno mismo. Sin interferencias entre el ser mi yo auténtico y mi yo me gustaría ser. De aquí se desprende la siguiente categoría.

2. Encontrarse, reconocerse y aceptarse: vivir en congruencia

En esta categoría se agrupan los elementos que facilitan y promueven a las personas LGBT+ vivir en congruencia y libertad. Elementos que incluyen desde espacios seguros, personas aliadas, familias que aceptan, amistades que se vuelven familia, y acceso a la información que permiten entenderse, encontrarse, conocerse y construirse

2.1 Aceptación Familiar

En esta categoría se aborda la experiencia de las personas participantes en torno a su dinámica familiar en los casos en los que su familia mostró aceptación y un trato no discriminatorio en torno a su identidad sexual.

De acuerdo con la Guía de referencia para profesionales de la salud mental en el combate a los ECOSIG, algunas de las conductas que las madres y padres pueden usar para apoyar la sexualidad diversa de sus hijas e hijos, y que además les ayudan a evitar riesgos de salud, protegen del suicidio, e incrementar su autoestima incluyen: apoyar la expresión de género de su hija o hijo LGBT; solicitar a otro miembro de la familia que les trate con respeto; defender a su hija o hijo cuando otras personas la tratan mal debido a su identidad LGBT o expresión de género; vincular a su hija o hijo con un modelo a seguir LGBT para mostrarle que hay más opciones para el futuro; y ayudar a su congregación a ser más abierta a las personas LGBT. (UNODC, 2020)

De acuerdo con la entrevista de Samuel, ante la dificultad que atravesaba su padre para aceptar su homosexualidad, que en el relato incluso lo compara con un duelo, su mamá sale en su defensa, haciendo énfasis en que lo importante es que está bien y es feliz.

Mi mamá le dijo (a mi papá): no se te murió un hijo, parece que estás en un duelo como si tu hijo se hubiera muerto y ahí está, y está feliz, y es bueno y trabaja... (Entrevista Samuel)

En el caso de Ernesto, el simple gesto de su mamá, en el que le dice que siempre va a ser su madre y lo más importante para ella es su felicidad, se reflejan en confianza y cercanía.

Siempre fui más apegado a mi mamá que a mi papá, entonces, también ella fue la primera que me dijo que... que ella siempre iba a ser mi mamá y que lo único que quería era que yo fuera feliz, ella fue la primera que me lo dijo, entonces también creo que por esa parte siempre he sentido como más confianza hacia ella y más apego. (Entrevista Ernesto)

Desafortunadamente, no en todos los casos esta aceptación se da desde un inicio, o no siempre se tiene una persona aliada en la familia. En el caso de Carmen, por ejemplo, hasta después de varios años de rechazo por parte de su madre, y después de decidir alejarse de ella, su mamá recapacita y se da cuenta de que no quiere perderla.

Mi mamá se disculpó y me dijo: 'me cuesta mucho, necesito que me entiendas, pero no quiero dejar de tener a mi hija -fue la primera vez que me dijo hija-, no quiero dejar de tener a mi hija conmigo, entonces ven, no me dejes'. ¡Y yo creo que a partir de ahí fue el momento más emotivo de mi vida con mi madre! Mira, hasta se me corta la voz de recordarlo. (Entrevista Carmen)

La aceptación familiar resulta de gran importancia al ser la fuente de socialización primaria, de acuerdo con Amador (2018) la familia juega un papel fundamental y determinante en la interiorización de significados que realiza el niño para insertarse en la sociedad, permeado por un desarrollo multidimensional del ser, donde la dimensión afectiva ocupa un primer lugar, en tanto es el horizonte que transversaliza los procesos de socialización conscientes y significativos de los niños.

Es decir, el grado de aceptación y de afecto que recibe una persona dentro del núcleo familiar, va a verse reflejado en la forma en la que esta persona interactúe en cualquier otro ámbito de socialización.

Además, UNODC argumenta que la familia (madres, padres, hermanos, etc.) juega un papel muy importante en un proceso de transición constructivo de las personas adolescentes y jóvenes hacia la adultez. El apoyo familiar es especialmente importante cuando él o la joven sale del clóset como LGBTI+, ya que además de enfrentarse a los retos asociados con la adolescencia, tiene que lidiar con el estigma y enfrentar ambientes sociales, educativos y comunitarios en donde la victimización y la intimidación son la norma. (UNODC, 202).

En resumen. las personas entrevistadas que recibieron aceptación por parte de sus familias ante la revelación de su identidad sexual no normativa se expresaron

satisfacción y felicidad. La cercanía y el respaldo de las familias aporta seguridad y confianza a las personas.

2.2 No estoy solo, no estoy sola: La familia que se elige.

En esta categoría se aborda la experiencia de las personas participantes al encontrarse con personas con quien se sienten identificadas, que se vuelven sus aliadas y personas con las que forman redes de apoyo.

De acuerdo con el Instituto Nacional de las Mujeres, las redes de apoyo social constituyen una fuente de recursos materiales, afectivos, psicológicos y de servicios, que pueden ponerse en movimiento para hacer frente a diversas situaciones de riesgo. Además, Uno de los aspectos positivos de las redes es que pueden evitar problemas de salud mental, como el estrés y la depresión. (Instituto Nacional de las Mujeres, 2015)

Durante las entrevistas, las personas participantes expresaron haber encontrado espacios seguros y redes de apoyo a partir de relaciones amistosas que llegan a ser incluso más estrechas que los lazos familiares.

Ernesto relata cómo encontró compañía y seguridad en su grupo de amigos, con ellos sentía que podía ser auténtico.

Éramos como cinco y dos de ellos eran también gay, y ya era: encontraste abiertamente a gente que es como tú, y ya era como abrir estas pláticas de nuestras experiencias y de cómo lo estábamos viviendo y ya me sentía yo como acompañado, por así decirlo, y me sentía como relajado, ya podía yo bajar mi guardia y ya ser yo. Entonces, creo que desde la prepa empecé un poquito a sentir como experiencias positivas con ellos. (Entrevista Ernesto)

Para Vanessa, fue una combinación, entre un mayor acceso a la información, y comenzar a socializar en ambientes más abiertos a la diversidad sexual lo que le permitió darse cuenta de que no estaba sola, y que no era la única pasando por un proceso similar.

Fue en el momento en el que ya estaba en la universidad, ya contaba, como te digo, con más acceso a la información y, sobre todo, con compañeros más diversos (...) empiezo a conocer más gente, gente más diversa, incluso hasta los profesores siguen siendo gente más diversa en la universidad. Y con ese acceso a la información es cuando digo, fue cuando ya dije: ¡ay mira, sí existe! (...) 'no estoy sola, no soy la única rara en el mundo que se siente así' (...) y es un alivio como de "no estaba mal" (Entrevista Vanessa)

Susana por su parte, expresa abiertamente que, ante adversidades, prefiere hablarlo con sus amistades que con su familia.

Me gusta más que si tengo algún problema, o algún comentario de mi pareja y demás, hablarlo con mis amigos que con mi familia. (Entrevista Susana)

Esto habla de la forma en que el rechazo ante su identidad sexual, crearon una barrera y falta de confianza dentro su núcleo primario: la familia.

En el caso de Ernesto, reconoce que sus redes de apoyo hacen más llevadero el proceso de construcción de su identidad, además le aportan seguridad ante un contexto social adverso.

Donde vivo es como una burbuja, que pues, yo construí con mis amistades y mis contactos (...) yo elijo de qué rodearme y con quién rodearme, y entonces, creo que eso me ha ayudado bastante. Sí, mis redes de apoyo son importantes. Creo que eso lo hace más llevadero, porque sí he visto, que, aunque hemos avanzado mucho, aún seguimos viviendo en esta sociedad que te juzga por todo. Y sobre todo siendo parte de la comunidad LGBTQ+ no es nada fácil creo yo.

Otro de los elementos de Desarrollo Humano que influyen en esta categoría es la aceptación positiva incondicional, que de acuerdo con Barceló (2013) es la disposición intencional a validar la experiencia del otro. Aceptar al otro tal como es, con un respeto absoluto por su persona, sus actitudes y su comportamiento. Confiar en la capacidad del otro para desarrollarse y crecer, para decidir libremente y hacerse responsable de sus propias decisiones. Aceptación sin condiciones.

De aquí se puede inferir, que cuando una persona encuentra redes de apoyo, es porque las personas le proveen esta aceptación positiva incondicional, libre de juicios debido a su identidad sexual.

Estos testimonios dan cuenta del papel tan importante que juegan las redes de apoyo en el proceso de construcción de identidad de las personas LGBT+. Como lo mencionaron las personas participantes, en ellas se encuentra identificación, compañía, seguridad y confidencia. En línea con el Desarrollo Humano, crecemos con y para las y los demás.

También se aborda brevemente el papel y la relevancia que ha tenido las parejas de las personas participantes en el proceso de construcción de su identidad.

La orientación sexual implica atracción emocional y afectiva. Cuando las personas participantes hablaban acerca de su primera pareja, mencionaban de alguna forma avanzar en la construcción de su identidad en torno a su orientación sexual no normativa. En las parejas también se encuentra apoyo y compañía.

De acuerdo con el Glosario de la diversidad sexual, de género y características sexuales del Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación, la orientación sexual es la capacidad de cada persona de sentir una atracción erótica afectiva por personas de un género diferente al suyo, o de su mismo género, o de más de un género o de una identidad de género, así como la capacidad de mantener relaciones íntimas y sexuales con estas personas. (CONAPRED, 2016)

En este sentido, si bien las personas tienen identificada su orientación sexual no normativa, es hasta el momento de tener a su primera pareja en el que viven no solo la atracción erótica-sexual, sino también la afectiva y los vínculos íntimos.

Además, las personas participantes reconocieron en sus parejas apoyo, compañía y cariño. Por ejemplo, para Susana, encontrar a su primera pareja le permitió integrar su sexualidad y encontrar una compañera en este proceso.

Cuando tengo mi primera pareja, ya es donde ahora sí comienza mi... mi integración sexual en mí misma (...) recorrimos gran parte de ese camino juntas. (Entrevista Susana)

De la misma forma, y muy ligado a las redes de apoyo, Vanessa encuentra soporte y respaldo en su pareja.

Con mi actual pareja me siento muy apoyada, y muy respaldada (...) te dan como ese respiro y son como esa piedra de la que te agarras para seguir intentando salir adelante. (Entrevista Vanessa)

De esta forma, el papel de las parejas en el proceso de construcción de identidad radica en enriquecer la experiencia a través de los vínculos eróticos afectivos, el cariño y la compañía.

Las personas participantes encontraron un parteaguas en su vida al encontrarse con personas con las que se sienten identificadas. Fue recurrente un sentimiento de identificación, pertenencia y apoyo. Al encontrar grupos de amigos y amigas, las personas participantes encontraron espacios seguros y de confianza. Redes de apoyo que incluso se llegan a comparar con el rol de la familia.

3. Negar la propia identidad: vivir en incongruencia

Esta categoría agrupa las situaciones que llevan a las personas LGBTQ+ a vivir en incongruencia, esto incluye desde la ideología impuesta por las familias en la infancia, el rechazo familiar por motivos de identidad sexual, situaciones de discriminación en la comunidad, el trabajo, la escuela, hasta violencia física y/o verbal.

3.1 La incertidumbre: ¿qué va a decir mi familia?

Las personas participantes relataron de forma recurrente un sentimiento de incertidumbre acerca de la forma en la que su familia respondería al conocer su orientación sexual y/o identidad de género no normativas.

Debido a que la diversidad sexual se maneja como un tabú en las familias, y en la sociedad mexicana la heteronorma y el machismo han sido predominantes

históricamente, las personas participantes comentaron haber sentido miedo y dudas sobre cómo reaccionaría su familia y la forma en que se podría transformar la relación una vez reconociendo abiertamente su identidad sexual

En el caso de Samuel, llevaba años planeando en su cabeza la forma en que le compartiría a sus papás su orientación sexual, sin embargo, se presentaban situaciones en la familia, las cuales le llevaban a creer que no era el momento indicado para hacerlo.

Desde entonces, desde que yo tenía 15 o 16, tenía en mi cabeza el momento de cómo le iba a decir a mis papás y me lo aprendía y así mil cosas. Y nunca... no, mis abuelos se enfermaron mucho, luego se murieron, luego una tía estaba en el hospital, como que siempre había cosas que, así como muy importantes (...) y que pues claro una noticia así que yo sabía que no iba a ser muy bonita para ellos. (Entrevista Samuel)

Resulta importante considerar que fue una plática que le llevó años de planeación, de pensar en los posibles escenarios, y terminar aplazándolo por considerar que había situaciones más importantes. El hecho de que Samuel sintiera la necesidad de aplazar mostrarse de forma auténtica con su núcleo familiar habla del miedo y la incertidumbre ante la posible respuesta.

En el caso de Susana, menciona que no tenía tanto miedo de compartir su orientación sexual con su mamá, pues en su familia ya existía el antecedente de dos tíos abiertamente homosexuales. El hecho de que existieran referentes en la familia le daban seguridad.

No tenía mucho miedo con mi mamá, con mi familia en particular porque ya teníamos el antecedente de dos tíos gays, pero ese era el punto, son dos hombres que, a lo mejor... no sé si se lo esperaban o no (Entrevista Susana)

Sin embargo, aunque ya había referentes de personas homosexuales en su familia, su mamá tardó años en asimilarlo, durante este periodo, ella compartió que su mamá actuaba como si su pareja no existiera, resultando en momentos tensos e incómodos.

Te digo, por ejemplo, el proceso ese para que mi mamá... adaptara o.... se adaptara a que yo tuviera una pareja, viviera con ella y esa pareja fuera mujer, pues fue un proceso muy largo, no fue de meses o de semanas, sino incluso podemos decir años (...) Era un poco incomodo porque, mi mamá trataba de ignorarla, o como de hacer que no existía. (Entrevista Susana)

Estos dos testimonios dan cuenta de la incertidumbre en torno a la reacción que tendrá la familia al enterarse que uno de sus integrantes tiene una orientación sexual y/o identidad de género no normativa.

Resulta relevante retomar lo que se mencionaba anteriormente acerca de la influencia de la dinámica familiar en la forma en que una persona socializa en otros ámbitos. Si la dinámica en el núcleo familiar está marcada por miedo e incertidumbre, la persona podría llevar los mismos sentimientos a otros contextos sociales.

Además, lamentablemente existen casos en que los miedos en torno a mostrarse de forma auténtica ante la familia en cuando a orientación sexual y/o identidad de género no normativas se vuelven realidad, dando pie a situaciones de rechazo, acompañados de discriminación y violencia dentro del núcleo familiar.

3.2 Rechazo Familiar

En este apartado se analizaron las situaciones en las que las personas participantes vivieron rechazo por parte de sus familias debido a su identidad sexual. Este rechazo se manifestó a través de discriminación, y varias formas de violencia, acompañadas también por Esfuerzos para Corregir la Orientación Sexual y la Identidad de Género (ECOSIG)

De acuerdo con Huebner, Díaz y Sánchez, las conductas familiares de rechazo ante la diversidad sexual de sus hijas e hijos contribuyen a la depresión, suicidio, uso ilegal de drogas y riesgos en la salud sexual. Y generalmente estas conductas están motivadas por el deseo de cambiar, negar, minimizar, desalentar o evitar una identidad LGBT en las y los menores de edad. (Ryan, Huebner, Diaz & Sanchez, 2009).

Algunas de estas conductas incluyen enviar a una persona menor de edad a servicios de salud mental o con líderes religiosos para tratar de cambiar su identidad sexual, presionarlos para ser más (o menos) masculinos o femeninos; ridiculizarlos, golpearlos o hacerles daño; y echarlos de la casa. (Glassgold & Ryan, próximo a publicarse).

Asimismo, de acuerdo con Ryan, Toomey, Diaz & Russell, las y los jóvenes LGBT que experimentaron esfuerzos para cambiar su orientación sexual dentro de la familia (mediante varias conductas de rechazo) son doblemente propensos a presentar depresión e intentos de suicidio (Ryan, Toomey, Diaz & Russell, 2018).

Cuando además de ejercer estas conductas de rechazo dentro del hogar, las madres y padres llevan a sus hijas e hijos con terapeutas y líderes religiosos para algún ECOSIG, éstos son tres veces más propensos a reportar altos niveles de depresión y casi tres veces más propensos a cometer suicidio.

Por último, encontramos que las madres, padres y miembros de la familia que intentaron cambiar la orientación sexual de sus hijas e hijos eran más religiosos y tenían menos educación y niveles de ingreso. (UNODC, 2020).

Como se mencionó en la introducción, en las entrevistas se identificó a la religión católica como un elemento ligado de forma recurrente al rechazo por parte de las familias ante la diversidad sexual.

En el caso de Samuel, al compartir su relato acerca del rechazo que vivió en su familia debido a su orientación sexual no normativa se identifican varias conductas motivadas por el deseo de cambiar, negar, minimizar, desalentar o evitar su identidad sexual.

Comenzado desde la infancia, en donde su padre le llamaba la atención al notar gestos que no consideraba masculinos. Es decir, reforzando estereotipos de género a partir de la limitación de su propia expresión de género.

Si recuerdo que como a los cinco o seis años, de pronto mi papá una vez si me dijo que movía las manos mucho, que ya no hiciera eso, y lo dejé de hacer. (Entrevista Samuel)

De acuerdo con la propuesta de James, M. & Jongeward, D. (1986) las personas nos desarrollamos siguiendo un guion, el cual se va formando a partir de las experiencias que se nos presentan desde el nacimiento.

Al respecto, menciona que un bebé empieza a captar mensajes sobre sí mismo, su valor a través de sus primeras experiencias de ser tocado o dejado de lado por los demás. Pronto distingue expresiones faciales y responde a ellas, así como al contacto y a los sonidos. Un niño al que se le abraza cariñosamente, al que se le sonríe y se le habla, recibe mensajes diferentes que un niño que es tratado con temor, hostilidad o ansiedad. Un niño que recibe poco contacto y experimenta indiferencia u hostilidad paternal es descontento. Aprende a sentir que él no está bien y tal vez pueda sentirse como un "nadie".

Es importante mencionar este planteamiento, pues en el caso del relato de Samuel, desde su primera infancia comienza a recibir mensajes de desacreditación por parte de su padre, lo cual puede afectar su autopercepción desde temprana edad.

Además, es importante mencionar que Samuel ya esperaba discriminación en casa al tener una familia católica, particularmente de su papá, quien también resultaba ser el más apegado a la iglesia.

Sí, sabía que en mi familia no iba a ser bien visto, y no iba a ser bien recibido. Mi familia es super católica, mi papá particularmente es el más religioso en mi casa. (Entrevista Samuel).

A pesar de este contexto adverso en el núcleo familiar, Samuel comparte su orientación sexual no normativa con su familia, y en respuesta le sugieren ir con un profesional de la salud, insinuando que se trataba de una enfermedad, y con esto, implicando que sería algo curable.

Mi papá como que se puso mal, este... un... al día siguiente me dijo, así como que, si no quería ir... amablemente me sugirió si no quería ir con un endocrinólogo para que revisara si todo estaba bien. Y yo le dije ¿qué? ¿Te estas dando cuenta de lo que estás diciendo? (Entrevista Samuel)

Esta situación fue tan problemática que, en su momento, Samuel no vio otra opción que separarse del núcleo familiar.

Pero después si estaba yo muy consciente de que eso iba ser un problema, que iba a ser un problema con mi papá y que yo me tenía que ir de mi casa.
(Entrevista Samuel)

Este relato es un claro ejemplo de la forma en que las familias rechazan y niegan la identidad sexual de las personas desde temprana edad, convirtiéndose en un obstáculo en el proceso de construcción de la propia identidad, y de acuerdo con la literatura citada, con el riesgo de generar problemas de salud mental, así como dificultades para desenvolverse de una forma sana y auténtica en la sociedad.

En el caso de Susana, para su madre el hecho de ser mujer le asignaba de forma automática el rol de mamá, por lo que al compartirle que es una mujer lesbiana, su madre le responde decepcionada.

... para ella fue como un choque de, 'mi única hija, mi única esperanza de nietos' (Entrevista Susana)

Este relato puede ejemplificar otra forma de rechazo, en el que la identidad de una persona genera decepción de la familia al salir de los estereotipos de género normalizados y socialmente aceptados.

En la Entrevista de Ernesto, comenta que, al ser de un pueblo pequeño, las personas suelen ser más machistas que en las ciudades, por lo que él tenía la seguridad que para su papá sería lo peor tener un hijo homosexual.

Pues yo hablé con mi papá y si yo soy de rancho, él es de un pueblito así super chiquitito allá en Nayarit, entonces, para él si era lo peor tener un hijo gay. (Entrevista Ernesto)

Esta creencia era reforzada por los mensajes que recibía incluso de la familia extendida, pues claramente la homosexualidad era una de las peores cosas que podía esperar una familia

...hicieron video llamada con sus hermanos de allá de Estados Unidos y no sé ni como salió la plática, estaban hablando de sus hijos, de los hijos y no sé qué, y dice mi tío el que vive aquí, le dijo a su hermano, creo que se llama Jorge: Jorge, con que no te salga homosexual está bien (...) era así como tristeza de que tu propia familia piense esas cosas (Entrevista Ernesto)

Ernesto expresa abiertamente la tristeza que le genera el reconocerse como un hombre homosexual, sabiendo que para su familia es lo peor que puede esperar de un hijo.

En el caso de Andrés, después de haber llevado una relación cercana, cálida y de confianza con su madre, se crea una barrera al compartirle su orientación sexual.

La más complicada fue la etapa de la sensación de mi familia, en particular de mi mamá, le costó mucho trabajo, fue una etapa, pues difícil. Fue una etapa difícil, tardó dos años en asimilarlo y en aceptarlo (...) en mi familia me considero que viví en una familia con libertad y con mucho diálogo, yo creo que eso fue lo que me animó a salir del closet. Entonces, el encontrarme con estas limitantes que no existían antes para mí fue difícil porque es como ¿ahora con quién hablo? ¿sí? Si mi familia es con las personas que más confío, que más amo, donde hay más seguridad, donde siempre fui muy abierto y, de repente, es 'no', no lo entendía, o sea, de verdad que no lo entendía. (Entrevista Andrés)

Para Andrés era difícil comprender por qué las personas a quienes más amaba lo rechazaban debido a su orientación sexual. Para él era hasta incongruente, pues la seguridad que le había ofrecido su núcleo familiar hasta el momento le brindó la confianza suficiente para salir del clóset, encontrándose con rechazo y distanciamiento y perdiendo la calidez y cercanía que les caracterizaba anteriormente.

Carmen relata que desde la infancia le externó a su mamá que ella era una mujer, sin embargo, la falta de información y los estereotipos de género le hicieron crecer con miedo y sintiendo que estaba mal por ser ella misma.

Yo recuerdo que la primera vez que yo le dije a mi madre (...) le dije, que yo era chica y tenía cinco años la primera vez que yo le dije, '¡Yo soy una mujer!' (...) Y me hicieron crecer con el miedo de ser la persona que yo era (...) Mi madre conmigo intentó frenarme, y te digo: callarme y ocultármelo, porque a ella le asustaba. Ella decía que su mayor temor era que yo llegara vestido de mujer. (Entrevista Carmen)

En el caso de su madre, después de haber acudido con diferentes personas, incluidos profesionales de la salud y líderes religiosos, hasta que un psicólogo se pone del lado de Carmen, es que su mamá comienza a dejar la lucha por negar la identidad sexual de su hija trans.

Mi mamá cuando ya se dio por vencida, fue cuando ya el propio psicólogo le dijo: 'señora, es que no es una enfermedad, no es una gripe, no se va a curar y no se le va a quitar, es lo que es y punto.' Y un psicólogo se lo dijo, se lo tuvo que decir un psicólogo para que ella lo asimilara que es lo que había (...) lo que su hija le había dicho toda la vida necesitaba que un psicólogo le dijera. (Entrevista Carmen)

Estos relatos dan cuenta de la discriminación y el rechazo que sufren las personas LGBT+ en sus propias familias y desde edades tempranas. El rechazo y la discriminación por parte de las familias resultó en situaciones tristes y dolorosas para las personas participantes.

La religión católica estuvo directamente relacionada con las situaciones de rechazo en las familias al ser utilizada como justificación y arma para quitarle validación a las personas.

Incluso las personas que describían a su familia como muy religiosa, coincidían en esperar discriminación y rechazo. Otro de los elementos recurrentes en el rechazo familiar fueron el machismo y los estereotipos de género. Resulta digno de reconocimiento y orgullo que una persona que logre vivir en congruencia a pesar de un contexto familiar adverso y violento que lucha por negar su identidad.

3.3 La seguridad que ofrece el clóset

Aunque las personas participantes mencionaron vivir su sexualidad en libertad y congruencia, se identificó un sentimiento recurrente de miedo y precaución ante la respuesta de las personas externas, especialmente en el entorno laboral y la demostración de afecto en espacios públicos debido a su orientación sexual y/o identidad de género no normativas.

En esta categoría se analizaron las situaciones en las que las personas consideran que es necesario o conveniente ocultar su identidad sexual para mantenerse a salvo.

A pesar de que las personas participantes mencionaron vivir su orientación sexual e identidad de género no normativas de forma abierta, se mencionó de forma recurrente que había situaciones o ámbitos de socialización en los que preferían ocultar o al menos omitir el tema de diversidad sexual para evitar sentirse vulnerables, o arriesgarse, por ejemplo, a perder sus empleos.

Al relacionar esta subcategoría con la anterior relacionada con el rechazo familiar, vale la pena analizar la repercusión que genera en las personas haber vivido discriminación y rechazo en su núcleo familiar debido a su identidad sexual. Los relatos que se presentan a continuación permiten visibilizar el impacto de la discriminación en la familia en la forma en que las personas interactúan en otros ámbitos de socialización, y en la sensación de seguridad que transmite ocultar la orientación sexual e identidad de género no normativas, o como se le conoce coloquialmente, mantenerse en clóset.

Para Ernesto, disimular y esconder su orientación sexual era una necesidad permanente en su pueblo para mantenerse a salvo y evitar agresiones, ya que sabía que su sociedad machista reprueba la homosexualidad.

Te tenías que esconder, así completamente. Como que era mucho muy mal visto. Sobre todo, yo que crecí allá en un pueblo mucho más chico, y decían lo peor de lo peor: ¿cómo es posible? Y decían: ‘no, que asco’ y que no sé qué. (Entrevista Ernesto)

Además, Ernesto reconoce que desde chico tenía gestos y ademanes femeninos, lo cual era motivo de acoso escolar, por lo que no solo se ve obligado a esconder su orientación sexual, sino también aprender a controlar, limitar y adaptar su expresión a los estándares masculinos socialmente aceptados. Esta dinámica, él la reconoce como su mecanismo de supervivencia.

También fui un poquito amanerado desde niño, también era que desde ahí te agarraban la carrilla, y ya no te dejaban, y no te soltaban y ya si lo utilizaban de manera hiriente (...) Yo creo que trataba como de suprimir, oprimir, suprimir esos, como esos manierismos para pasar desapercibido, creo. Y creo que en mi mayor parte lo logré, pero pues que feo que haya tenido que recurrir a eso para poder sobrevivir a la escuela. (Entrevista Ernesto)

Como se mencionó anteriormente, Ernesto desde muy pequeño comenzó a recibir mensajes que le hacían sentir mal por ser quien era, por su esencia y su identidad. Desde las críticas por parte de su papá y el resto de su familia, la sociedad machista en la que creció, y esto se veía reforzado en el ámbito escolar. Todas estas situaciones le hicieron mantenerse en la seguridad del clóset, hasta que cambia de ciudad, se aleja físicamente de su familia, y comienza a permitirse ser él mismo.

En el caso de la participante Susana, menciona que en el trabajo no habla abiertamente de su orientación sexual, pues su pareja es también su compañera de trabajo, y se sienten más seguras manteniendo su relación en secreto.

No, todavía tengo esa delimitación en mi vida, al menos en el trabajo no saben (...) solo sería un tema por mi pareja, porque mi pareja es de allí. Y ella si está totalmente en closet, entonces es más por protección. (Entrevista Susana)

Andrés también reconoce que en el trabajo prefiere omitir el tema de su identidad sexual no normativa. Es importante recalcar que el hecho de omitir este tema se vive diferente en personas heterosexuales, con quienes no habría ninguna necesidad de mesura al respecto. Con esto se puede inferir el miedo detrás de evitar mencionar su orientación sexual de forma libre.

Eh... en el trabajo abierto, pero con discreción (...) o sea, no es un tema que esté presente (Entrevista Andrés).

Siguiendo con el ámbito laboral, Samuel reconoce que le resulta cansado tener que “salir del clóset” de forma repetitiva al conocer a nuevas personas, en este caso, colegas de trabajo. Reconoce también que el salir del clóset puede tener una connotación negativa.

Quizá lo complicado ha sido así como tener que salir del closet tantas veces, ¿no?, o sea, como, por ejemplo, en los trabajos con los jefes, como esto de que una, y otra, y otra, hasta la fecha (...) me resulta muy cansado y me parece que tiene una carga negativa, por más orgullo que tengas, porque estoy orgulloso de quien soy, me parece que tiene una carga como impositiva de tener que otra vez validar quién eres (Entrevista Samuel).

Estos relatos reflejan de forma clara la relación que encuentran las personas entre ocultar su identidad sexual no normativa, y sentirse seguras.

Como se mencionaba anteriormente, vivir antecedentes hostiles en la familia, la escuela, y cualquier otro ámbito de socialización crean la necesidad de mantenerse en el clóset para evitar agresiones, no poner en riesgo el desarrollo profesional y evitar cualquier tipo de discriminación y violencia.

Además de la percepción e interpretación de la información recabada en las entrevistas, vale la pena retomar la Encuesta Nacional sobre Diversidad Sexual y de Género (ENDISEG) que llevó a cabo el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) durante el periodo del 23 de agosto 2021 al 16 de enero 2022, a continuación, se presentan resultados en los que se puede apreciar un incremento en los intentos de suicidio de personas LBGT+ en comparación con la población no LBGT+.

El 7.9 % de la población No LGBTI+ ha tenido alguna vez pensamientos suicidas. Para la población LGBTI+ el porcentaje es tres veces mayor: 26.1 %. Asimismo, la población LGBTI+ supera en 10 puntos porcentuales a la población No LGBTI+ en el intento de suicidio.

En suma, 28.7 % (1.4 millones de personas) de la población LGBTI+ reportó haber pensado en suicidarse o haberlo intentado alguna vez. La causa principal de la idea o intento fue por problemas familiares y de pareja (57.2 %), seguida de problemas en la escuela (20.3 %) y problemas de salud (19.1 %). El 14.0 % refirió directamente su orientación sexual o identidad de género como causa. (INEGI, 2022)

Estas estadísticas muestran lo grave que llegan a ser las repercusiones de las situaciones de hostilidad en las personas LGBT+, lo que nos lleva a abordar la siguiente subcategoría acerca de discriminación y violencia.

3.4 Discriminación y Violencia

En esta categoría se abordan las situaciones de discriminación y violencia por motivos de orientación sexual y/o identidad de género no normativas.

A partir de las entrevistas se reconoce que estas situaciones comienzan desde la familia, y continúan en otros ámbitos de socialización como la escuela y el trabajo.

Durante las entrevistas se identificó dificultad en las personas participantes para reconocer la discriminación y violencia cuando es ejercida por parte de la familia, por lo que vale la pena comenzar por algunas definiciones básicas para este apartado.

De acuerdo con la CONAPRED, la discriminación es una práctica cotidiana que consiste en dar un trato desfavorable o de desprecio inmerecido a determinada persona o grupo. Además, menciona que los efectos de la discriminación en la vida de las personas son negativos y tienen que ver con la pérdida de derechos y la desigualdad para acceder a ellos; lo cual puede orillar al aislamiento, a vivir violencia e incluso, en casos extremos, a perder la vida. (CONAPRED, 2022).

Por su parte, la Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos (OACNUDH), menciona que las personas LGBT+ se encuentran en particular riesgo de ser víctimas de violencia selectiva a manos de agentes privados. Ese tipo de violencia puede ser física (asesinato, golpizas,

secuestros, violación y abuso sexual) o psicológica (amenazas, coerción y privación arbitraria de la libertad, entre otras). Esos ataques constituyen una forma de violencia basada en el género motivada por el deseo de castigar a quienes se considera que desafían las normas sobre género. (OACNUDH, 2020).

Las personas LGBT experimentan discriminación en muchos y variados aspectos de la vida cotidiana. Sufren tanto de discriminación oficial, en la forma de leyes y políticas estatales que tipifican penalmente la homosexualidad, les prohíben ciertas formas de empleo y les niegan acceso a beneficios, como de discriminación extraoficial, en la forma de estigma social, exclusión y prejuicios, incluso en el trabajo, el hogar, la escuela y las instituciones de atención de la salud. Sin embargo, las normas internacionales de derechos humanos prohíben la discriminación sobre la base de la orientación sexual y la identidad de género. La orientación sexual y la identidad de género, al igual que la raza, el sexo, el color o la religión no son fundamentos permisibles para establecer distinciones. (OACNUDH, 2020).

En el caso de Ernesto, relata haber pasado por situaciones de discriminación y violencia escolares desde los 12 años. Comparte una experiencia en la que recibió una agresión verbal por parte de uno de sus compañeros, y no recibió ningún tipo de apoyo por la figura de autoridad, que en ese momento era su maestro.

A mí me iba muy bien en la secundaria, porque pues era nomás machetear información y aprendértela y era como bastante fácil. Y yo salía que en el cuadro de honor y lo que nunca. Y me acuerdo que una vez un maestro me comparó con un compañero al que no le iba nada bien. Y le decía no, es que ¿por qué no puedes ser como Ernesto? Y él le respondió: es que él es maricón. Así de que, en voz alta, en frente de todos y sí recuerdo que me dolió bastante, aun me acuerdo, creo que fue la primera vez que alguien me dijo maricón así en voz alta, así, yo como con 12 años y todos se rieron (...) y pues el maestro igual, pues ni hizo nada, no dijo nada y así se quedó (Entrevista Ernesto)

Los tratos desfavorables se siguen repitiendo hasta el presente en su vida adulta, en la que recibe miradas incómodas al acudir acompañado de su pareja a eventos festivos de su trabajo.

...hacían como posadas en diciembre de la empresa, y te decían: que tú puedes llevar a un acompañante, amigo, pareja, novio, novia lo que tú quieras (...) y llegábamos agarrados de la mano, lo que sea. Y me acuerdo que había un mánager que se nos quedaba viendo y nos hacía caras así. Nos hacía como el feo. (Entrevista Ernesto)

Samuel por su parte, comenta que él comenzó a identificar el trato discriminatorio desde muy joven por el contenido que se transmitía por la televisión abierta, pues la imagen y representación que se le daba a los hombres homosexuales en esa época era siempre peyorativa y cargada de estereotipos de género

Las burlas de la tele mexicana de que ahí el *jotito* y el *amaneradito*. (Entrevista Samuel)

Además, más adelante es víctima de discriminación y violencia por parte de la familia de su pareja. Él mismo interpreta esta situación siendo él quien encarna la homosexualidad de su pareja.

Fue una cosa muy complicada con sus papás, que él sufrió mucho pero que, además, yo me convertí como en el enemigo, entonces, o sea, las únicas veces que alguien me ha hecho sentir mal, o que ha sido grosero o violento conmigo fueron sus papás (de su pareja). (...) Yo entendía que no era yo el problema. Era la situación, y yo la encarnaba. (Entrevista Samuel).

En el caso de Carmen, quien sufre de discriminación y violencia debido a su identidad de género al ser una mujer transexual, los tratos desfavorables y violentos comienzan desde casa, y apoyados justificados por la religión.

Yo venía de una familia extremadamente católica, muy, muy católica (...) esta parte de la religión fue muy violenta, muy violenta porque me violentaba (...) no me sentía identificada con la religión por la violencia que sufrí con ella,

¿sabes?, no podía yo entender por qué hablaban de amor, de comprensión, de compasión y, al contrario, me violentaban a mí. (Entrevista Carmen)

Además, Carmen llegó a sufrir discriminación también por parte de personas de la diversidad sexual, hombres homosexuales con los que tenía amistad, y que la rechazaron cuando comienza su transición, incluso la culpan de ser el motivo de que las personas con orientación sexual no normativa vivan situaciones de rechazo.

Fue también un duelo de amigos, porque perdí muchos amigos, chicos gays o que eran mi círculo que me decían: ‘por gente como tú es por lo que a todos nos critican, nos golpean y nos acosan’ ¿sabes? Fue horrible, porque llegó un punto en mi vida en el que dije: yo soy la responsable de tanto daño hacía los chicos gays. (Entrevista Carmen)

Además, Carmen también relata haber vivido situaciones de discriminación institucional por parte de organismos de gobierno que vulneraron sus derechos, relata la siguiente experiencia en la Secretaría de Relaciones Exteriores.

Cuando yo iba a solicitar mi pasaporte yo fui con nombre de chico, y yo les pedí: podrían no decir mi nombre por favor, y la chica, una mujer me dijo: ‘es que así te llamas y así te tenemos que hablar’ y en mi mente estaba: ‘es que es bien sencillo decir: te voy a hablar por tus apellidos’ (...) y gritó mi nombre con mi nombre masculino, o sea, me llamó por mi nombre masculino cuando ya no tenía que hacerlo porque ya, legalmente, hay un cambio de nombre y ya no tenía la obligación de hablarme por el nombre anterior. (Entrevista Carmen)

Lamentablemente las situaciones por las que pasó Carmen escalaron también a la violencia física, pues relata haber vivido palizas por el simple hecho de ser una mujer transexual.

Mira, me dieron tres palizas en México, me golpearon, por su puesto, fui acosada, fui violentada por ser una mujer Trans y claro que me pasó. (Entrevista Carmen)

Carmen se describe como una activista por los derechos de las personas trans y de toda la comunidad LGBT+. Dentro de estas actividades, relata que una ocasión, al acudir a una marcha del Frente Nacional por la Familia, organizada principalmente por grupos religiosos y de extrema derecha para hacer presencia y representar a la comunidad LGBT+, recibe agresiones verbales que llegaron hasta las amenazas de muerte.

...hubo una marcha Profamilia y fuimos, del colectivo con R. y varios chicos a hacer presencia para que dejen de violentar a personas LGBT. Ese momento que fue de mayor pánico en mi vida, cuando la gente se aglomera, nos rodean y empiezan a agredirnos a hablarnos, y un tipo se me acerca y me dice a mí, pero directamente a mí: 'te voy a matar', 'hoy te vas a morir' y, entonces, ver como el resto de mis compañeros se dispersaban y pasaban desapercibidos, hombres gays, mujeres lesbianas, pero yo no, yo era una mujer trans, yo no pasaba desapercibida y estaba en la visibilidad de todos y me gritaban: es que eres un hombre y siempre vas a ser un hombre, fue un momento de choque super pesado que yo recuerdo que iba temblando y con miedo a casa porque dije: 'si este tipo me sigue me mata' (Entrevista Carmen)

Estos testimonios dan cuenta de la discriminación y violencia sistémicas que se ejerce en contra de las personas LGBT+.

Conclusiones

De inicio, se reconoce que el proceso mediante el cual las personas vamos construyendo su identidad es un proceso continuo y permanente, dinámico, no lineal, que es influido por elementos como la familia -con sus propias creencias, costumbres y tradiciones- así como las interacciones sociales en la comunidad, la escuela, el trabajo y las amistades.

A diferencia de las personas cisgénero heterosexuales, la identidad de las personas que se identifican con una sexualidad no normativa tiene un elemento adicional que está centrado en la aceptación y rechazo de su identidad sexual por su entorno.

Esta valoración de la identidad sexual de las personas se comienza a percibir desde la infancia, y está directamente relacionada al cumplimiento de estándares sociales normalmente aceptados como lo son los estereotipos de género.

Es decir, se reconoce una expectativa normalmente aceptada de que las mujeres desde niñas presenten rasgos, gestos y ademanes normalmente femeninos, así como los niños deben mostrarse varoniles y con gustos e intereses comúnmente masculinos.

A partir de las entrevistas se puede afirmar que las valoraciones negativas de las familias hacia las personas en torno a su identidad sexual comienzan en el momento en que sus expresiones salen de las normas de género socialmente aceptadas y relacionadas con la masculinidad o feminidad.

El rechazo familiar se reconoce como un primer elemento que obstaculiza el proceso de construcción de identidad de las personas, pues las obliga a moldear y adaptar su forma de ser de acuerdo con las normas sociales adoptadas por su núcleo familiar.

Además, la búsqueda de validación externa lleva a las personas a minimizar y justificar las situaciones de hostilidad y violencia, sobre todo cuando se reciben de la familia. Incluso se reconoce dificultad para reconocerse vulnerados cuando los ataques se presentan en el núcleo familiar.

Por el otro lado, el momento en que las personas comienzan a reconocer su orientación sexual e identidad de género no normativas, representa el comienzo de un proceso de autoconocimiento enfocado en su identidad sexual, que en todos los casos de esta investigación se vivió de forma solitaria, acompañado de miedo, confusión y culpa.

De acuerdo con los resultados mostrados en el apartado anterior, este proceso se puede abordar en tres etapas: reconocimiento, exploración y aceptación.

La primera etapa de reconocimiento se puede definir como un proceso personal e individual mediante el cual las personas van reconociendo en sí mismas su orientación sexual e identidad de género, pero lo más importante para esta

investigación es reconocer que no se adapta a los constructos sociales de heteronormatividad y cisnormatividad. Es decir, el propio reconocimiento de una sexualidad disidente.

Este proceso está acompañado también de curiosidad, lo que impulsa a las personas a explorar su sexualidad disidente. De acuerdo con los testimonios recuperados en esta investigación, algunas de las acciones que se reconocen como parte de la exploración fueron utilizar ropa, accesorios del género opuesto, reconocer que los gustos e intereses en cuanto a contenido audiovisual y actividades deportivas no eran los mismos que sus congéneres, comenzar a aceptar y reconocer la atracción hacia personas del mismo sexo.

En esta misma etapa de exploración, las personas mencionaron comenzar a expresar abiertamente hacia el exterior su orientación sexual y/o identidad de género no normativas.

Estas expresiones se dieron en etapas muy diferentes de la vida entre las personas entrevistadas, pues mientras una mujer transexual recuerda haberle dicho a su madre que ella era una mujer desde los cinco años, hubo también casos en los que la primera vez que un hombre expresó su homosexualidad, fue alrededor de los 20 años.

Esto habla también de lo personal y particular que resulta el proceso de construcción de la identidad, pues, aunque se encuentren puntos en común entre personas sexodiversas, las vivencias individuales van marcando el proceso individual de cada una de ellas.

A partir de los elementos que se identificaron como facilitadores en el proceso de construcción de la identidad, se reconoce la gran importancia que tienen el acceso a la información, la representación, y la formación de redes de apoyo.

El acceso a la información les permite a las personas comprenderse y saberse válidas, la representación les hace saber que no están solas, y las redes de apoyo les brindan seguridad, compañía y cariño. Esto se refleja en un reforzamiento del autoconcepto y autoestima.

Por último, esta investigación presenta evidencia objetiva de la tendencia actualizante de las personas, es decir su capacidad de actualizarse, mantenerse, realizarse y desarrollar sus potenciales. Además, los testimonios dan cuenta de resiliencia y perseverancia de las personas LGBTQ+ en el proceso de construcción de su identidad, a pesar de las adversidades, con tal de alcanzar en su versión más auténtica.

“El objetivo más deseable para el individuo, la meta que persigue a sabiendas o inconscientemente, es llegar a ser él mismo”
-Carl Rogers.

REFERENCIAS

- Ander Egg, Ezequiel y Aguilar, Ma. José. (2005) Parte 2. Guía para la elaboración de proyectos. En *Cómo elaborar un proyecto. Guía para diseñar proyectos sociales y culturales*. Editorial Lumen-Humanitas. Buenos Aires. 18 edición, 29-71.
- Balcázar Nava, Patricia. (2013). *Investigación Cualitativa*. Ministerio de Educación del Perú, Lima, Perú. Recuperado en 20 de enero de 2022 de:
<http://disde.minedu.gob.pe/handle/20.500.12799/4641>

- Barceló, T. (2013). Las actitudes básicas Rogerianas en la entrevista de relación de ayuda. *Miscelánea Comillas. Revista de Ciencias Humanas y Sociales*, 70(136), 123-160. Recuperado de: <https://fund-encuentro.org/index.php/miscelaneacomillas/article/view/722/598>
- Bennett, M. (2013). *Autoconocimiento*. Ediciones ESI. Recuperado de: <https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=V3ktAgAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT4&dq=autoconocimiento+&ots=ig-mwxez4K&sig=mitQjj4NVnkhxRtXOCeiQRneY1s#v=onepage&q=autoconocimiento&f=false>
- Cárcamo Vásquez, Héctor (2005). *Hermenéutica y Análisis Cualitativo*. Cinta de Moebio, (23),0 [fecha de Consulta 7 de mayo de 2022]. ISSN: Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=10102306>
- Careaga Pérez, Gloria (2003). *Sexualidades diversas: aproximaciones para su análisis*. Universidad Nacional Autónoma de México - Programa Universitarios de Estudios de Género. Cámara de Diputados. Miguel Ángel Porrúa. México.
- Ch. A. Lázaro, (2014). *La conformación del movimiento LGBT en Guadalajara, Jalisco*. Argumentos. Estudios Críticos De La Sociedad, (76), 241-276. Recuperado a partir de <https://argumentos.xoc.uam.mx/index.php/argumentos/article/view/154>
- Colás Bravo, Pilar (2007). *La construcción de la identidad de género: Enfoques teóricos para fundamentar la investigación e intervención educativa*. Revista de Investigación Educativa, 25(1),151-166. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=283321895010>
- CONAPRED, CNDH (2018). *Encuesta sobre Discriminación por motivos de Orientación Sexual e Identidad de Género (ENDOSIG)*. Recuperado de: http://mongoenadisxdf5qzobg474i-vm0.eastus.cloudapp.azure.com/assets/pdf/Resumen_Ejecutivo_ENDOSIG_16-05_2019.pdf

- Gómez Gómez, Elba Noemí y Alatorre Rodríguez, Felipe. (2014). La intervención socioeducativa. Cuando se juega en la cancha del otro. En Rev. Sinéctica, 23, 1-17. Tlaquepaque, Jalisco, ITESO.
- González-Sequeira, A. (2020). *Acompañamiento a los adolescentes de 10 a 13 años en el proceso de auto conocimiento y formación de la identidad desde la sexualidad*. Trabajo de obtención de grado, Maestría en Desarrollo Humano. Tlaquepaque, Jalisco: ITESO.
- Hernández Cabrera, Porfirio Miguel. (2001). *La construcción de la identidad gay en un grupo gay de jóvenes de la Ciudad de México*: Algunos ejes de análisis para el estudio etnográfico. Desacatos, (6), 63-96. Recuperado en 20 de septiembre de 2021, de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1607-050X2001000100004&lng=es&tlng=es.
- Hernández Sampieri, Roberto. (2014). *Metodología de la Investigación*. McGraw-Hill, México.
- Lafarga, J. (2016). Desarrollo Humano El Crecimiento Personal, Editorial Trillas, México.
- Laguarda, Rodrigo. (2005). *Construcción de identidades: un bar gay en la ciudad de México*. Desacatos, (19), 137-158. Recuperado en 20 de septiembre de 2021, de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1607-050X2005000300009&lng=es&tlng=es.
- Larios, R. & Macías, A. (2010). Corazón de piedra... ¿yo? México: Amat Editorial. Guadalajara, México.
- Marimón, D. A., Blanco, S. & Corredor, E. (2020). Influencias discursivas y construcción de identidad sexual en personas LGBT. Colombia. Recuperado de: <http://hdl.handle.net/10554/50227>.

- Martínez, Y. (2005). Revisión de la fenomenología existencial. En *Rev. Mexicana de Logoterapia*. No. 14, pp. 61-89.
- Mejía Navarrete, Julio (2011). Problemas centrales del análisis de datos cualitativos. *Revista Latinoamericana de Metodología de la Investigación Social*. Argentina.
- Moreno, S. (2014). La entrevista fenomenológica: una propuesta para la investigación en psicología y psicoterapia. *Revista da Abordagem Gestáltica* Vol. XX, núm. 1, enero-junio, pp. 71-76. [Fecha de consulta 22 de enero de 2022] ISSN: 1809-6867. Disponible en:
<https://www.redalyc.org/pdf/3577/357733920009.pdf>
- Novelo-Medina, P. (2020). *La Psicología Humanista: Tercera fuerza en psicología*. [Presentación Genially] Asignatura: Desarrollo Humano.
- Novelo-Medina, P. (2020). *Soren Kierkegaard*. [Presentación de Power Point]. Asignatura: Desarrollo Humano.
- Ortiz-Hernández, Luis. (2004). *La opresión de minorías sexuales desde la inequidad de género*. Política y cultura, (22), 161-182. Recuperado en 25 de septiembre de 2021, de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0188-77422004000200009&lng=es&tlng=es.
- Oxford Languages. (2022). Oxford Languages and Google. Recuperado de: <https://languages.oup.com/google-dictionary-es/>
- Pacheco, Gerardo. (1993). La intervención comunitaria. Espacios de expresión y cambio social. En *Rev. Renglones*, 26, 14-19. Tlaquepaque, Jalisco.
- Páramo, P. (2008). La construcción psicosocial de la identidad y del self. *Revista Latinoamericana de Psicología. Universidad Pedagógica Nacional*, Colombia. Recuperado de:
<http://publicaciones.konradlorenz.edu.co/index.php/rlpsi/article/view/363/261>

- Pérez-Olvera, M. (2006) *Desarrollo de los Adolescentes III Identidad y Relaciones Sociales*. Antología de Lecturas. México. Recuperado de: http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales_de_consulta/Drogas_de_Abuso/Articulos/Libros_Adolescencia.pdf
- Psicoadapta. (2022) *¿Qué es un introyecto?* Recuperado de <https://www.psicoadapta.es/blog/que-es-un-introyecto>
- Quitmann, H. (1989). *Psicología humanística*. Barcelona: Herder Editorial
- Rodríguez Z., J. (2007). *¿Qué es la discriminación y cómo combatirla? Cuadernos de Igualdad*. CONAPRED. Recuperado de: <http://repositorio.dpe.gob.ec/bitstream/39000/950/1/CONAPRED-037.pdf>
- Rogers, C. (1961). *El proceso de convertirse en Persona*. Mi técnica terapéutica, México: Editorial Planeta.
- Rogers, C. (1985). *Terapia, Personalidad Y Relaciones Interpersonales*. Argentina: Nueva Visión.
- Rogers, C. (2012). *El proceso de convertirse en persona*. Editorial Paidós. España. Décima sexta reimpresión.
- Salgado Lévano, Ana Cecilia. (2007). Investigación cualitativa: diseños, evaluación del rigor metodológico y retos. *Liberabit*, 13(13), 71-78. Recuperado en 20 de enero de 2022, de http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-48272007000100009&lng=es&tlng=es.
- Sassenfeld, A y Moncada, L. (2006). Fenomenología y psicoterapia humanista-existencial. *Revista de Psicología* vol. XV, núm. 1, pp. 91-106. Universidad de Chile Santiago, Chile. [Fecha de Consulta 22 de enero de 2022]. ISSN: 0716-8039. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/264/26415105.pdf>
- SEGOB, CONAPRED (2016). *Glosario de la diversidad sexual, de género y características sexuales*. Recuperado de:

https://www.conapred.org.mx/documentos_cedoc/Glosario_TDSyG_WEB.pdf

Serrato Guzmán, Abraham N., & Balbuena Bello, Raúl. (2015). Calladito y en la oscuridad. *Heteronormatividad y clóset, los recursos de la biopolítica*. Culturales, 3(2), 151-180. Recuperado en 09 de marzo de 2021, de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-11912015000200005&lng=es&tlng=es.

Tobías, C. y García-Valdecasas, J. (2009). Psicoterapias humanístico-existenciales: fundamentos filosóficos y metodológicos. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, XXIX (104), 437-453. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=2650196490102>

Vanaershot, G. (1997) Capítulo 2: La empatía como proceso dinamizador de los diversos microprocesos dentro del cliente. En Brazier, D. (1997) Más allá de Carl Rogers. PP. 47-66. Bilbao: Desclée de Brouwer.