

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



**El autoconocimiento para fortalecer el sentido de vida en personas
gais y lesbianas frente a la discriminación y el rechazo social**

TRABAJO RECEPCIONAL que para obtener el **GRADO** de
MAESTRO EN DESARROLLO HUMANO

Presenta: Ricardo Alfonso Varela Tello

Asesora: Ana Araceli Navarro Becerra

Lector: Francisco Javier Hernández González

Tlaquepaque, Jalisco. Abril de 2023

Dedicatorias y Agradecimientos

A Marco Antonio, mi esposo, por su compañía durante, has sido mi apoyo y soporte en todo momento, aun en los más difíciles, con paciencia y en ocasiones en silencio; estas y has estado ahí a mi lado durante el transcurso de la maestría, aceptando mis ausencias durante mis clases y cuando elaboraba las lecturas y el TOG gracias, gracias. Te Amo.

A Carolina, Ricardo y Andres, mis hijos y nieto, su cariño y amor a prueba de todo, les agradezco aceptarme como soy sin juicios, son parte muy importante en mi vida y en la implicación que me llevo al desarrollo de este trabajo, los amo.

A Ana Araceli mi guía, tus consejos y tu apoyo sin medida fueron fundamentales para la elaboración del TOG, tu paciencia conmigo, tus enseñanzas y tu escucha me trajeron a este punto, sin ti no me hubiera sido posible la culminación del sueño de la maestría que algún día tuve y que hoy es una realidad, mil, mil gracias.

A Lorena Camacho gracias por el apoyo y asesoría en el inicio del trabajo, me impulsaste a realizarlo y a vencer el miedo de exponerme; no me arrepiento y me siento satisfecho del resultado, fuiste muy importante en el inicio de esta aventura, muchas gracias.

A Javier Hernandez el lector, el empeño y dedicación que le pusiste al dictamen del presente trabajo fue puntual y detallado, y lo agradezco, así como las palabras que me dirigiste tanto en el dictamen como en la exposición, las cuales fueron motivantes e inspiradoras, gracias.

A las maestras y los maestros de la Maestría, fueron facilitadores y sobre todo guías en el trayecto de esta experiencia, gracias a ustedes llegue al final logrando que el día de hoy sea una diferente y mejor persona.

A mis compañeras y compañero, socios, cómplices y confidentes, excelentes escuchas y apoyo en un caminar en el que las emociones brotaban como agua en un manantial y estuvieron ahí para contenerlas y apoyarme, nunca los olvidare como tampoco las sesiones de esta maravillosa experiencia.

A mi Ricardo, transitaste por un camino pedregoso, con emociones y complicaciones, sin embargo el deseo y esfuerzo para lograr el sueño fueron fructíferos, el día de hoy terminas esta etapa de vida, un nuevo Ricardo para ti y para los demás.

Al ITESO, un remanso de paz y tranquilidad que me abrió las puertas para lograr este sueño que no hubiera sido posible en ninguna otra universidad.

RESUMEN

El presente trabajo de investigación da cuenta de cómo el autoconocimiento fortalece el sentido de vida en una población de gais y lesbianas para afrontar situaciones de discriminación y rechazo social. El proyecto parte del campo del Desarrollo Humano desde el Enfoque Centrado en la Persona. Se partió de una metodología cualitativa con apoyo del método de investigación acción participativa y del método fenomenológico. Se realizaron entrevistas fenomenológicas a 4 gais y 1 lesbiana. Se construyeron las siguientes cuatro categorías: 1) Ser gay o lesbiana. Lo negado haciéndose invisible, 2) Vivir en congruencia abre la puerta a la discriminación, 3) La iglesia, la espiritualidad y la homosexualidad y 4) La vida de gais y lesbianas en el camino al autoconocimiento y sentido de vida. Se concluye que el autoconocimiento y la auto aceptación son importantes para vivir en congruencia y fortalecer el sentido de vida.

Palabras clave: autoconocimiento, sentido de vida, población lésbico-gay, discriminación, rechazo social.

Tabla de contenido

<i>Dedicatorias y agradecimientos.....</i>	<i>2</i>
<i>CAPÍTULO 1. INTRODUCCIÓN - JUSTIFICACIÓN</i>	<i>7</i>
<i>CAPÍTULO 2. PERTINENCIA PARA EL DESARROLLO HUMANO</i>	<i>13</i>
<i>CAPÍTULO 3. IMPLICACIÓN PERSONAL.....</i>	<i>17</i>
<i>CAPÍTULO 4. PROBLEMATIZACIÓN</i>	<i>22</i>
<i>Datos estadísticos.....</i>	<i>25</i>
<i>Acercamiento a una persona experta en el tema</i>	<i>30</i>
<i>Acercamiento a las necesidades de la población lésbico-gay</i>	<i>31</i>
<i>Árbol de problemas</i>	<i>35</i>
<i>CAPÍTULO 5. PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN, OBJETIVOS Y OBJETO DE INVESTIGACIÓN</i>	<i>38</i>
<i>CAPÍTULO 6. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA.....</i>	<i>40</i>
<i>La importancia de la teoría en el proyecto de intervención.....</i>	<i>40</i>
<i>La homosexualidad y la identidad como punto de partida</i>	<i>45</i>
<i>Discriminación, rechazo social y violencia hacia la comunidad LGBTQ+</i>	<i>51</i>
<i>El autoconocimiento como herramienta para facilitar el sentido de vida en gais y lesbianas.....</i>	<i>53</i>
<i>El facilitador como apoyo para el crecimiento de las personas</i>	<i>63</i>
<i>CAPÍTULO 7. METODOLOGÍA</i>	<i>64</i>
<i>Metodología cualitativa</i>	<i>64</i>
<i>Método fenomenológico</i>	<i>65</i>

<i>Selección de la técnica: la entrevista fenomenológica.....</i>	<i>66</i>
<i>Criterios de inclusión y número de entrevistados</i>	<i>68</i>
<i>La bola de nieve como tipo de muestreo.....</i>	<i>68</i>
<i>Consideraciones éticas y consentimiento informado</i>	<i>69</i>
<i>Fundamentación del análisis de datos</i>	<i>72</i>
<i>Sistematización y codificación de la información.....</i>	<i>74</i>
<i>Nomenclatura para resguardar la identidad de las personas entrevistadas.....</i>	<i>74</i>
<i>CAPÍTULO 8. PRIMEROS HALLAZGOS. RELATO REFLEXIVO DE LA INVESTIGACIÓN</i>	<i>75</i>
<i>Principales dificultades y errores, aciertos y sugerencias.....</i>	<i>79</i>
<i>Diario de campo.....</i>	<i>80</i>
<i>Relato descriptivo de las sesiones</i>	<i>80</i>
<i>Mi papel como facilitador.....</i>	<i>85</i>
<i>Conclusión.....</i>	<i>88</i>
<i>CAPÍTULO 9. RESULTADOS.....</i>	<i>89</i>
<i>Categoría 1 Ser gay o lesbiana. Lo negado haciéndose visible</i>	<i>90</i>
<i>Categoría 2 Vivir la congruencia abre la puerta de la discriminación.....</i>	<i>97</i>
<i>Categoría 3 La iglesia católica, la espiritualidad y la homosexualidad.....</i>	<i>105</i>
<i>Categoría 4 La vida de gais y lesbianas en el camino al autoconocimiento y sentido de vida</i>	<i>112</i>
<i>CAPÍTULO 10. CONCLUSIONES.....</i>	<i>120</i>
<i>REFERENCIAS</i>	<i>124</i>
<i>ANEXOS.....</i>	<i>129</i>

CAPÍTULO 1. INTRODUCCIÓN - JUSTIFICACIÓN

El presente trabajo de investigación se realizó para dar cuenta de cómo el autoconocimiento fortalece el sentido de vida en la población lésbico-gay ante la discriminación y el rechazo social, condiciones vividas particularmente en la Zona Metropolitana de Guadalajara (ZMG), Jalisco. Algunas de estas personas viven en un ambiente de vulnerabilidad que los lleva a permanecer en la oscuridad, es decir, ocultando y negando su orientación sexual por miedo a ser violentados, lo que en consecuencia les impide el encuentro con ellos mismos, reconocerse con una libertad interior y con un propósito de ser y estar que oriente su sentido de vida.

La población lésbico-gay ha sufrido carencias de sus derechos básicos, aun cuando son seres humanos iguales a todos, ciudadanos que cumplen con sus obligaciones derivadas de la ciudadanía, que impulsan el crecimiento y mejoran las condiciones de la ciudad que habitan. Sin embargo, en ocasiones, carecen de una libre convivencia en una sociedad discriminatoria que los hace sentir vulnerables por el hecho de tener una orientación sexual distinta a la que se considera heteronormal.

Desde los años ochenta del siglo pasado, a partir de la visibilización que hicieron de sí mismos con manifestaciones y actos públicos, la población lésbico-gay en la ZMG ha sufrido rechazo y discriminación social. Ante tales circunstancias, dicha población ha preferido, en su mayoría, permanecer en el anonimato (lo que coloquialmente se dice “estar en el closet”); de esta forma han evitado padecer violencia o agresiones de la sociedad incluso al interior de sus propias familias, lo que les ha determinado una búsqueda de libertad interior, eligiendo caminos que no siempre dignifican su condición humana, con un sentido de vida contrario al deseado y un autoconocimiento nulo de su persona, lo que les lleva a estados emocionales inestables y depresiones profundas que afectan su autoestima que, en relación a la etapa de vida por la que transiten, puede afectar su desempeño escolar y/o laboral o dificultar sus relaciones personales, tanto con sus círculos más cercanos como con el resto de la sociedad.

Así, la orientación sexual que no concuerda con lo que social y culturalmente se espera de hombres y mujeres, permite la discriminación que interviene en las diferentes esferas donde se desarrolla cada individuo: en el hogar, la escuela, el trabajo, la salud, la

sociedad, en el ámbito político, económico, la religión, medios de comunicación y hasta instancias gubernamentales. Es por ello que, las personas lesbianas o gais¹ al encontrarse fuera de lo normativo, quedan en un estado vulnerable frente a diferentes expresiones de violencia y discriminación, entendida esta última como cualquier práctica que pretenda jerarquizar a las personas o sus actos; es decir, dar trato de inferioridad a una persona o colectividad por sus características personales (Flores, 2005 citado en Comisión de Derechos Humanos de la Ciudad de México [CODHEM], 2019).

Por otra parte, existe violencia aunada a la discriminación hacia las personas gais y lesbianas abarcando desde la intimidación psicológica agresiva y sostenida hasta la física; tortura, secuestro y asesinato selectivo; así como violencia sexual, a través de lo que se conoce como violación correctiva o punitiva. Ésta puede ocurrir en múltiples lugares espontáneos o planeados, como son parques, centro de trabajo, hogares, entre otros. El Estado tiene la obligación de proteger el derecho de las personas gais o lesbianas a la vida, a la seguridad de su persona para no ser sometidos a torturas o malos tratos; al mismo tiempo de adoptar medidas para prevenir la violencia por odio o discriminación.

La violencia ejercida hacia las personas gais y lesbianas es un problema social que requiere ser evidenciado desde los diferentes ámbitos, entre ellos está el político, social, educativo y cultural, con el fin de generar un proceso de equidad, justicia, respeto y buen trato hacia estas personas que, al igual que el resto de la humanidad, merecen un trato con dignidad, donde se les observe por sus cualidades, valores, aptitudes, y no por su condición sexual (Parra y Ramos, 2012).

El problema empieza cuando este tipo de diferencia no es aceptada por las demás personas de la ciudad y en consecuencia expresan su inconformidad, en algunos casos, por medios violentos en los que se pueden presentar situaciones de vulneración de derechos como también se recrimina y/o juzga su condición sexual y efectiva (Parra y Ramos, 2012).

¹ Se escribe gai con i latina cuando se habla en plural y con y griega en individual. En lo sucesivo se dirá gay cuando se habla en singular, y gai o gais para referirse al plural.

Además de lo anterior, la falta de información que tiene la sociedad o la información errónea y/o distorsionada que se difunde sobre la realidad de las personas gays y lesbianas como un factor para promover una sociedad prejuiciosa, arbitraria y violenta y que, por tanto, ocasiona ambientes injustos, difíciles y violentos. Ser diferente inicia un descontento social cuando la sociedad no concibe desde diferentes puntos de vista las distintas orientaciones sexuales, ya que suponen que se rompe el orden social y moral y, por consecuente, se degrada la sociedad. Cuando la sociedad conoce la variedad de diferencias, situaciones y costumbres de las personas gays y lesbianas, reacciona frente a las situaciones, personas o conflictos ignorados, emprendiendo acciones discriminatorias, violentas e injustas por considerar su actuar como malo, pecaminoso, inadecuado o inmoral respecto de las normas heteronormativas.

La sociedad actual condiciona a vivir desde una ideología patriarcal y heteronormativa que atraviesa de manera transversal los preceptos religiosos, morales, familiares, educativos y laborales sobre lo que se debe hacer sentir y pensar para ser miembro de la sociedad. De lo contrario, son estigmatizados, señalados o marginados por el hecho de pensar, sentir y ser diferentes a lo establecido. Existen ciertas formas de violencia que afectan y alteran emocional, física y psicológicamente a los gays y lesbianas de la ZMG.

Es importante mencionar que la no discriminación supone que todos los seres humanos tienen derecho a ser tratados en condiciones de igualdad, sin exclusión, restricción o preferencia derivada de cualquier factor que atente contra su dignidad humana, así como derechos y libertades fundamentales. En México, en el 2003, se promulgó la Ley Federal para Prevenir y Eliminar la Discriminación por cualquier motivo y, como antecedente, en el 2011 se reformó la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos en materia de derechos humanos agregando al texto del artículo 1º la prohibición de la discriminación por orientación sexual, siendo esto un cambio en relación con el Estado de derecho de personas gays y lesbianas.

Sin embargo, esto no ha detenido la discriminación y el rechazo social de un sector de la población. En este sentido, la Encuesta Nacional sobre Discriminación en México

(ENADIS)² revela que el 20.2% de la población de 18 años y más declaró haber sido discriminada en el último año. Los motivos de discriminación que señalan principalmente son tono de piel, manera de hablar, peso o estatura, forma de vestir o arreglo personal, clase social, lugar donde vive, creencias religiosas, sexo, edad y orientación sexual. También 3.2% del total de la población de 18 años y más se autoidentificó como no heterosexual mientras que el 96.8% señaló ser heterosexual. De la misma manera, dicha encuesta señala que, dados los prejuicios sobre la diversidad sexual, varias personas no compartieron su orientación sexual abiertamente, por lo que el porcentaje real sería mayor (ENADIS 2017, citado en CODHEM, 2019).

Es por ello de la relevancia que enmarca este proyecto de investigación, lo cual conduce a reconocer los sentimientos y las consecuencias expresadas ante esta situación, la cual puede derivar en nuevos problemas sociales, de manera que es necesario buscar una solución que permita construir una sociedad equitativa con respeto por la diferencia para disminuir los índices de violencia simbólica para los gays y lesbianas (Parra y Ramos, 2012).

Este trabajo de investigación parte del Desarrollo Humano para dar cuenta a través de un proceso de acompañamiento a personas gays y lesbianas en el fortalecimiento de la construcción de su autoconocimiento para la búsqueda de su sentido de vida acorde con su orientación sexual, mostrándose tal cual son, sin temores, lo que en consecuencia derivará en que puedan desarrollarse plenamente. Así, el objetivo que persigue la persona a sabiendas es llegar a ser el mismo para dejar las fachadas falsas, los roles con los que ha encarado la existencia hasta ese momento y tratar de descubrir algo más profundo, y propio de su personalidad (Rogers, 2014).

Es importante el respeto que cada ser humano merece independientemente de su orientación sexual. Por eso las luchas constantes de esta población, por alcanzar el

² La ENADIS es un instrumento metodológico y estadístico que brinda un panorama de múltiples formas de discriminación entre ellas, la derivada de la orientación sexual de las personas gays y lesbianas. La más reciente, realizada en el año 2017, en un trabajo colectivo de Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación (CONAPRED) y el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), junto con la Comisión Nacional de los Derechos Humanos (CNDH), la Universidad Autónoma de México (UNAM) y el Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología (CONACYT), ofrecen información pertinente para el reconocimiento de problemática sobre la cual girará la intervención.

objetivo de la equidad que se vuelve, más que un campo de acción, una oportunidad de hacer una sociedad más ecuánime, justa y menos difícil de concebirla. A pesar de la discriminación y el rechazo, a la persona se le puede quitar todo, salvo la autonomía humana, la libre elección de la acción personal ante la circunstancia para seguir su propio camino, esa libertad interior que no se arrebató, conforme a la existencia de intención y sentido de vida (Frankl, 2015).

De manera histórica, el humano en su evolución ha buscado siempre reconciliarse con la naturaleza y con sus iguales; por lo que realizar un trabajo de investigación con población lésbico-gay con la intención de fortalecer su autoconocimiento y sentido de vida busca ayudarles a producir cambios en su potencial humano para orientar y dar significado a sus vidas, afrontando con mayores y mejores elementos la discriminación y el rechazo social desde la mirada del Desarrollo Humano.

El autoconocimiento desde el campo fenomenológico, plantea que poco a poco la persona se va diferenciando, reconociéndose a sí mismo como tal, comenzando a ser auténtico, a actuar conforme a lo deseado, con atributos y valores que los reconoce como parte de su identidad (Rogers, 1961). Por su parte, Frankl (2015) comenta que la experiencia de los sujetos se va conformando en el encuentro consigo mismos y su hacer frente a situaciones difíciles les ayuda a encontrar un propósito y dar sentido a sus vidas. Estos elementos conceptuales -el autoconocimiento y el sentido de vida- resultan ser los objetos de intervención para este trabajo abordado desde el Desarrollo Humano.

En este trabajo de investigación se siguió la siguiente ruta: se inicia con la pertinencia del tema-problema desde el campo del Desarrollo Humano, con apoyo del Enfoque Centrado en la Persona (ECP) que establece Rogers (1961), en el que se ve al hombre como un ser racional, único, con el mejor conocimiento posible de sí mismo y de sus reacciones lo que constituye su autoconocimiento; esto a su vez tiene que ver con el impulso que tienen los organismos vivos para desarrollar sus potencialidades, crecer y ser mejores, siendo el móvil de su propia existencia. Aunado a esto, Larios (2010) menciona que los individuos cuentan con un yo ideal que es lo que el individuo desearía poseer y sus acciones se ven encaminadas a lograrlo; alude, además, que la supervivencia no es un asunto sencillo, ya que siempre hay obstáculos que afrontar, por

lo que es fundamental aprender a ir en la búsqueda de la esencia de uno mismo, del autoconocimiento.

El segundo capítulo se refiere a la implicación personal de quien realiza esta investigación, ya que, es preciso explicitar la razón de haber elegido el tema. De acuerdo con Hidalgo (1997), si el individuo que realiza la investigación se encuentra implicado en la problemática ya no la verá como asunto de los otros, sino que podrá cuestionar y reflexionar las vivencias de las personas que participen.

En el tercer capítulo se desarrolla la problemática, se parte de la afirmación de Sánchez-Puentes (1993) al señalar la importancia de identificar el tema problema. Para este proyecto se recurrió a la búsqueda de cifras, se realizó un acercamiento a la población lésbico-gay para identificar sus necesidades sentidas. Para ello, se aplicaron 5 entrevistas semiestructuradas de corte cualitativo. También se elaboró un árbol de problemas apoyado con las instrucciones de Martínez (s.f) lo que ofreció una visualización de la problemática, de sus causas y de los efectos que se derivan de la misma; al realizarlo de forma gráfica permitió la vinculación de las respuestas de los entrevistados, así como el retomar las categorías preliminares identificadas en las mismas.

En el cuarto capítulo se expone la pregunta de investigación, el propósito y el objeto desde el Desarrollo Humano. El quinto capítulo se refiere a la fundamentación teórica. Aquí se describen los documentos académicos consultados en torno a la discriminación, el rechazo social en gays y lesbianas, así como explicitar las definiciones de autoconocimiento y sentido de vida.

El sexto capítulo describe la estrategia metodológica, la cual partió desde el campo del Desarrollo Humano y del Enfoque Centrado en la Persona (ECP), de ahí que se privilegió la metodología cualitativa; los métodos pertinentes fueron el método de investigación acción participativa y el método fenomenológico; como técnica se recurrió a la entrevista fenomenológica. Se recurrió a la bola de nieve como tipo de muestreo. Para el análisis de datos se recurrió al método hermenéutico.

El séptimo capítulo describe los primeros hallazgos, poniendo énfasis en el relato reflexivo de la investigación, así como en la presentación de las personas entrevistadas,

los aciertos, las dificultades y los errores de quien aplicó las entrevistas y del proceso de trabajo de campo. También se explicitan reflexiones en relación con la práctica de las habilidades facilitadoras y del estilo del facilitador.

El octavo capítulo desarrolla los resultados, producto del análisis de datos. Utilizando la evidencia de las categorías y reforzado con el marco teórico aunado a la reflexión del facilitador se entretajeron los conceptos, para obtener la narrativa de las categorías que finalmente serían útiles para realizar las conclusiones de la investigación y que dieron luz para definir el aporte de la investigación al Desarrollo Humano y de la problemática actual de los gays y lesbianas y como ellos mismos comparten. Se construyeron las siguientes cuatro categorías: 1) Ser gay o lesbiana. Lo negado haciéndose invisible, 2) Vivir en congruencia abre la puerta a la discriminación, 3) La iglesia, la espiritualidad y la homosexualidad y 4) La vida de gays y lesbianas en el camino al autoconocimiento y sentido de vida.

El noveno capítulo expone las conclusiones finales producto de la reflexión del análisis de datos y en función del objetivo general de este proyecto. Se finaliza con el décimo capítulo donde se muestran las referencias utilizadas para la elaboración del presente proyecto de investigación.

CAPÍTULO 2. PERTINENCIA PARA EL DESARROLLO HUMANO

El Desarrollo Humano sustentado en la psicología humanista y existencial refiere que las personas están en una constante evolución, buscando una vida mejor y con mayor plenitud con el conocimiento de sí mismos y la búsqueda de sentido de vida. En este supuesto resalta la tendencia actualizante, la cual es un impulso que tienen todos los organismos vivos para desarrollar todas sus potencialidades, crecer y ser mejores, lo cual constituye el móvil de la vida.

Rogers (1961) menciona que los individuos tienen un yo ideal, que es lo que el individuo desearía poseer, aunque existe una incongruencia entre lo que se busca y la realidad y de manera análoga las personas gays y lesbianas irían en la búsqueda una personalidad deseada, que les permitiera ser ellos mismos, sin máscaras, sin rechazo ni

discriminación social; pero desafortunadamente la realidad es que prevalecen condiciones, sociales, culturales y religiosas que les determinan el no vivir plenamente como lo desean.

De acuerdo con Rogers (1961), el Desarrollo Humano pretende que el individuo llegue a vivir en un estado de congruencia, que pueda ser como quiere ser, con una alta autoestima y aun cuando exista la influencia del entorno social, que esto no impida que las personas se vean a sí mismas como lo desean, aprendan a amarse, respetarse, valorar su propia esencia, su ser y sobre todo ser felices; palabras complicadas de practicar para las personas lesbianas y gais pero no irrealizables, aún en el momento histórico social que se vive en el presente siglo XXI.

De acuerdo con Larios (2010) “el Desarrollo Humano pone las herramientas adecuadas para el desarrollo del potencial, porque yo no puedo saber si la ayuda que le estoy ofreciendo al otro, es exactamente lo que necesita” (p.11). Se entiende que es fundamental ver al individuo como es porque se puede caer en el error de ofrecer algún camino que no sea lo que está necesitando para llegar al reconocimiento de su autoconocimiento y del sentido de vida.

También es importante identificar el rechazo y la discriminación hacia la población lésbico-gay, la cual varía dependiendo de la historia de vida de los sujetos que la conforman, ya que existen una diversidad de factores como a pertenencia a un estrato social determinado, el nivel educativo, las costumbres familiares, la religiosidad o la población en la que se vive. Estos factores resultan determinantes para la percepción de la homosexualidad, ya que detonan o favorecen elementos como la negación total, la expulsión del círculo familiar del individuo, o hasta la aceptación amorosa, esto una vez que se ha transitado por un proceso de aprendizaje y conocimiento. Las experiencias de vida de estos sujetos van conformando, el encuentro consigo mismo y la elección, las pérdidas; afrontar situaciones difíciles les ayudan a encontrar un propósito y dar sentido a sus vidas (Frankl, 2015).

Desde el Enfoque Centrado en la Persona (ECP) resulta valioso que los individuos gais y lesbianas se conozcan y se acepten como son, ya que el autoconocimiento les permitirá dar cuenta de cuándo son ellos mismos o qué tanto atienden a las demandas de los

demás; incluso con una resignación pasiva que les impide buscar nuevos significados en la vida que se les presenta; en el aquí y ahora y en todo momento de su vida (Larios, 2010). Dicha resignación representa un factor primordial para lograr -o no- la fortaleza necesaria que les ayudará a afrontar el rechazo y la discriminación prevaleciente. Sin embargo, no es que se pretenda cambiar a la sociedad y la percepción de la homosexualidad, sino que el camino que se propone desde el Desarrollo Humano es para que vivan plenamente sin sentirse lastimados o sin derechos y eso no es posible si no existe la aceptación individual.

Desde la psicología humanista se valora al ser humano en su condición natural hacia una tendencia a lo constructivo, a buscar lo que percibe como adecuado (Muñoz, 2012). Las emociones que se presentan como resultado de la discriminación y rechazo social pueden ser de tristeza o cólera, que según Filliozat (1998) las emociones expresan sentimientos, pero al mismo tiempo reflejan estados de ser, pensar y hacer que funcionan como alertas de las necesidades físicas y psíquicas que son disonantes con el contexto.

Por otra parte, Filliozat (1998, p. 33) menciona que la tristeza es una “cascada de sustancias químicas que acompañan el trabajo del duelo suscitada por una pérdida o una separación... un vacío o carencia”. De tal modo que se puede entender que las personas gais y lesbianas sufren de pérdidas o separación de sus familiares amigos compañeros de trabajo en el intento de ser ellos mismos.

Por todo lo anterior el tema tiene pertinencia desde el Desarrollo Humano, ya que invita a las personas de la población lésbico-gay a auto conocerse y, dentro de su entorno, desarrollar la capacidad humana de trascender a los obstáculos y descubrir una verdad profunda que oriente y dé sentido a sus vidas, con un conocimiento internalizado desde su origen en la familia para ir transitando hacia el resto de la sociedad (Frankl, 2015), permitiéndoles también generar vínculos de aceptación y respeto, sintiéndose más incluidos y con los derechos inherentes de todo ser humano.

Por su parte (Rogers, 1961) menciona que las defensas son una reacción cuando un organismo se percibe amenazado y que atenta a su autoconcepto y puede tener una apertura a la experiencia cuidando el concepto de sí mismo con una consideración

positiva; es decir, el individuo se vive en una experiencia positiva de acuerdo con su propia percepción y se aleja de la percepción de los demás.

La consideración positiva de sí mismo es lo que todos en algún momento desean recibir de los otros; desafortunadamente en los individuos de la población lésbico-gay no se obtiene, e incluso, de manera sociocultural se suele recibir lo opuesto: discriminación y rechazo, debido a que, aun en esta época y pese a los movimientos sociales de diversidad sexual que promueven la visibilidad, el respeto y la inclusión de este sector de la población, aun está muy arraigada la ideología heterosexual y patriarcal (Mora, 2020; Lagarde,1996). Esto resulta entonces en un camino difícil para transitar hacia la madurez, para llegar al punto en que una persona tenga una percepción realista a partir de la cual asuma y acepta ser diferente a los demás y ponderar su existencia en un proceso de valoración orgánica en continuo movimiento y crecimiento hacia un proceso en constante evolución.

La aportación del autoconocimiento para fortalecer el sentido de vida ofrece una idea para conocer y entender a las personas gais y lesbianas, la manera en cómo viven el rechazo y la discriminación social. Por lo que la teoría de Rogers (1961) resulta pertinente para el presente proyecto de intervención, así como la mirada del Desarrollo Humano.

En este proceso las personas también reconocieron sus intenciones, sus conductas y actitudes para dejarse ver como personas auténticas con ideales y valores que defienden, que les da identidad y sentido de pertenencia en la comunidad de la que forman parte.

Ser auténtico implica también la voluntad de ser y expresar, a través de las propias palabras y conducta los diversos sentimientos y actitudes que existen en sí mismo. Solo mostrándose tal cual es, se puede lograr que la otra persona busque exitosamente su propia autenticidad. Además, a decir de Rogers (1961), es preferente que en la relación de una persona con otra exista aceptación entre ambas porque por medio de la escucha se fortalece el crecimiento personal y el respeto por sí mismo, independientemente de su condición, de su conducta o de sus sentimientos.

De esta manera, uno de los aspectos centrales del presente trabajo tiene que ver con las situaciones de rechazo y discriminación hacia los gais y lesbianas por ser distintos, por

sentir y amar diferente, por lo que resulta importante que puedan ser visibilizados como iguales a todos los seres humanos, con los mismos derechos y aceptación. La aceptación también implica el respeto y agrado que siento hacia el otro como persona distinta, el deseo de que posea sus propios sentimientos, forma de pensar, la aceptación y respeto por todas sus actitudes (Rogers, 1961).

Partiendo de lo anterior, se puede mencionar su pertinencia desde la mirada del Desarrollo Humano, ya que se buscó realizar un proyecto de intervención con personas con vivencias diferentes que pertenecen a la población lésbico-gay en relación con el autoconocimiento, con el fin de fortalecer su sentido de vida frente a la discriminación y rechazo social, desde la psicología humanista y el ECP.

CAPÍTULO 3. IMPLICACIÓN PERSONAL

Desde el Desarrollo Humano la implicación personal con relación al objeto de intervención es fundamental ya que el facilitador podrá entender y visualizar de mejor forma a las personas que tomen parte en la intervención. A decir de Carretero (2015) la psique y la personalidad de quien investiga o interviene está intrínsecamente ligada con las personas y con el tema que se elige. De ahí que, es necesario reflexionar acerca de la historia familiar de la persona que investiga o interviene y de la manera en que orienta sus decisiones, sus conductas y sus pensamientos.

En este sentido, Lafarga (2010) también puntualiza en la necesidad de explicitar la implicación personal en tanto que, el Desarrollo Humano se basa en interacciones, poniendo el énfasis “en la salud, la autodeterminación, la autoestima de las personas en los grupos y en las comunidades” (p. 15). Por lo que, el Desarrollo Humano podría ser descrito como “el proceso de autorrealización de las personas individualmente consideradas, de los grupos y de la sociedad, motivado por la tendencia a la superación manifiesta en todos los organismos vivos y de la que es consciente al ser humano”. (Lafarga, 2010, p.17).

Por autorrealización o crecimiento personal se entiende el proceso de autoconocimiento, de la autoestima y de la autodeterminación que las personas tienen en relación con su

persona y en relación con los grupos y/o comunidades donde está inmerso. Ello implica colocarse como un habitante legítimo del mundo, “con la capacidad para asumir los propios sentimientos, percepciones y significados y responsabilizarse para ellos, responder de manera asertiva para cubrir sus necesidades, incremento del interés social o búsqueda de la equidad y la igualdad de oportunidades de todos” (Lafarga, 2010, pp. 20-21). Por lo anterior, en las siguientes líneas explico mi implicación personal con respecto al tema de este proyecto de investigación.

Nací en Guadalajara en el seno de una familia conservadora y religiosa. Mi madre fue una mujer avanzada a su época que siempre trabajó ayudando a mi padre, por lo que tuve una infancia solitaria y mi cuidado estaba a cargo de lo que en aquel tiempo se les llamaba “nanas”. Con la fortuna de contar a mi lado con dos excelentes nanas que me querían, me cuidaban y procuraban para que estuviera bien, aunque nunca es igual al cariño de una madre. Mi progenitora hizo lo mejor que pudo, pero junto con mi padre estuvieron más preocupados porque tuviéramos un bienestar económico antes que el afectivo, fui el cuarto de siete hijos, después de dos hombres y posterior a mí nacieron dos mujeres.

Reconozco que en el aspecto económico, fui un niño muy cuidado, sin excesos, pero con gran falta de amor, lo que me marcó por mucho tiempo en mi vida. El tema de la sexualidad en mi casa era un completo tabú y en los años setenta y ochenta del pasado siglo - tiempo en que viví mi adolescencia y temprana juventud-, se carecía de la información necesaria al alcance de hombres o mujeres de mi edad, por lo que crecí con muchas lagunas, temores y desinformación. Mi educación fue excelente desde un principio hasta el final en escuelas de formación jesuita, lo cual me dejó importantes enseñanzas que me marcaron con su filosofía y espiritualidad ignaciana que a la fecha conservo.

Entrando al tema que me ocupa, al iniciar mi adolescencia, me independicé de mi familia, y con amistades nuevas empecé a conocer personas y tener experiencias de vida en la ciudad de Guadalajara. En medio de los cambios tanto fisiológicos como hormonales de esta etapa, conviví con mis compañeros en un mundo relativamente machista, de hombres; donde el que estuviera de novio con la niña bonita o era el mejor jugador de

fútbol, valía más que los demás. Desde entonces me sentía diferente, me gustaban otras cosas y nunca lo expresé o pregunté debido a que no existía suficiente información o por el miedo a ser rechazado por los compañeros de mi escuela.

Así crecí y fui dándome cuenta de lo que mis sentimientos reflejaban y cuando finalicé la universidad e inicié mi vida laboral, fue cuando comencé a notar el rechazo que existía en la sociedad tapatía permeada por la religión y la iglesia católica. La falta de información pública, el temor hacia mi padre y un total desconocimiento de lo que pasaba sin tener a quien recurrir me hizo negarme a mí mismo y mi esencia.

En la década de los ochentas del siglo pasado, fueron los tiempos en los que inicié mi carrera laboral -lo que me dio una independencia de mi familia- viví una vida de mentira, engañándome, no puedo decir lo que sentía porque no lo entendía y suponía que era algo pasajero, por lo que vivía con aparente normalidad, palabra que no me gusta utilizar ya que en la cuestión de identidad u orientación sexual no hay situaciones normales o anormales, sino solamente diferentes formas de vivir.

Como todos los jóvenes de mi edad tuve novias, mujeres más que nada para darle gusto a mis padres, que dicho sea de paso mi padre era muy macho y se expresaba bastante mal de las personas con orientación homosexual, situación que me preocupaba y me asustaba, al punto que un día me dijo “de esta casa solo sales casado o con las patas por delante (muerto)”. No entendí claramente lo que quiso decir, vivía con miedo; por lo que, para salir de esa situación y quitarme la confusión, me casé. Al principio yo suponía que, era solamente eso, pero después de 19 años, dos hijos y afectar a una mujer, me di cuenta que no era así y que para vivir plenamente y dejar que mi ex esposa también lo hiciera, decidí recuperar mi autenticidad y congruencia en lo que me había tocado vivir y que deseaba hacerlo.

Este paso fue muy difícil porque observaba desde fuera de la comunidad, el rechazo y la discriminación hacia las personas que, como yo, teníamos una orientación sexual diferente. Inicialmente pensaba que yo era bisexual, aunque posteriormente, de acuerdo con mi experiencia, me di cuenta de que no era así, sino que solo había sido el temor hacia mi padre lo que me motivó a actuar de la forma que lo hice.

En esta etapa de mi vida fue cuando sufrí el mayor rechazo y discriminación, ya que aún no me mostraba auténtico ni congruente, ni lo comentaba a mi familia: comencé a vivir como gay. Fiestas, antros, reuniones, parejas, fue morir y renacer; todos los que consideraba como amigos, compañeros de trabajo, de escuela, me dieron la espalda, perdí todo lo logrado durante 40 años, tuve que empezar de nuevo, lo cual se me dificultó.

Mi intención por querer finalmente vivir como lo deseaba, con mi propia manera de ser, me ayudó a sentirme cada vez más ligero y, aunque me dolió mucho el que no me respaldaran, yo les decía que Ricardo era el mismo, que nada había cambiado, pero no fue así, pude salir y, poco a poco y pausadamente, mi familia lo supo (mi padre no, porque ya había fallecido). Al principio, inclusive, dos de mis hermanas con sus respectivos esposos me bloquearon, hasta que llegó el punto en que mis seres queridos me aceptaron y actualmente vivo plenamente, soy feliz, las personas que me interesan lo saben y lo aceptan.

La sociedad aun rechaza por ignorancia y miedo. Me molesta el hecho de no poder ir en una plaza comercial de la mano con mi pareja o darle un beso para evitar malos tratos, por respeto a los demás paseantes no lo hago. Para pedirlo, hay que otorgarlo y, aunque no tendría que ser problema, hay matrimonios que luego preguntan: ¿cómo les explico a mis niños que dos hombres o dos mujeres se besan o van de la mano? Lo que demuestra la falta de conocimiento y de una educación que debería de mostrar a los infantes que no tiene nada de malo ser diferente, ya que ellos son los que menos juzgan, siempre y cuando se les eduque para que puedan ver las diferencias de una manera más comprensiva y empática.

Con el tiempo reconocí que a pesar de los esfuerzos de activistas en nuestro país y a nivel internacional los avances no se daban con la rapidez deseada. Según Carrier (s.f.), en el inicio de los ochenta, famosos activistas como Arturo N, José N, Federico N. y Pedro N., los cuales se reunían en la famosa Plaza de las Sombrillas, terminaban en la cárcel o eran reprimidos por el simple hecho de solicitar igualdad de derechos para los homosexuales.

Desde ese entonces hasta ahora, el mundo ha cambiado en el tema de la aceptación y tolerancia a las diferencias sexuales. El 17 de mayo de 1990, hace más de 30 años, al

mismo tiempo que se proclamó como Día Internacional contra la Homofobia, la Organización Mundial de la Salud (OMS), dejó de considerar la homosexualidad como una enfermedad psiquiátrica. La Ciudad de México -antes Distrito Federal- en el año 2010 y Coahuila en el año 2014, fueron pioneros en permitir el matrimonio igualitario entre personas del mismo género. Otros estados del país como Jalisco han autorizado el reconocimiento de la identidad de género a través de un procedimiento administrativo en las actas del registro civil de individuos que así lo deseen en la infancia, adolescencia o en la adultez.

Considero que la sociedad tapatía aún tiene un camino que recorrer en el reconocimiento de vida y aceptación hacia las personas gais y lesbianas, pero me pregunto por qué aun cuando existen avances sigue existiendo la animadversión, ¿será una cuestión de ignorancia, miedo o ideas religiosas o una mezcla de todo?

Según el Censo de Población y Vivienda 2010 que realizó el Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática (INEGI), en Guadalajara un 92% de la población profesa la religión católica, la cual representa una población que rechaza, invisibiliza con creencias que van en contra de lo que su fe propone, a pesar de que bíblicamente no se prohíbe abiertamente la homosexualidad.

Es un factor importante el hecho de que, en mi historia de vida, he sentido el dolor y la frustración de ser rechazado, de vivir una doble vida por el miedo y la inseguridad; de manera que profundizar en el tema para posteriormente intervenir al respecto, considero me ha ayudado a seguir creciendo en la coherencia y la autenticidad. Ya lo dijo Rogers (Rogers, 1961) en la siguiente cita

Ser auténtico implica la voluntad de ser y expresar, a través de mis palabras y conducta, los diversos sentimientos y actitudes que existen en mí. Solo mostrándome, tal cual soy, puedo lograr que la otra persona busque exitosamente su propia autenticidad. (p.41).

Haber sentido lo que el otro siente, sin necesidad de ponerme en los zapatos de otro persona, porque el hecho de ser gay no implica que haya vivido lo mismo que todos, pero sí puedo -desde mi autenticidad- lograr la confianza y apertura para elegir un camino en la congruencia y con libertad interior. Es importante reconocer en la congruencia una

condición primordial para establecer una comunicación con los otros de forma de forma abierta generando aceptación. Debido a que en mi historia de vida he sentido el dolor y la frustración de ser rechazado, de vivir una vida como si fueran dos por el miedo y la inseguridad, considero que este trabajo también favorece ser coherente y auténtico conmigo mismo.

Así la implicación personal al realizar el presente trabajo tiene que ver con cómo particularmente en un grupo de personas gais y lesbianas de Guadalajara Jalisco sufren de discriminación y rechazo, condición que me ha tocado vivir por muchos años, por lo que hay un interés genuino de aprovechar mis aprendizajes en la maestría en Desarrollo Humano para visibilizar a la comunidad de personas gais y lesbianas de la que formo parte, a partir del ideal de que seamos vistos con una mirada más humana como personas con los mismos derechos, de ser escuchados, reconocidos, y, por tanto, procurar un espacio de acompañamiento para fortalecer su autoconocimiento y que les permita dar cuenta de su búsqueda del sentido de vida.

CAPÍTULO 4. PROBLEMATIZACIÓN

El problema por indagar e intervenir se define a medida que avanza el proceso de la investigación, el cual inició con una serie de cuestionamientos que orientaron la clarificación del tema o la problemática a resolver. No es solo la definición del problema o el tema, sino el proceso de problematización, lo que desencadena el aprendizaje. Esta fase ha implicado un proceso complejo a través del cual el investigador decide poco a poco lo que va a investigar; es un proceso de desestabilización y cuestionamiento del propio investigador, en el cual se va clarificando éste, además de ser un trabajo de construcción gradual del problema a investigar (Sánchez, 1993).

El abordaje del presente trabajo parte de una idea generalizada como es el rechazo, la discriminación social o familiar hacia los gais y lesbianas. Éstos parecen ser problemas que se conceptualizan en forma aislada, pero cuando convergen en lo mismo trastocan el autoconocimiento y el sentido de vida de las personas, por lo que resulta necesario problematizar para poder identificar la situación o tema-problema con el fin de tomar

decisiones dentro de un proceso metodológico de intervención o bien, de investigación. Es por lo que se hace énfasis en dejar de pensar de forma lineal acerca de la problemática a intervenir, ya que están involucrados actores, formas de pensamiento, escenarios diversos o diferentes de quien investiga, el cual llega desde afuera con sus propios recursos y que pone en juego para ponerlos a disposición de los otros y generar un cambio (Sánchez, 1993).

Por tanto, el estudio cuidadoso de las relaciones entre los problemas y su contexto y entre las personas, da como resultado una visión más articulada y organizada de la situación problemática, que deja al descubierto redes y tramas entre fenómenos y procesos en el momento de decidir cuál será el objeto de estudio y precisar su alcance. A decir de Sánchez (1993), problematizar no es solo seguir una serie de pasos preestablecidos eso convertiría al investigado en un simple operador, ya que no se vería implicado un saber y un hacer.

En consecuencia, la problematización representa un proceso metodológico en el desarrollo del tema de la investigación-intervención hacia el logro de un objetivo. En la investigación cualitativa, tal como sucede en el presente proyecto de investigación, es una fase en la estructura de la indagación social que se conforma de múltiples tareas las cuales derivan en la formulación del problema y precisamente es necesario identificar ésta en este trabajo para dar paso a las siguientes acciones en el proceso de la problematización. De forma precisa, es necesario identificar lo que se va a investigar, problematizarlo para dar pie a propiciar un cambio o transformación en este caso en las personas y el propio investigador. Al respecto, Sánchez (1993), menciona que es importante hacerse preguntas con relación al quehacer del investigador que pueden ayudar a clarificar el tema o problema, para lo cual se plantearon preguntas iniciales en torno a las personas gais y lesbianas:

- ¿Será pertinente desde el Desarrollo Humano abordar la problemática de discriminación y rechazo en las personas gais y lesbianas?
- ¿El rechazo y discriminación social será algo cotidiano en sus vidas?

- ¿Qué determina lo que coloquialmente se dice salir del closet³?
- Una vez que se asumen como gay o lesbiana, ¿qué pasa con su autoconocimiento?
- Al visibilizar su orientación sexual, ¿se ve fortalecido su sentido de vida?

Como menciona Hidalgo (1997), estas primeras preguntas se reconocen a partir de la propia experiencia y motivan a indagar para poder identificar la situación-problema. Asimismo, quien investiga se confronta con la realidad en su situación cultural; reflexiona su conocimiento y resignifica los problemas desde la cotidianidad.

Hidalgo (1997) también refiere que, para enriquecer las interrogantes de la problematización, es fundamental incluirse como investigador en el tema ya que, de esta forma, las preguntas adquieren un significado y las respuestas resignifican el quehacer interpretativo; es decir, lo que le sucede a los otros no es una problemática aislada sino que uno se asume dentro de la problemática, cuestionando de manera personal las opiniones y carencias, tomando conciencia de las propias internalizaciones y prejuicios y de los roles asumidos. Es así como en este momento se plantean nuevas interrogantes:

- ¿Hay contextos dónde es más seguro asumir la orientación sexual?
- ¿El nivel socio económico de los individuos influye en las experiencias, sentido de vida y autoconocimiento?
- ¿La edad contribuye a la percepción de sí mismo y favorece el afrontar las situaciones de discriminación y rechazo social como personas gays y lesbianas?

En este tránsito de cuestionamientos sobre la situación y los otros e incluso sobre la inclusión del investigador, se abre la posibilidad de concretar los objetos de investigación-intervención desde el Desarrollo Humano (Hidalgo, 1997). En este momento del proceso se reconoce el autoconocimiento, el cual se construye en la interacción que la persona tiene con su entorno a través de un proceso dinámico en el cual se configura su espacio social y éste le devuelve conocimiento de sí mismo (Rogers, 1961); mientras que el

³ Respecto a la fase “salida del clóset”, es una práctica que permite a la persona hablar, comentar para informar de su diferente orientación sexual con su familia y/o amigos cercanos. Generalmente no sucede en los centros de trabajo por temor a represalias internas.

sentido de vida permite encontrar un propósito para asumir con responsabilidad y hacer frente a la adversidad (Frankl, 2015).

También resulta fundamental identificar el tipo de estudio y la concreción de éste, para finalmente construir una temática. En este momento se hace necesario desde el paradigma de la investigación cualitativa ir en la búsqueda de información en relación con una contextualización a partir de datos estadísticos desde una dimensión local a universal.

Datos estadísticos

El conocimiento sobre el número de personas que pertenecen a la comunidad lésbico-gay no resulta una tarea fácil. Sin embargo, no representan una minoría sino una población considerable cuyos derechos no son respetados y sí violentados. Por lo que, un estudio demográfico con el objetivo de identificar las proporciones de las diferentes orientaciones sexuales es complicado. Las mayores discusiones se plantean en el proceso de recolección de datos, selección de la muestra, método de estudio y la metodología del proceso.

En relación con la complejidad del acceso a las fuentes de datos, hay resistencia para que los individuos respondan de forma honesta dado que se trata de preguntas comprometedoras para muchos de ellos. Respecto a la dificultad metodológica, tanto la conceptualización y la creación de indicadores que puedan ser medidos en los estudios de sexualidad como el diseño muestra utilizado pueden ser un tanto difícil, ya que las personas en estudio no comparten una misma interpretación y no todas las personas puedan ser estudiadas. Sin embargo, pese a este tipo de complicaciones, sí es posible contextualizar dicha población.

A través de una aplicación en línea desarrollada por Narvii, Inc, y creada por Yin Wang y Ben Anderson en 2014 llamada Amino se reportaron los siguientes datos en diferentes países en el 2018:

Noruega en 1988, en una muestra aleatoria de 6,300 participantes, un 3.5% de los hombres y un 3% de las mujeres informaron que habían tenido experiencias homosexuales en algún momento de su vida. En Dinamarca en 1992, una muestra

aleatoria concluyó que un 2.7% de los 1.373 varones tuvieron experiencias homosexuales a lo largo de su vida. En Francia en 1995, el 18.5% de los franceses relataron sentir atracción por personas del mismo sexo desde los 15 años, pero solamente 10.7% de los hombres y 3.3% de las mujeres dijeron tener contacto sexual con personas del mismo sexo en los últimos 5 años.

España en el 2009, con una muestra de 536 alumnos universitarios, el 6.1% de los hombres se declararon homosexuales y el 0.7% de las mujeres lesbianas. En el 2002, en un estudio más reciente, con 11,161 británicos de todo el país, 5.1% respondieron que tuvieron actividades homosexuales en algún momento de sus vidas y 2.6% que la tuvieron en los últimos 5 años.

Para el 2003, un estudio entre 135,000 canadienses encontró que un 1.0% de las personas que respondieron se identificaban a sí mismos como homosexuales y un 0.7% como bisexuales. Sobre un 1.3% de los hombres se consideraban homosexuales, prácticamente el doble que la proporción de un 0.7% de las mujeres. Sin embargo, un 0.9% de las mujeres informaron que eran bisexuales, un porcentaje ligeramente mayor que la proporción de 0.6% declarado por los 2% de éstos en el segmento de edad 18 a 35 años, se consideraban a ellos mismos como homosexuales o bisexuales, pero la cifra decreció a un 1.9% entre el segmento de edad 35 a 44 años, hasta llegar a un 1.2% declarado por el segmento de 45 a 59 años. Las provincias de Quebec y de la Columbia Británica habían incrementado los porcentajes sobre el promedio de la población general canadiense en un 2.3% y 1.9% respectivamente.

Durante el mismo año – 2003 - a partir de un análisis con los datos del Centro Nacional de Investigación de Opinión (NORC, por sus siglas en inglés) mostraron que un 4.9% de los hombres americanos sexualmente activos habían tenido un hombre como pareja sexual desde los 18 años, pero que desde los 18 años solamente un 1% son exclusivamente gays y un 4% son bisexuales.

En América Latina en el 2008 en una investigación nacional con 8,200 brasileños mayores de 18 años, 10.8% de los hombres y 5.1% de las mujeres mencionaron sentir atracción por el mismo sexo. De éstos, un 7.8% de los hombres y 4.9% de las mujeres relataron sentir atracción solamente por el mismo sexo y 2.6% de los hombres y 1.4% de

las mujeres relataron sentir atracción por ambos sexos. Río de Janeiro fue la ciudad con más atracción entre hombres con 19.3%.

En países de primer mundo han determinado que, de la población total, el porcentaje de gays y lesbianas varían entre 2.3% y 6.0%; mientras que, en Australia, el porcentaje está en alrededor del 1.6%. En América existe información de los países más industrializados como Brasil, Canadá y Estados Unidos de Norteamérica, donde el porcentaje varía desde el 2% en Canadá hasta el 10% en Brasil.

Con el fin de obtener más datos, se recurrió a organizaciones como la Asociación Internacional de Lesbianas y Gais que agremia a 1699 países y 166 organizaciones que luchan por la igualdad de derechos para personas gays y lesbianas. A través de correo electrónico se les solicitó información estadística en México, el cual fue respondido de la manera siguiente:

Las orientaciones sexuales y las identidades de género no son entidades monolíticas, algunas personas las asumen desde pequeñas, otras desde ya avanzada la adultez; otras las ocultan por prejuicios, por temor, por culpa o incluso por supervivencia en algunos países donde asumir una orientación sexual no heterosexual puede significar prisión o muerte. Por estas razones no hay encuesta que mida cuántas personas gays y lesbianas existen y en realidad no importa su número sino las situaciones de injusticia, desigualdad, persecución o amenaza que viven de lo que se ocupan investigadores, organismos y entidades gubernamentales.” (Asociación Internacional de Gais y Lesbianas [ILGA], comunicación personal, 2021)

Ortiz, (s.f.) publicó en un sitio de rankings llamado *Insider Monkey* una lista de los países donde existe un mayor número de población que se identifica como parte de los individuos gays y lesbianas. México se encuentra entre los 10 países con un número mayor, siendo el 6% del total de su población.

Los otros países incluidos en la lista del 10 al 1 son Polonia con el 4.9% de la población, Francia con el 5.4 % de la población, México se encuentra en el lugar 8 con el 6%; le siguen Austria con el 6.2%, Países Bajos, 6.4%, Reino Unido, 6.5%, España, 6.4%,

Alemania, 7.4%, Japón, 7.6% e Israel con el 8.2%; todos estos números están definidos en porcentaje de la población total (Ortiz, s.f.).

Las estadísticas antes mencionadas pueden tener un rango de error ya que parte de la población de gais y lesbianas viven sin reconocerse manteniéndose “dentro del closet”, por miedo al rechazo y la discriminación. Asimismo, aún existen países como Irán, Sudán, Yemen, Mauritania, Nigeria, Somalia en cuyas legislaciones está penada la homosexualidad, con cárcel o hasta con la muerte (ILGA, 2018).

En el estado de Jalisco y, particularmente de la Zona Metropolitana de Guadalajara (ZMG), no se encontraron datos ya que no hay encuestas o censos por parte del INEGI en las que se incluya una pregunta al respecto. El CONAPRED (2018), menciona que no hay datos demográficos públicos disponibles acerca del número aproximado de la población de la comunidad de la diversidad sexual en México pues, asegura, se trata de información sensible y protegida por la Ley Federal de Protección de Datos Personales en posesión de particulares, por lo que difícilmente existen cifras de la población en México. El INEGI ha propuesto realizar durante el año 2021 una encuesta para determinar dentro de lo posible el número de personas que pertenecen a dicha minoría poblacional.

Por otra parte, una de las situaciones que viven las personas gais y lesbianas es la violencia que se presenta por diferentes motivos. Los estudios señalan que se puede dar por la forma de vestir, de comportarse, en el caso de los gais por ser femeninos o a la inversa en las lesbianas; inclusive existe una leyenda urbana, que dice que la homofobia, discriminación y rechazo que se derivan en actos violentos, es motivada por miedo ya que las personas que la provocan reprimen los deseos de ser iguales. Hay investigaciones que buscan resolver el tema en la idea de que sean respetados los derechos humanos al igual que a cualquier otra persona.

A través de sus funciones de monitoreo, la Comisión Interamericana de Derechos Humanos (CIDH) ha tenido conocimiento de las características particulares que por lo general se presentan en los casos de violencia contra las población lésbico-gay. Muchas manifestaciones de esta violencia están basadas en el deseo del perpetrador de “castigar” dichas identidades, expresiones, comportamientos o cuerpos que difieren de

las normas y roles de género tradicionales o que son contrarias al sistema binario hombre/mujer. Esta violencia se dirige, entre otros, a las demostraciones públicas de afecto entre personas del mismo sexo y a las expresiones de “feminidad” percibidas en hombres o “masculinidad” en mujeres. La violencia se puede manifestar en el uso de la fuerza por parte de agentes de seguridad del estado, encargados de hacer cumplir la ley amparados en normas sobre la “moral pública”. También puede tomar la forma de violencia médica ejercida contra personas cuyos cuerpos difieren de los estándares socialmente aceptados de cuerpos masculinos o femeninos, en intentos por arreglar su sexo, entre otros (CIDH, 2015).

En relación con la violencia, el rechazo, la discriminación hacia personas gais y lesbianas, se pueden identificar que tiene muchas aristas y motivos que podrían derivarse de situaciones de vida de los individuos, por lo que resulta importante identificar y analizar los problemas para comprender y tener la posibilidad de plantear una estrategia de atender a esta problemática priorizando los derechos humanos, es decir, visibilizar a las personas con una mirada más humana.

En cuanto al tema de la violencia que se genera hacia los individuos de la población lésbico-gay, se menciona que ésta se da en muchos casos por prejuicios, discriminación y estigmatización, lo que va en contra de lo que el Desarrollo Humano promueve, como no poner etiquetas o no evaluar a las personas por lo que se trae de vivencias, sino darse la oportunidad de conocerles, para que construyan su autoconocimiento, dejando a un lado los estigmas e introyectos de la historia individual y social para fortalecer su sentido de vida.

El campo del Desarrollo Humano refiere puntualmente que, para poder relacionarnos con los individuos de nuestro entorno de una manera efectiva, es necesario olvidarnos de lo que en nuestra historia de vida fueron los introyectos o autovaloraciones. Es común que se tengan conductas aprendidas que tiene su origen generalmente en la familia.

Actualmente la percepción acerca de los gais y lesbianas es diferente ya que anteriormente la homosexualidad era considerada una enfermedad mental y, desde hace tres décadas, la Organización Mundial de la Salud (OMS) decidió que ya no sería

considerado un problema psiquiátrico, sin embargo, se sigue actuando en contra de lo que proponen las teorías del humanismo.

Acercamiento a una persona experta en el tema

La formulación de las preguntas iniciales de la entrevista cualitativa representó un punto de andamiaje en las posteriores entrevistas realizadas tanto a una persona con experiencias similares en el tema, como a siete sujetos pertenecientes de la población lésbico-gay.

La entrevista cualitativa se realizó con preguntas abiertas evitando inducir la respuesta de la persona entrevistada mediante acotaciones u opciones múltiples que pudieran afectar sus respuestas. De esta forma, las personas se sentirán libres de expresarse y entenderán el significado de sus experiencias. Es fundamental acompañar a la persona basándose en sus vivencias y no las del entrevistador, aun cuando este tenga similitudes con las personas entrevistadas (Kalve, 1996 citado en Álvarez-Gayou, 2014).

El proceso que se sigue para obtener mejores resultados se compone de los siguientes elementos o pasos: a) elección del tema a investigar; esto es fundamental como base de la intervención; b) elaboración de preguntas adecuadas al objetivo que se busca; y c) posteriormente se acuerda con el entrevistado el día, la hora y la forma que se utilizará para realizar la entrevista, virtual o presencial, explicándole el fin de la misma, asegurándole que los datos e información serán para fines de investigación y que se cuidará la confidencialidad de las respuestas y por tanto de él y de ella misma.

Para atender lo anterior se realizó de manera inicial una entrevista con una persona con conocimiento sobre el tema-problema de este trabajo, pero hacia una población diferente en su trabajo de obtención de grado, titulado: “Resignificación de familiares de personas de la diversidad sexual. Un cúmulo de emociones”. Dicho encuentro fue vía virtual, dando inicio con una plática informal con el objetivo de entrar en confianza y conocernos e intercambiar ideas que acercaran al conocimiento desde su realidad investigada y enriqueciera las primeras ideas en relación con la pertinencia de este trabajo⁴.

⁴ Ver Anexo 1

Posteriormente se elaboró una guía preguntas⁵ con el objetivo de conocer las vivencias de la población lésbico-gay a la que se dirigirá la intervención.

Se realizó el análisis de la entrevista con la persona que realizó un trabajo de grado con base en una problemática semejante. Una diferencia de este estudio recae en que no se nombra población lésbico-gay, sino como personas pertenecientes a la diversidad sexual. También se encontró que, desde el ECP se puede abordar esta problemática ya que cada individuo vive la misma situación de vida desde diferentes contextos, por lo que es deseable atenderlo individualmente.

La entrevistada Mónica comentó también que le fue difícil encontrar bibliografía del tema, pero que ella está muy involucrada en comunidades de apoyo a padres de familia de hijos de la diversidad sexual, y que realizó un taller que fue muy productivo, desde una perspectiva del Desarrollo Humano con una población minoritaria de la sociedad que constantemente ha sido discriminada por lo que ayudaría a dicha comunidad a entender el cómo vivir su realidad y hacerlo plenamente.

Acercamiento a las necesidades de la población lésbico-gay

Después de la entrevista con la experta en el tema lésbico-gay se realizaron 7 entrevistas a personas con distintas edades, ocupaciones y género. Para la entrevista se consideraron los siguientes puntos:

- Tener una mirada más amplia de las personas implicadas en el tema.
- Su vivencia como población lésbico-gay frente a la discriminación y rechazo social.
- Identificar elementos en relación con su autoconocimiento y sentido de vida.

A todas las personas se les dio a conocer previamente el consentimiento informado.

⁵ Ver Anexo 2

Tabla 1. Datos generales de los sujetos entrevistados

NOMBRE	EDAD	ESTADO CIVIL	ESCOLARIDAD/ESTUDIOS
E1-GN	71 años	Soltero	Preparatoria/Pastoral espiritualidad ignaciana
E2-AN	65 años	Unión Libre	Licenciatura, administración y ventas inmobiliarias
E3-MN	51 años	Casado	Licenciatura en Administración y Contaduría, Diplomado en Desarrollo Humano.
E4-JN	25 años	Soltero	Técnico en Programación y Sistemas Computacionales.
E5-CN	23 años	Soltero	Licenciado en Comunicación
E6-AN	32 años	Soltera	Odontóloga, pastoral en espiritualidad ignaciana.
E7-LN	32 años	Soltera	Odontóloga, pastoral en espiritualidad ignaciana.

Fuente: Elaboración propia.

En cuanto a las entrevistas realizadas a gays y lesbianas, se llevaron a cabo vía telefónica alguna con sólo audio y otras en video llamada, es interesante notar que las edades de los entrevistados corresponden a diferentes generaciones, esto permitió observar los posibles cambios sociales y personales en una población minoritaria de la ciudadanía que constantemente ha sido discriminada. En las que se encontró lo siguiente:

En cuanto al sentido de vida, al haber sufrido el rechazo o discriminación se observa, que la percepción de los entrevistados no es igual, y que influye la autoestima y el autoconocimiento de sí mismo, ya que el sentirse desvalorizados motiva un dolor más profundo.

Otro factor fundamental para reconocerse como gay o lesbiana, en algunos casos se observó que por falta de conocimiento del saber por qué se sentía y actuaba diferente y lo que le motivaba que le dijeran afeminado o maricón, al punto de no conocer incluso el significado de las palabras que les gritaban a manera de insulto y como muestra franca de rechazo y discriminación.

Por otra parte, el nivel sociocultural o del entorno es decir; en ciudades pequeñas o pueblos es más notorio el rechazo, es fundamental resaltar que como medida de protección, no se visibilizan a todas las personas sino solamente a las de su círculo cercano a sabiendas que con ellas no sufrirán, por el amor, los vínculos, que se tienen, aún así, son conscientes de la ausencia de aceptación y discriminación por el resto de la sociedad, lo cual les afecta al no tener demostraciones de afecto, como darse la mano o un beso cuando se encuentran en lugares públicos.

La época en la que sufrieron más la discriminación y/o rechazo fue la adolescencia que es la edad de los cambios físicos y mentales, es una etapa donde se van aceptando de a poco como son, con una visión fija de cómo quieren vivir, esto fortalece su autoconocimiento y sentido de vida.

Es fundamental resaltar que la apariencia física es un factor para considerar, ya que la forma de vestir y relacionarse solo con niñas en el caso de los gais lo que lo hace parecer “afeminado” o modosito provoca burlas, discriminación, acoso escolar, de los que se consideran hombres. Se identifica el machismo la heteronormatividad, y el ir en contra de esto, genera el ser denigrado por ser “diferente”.

Se observa en las entrevistas del rechazo en el área laboral, por lo que evitan dar cuenta de ello con los compañeros de trabajo o jefes, para evitar problemas, la situación se complica cuando debido a la apariencia física es notoria la diferente preferencia sexual, lo cual puede ser una confusión determinada por prejuicios que dictan que la forma de vestir o actuar define la orientación sexoafectiva.

No tuvieron situaciones problemáticas con respecto al rechazo y discriminación, esto da una luz acerca del reconocimiento, el cual es el otro lado de la moneda. También se observó que, dependiendo de la seguridad de la persona, su autoconocimiento reconoce que no se ha sufrido rechazo ya que expresan que no es necesario manifestarlo

abiertamente, lo cual evita complicaciones. Refieren también el rechazo por parte de la iglesia católica, aunque comentan que no fue algo que marcara sus vidas; espiritualmente hablando, se sienten bien con Dios; lo religioso no es un factor determinante ya que entienden que están formados por seres humanos con los mismos introyectos y prejuicios.

Es notorio que los entrevistados se asumen como lo que son -gais o lesbianas- para vivir con mayor libertad, sin esconderse y ser congruentes con lo que son y su forma de actuar. Mencionan que estar abierto o “fuera del closet” es hacia los amigos y familiares cercanos y que no tienen por qué pregonarlo a todas las personas ya que no es necesario. Al asumirse, se sienten mejor y más libres quitándose un peso de encima y siendo auténticos.

Por otra parte, solicitan respeto y tolerancia, ya que no son diferentes sino seres humanos que se merecen mismas oportunidades y también mencionan que se debe ser valiente para visibilizar a la comunidad, explicando con argumentos que la orientación sexual no se elige y que se es como se es. Sugieren que se trabaje en el respeto a las diferencias por parte de la sociedad en la búsqueda del reconocimiento como ciudadanos profesionistas, educados y que participan con sus obligaciones y, por tanto, son merecedores de todos los derechos inherentes al ser humano.

De entre las riquezas de las entrevistas que se realizaron con personas de diferentes edades, ciudades, entornos y profesiones, se observa un panorama más amplio: perciben el rechazo y discriminación hacia la comunidad como grupo, más no tanto de manera individual; se cuidan para evitar conflictos y “están en el clóset” hasta sentirse seguros y no hacen cosas contrarias a lo que la sociedad, permite o ve incorrecto.

Es fundamental mencionar que para realizar este análisis fue necesario identificar las constantes que aparecían en sus respuestas para ir en la búsqueda de categorías preliminares que quedaron identificadas en relación con:

- Las personas que se asumen como población lésbico-gay.
- El autoconocimiento, que alude a la percepción que tienen de sí mismos y que les permite dejarse ver por los otros.

- El sentido de vida, el cual a partir de una elección les da seguridad para encontrar un propósito y un conocimiento internalizado de sí mismo.
- La discriminación y el rechazo social, de cómo les ha tocado sus vidas en diferentes etapas y contextos.

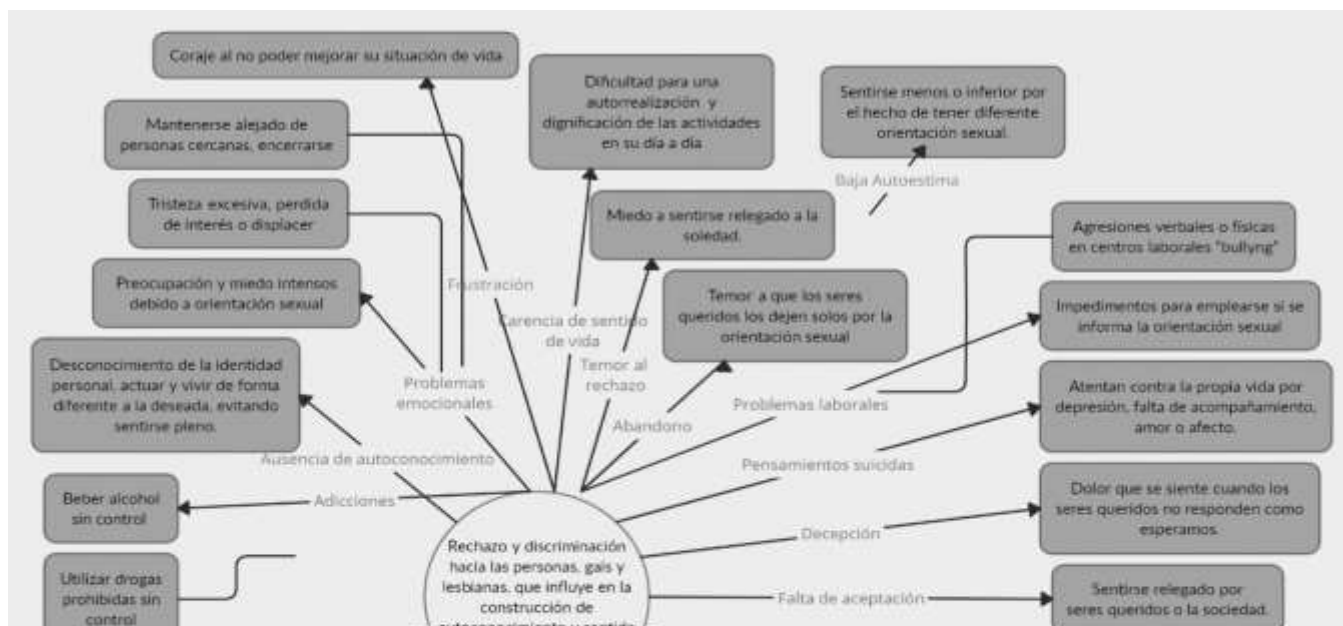
De esta manera, a partir de estas categorías preliminares, se pudo enriquecer la construcción del árbol de problemas y posteriormente el reconocimiento de los elementos en la elaboración de la fundamentación teórica.

Árbol de problemas

Para continuar en el camino de la problematización, es importante hacer uso de una estrategia metodológica como lo es el árbol de problemas. Esta es una técnica participativa de corte cualitativo que ayuda a desarrollar ideas creativas para identificar el problema y organizar la información recolectada, lo que permite obtener un esquema de relaciones causales donde “el tronco del árbol es el problema central, las raíces las causas y la copa los efectos” (Martínez, s.f, p.2).

Con base en la metodología de Hidalgo, (1997) se construyó el árbol de problemas con el propósito de identificar el problema central y reconocer las causas de éste, prestando atención a la información recabada por las diferentes fuentes, tanto al investigador que había abordado el tema con anterioridad, así como a las personas implicadas en el fenómeno. A continuación, se presenta el árbol de problemas:

Gráfica 1. Árbol de problemas



Derivado de la figura anterior, se observan diferentes causas que se vinculan principalmente en un miedo a lo desconocido, falta de información, el desconocimiento sobre el origen de orientaciones sexuales distintas a la hegemónica, así como supuestos relacionados con prejuicios o introyectos que se han transmitido por generaciones como la creencia que es decisión del individuo ser gay o lesbiana, que es una enfermedad que se puede curar o la duda universal de si se nace con esta condición o se hace. Si fuera lo segundo, lo cual no está comprobado, los familiares de la persona gay o lesbiana estarían en la posible postura de asumir la culpa ante el argumento de que algo falló en la educación en el hogar, lo que ocasionó que algún integrante de la familia tenga una diferente orientación sexual.

Con relación a las causas, se identifican aspectos que se están implicados de manera directa con el rechazo y la discriminación social. Por rechazo se entiende un enfrentamiento u oposición a una idea, acción o situación, en este caso la situación sería la distinta orientación sexual de los gays y lesbianas; mientras que la discriminación es un trato diferente y perjudicial que se da a una persona por motivos de raza, sexo, ideas políticas, religión, orientación sexual. Ambos aspectos son identificados como formas de violencia social y donde se corre el riesgo de que sean normalizadas.

Como consecuencia de la situación identificada, se puede notar que los efectos que se muestran derivan en dificultades emocionales en las personas de la población lésbico-gay, como es la propensión a la búsqueda de salidas como adicciones, depresión, aislamiento, abandono, frustración, baja autoestima, entre otros. Estos factores influyen en la construcción de su autoconocimiento y sentido de vida, ya que tienen que vivir de una forma no coherente, es decir, actuar diferente a sus deseos y necesidades, de manera incongruente con ellos mismos, ocultando su personalidad y viviendo en un estado de insatisfacción que les causa dolor o malestar para seguir viviendo.

A partir de este análisis en este momento es posible identificar el problema central: rechazo y discriminación hacia las personas gays y lesbianas, que influye en la construcción del autoconocimiento y sentido de vida. Por lo que el siguiente paso en este proceso de la problematización es dar cuenta de la pregunta de intervención.

CAPÍTULO 5. PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN, OBJETIVOS Y OBJETO DE INVESTIGACIÓN

Pregunta de investigación

¿Cómo el autoconocimiento en personas lésbico gay ha fortalecido y orientado su sentido de vida?

Para establecer los objetivos, es necesario recordar que estos deben expresar los resultados que se pretenden buscar. También es necesario distinguir entre objetivo general y específicos. Al respecto, el objetivo general se refiere a aquello que se busca con la investigación; mientras que, los objetivos específicos son complementarios y buscan alcanzar el objetivo general (Mora, 2020).

Objetivo general

Dar cuenta de la manera en que el autoconocimiento fortalece el sentido de vida de personas gays y lesbianas.

Objetivos específicos

- Describir la manera en que las personas gays y lesbianas reconocen y viven su condición no heteronormativa a partir de su autoconocimiento.
- Describir el modo en que sentido de vida se fortaleció a partir de la experiencia en personas gays y lesbianas.

Objeto de investigación-intervención: sentido de vida

El sentido de vida como objeto de investigación-intervención y el autoconocimiento para favorecer el sentido de vida

Considerando la importancia de la población de los gays y lesbianas en cuanto al autoconocimiento y sentido de vida, Frankl (2015, citado en Morales, 2008), refiere que

para cualquier persona que tenga un motivo para vivir, el sentido de vida es el motor que le ayuda a salir de las adversidades y sobrevivir a ellas. El sentido de vida es el motor de la existencia. Sería imposible subsistir si se carece de él. El ser homosexual es un reto, una lucha constante contra factores que, por un motivo u otro, intentan obstaculizar el vivir de una forma auténtica y coherente.

El campo del Desarrollo Humano, con su base humanista y existencial refiere lo fundamental del sentido de vida, es decir, saber lo que se desea, cómo se quiere vivir, a quién amar y a quién ofrecer cariño. Para ello es necesario que la persona conozca de sí mismo sus fortalezas y debilidades, aceptándose como gay o lesbiana; solo de esta forma tendrá la fortaleza para sufrir los embates o ataques.

La tendencia actualizante, por su parte, es un impulso que tienen todos los organismos vivos para desarrollar todas sus potencialidades, crecer y ser mejores. Constituye el móvil de la vida. Por su parte, Rogers (1961), menciona que las personas tienen un yo ideal que es lo que la persona desearía poseer, aunque existe una incongruencia entre lo que se busca y la realidad, y de manera análoga las personas gays y lesbianas supondría irían en la búsqueda de una personalidad deseada y que les permitiera ser ellos mismos, sin máscaras, sin rechazo y discriminación social.

También es importante identificar el rechazo y la discriminación hacia la población lésbico-gay, que varía dependiendo de la historia de vida de los sujetos que la conforman, ya que existen una diversidad de factores como pertenecer a un estrato social determinado, el nivel educativo, las costumbres familiares, la religión y la población en la que se vive; estas representan determinantes sobre la percepción de la homosexualidad: desde la negación total y la expulsión del círculo familiar del individuo, hasta la aceptación amorosa una vez que se ha transitado por un proceso de aprendizaje y conocimiento. Las experiencias de vida de estos sujetos van conformando, el encuentro consigo mismo y la elección, las pérdidas, el afrontar situaciones difíciles les ayudan a encontrar un propósito y dar sentido a sus vidas (Frankl, 2015).

Desde el ECP resulta valioso que las personas gays y lesbianas se conozcan y se acepten como son, ya que el autoconocimiento les permitirá dar cuenta de cuando son ellos mismos o qué tanto atienden a las demandas de los demás incluso, con una

resignación pasiva que les impide buscar nuevos significados en la vida que se les presentan, en el aquí y ahora y en todo momento de su vida (Larios, 2010). Representa un factor primordial para lograr la fortaleza necesaria que les ayudará a afrontar el rechazo y la discriminación prevaleciente, sin que la pretensión sea el cambiar a la sociedad y la percepción de la homosexualidad, el camino que será desde el Desarrollo Humano para que se vivan plenamente sin sentirse lastimados o sin derechos, y eso no es posible si no existe la aceptación individual.

CAPÍTULO 6. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

El presente documento muestra el resultado de la consulta, revisión y discusión de diferentes textos como son libros, artículos, tesis y trabajos de obtención de grado. La búsqueda se centró en palabras clave como homosexualidad, discriminación, rechazo, heteronormatividad, orientación sexual, gais y lesbianas. En un primer momento, se desarrolla la importancia de la teoría en un proyecto de intervención. Luego, se presenta un apartado donde se describe un panorama general de los documentos consultados según países, tipo de documento y disciplinas.

Enseguida se desarrolla la discusión de los diversos documentos consultados. Se agrupó en los siguientes grandes nodos temáticos: 1) la homosexualidad y la identidad como punto de partida, 2) Discriminación, rechazo social y violencia hacia la comunidad lésbico-gay, bisexual, transexual, queen y más, por sus siglas LGBTQ+, y 3) El autoconocimiento como herramienta para facilitar el sentido de vida en gais y lesbianas. Posteriormente, se describen las aproximaciones al tema mediante intervenciones. Luego se ahonda en el Desarrollo Humano como campo de estudio, se puntualiza en el Enfoque Centrado en la Persona y en la figura del facilitador.

La importancia de la teoría en el proyecto de investigación

En el marco de un trabajo de investigación es fundamental contar con el soporte de información elaborada con anterioridad tales como investigaciones, estudios, talleres que nos ofrecen un apoyo importante para que se pueda desarrollar con fundamentos

previamente aceptados y probados de tal forma que se facilitará el desarrollo de este. Esto lo confirma Tamayo (2003), al decir que la selección de la teoría que se utilizará para elaborar el marco de la investigación se hace tomando en cuenta la relación con el problema de investigación que se plantea.

En este trabajo se discute información de conceptos, tanto de definiciones como gays, lesbianas, discriminación, homofobia, autoconocimiento, entre otros. Por otro lado, es importante considerar los conocimientos acerca de las metodologías pertinentes para el desarrollo del trabajo y de esa forma lograr los resultados deseados en cuanto al objetivo establecido.

El primer paso es desarrollar un marco teórico adecuado y organizado, lo que coadyuvará de igual forma a que el proceso de intervención cumpla con los requisitos y metodología establecidos y demostrados por diferentes autores, eligiendo la que se adapte mejor a nuestro tema. Se analizaron para lo anterior diferentes corrientes de mismo número de textos, como lo dice González (2017) el marco teórico ayuda a prevenir errores, orienta cómo realizar el estudio, guía al investigador, orienta, define y explica las variables dimensiones e indicadores; como funciones expresa conceptos teóricos postulados, marcos de referencia ayuda a determinar los métodos técnicas e instrumentos, amplía el horizonte de investigación, orienta a centrarse en el tema de investigación y prevé la teoría para interpretar la investigación.

La elaboración del marco teórico no es solo revisar bibliografías pertinentes al tema; implica hacer una retrospectiva de los antecedentes y enfoques, ya sean principios, teorías o conclusiones de intervenciones afines en el marco de la intervención social y adquiere una importancia particular y pertinente en el campo del Desarrollo Humano.

Al respecto, Leal (2013) afirma que la teoría no solo permite plantear problemas sino que también resolverlos. Y que, el principal papel de la teoría en un proyecto de investigación es que permite argumentar lo que se plantea y brindar una solución. A decir de Leal (2013) la importancia de la teoría es que, permite un razonamiento sistemático. Por su parte, González (2017) afirma que en la realización de un marco teórico es preferible iniciar con la identificación de expertos en el área, consultar fuentes primarias como son libros, tesis, tesinas y artículos en revistas académicas.

De acuerdo con lo revisado hasta el momento, construir el marco teórico no significa sólo obtener la información relativa al trabajo de investigación, en cuanto a todo el proceso de obtención de datos, identificación de las prioridades del grupo objeto sino también ligarla e interpretarla, como refiere Hernández, et al (2014), la redacción y la narrativa son fundamentales porque las partes que lo integran deben de tener una correlación.

Para realizar lo anterior, se elaboró una perspectiva teórica que, como explica Yeigidis y Weinbach, (2005) es un proceso y un producto a la vez. Un proceso de inmersión en el conocimiento existente y disponible que puede estar vinculado con el planteamiento del problema, y un producto (marco conceptual) que a su vez es parte de un producto mayor: el reporte de investigación.

Si se considera lo anteriormente expuesto en cuanto a definición de marco teórico y cómo se elabora, se puede confirmar que es fundamental para la investigación social, ya que partiendo de la teoría y de estudios elaborados con anterioridad que sean similares, ayudaría a definir el cómo y los factores importantes en un proyecto como este. Además, la teoría facilita el proceso, ya que se aprovecha y utiliza lo ya experimentado y aprobado por autores, e investigadores. Se puede decir que, no es necesario hallar el hilo negro; este ya está documentado.

A pesar de que la elaboración del marco teórico constituye una ardua tarea del investigador, debido al tiempo largo en su composición, es este proceso donde el facilitador interviene y pone de manifiesto su capacidad de síntesis, condensación y recapitulación de todos los conocimientos que se relacionen con el objeto de estudio. En caso de existir abundancia de información, deberá hacerse referencia a otras fuentes, pudiendo también consultar a especialistas.

Panorama general

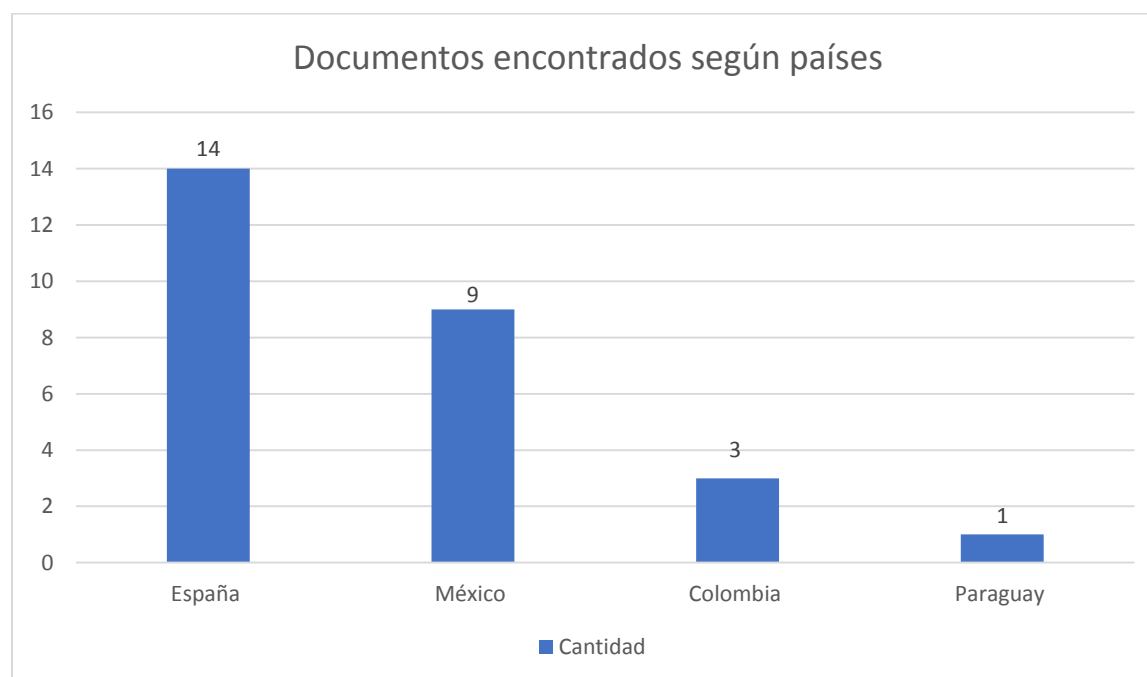
Para este proyecto de investigación se consultaron 27 documentos. La búsqueda se realizó en bases de datos académicas como google académico. Se partió de las palabras clave: discriminación, rechazo social, gay, lesbiana, autoconocimiento, sentido de vida. Sobresale que este tema ha tenido acercamientos por estudiosos de distintas disciplinas,

principalmente de la Psicología (17), la Sociología (4), el Derecho (3) y los Derechos Humanos (3).

En cuanto al tipo de documentos se obtuvo la mayor información en libros o capítulos de estos ya que de estos se tienen 11; mientras que artículos académicos 6, Trabajos de Obtención de Grado 3; ensayos 2; tesis 3; manual 1 y en cuanto a cuadernos de divulgación se revisó 1.

En la búsqueda de documentos resalta que uno de los países con mayor producción en torno al tema de gais y lesbianas es España, en este país se encontraron 14 documentos, entre los que destaca el tema del autoconocimiento y la autoestima. Un ejemplo es el escrito de Bennett, (2008) quien desarrolla el tema de la autoestima y la pone en relación con autoconocimiento. En otro documento Bennet (2008) profundiza en la importancia de aumentar la autoestima para facilitar el autoconocimiento.

Gráfica No. 2 Documentos consultados según países



Fuente: elaboración propia

Prosiguiendo con los documentos encontrados en España, resalta el trabajo de Martin (2019), quién se enfocó en elaborar un manual orientado a trabajar e identificar la homofobia interiorizada; en otro capítulo muestra el cómo asumir la homosexualidad en

personas gais y lesbianas, para posteriormente mostrar los pasos deseados para que las personas de la diversidad sexual se visibilicen, “salgan del closet”; finalmente expone las enseñanzas que el ser gay o lesbiana desarrolla para vivir de una forma auténtica y coherente.

En México se suele escribir acerca de la homofobia y el rechazo hacia los gais y lesbianas. Ejemplo de ello es Castañeda (2012) quien desde una perspectiva personal explica lo que es la homofobia y la discriminación, distingue la homofobia desde la sociedad hacia las personas de la diversidad sexual y la interiorizada, la cual se refiere a la que se da desde el interior de cada persona. En esta línea de discriminación y rechazo social, Rodríguez (2007), expone las diferentes regulaciones, reglamentos, leyes artículos que penalizan lo anterior.

Siguiendo con los autores en México, Serrato y Balbuena (2015), escriben sobre lo que rige a la sociedad mexicana con respecto a que se considera como única forma de amar y relacionarse: la heterosexualidad, la cual tiene sustento en la heteronormatividad, mientras que Wences (2016) refiere que la heteronormatividad impide y copta el derecho de las personas gais y lesbianas a contraer matrimonio, a unirse con la intención de compartirse y sobre todo tener una seguridad jurídica en cuanto a sus bienes materiales, a su trabajo y a la posibilidad de poder adoptar y tener una familia, lo que se llama familia homoparental como lo hace cualquiera de dos personas que así lo desean sin importar el género.

Debido a que la heteronormatividad es fortalecida por la iglesia católica (Mercado, 2009), la sociedad mexicana toca un tema crítico que es la homofobia o discriminación y la violencia hacia los gais y lesbianas que se da por miedo o desconocimiento con relación a cómo son y los derechos humanos que los individuos merecen y cómo se puede vivir y trabajar para evitar estas agresiones que en ocasiones provocan discapacidades o la muerte.

En Paraguay existen también regulaciones del estado para impedir dentro de lo posible la discriminación hacia los gais y lesbianas. Al respecto, Bareiro (2005) muestra una compilación de diferentes autores que exponen el cómo se dan la discriminación en ese país y las sugerencias y leyes que buscan evitarla.

Un documento de Colombia de los autores Marimón y Blanco (2020), y Páramo (2008), se explora el cómo los gais y lesbianas antes de identificarse como personas que tienen una relación sexoafectiva diferente a la heterosexualidad, tienen que crearse una identidad como persona, no es posible llegar a un autoconocimiento como pertenecientes a la comunidad homosexual. Para poder vivir como gay o lesbiana es importante tener una personalidad que pueda ser al mismo tiempo resiliente. Gil (s.f.) ayuda a entender lo que esto significa y el valor que tiene en todas las personas, pero sobre todo en quienes forman parte de la comunidad de la diversidad sexual, lo que les ayuda a poder vivir de frente al rechazo, la discriminación y la violencia física, y vivir a pesar de ello, tanto hacia el interior de la familia como de la sociedad que los rodea.

Esos trabajos mencionados y otros más que se revisaron por ejemplo Chernicoff y Rodríguez, (s.f.); Navarro (2009), son la base para atender la importancia del autoconocimiento en gais y lesbianas, ya que es fundamental para lograr un sentido de vida pleno y satisfactorio en la búsqueda del camino de la felicidad.

Discusión y desarrollo de los documentos encontrados

En las siguientes líneas y con base en los textos revisados, se presenta una discusión en torno a las personas gais y lesbianas, la discriminación, el rechazo, el autoconocimiento y el sentido de vida. Lo encontrado se agrupó en 3 grandes ejes temáticos: 1) la homosexualidad y la identidad como punto de partida; 2) discriminación, rechazo social y violencia hacia la comunidad LGBTQ+; y 3) el autoconocimiento como herramienta para facilitar el sentido de vida en gais y lesbianas.

La homosexualidad y la identidad como punto de partida

La información encontrada nos permite conocer qué es y qué no es la homosexualidad, de qué forma la sociedad la vive y lo que gira alrededor en cuanto a la heterosexualidad como la única forma de amar y de relacionarse. Esto derivado de los prejuicios e ideas preconcebidas, pues se considera que la unión de dos personas es primordialmente para la reproducción y conservación de la especie.

¿Qué es la homosexualidad y qué no lo es?

La homosexualidad o ser homosexual, al contrario de la opinión de muchas personas, no es la persona (hombre gay o mujer lesbiana) que tiene relaciones íntimas con alguien del mismo género, sino que es quien tiene la capacidad o sentimiento de enamorarse, sentir amor por alguien del mismo género.

Por su parte, Martín (2019), sostiene que homosexual es el hombre que se enamora de otros hombres y las mujeres que se enamoran de otras mujeres. Martín (2019) afirma que un homosexual es una persona que siente deseo sexual y afectivo por otros del mismo género con independencia de su manifestación en prácticas sexuales. A la vez, una persona homosexual experimenta intimidad y proximidad emocional hacia otros y a quién le encantaría poder desarrollar un proyecto de vida a largo plazo compartido con otra persona.

De acuerdo con la revisión de los documentos en torno al tema de la homosexualidad, no basta con definirlo, sino que también se han encontrado esfuerzos por parte de algunos autores para puntualizar qué no es la homosexualidad. A decir de Martín (2019, pp. 61-62), “la homosexualidad no es una enfermedad, no es algo elegido, no es un estilo de vida, no es una construcción social”.

También Martín (2019), sostiene que la homosexualidad existe desde siglos atrás, solo que no se nombraba como tal y no se consideraba que estuviera mal, pues se vivía sobre todo como muestra de poder. Los filósofos griegos como Sócrates o Platón tenían alumnos que se podían considerar acompañantes con quienes realizaban actos sexuales; asimismo, los subalternos de Alejandro “El Grande” tenían funciones militares y servicios personales que en ocasiones incluían placeres sexuales.

Pese a que, en un momento histórico la homosexualidad fue considerada como aceptable, en épocas recientes se ha hecho referencia a las relaciones sentimentales y físicas entre personas de un mismo sexo. Por conveniencia y modismo, se le denomina homosexual a aquella persona que practica la homosexualidad; es decir, a hombres que comparten relación con hombres. Por otra parte, se le dice lesbianismo a la relación entre mujeres.

La condición de homosexualidad ha transitado por un camino sinuoso donde la aceptación y el rechazo han estado atravesados por un sinnúmero de argumentos que apoyan, niegan o rechazan la homosexualidad. Muestra de ello es que, en algún momento, la homosexualidad era considerada como una enfermedad psiquiátrica, y como tal, podría ser atendida y curada.

Aun cuando las asociaciones psiquiátricas y psicológicas mundiales lo catalogaban como un trastorno y lo asociaban con distorsiones mentales, en esta postura estaba presente la creencia de que las relaciones sexuales obedecían al único objetivo de la procreación y crecimiento de la especie humana. En otro momento, dentro del campo de la salud, se desarrollaron una serie de estudios con el objeto de descubrir si el gay o lesbiana tiene esa orientación sexual desde su nacimiento o bien, es resultado de su entorno y cultura. Al respecto, hay teorías que mencionan que puede ser resultado de la combinación entre la genética y el ambiente familiar; incluso, existe la creencia de que “padre ausente, madre dominante”, producen un hijo gay o hija lesbiana.

A decir de Martin (2019), se ha discutido si ser homosexual es una elección, se aprende o depende del entorno y/o educación. Al respecto, algunos estudios han demostrado que es innato, no se sabe a ciencia cierta si es genético; lo que sí está comprobado que no es una enfermedad, no es momentáneo y no es curable; es una preferencia o característica de la persona, como el color de los ojos, la estatura, el color de piel, entre otros.

Debido a las discusiones acerca de la homosexualidad en el campo científico, el 17 de mayo de 1990 la Organización Mundial de la Salud (OMS) retiró el término de homosexualidad de las enfermedades mentales (Martin, 2019). En el transcurso del tiempo, se ha discutido el término de homosexualidad y se han propuesto otros más con la intención de buscar la especificidad en su definición. En este sentido, la Asociación Americana de Psicología (APA) en el año 2008, propuso el concepto de *orientación sexoafectiva* para referirse al “patrón permanente de atracción emocional, romántica y/o sexual hacia hombres, mujeres o ambos sexos”. La orientación también se refiere al sentido de identidad de una persona basada en estos elementos o conductas. Años más tarde, la APA definió como orientación sexual afectiva al patrón permanente de atracción

emocional, romántica y/o sexual hacia hombres, mujeres o ambos sexos (Martin, 2019).

La identidad en el reconocimiento de la homosexualidad

Un aspecto importante en algunos documentos revisados es la necesidad de hurgar en la construcción de la identidad para discutir la manera en que afecta a los gais y lesbianas. En los textos se argumenta que es necesario encontrarse primero como persona y después como individuo de la diversidad sexual, enfrentándose a las ideas radicales de la heteronormatividad.

La identidad se considera, según Marimón (2020), como un proceso de construcción continua de la interpretación y significación de sí mismo, entendiendo también que éste se produce dentro de ciertos márgenes de movilidad, que surgen de la integración de una serie de ideales sociales sobre cómo ser persona, normas de comportamiento, valores, roles sociales y formas de interactuar, los cuales se interiorizan y aprenden a partir de la articulación de discursos preexistentes entendidos como verdades constitutivas, de donde se realizará la socialización de las personas.

Marimón (2020) señala que la identidad es una constante construcción del yo, donde converge lo social, lo cultural y lo histórico, atravesado por distintas posturas ideológicas como la política, el género, la lingüística y las normas ciudadanas. Desde esta perspectiva, las normas y la cultura empujan a la población a seguir una identidad heteronormativa y patriarcal, donde no cabe lo diferente ni lo que va en contra de la naturaleza de la reproducción. Lo que indica que la única identidad sexual debe ser el hombre masculino y la mujer femenina unidos para preservar la especie. Además, aquellas orientaciones sexuales que no se apegan a la heteronormatividad son castigadas y rechazadas, pues hay posturas que consideran inconcebible la existencia del placer sexual y emocional de hombre con hombre y de mujer con mujer.

De ahí la importancia de colocar el acento en la identidad. Marimón (2020) sostiene que la identidad sexual de gais y lesbianas pasa por dos etapas: inicialmente es la propia como persona al identificarse a sí mismo de acuerdo con el género y su entorno; posteriormente en la dificultad de la identidad sexual, luchando con la heteronormatividad de la sociedad que no acepta la diversidad sexual como algo válido.

Respecto a la identidad, también Marimón (2020) retoma el concepto de identidad sexual donde sostiene que esta se encuentra formada por cuatro componentes: 1) el sexo biológico, 2) la identidad de género, 3) el rol social y 4) el rol sexual. Por otro lado, la identidad sexual puede ser definida como la etiqueta social que una persona adopta para describir la integridad de sus atracciones románticas y sexuales, orientación sexual, así como la forma en la que se piensa acerca de sí mismo, como se describe a sí mismo frente a otros, identidad de género, y cómo se adoptan características físicas y comportamentales para externalizar dicho sentir, expresión de género.

En ese sentido la identidad sexual puede ser compleja, puesto que contiene un componente psicológico interno como aquello que piensa uno acerca de sí mismo y un componente externo, es decir, el cómo uno mismo se describe frente a los demás; estos componentes pueden variar entre sí y no necesariamente corresponderse. También, puede ocurrir que la persona no se encuentra abierta a los demás acerca de su propia identidad sexual. Por esta razón, Marimón (2019), sostiene que es importante indagar acerca de las experiencias de las personas y puntualizar en las fortalezas, cualidades o condiciones, que ayudan a las personas a hacerle frente adaptativamente a la vida.

El reconocimiento de la identidad sexual es importante porque alguien que evade sus propios deseos o sentimientos afecta sus relaciones con los demás y consigo mismo; también tiene consecuencias en su funcionamiento o satisfacción sexual y hasta en su salud física, reprimiendo ciertas emociones y causándose problemas importantes en el área de comunicación e intimidad. Al respecto, luego de reconocer la identidad sexual se podría continuar con la aceptación y el reconocimiento de sí mismo, y vivir conforme a sus preceptos en la vida pública, a esto se le conoce coloquialmente como salir del closet.

Este proceso no es lineal, ya que existen etapas sucesivas que atraviesan los gais a la hora de asumir la identidad como hombres homosexuales: confusión, comparación, tolerancia, identidad, orgullo e integración donde el proceso comienza por negar/evitar ser homosexual seguido del trabajo necesario para asumir y exteriorizar que lo eres para terminar el proceso con una vivencia de tu orientación sexo afectiva (Martin, 2019). Pero, ¿qué impide que se salga del closet libremente y sin temores?

La respuesta es una cadena de temores que se desencadenan partiendo de la discriminación o rechazo social por ser homosexual, a esto se le denomina homofobia. A decir de Castañeda (2011), la homofobia es el miedo o rechazo desproporcionado hacia a la homosexualidad. No es universal ni toma las mismas formas ni tiene el mismo significado de todas partes. La homofobia al ser un rechazo puede derivar en violencia y ocasiona que los gais y las lesbianas se mantengan en el anonimato por temor a ser lastimados y rechazados por la familia y la sociedad e inclusive tener problemas laborales.

Un aspecto para resaltar en la homofobia es que puede presentarse en algunos homosexuales, a esto se le denomina homofobia interiorizada. Este término hace referencia a cuando el gay o lesbiana, se rechaza a sí mismo o a otros miembros del colectivo de gais y lesbianas. De acuerdo con Castañeda (2011), la homofobia interiorizada surge a partir de miedo y de la falta de información al no aceptar a quien es diferente.

De ahí surge la pregunta ¿a qué se debe que exista la homofobia? Castañeda (2011) dice que uno de los aspectos que más la incitan es la heteronormatividad, es decir, el considerar que lo único viable y normal son las relaciones y comportamientos que parten de lo masculino y lo femenino.

Serrato (2015) define como heteronormatividad a la ideología sexual que aprueba y prescribe la heterosexualidad como una asignación natural. Ésta tiene relación con la ideología de género, que comprende la asignación de un modelo de masculinidad a los hombres, y uno de feminidad a las mujeres, sustentándose en los mismos preceptos esencialistas-biologicistas.

La heteronormatividad representa una opción de sexualidad. El problema inicia cuando se utiliza para determinar la única forma válida en la sociedad para vivir la sexualidad, con lo que se invisibiliza, se rechaza, se discrimina a cualquier ser humano que piense o tenga diferentes formas de amar y de actuar, tal como sucede con los gais y las lesbianas.

En la familia inicia la situación de la heteronormatividad, al proveer de un código de valores a partir del cual estructuramos gran parte de nuestras explicaciones del mundo,

y donde se reafirma una lógica heterosexual al ser el lugar de vigilancia de la sexualidad (Serrato, 2015).

Discriminación, rechazo social y violencia hacia la comunidad LGBTQ+

Una vez que se desarrolló el tema de la homosexualidad, la homofobia y la heteronormatividad el siguiente paso es ahondar en la discriminación, ya que ésta es una razón por la cual la mayoría de los gais y las lesbianas temen mostrarse tal cual son. Bareiro (2005), entiende la discriminación de la siguiente manera:

toda distinción, exclusión, restricción o preferencia que tiene como propósito o como resultado impedir, disminuir o anular el reconocimiento, disfrute o ejercicio, en condiciones de igualdad, de los derechos, libertades y garantías reconocidos a todas las personas en las esferas política, económica, social, cultural, civil y en cualquier otra esfera establecida por motivos de raza, color, linaje, origen nacional, origen étnico, idioma, religión, opiniones políticas o de cualquier otra índole, incluida la afiliación a un partido o movimiento político, origen social, posición económica, género, sexo, orientación sexual, estado civil, nacimiento, filiación, minusvalía, salud o cualquier otra condición social (p.12).

De acuerdo con Bareiro (2005), la discriminación es una actitud de la sociedad hacia seres humanos por el simple hecho de que son diferentes a lo que se considera que es lo normal. Algunos gobiernos del mundo, mediante legislaciones intentan evitar actos de violencia física o verbal. Sin embargo, es difícil erradicar la discriminación, debido a que está arraigada en la cultura. Hablar de discriminación es hablar de derechos humanos. Al respecto, en el artículo 7 de la Declaración Universal de los derechos humanos de 1948, (citado en Rodríguez, 2007, p. 28) puede leerse que:

Todos los seres humanos son iguales ante la ley y tienen, sin distinción, derecho a igual protección de la ley. Todos tienen derecho a igual protección contra toda discriminación que infrinja esta declaración y contra toda provocación a tal discriminación.

La no discriminación también está presente en la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos. El artículo 1º en su 3er párrafo incluye a la no

discriminación como una garantía individual, y apunta que queda prohibida toda discriminación motivada por el origen étnico o nacional, el género, la edad, las capacidades diferentes, la condición social, las condiciones de salud, la religión, las opiniones, las preferencias, el estado civil o cualquier otra que atente contra la dignidad humana y tenga por objeto anular o menoscabar los derechos y libertades de las personas. Por su parte, la Ley Federal para Prevenir y Eliminar la Discriminación refiere:

Se entenderá por discriminación toda distinción, exclusión o restricción que, basada en el origen étnico o nacional, sexo, edad, discapacidad, condición social o económica, condiciones de salud, embarazo, lengua, religión, opiniones, preferencias sexuales, estado civil, o cualquier otra, tenga por efecto impedir o anular el reconocimiento o el ejercicio de los derechos y la igualdad real de oportunidades de las personas (citada en Rodríguez, 2007, p. 21).

Asimismo, Bareiro (2005, p.12) establece que

El derecho a no ser discriminada/o es una forma de garantizar la igualdad mínima de las personas, comprendiendo a esta como el valor igual que tienen personas diferentes para el Estado.

En México existe el Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación (CONAPRED). Una de sus funciones es promover, instruir y castigar a los miembros de la sociedad que incurran en violencia o actos discriminatorios por razones como la orientación sexual diferente a la heteronormatividad. De acuerdo con CONAPRED, una de las situaciones que vive la comunidad LGBTQ+ es la violencia ocasionada por la forma de vestir y de comportarse, en el caso de los gais por ser femeninos o a la inversa en las mujeres.

Un factor importante que influye para discriminar es la consideración de que no somos iguales. Los derechos humanos muestran que todos nacemos con los mismos derechos tanto desde la sociedad como desde los gobiernos, pero en la práctica, tanto la sociedad como gobiernos, anteponen su estatus social, creencias e introyectos al bien común. Esto provoca que las personas no se perciban como iguales, sino que algunas se sientan superiores, o simplemente consideran que la forma en que viven y llevan su vida es la única aceptable, entonces la falta de igualdad genera la discriminación.

La resiliencia como herramienta frente a la discriminación y al rechazo social

La resiliencia es una forma de ver y resistir las adversidades de la población en general. En el caso de la población gay y lesbiana es doblemente complicada, pues además de vivir las adversidades cotidianas de la vida, es necesario que sean resilientes para soportar la homofobia, el rechazo y la discriminación. De acuerdo con Gil, (s.f) , la palabra resiliencia proviene del latín *resilire* (saltar hacia arriba, volver a entrar saltando, rebotar, apartarse, o desviarse). La resiliencia es fruto de la interacción entre la propia persona y su entorno, entre las huellas de sus vivencias anteriores y él.

Parafraseando a Gil, (s.f), en el caso de lesbianas, gais y bisexuales es fundamental la concepción de aceptación y creación de una identidad positiva como un proceso de resiliencia e identificar elementos que actúan como factores de resiliencia y de no resiliencia.

El autoconocimiento como herramienta para facilitar el sentido de vida en gais y lesbianas

Luego de abordar el rechazo social y discriminación hacia los gais y lesbianas, es imprescindible desarrollar la forma en que los gais y lesbianas pueden resignificar su vida, de tal forma que puedan vivir un proceso de crecimiento continuo en la búsqueda de la satisfacción y la felicidad, viviendo de forma auténtica y coherente, de acuerdo con sus deseos y necesidades, considerándose más importante por encima del entorno, la familia y la sociedad.

El campo del Desarrollo Humano, con su base humanista y existencial, refiere que para que las personas se relacionen entre sí y con su entorno de una manera efectiva es necesario olvidar sus introyectos (Rogers, 1961; Larios, 2010; y Lafarga, 2010). Para lograr lo anterior es fundamental tener un sentido de vida; es decir, saber lo que se desea, cómo se quiere vivir, a quién amar y a quién ofrecer cariño. Para ello, es necesario que la persona conozca de sí misma sus fortalezas y debilidades, estar segura y aceptarse como gay o lesbiana. Solo de esta forma tendrá la fortaleza para enfrentar los embates o ataques, sin sentirse menos o una limitada auto aceptación.

El autoconocimiento es la herramienta que ayuda al conocimiento de sí mismos de forma global en todos los aspectos de la vida, adquiriendo consciencia de los propios actos siendo reflexivos, buscando las causas de desconocimiento que impiden transitar en el camino de la felicidad. Esto permite vivir consigo mismo y con el entorno. Un paso fundamental es tener conciencia de los actos y hacerse responsables de los mismos. También, examinar las experiencias de vida ayuda a tener una imagen real de sí mismos, a reconocer los propios valores, capacidades, intereses y posibilidades. Así, es posible ser más objetivos y adquirir una imagen más concreta de sí mismos. Reflexionar al respecto para realizar las acciones necesarias para modificar lo que no nos agrada (Bennet, 2008). No se trata de ser negativo sino ecuánime respecto a las actitudes negativas, ya que se busca apoyar una transformación positiva.

De acuerdo con Bennett (2008), el autoconocimiento es un proceso que ayuda a ser mejores personas, a vivir de forma más auténtica. Todos los humanos tienen puntos oscuros o negativos y en ocasiones no se dan cuenta, lo que provoca malestares y baja autoestima. Sin saber el motivo, difícilmente se realizarán cambios productivos y positivos en la vida personal que redunden en una mejor vivencia.

Se puede transitar en la vida sin un conocimiento claro de nuestras fortalezas y debilidades, lo que impide vivir plenamente y, debido a eso, no conseguir cierto grado de coherencia. Sin embargo, el autoconocimiento ayuda a modificar actitudes no deseadas, que afectan las relaciones y su entorno. Además, es el punto de partida para lograr un crecimiento personal y mejorar la autoestima.

El autoconocimiento es, en primer lugar, la observación que hace uno de sí mismo. En segundo lugar, el análisis de lo observado y, en tercer lugar, la acción sobre uno mismo. Martin, (2019), menciona que auto aceptarse puede llegar a significar cosas diferentes en diferentes momentos de su vida. Puede significar dejar de mentirse a uno mismo, no querer cambiar, visibilizarse asertivamente o resignarse. La aceptación tiene muchas vertientes y no todas son igual de válidas para todo el mundo, en todas las etapas de la vida. Sin embargo, en el caso de la orientación sexual de gais y lesbianas, es primordial para vencer las adversidades el auto aceptarse. La importancia del autoconocimiento en los gais y en las lesbianas reside en que sólo conociendo quiénes son, podrán saber cuál

es su propio camino, y recorrerlo. Definirse a sí mismos como homosexuales, es el primer paso para la realización de sí mismo.

Por otra parte, la autoestima tiene mucha relación con el autoconocimiento y el sentido de vida; ya que, es un sentimiento de aprobación hacia uno mismo y, a lo largo de la vida se va conformando la opinión de sí mismos con base en el entorno y en los aprendizajes. La autoestima es fundamental para el buen vivir. Conocer las propias debilidades y fortalezas es el primer paso para aumentar la autoestima. Es importante unir al sentimiento, la capacidad y el valor que representa, ya que a lo largo de los años se conforma una opinión de sí mismo gracias a varios actos, al entorno, así como la opinión que tienen los demás (Bennet, 2008).

Al respecto, dice Bennett (2008) que la autoestima es fundamental para vivir bien; es clave para relacionarse con los demás y con el escenario en que viven de una forma provechosa. Una autoestima equilibrada favorece el sentirse bien con lo que son y con lo que hacen. En este estado de armonía interior se puede ser capaz de dirigir la propia vida y ser tolerantes y, al mismo tiempo, afrontan de mejor manera los retos de la vida.

Para Frankl (1979 citado en Morales, 2008), el sentido de vida es el motor que ayuda a salir de las adversidades y sobrevivir a ellas, sería imposible subsistir si se carece de él. Ser homosexual es un reto, una lucha constante contra muchos factores, que por uno u otro motivo intentan obstaculizar el vivir de una forma auténtica y coherente; es decir, no se podría cambiar a las personas que hay a su alrededor, sin embargo, podría modificar cómo recibir y actuar al respecto de la violencia o rechazo.

Desde la propuesta de la logoterapia de Víctor Frankl (1979 citado en Morales, 2008), el sentido de la vida parte de la concepción de que la conciencia posibilita a la persona la resignificación de sus vivencias y experiencias, así como un continuo descubrir de significados en el mundo, en la medida en que pueda abrirse al mismo. Siguiendo a Frankl (1994, citado en Morales, 2008) el sentido de vida es propio de cada persona y está lejos de ser un proceso lineal, por el contrario, es dinámico y constante, por lo que el autor invita a entender el sentido de vida como algo concreto para cada persona en un momento particular.

Por esta razón, Frankl (1979 citado en Morales, 2008) asegura que la persona debe buscar su propio sentido de vida, eso implica ser responsable de su propia vida y de los significados que le otorgue a sus actos. Dentro del sentido de vida, resalta la voluntad de sentido, es decir, la facultad de darle sentido y significado a las circunstancias por las que atraviesa en el presente, sus vivencias o experiencias del pasado y sus expectativas en el futuro.

Algunos filósofos como los existencialistas franceses Sartre y Camus (citados en Morales, 2008) sostienen que la vida no tiene sentido, pero que los seres humanos necesitan preocuparse por dar sentido a sus vidas; por lo tanto, cada uno imprime a su vida el sentido que seleccione por sí mismo. Los existencialistas alemanes, incluyendo a Víctor Frankl, (1979 citado en Morales, 2008) afirman que el sentido de vida sí existe y que descubrirlo es responsabilidad de la persona.

Al respecto, Frankl (1979 citado en Morales, 2008) sostiene que el sentido de vida debe encontrarse en el mundo exterior y no dentro del ser humano o en su propia psique, no importa que no espere nada de la vida, sino que, es preciso entender que la vida espera algo de nosotros. Vivir significa asumir la responsabilidad de encontrar la respuesta correcta a los problemas que ello plantea y cumplir tareas que la vida asigna continuamente a cada persona.

Por su parte, Fabry, (2001 citado en Morales, 2008), comenta que la vida tiene sentido en cualquier circunstancia y que todo ser humano tiene la capacidad de encontrarlo. Para él, la vida presenta dos niveles de sentido: el sentido último y el sentido del momento. El sentido último es inaccesible, es una cuestión de fe, de aceptación y de experiencia personal. El sentido del momento depende del sentido último, ya que éste funciona como una brújula interna, es entonces el quehacer cotidiano lleva a cada quien a encontrar el sentido último.

En la vida, el ser humano debe relacionarse en todos los contextos en los que se desenvuelve, así como generar vínculos que enriquezcan su existencia y la de otros, pues durante el transcurso de la vida está enfrentado a condiciones adversas y favorables que le permiten trascender o que en ocasiones le generan incertidumbre o sufrimiento. Situaciones como la orientación sexual, la raza, la religión, las ideologías

políticas, entre otras, pueden parecer determinantes sociales que intentan reducir la integridad de la persona, siendo probable que en algunos casos no se encuentre una salida y la solución prevista sea poner fin a la existencia. Sin embargo, se pasa por alto que estas adversidades dotan al ser humano de oportunidades para tomar nuevas posturas que le permitan encontrar sentido, autodirigirse y auto distanciarse a fin de reflexionar acerca de lo que las decisiones implican.

La espiritualidad y la perspectiva de género en el proceso de autoconocimiento hacia el sentido de vida de gais y lesbianas

El análisis de datos mostró que la espiritualidad es un aspecto fundamental en gais y lesbianas. La espiritualidad abarca diferentes áreas de la vida de las personas y se refiere a una fuerza interna que dinamiza al ser humano. De manea que, la espiritualidad es una puerta que moral y éticamente está abierta a la transformación. En este sentido, Palacio (2015) define de diferentes formas y fuentes acerca de lo que es espiritualidad entre la que destaca la siguiente:

La espiritualidad es la comprensión del acto mismo que hace el espíritu humano por trascender sus dimensiones de vida y direccionarlas desde la fuerza divina entendida esta como energía, luz interna, soplo vital o como quiera que le llamen (p.465).

Se puede decir que, la espiritualidad es una luz en la nebulosa que absorbe al ser humano entendiendo la nebulosa como la trama de significaciones que rodea el actuar y desarrollo de la persona, también es un camino en el cual los hombres y mujeres tejen las realidades abogando por el sentido de la vida.

Por otro lado, también resaltó la perspectiva de género como aspecto a tomar en cuenta, ya que tanto los gais como las lesbianas han sufrido discriminación y rechazo social por no apegarse a lo que establece el género desde una postura heteronormativa. La homosexualidad define a las personas que tienen una preferencia sexoafectiva por personas del mismo género, sin embargo los mujeres que se les llama lesbianas o los hombres a quienes se nombra gay viven diferente su orientación sexual, esto por diferentes razones iniciando con las físicas, pero también trasciende una forma de

educación dentro de la familia, en la escuela y en la religión.

Al respecto, Castañeda (2019), refiere que la perspectiva de género entre los gais y lesbianas es fundamental para comprender los diferentes comportamientos entre uno y otro, a lo que llama rol de género, y que existe una distinción entre el sexo biológicamente dado y el rol de género que cada quien aprende y desarrolla según su personalidad, su genética, su entorno familiar personal y sociocultural y que debido a esto hay hombres gais con actitudes femeninas así como el opuesto en las mujeres con actitudes masculinas, y esto no quiere decir que el gay deja de ser hombre o la lesbiana mujer. Y que se asumen como tal viviendo de esa forma plenamente.

La perspectiva de género es una herramienta teórico metodológica que ayuda a analizar y a entender por qué las personas gais y lesbianas no son aceptadas socialmente desde una postura heteropatriarcal. A decir de Lagarde (1996) el nacer niño o niña define la vida de la persona hasta el momento en que empieza la adultez y la persona inicia con la definición de cómo desea vivir; esto debido a los estereotipos de género que existen en la sociedad de cómo debe de ser el comportamiento del hombre y de la mujer.

Lagarde (1996), afirma que la perspectiva de género también permite comprender las diferencias entre hombres y mujeres a partir de sus diferencias, analizando las posibilidades vitales, el sentido de sus vidas, expectativas, relaciones sociales que se dan entre personas del mismo género o diferente. Siguiendo a Lagarde (1996), la perspectiva de género incluye el estudio de las relaciones sociales entre personas de este género o diferente en una variedad de ámbitos como pueden ser personales, grupales, íntimas, sagradas, políticas, entre otras. Esto, se aplica a la comprensión de la normatividad del contenido de género y el orden de estos en cuanto a códigos, leyes, mandatos y mandamientos.

Seyla Benhabib (s.f. citada en Lagarde, 1996) refiere que la diferencia sexual no es sólo anatómica sino también es parte de un proceso histórico y social. La identidad sexual es un aspecto de la identidad de género. El sexo y el género no se relacionan entre sí como lo hacen la naturaleza y la cultura pues la sexualidad misma es una diferencia construida culturalmente.

Reflexión acerca de lo encontrado en la literatura

En los documentos revisados se aborda la definición o explicación de lo que se entiende por homosexualidad desde la perspectiva heteropatriarcal, poniendo énfasis en los términos gay y lesbiana, ya que homosexualidad engloba de acuerdo con la etimología toda una diversidad de personas y comportamientos sentimentales y sexuales. Dichas definiciones puntualizan en que son gais los hombres que se enamoran de otros hombres; mientras que, las lesbianas son mujeres que se enamoran de otras mujeres. Ello no se refiere solamente a las relaciones sexuales sino a la parte afectiva, definiéndolo de forma más concreta a una relación sexo afectiva. Se definió que la homosexualidad no es una enfermedad, no se elige, de manera que no se nombra como preferencia sexual sino como orientación, ya que, al mencionarla como preferencia, pudiera considerarse que la persona lo prefiere, lo que generalmente no es así, ya que aun cuando se mantiene la disyuntiva o diferencia de opiniones con respecto a que, si se nace o se hace, lo más aceptado es que es algo de nacimiento, sin embargo, puede influir el entorno cultural, social y familiar.

Por otra parte, la heteronormatividad es una ideología que permea la manera de ser y de relacionarse; imponiendo formas de querer y de vincularse con los demás. Esto se debe en gran parte, a que pondera las relaciones sexo afectivas entre hombre y mujer con el argumento de priorizar la reproducción, situación que se contrapone en las relaciones de hombre-hombre o mujer-mujer.

Se considera también lo referente a la homofobia que, aun cuando etimológicamente se define como miedo a la homosexualidad, en la práctica no es así, debido a que no es que las personas se alejen de los homosexuales por miedo, sino que resulta una aversión, un rechazo que deriva en violencia física, agresiones, discriminación, lo que complica la vida de los gais y lesbianas.

Es fundamental para las personas homosexuales aceptarse a sí mismos, conocerse, contar con un autoconocimiento pleno, y de esta forma hacer frente al rechazo y discriminación ya que de lo contrario estarían en una posición de vulnerabilidad que reduciría su autoestima y sentido de vida. Frankl (2015) en su libro *El hombre en busca*

de sentido, menciona que si un individuo tiene claro un sentido de vida le será más factible y sencillo la búsqueda de la felicidad, satisfacción y plenitud de vida.

Reflexión acerca de las necesidades de la población desde el campo del Desarrollo Humano

La población lésbico-gay ha sufrido la falta de reconocimiento de sus derechos básicos, aun cuando son seres humanos iguales a todos, ciudadanos como cualquier otro que cumple con sus obligaciones derivadas de la ciudadanía que impulsan el crecimiento y mejoran las condiciones de la ciudad que habitan. Sin embargo, carecen de una libre convivencia en una sociedad discriminatoria, que los hace sentir vulnerables por el hecho de tener una orientación sexual distinta a la que se considera normal.

La población lésbico-gay en la ZMG a partir de 1980, empezó a visibilizarse con manifestaciones y actos públicos, eso ha derivado en la mayoría de las ocasiones, al rechazo y a la discriminación social. Ante tales circunstancias el grupo lésbico-gay ha preferido en su gran mayoría, permanecer en el anonimato, lo que coloquialmente se dice “dentro del closet”. De esta forma, han evitado padecer violencia o agresiones de la sociedad incluso al interior de sus propias familias, lo que les ha determinado una búsqueda de libertad interior, eligiendo caminos que no siempre dignifican su condición humana, con un sentido de vida contrario al deseado, y un autoconocimiento de su persona anulado, lo que les lleva a estados emocionales inestables, depresiones profundas, afectando su autoestima, y dependiendo de la etapa de vida, afectando su desempeño escolar, laboral o dificultad en mantener relaciones personales, tanto con sus círculos más cercanos como con el resto de la sociedad.

Por otra parte, existe violencia aunada a la discriminación hacia las personas gais y lesbianas abarcando desde la intimidación psicológica agresiva y sostenida hasta la física; tortura, secuestro y asesinato selectivo, así como violencia sexual, la llamada violación correctiva o punitiva. Esta puede ocurrir en múltiples lugares, como son parques, centro de trabajo, hogares; en algunos casos espontáneos y en otros planeados.

Con base en lo anterior, emergen las siguientes reflexiones en torno a las necesidades de las personas gais y lesbianas:

- El autoconocimiento es fundamental como punto de partida para aceptarse y reconocer la forma de vida deseada que coadyuvará a valorarse y ser una persona auténtica y coherente, reconociendo qué sienten y cómo se viven al ser gay o lesbiana.
- Tener claro hacia dónde quieren ir, un objetivo o meta de vida, lo que coadyuvará a tener un sentido de vida, algo porqué luchar y esforzarse en la búsqueda de una plenitud y/o satisfacción.
- Una aceptación de la sociedad y de los círculos y entorno que los rodea, no ser ignorados siendo visibles, tal cual son, sin mantenerse en la oscuridad como única forma de vida para evitar discriminación, rechazo o violencia.
- Sentido de pertenencia en la sociedad, inicialmente dentro del grupo de la diversidad a la que pertenecen como gais y lesbianas, y posteriormente que la comunidad los acepte como personas y a la vez como grupo, ya que en ocasiones se perciben aceptados por los círculos cercanos, que conocen su orientación, sin embargo sienten el rechazo hacia la comunidad, situación que al final les afecta en la vida diaria al no poder por ejemplo, mostrar su afecto en vía pública, o carecer de los derechos que como seres humanos les corresponden.

Con base en los postulados de Rogers (1961), la persona puede vivir en un estado de congruencia, donde pueda ser como quiera, con una alta autoestima y aun cuando exista la influencia del entorno social, que esto no impida que las personas se vean a sí mismas como lo desean, que aprendan a amarse, respetarse, a valorar su propia esencia, su ser y sobre todo ser felices. Dice Rogers (2018) que de manera frecuente, las personas están en proceso de autodescubrimiento. Esto viene a colación ya que los gais y lesbianas viven en un constante crecimiento y modificaciones en la búsqueda de lograr la coherencia y la autenticidad en sus acciones y vivencias significándose como personas en proceso de transformación no una entidad física o estática.

En las necesidades de los gais y la lesbianas conviene retomar la tendencia actualizante,

la cual refiere que las personas no importando género u orientación sexual, se mantienen en un constante proceso de crecimiento individual y mejora utilizando plenamente las capacidades innatas y personales (Rogers, 1961).

Es fundamental considerar como parte del autoconocimiento y sentido de vida, la congruencia, que implica que la persona se sienta cómoda consigo misma, teniendo una actitud de apertura que le permita actuar de manera genuina sin esconderse; confianza, que significa que la persona crea en sí misma y en sus capacidades; aceptación, que es cuando se valora al otro sin prejuicios ni condiciones. En este caso es deseable que sea de la persona hacia los demás y viceversa. Por último, la empatía, Rogers (2002), la define como percibir el marco de referencia interno del otro, con significados y componentes emocionales que contiene, lo que coloquialmente se conoce como ponerse en los zapatos del otro. Algunas máximas relacionadas con la comprensión empática, de acuerdo con Rogers (1961) son:

1. La empatía está correlacionada con la autoexploración.
2. El facilitador ideal, ante todo, es empático.
3. La empatía en las primeras etapas de la relación predice un éxito posterior.
4. En los casos exitosos, la persona percibe mayor empatía.
5. La empatía es una cualidad especial en una relación y los facilitadores la ofrecen definitivamente en mayor grado que cualquier buen amigo.
6. Una forma de aprender a ser empático es aprenderlo de personas que lo son.
7. La persona que recibe la comprensión empática se siente valorada, aceptada, querida y esto lo conduce a valorarse, aceptarse y quererse como persona en quien se puede confiar.
8. Cuando son comprendidas empáticamente las personas, éstas están más en contacto con una extensa gama de experiencias, lo cual expande su conciencia y les permite la autodirección.

Por otra parte, algo importante para que los gais y lesbianas puedan tener un desarrollo y vida más satisfactorio, es fundamental que tengan un objetivo, un punto focal hacia

dónde dirigirse lo que les ayudará a ser más resilientes contra las dificultades, el rechazo o la discriminación. Esto es contar con un sentido de la vida que es lo que impulsa a las personas a obrar de cierta manera, a actuar en la vida diaria, en el aquí y ahora, ante las circunstancias propias y hace que valga la pena dicho proceder. Estas acciones son las que van completando el sentido de la vida y generan también la experiencia satisfactoria del deber cumplido. Para finalizar, se retoma una cita que refiere Nietzsche y que anota Frankl en su libro *El hombre en busca del sentido* (1984), “quien tiene un por qué para vivir, es capaz de soportar casi cualquier cómo” (p. 78).

El facilitador como apoyo para el crecimiento de las personas

Rogers (1961) sugiere que la actitud que debe tener el facilitador está encaminada hacia propiciar la confianza, ser auténtico, y entender a las personas en su estado de ánimo y su percepción desde dentro; para iniciar un proceso constructivo que les permita desarrollar un autoconocimiento más claro y profundo, hacerlos más independientes con el fin de que resolvieran algunos de sus problemas.

El desempeño del facilitador es de suma importancia, ésta radica en el vínculo, en la relación que propicie y genere frente al otro, y esta relación tiene sus particularidades ya que no se establece por encima de la otra persona. Desde la mirada del Desarrollo Humano esta relación parte desde el respeto del modelo del mundo del otro, la confianza en las capacidades de los demás y esa empatía genuina que se da al estar presente para el otro, esa congruencia dentro de la relación. Para García y Carretero (2017 citados en Soto, 2019, p.84), la intervención desde el Desarrollo Humano conlleva una intención de brindar ayuda para el desarrollo de las personas a través de la creación de un tipo de relación que tiene como características particulares la calidez y la confianza. Para lograr establecer dicha relación se necesita que el facilitador posea tres actitudes básicas que retomamos Rogers, (1961, citado en Soto, 2019, p.84):

1. Congruencia
2. Aceptación positiva incondicional
3. Comprensión empática

Mientras que, Rogers (1961 citado en Soto, 2019, p. 88) sugiere las siguientes seis

condiciones:

1. Contacto entre dos o más personas.
2. Estado de incongruencia, vulnerabilidad o angustia por parte de quien participa en el proceso.
3. Congruencia del facilitador
4. Expresión del facilitador de consideración positiva incondicional.
5. Muestra de comprensión empática hacia el marco de referencia del otro.
6. Percepción del participante del proceso de la empatía y consideración positiva incondicional.

Lo antes mencionado conlleva gran responsabilidad hacia el facilitador, ya que implica un reto como persona y un desafío dentro de este proceso donde se busca llevar a la acción y al cambio y, por tanto, éste tiene un impacto en la persona, pero también al entorno en este caso laboral donde está inmerso.

CAPÍTULO 7. METODOLOGÍA

En las siguientes líneas se describe la estrategia metodológica, la cual parte de tipo cualitativo, con el fin de colocar en el centro de análisis a la persona y por tanto, llegar al objetivo de investigación. Asimismo, se describe la pertinencia del método fenomenológico, se fundamenta la entrevista fenomenológica como técnica elegida, se explicitan los criterios de inclusión, la selección y tipo de la muestra, se prosigue con el tipo de muestreo, las consideraciones éticas, la fundamentación del análisis de datos y la nomenclatura para referirse a las personas entrevistadas y resguardar su identidad.

Metodología cualitativa

Según Vasilachis (2006), la investigación cualitativa es un proceso interpretativo en donde se indaga un problema humano o social a partir de distintas tradiciones metodológicas. Los investigadores cualitativos intentan dar sentido o interpretar los fenómenos desde los términos del significado que las personas les otorgan. “La

investigación cualitativa es interpretativa en el sentido de que se interesa por las formas en las que el mundo social es interpretado, comprendido, experimentado y producido por las personas” (Vasilachis, 2006, p.26). De ahí que este tipo de abordaje sea pertinente para este proyecto, ya que coloca a la persona en el centro de atención para indagar sobre la manera en que el autoconocimiento en personas gays y lesbianas les ha ayudado a orientar su sentido de vida.

Al respecto, Vasilachis (2006) refiere que la investigación cualitativa abarca “el estudio, uso y recolección de una variedad de materiales empíricos que describen los momentos habituales y problemáticos y los significados en la vida de los individuos” (p.24). En el caso de este proyecto se retomó la experiencia de gays y de lesbianas como un medio para indagar respecto a sus vivencias; por esta razón es que se recurre al método fenomenológico.

Método fenomenológico

La fenomenología permite considerar las experiencias desde la manera en cómo las personas la viven. Estas experiencias resultan inseparables de la persona, constituyen un significado hacia algo, sobre algo o con relación a algo, no son aisladas (Sassenfeld y Moncayo, s.f.). Un aspecto que la fenomenología toma en cuenta es la actitud natural de las personas ya que considera relevante la manera en que éstas se comportan en la vida diaria. La fenomenología tiene un método donde se coloca el acento en un período de tiempo y espacio para profundizar en la experiencia de las personas. Este proyecto retoma dicho método para indagar acerca de la experiencia de las personas gays y lesbianas, puntualizando en su orientación sexual, así como en la manera en que han seguido cierto sentido de vida acompañado de un proceso de autoconocimiento.

De acuerdo con Sassenfeld y Moncayo, (s.f.), “la fenomenología supone que los fenómenos -en cuanto constituyen uno de los dos aspectos centrales de la relación intencional entre la persona y el mundo- son lo único que al ser humano le es accesible y cognoscible directamente” (p. 95). Para ello, es conveniente que el facilitador ponga entre paréntesis su marco de referencia, es decir su experiencia; suspender temporalmente la propia inserción en el mundo e interrumpir con ello el movimiento

habitual hacia la realidad exterior para poder contemplarlo sin participar en él (Moreira, 2001). En otras palabras, “la actitud fenomenológica permite aprehender y observar la intencionalidad de los procesos psicológicos como estructura constitucional y pre-reflexiva de la experiencia humana” (Sassenfeld y Moncayo, s.f., p. 94)

En particular, el fenómeno y la experiencia representan los pilares que sostienen el método fenomenológico con el propósito de comprenderlos tal como los viven las personas. Halling y Carroll (1999) definen la fenomenología como el estudio metodológicamente riguroso y no sesgado de las cosas tal como aparecen, de manera que se pueda llegar a un entendimiento esencial de la conciencia humana y su relación con los objetos de la experiencia. La investigación, desde el método fenomenológico, busca que la teoría emerja a partir del encuentro entre la experiencia y el fenómeno (Moreira, 2001).

En el plano metodológico, es necesario que el investigador en su faceta de facilitador, ponga en práctica algunas actitudes como la aceptación positiva incondicional, la escucha activa y la comprensión empática, además de poner entre paréntesis su marco de referencia pues, como apunta Yontef (1993), debido a que el método fenomenológico se basa en la experiencia, se vuelve imperativo diferenciar con claridad entre lo efectivamente vivenciado y todo el conjunto de elementos asumidos, establecidos, aprendidos y/o inferidos por el investigador, que determinan y sesgan la experiencia del fenómeno tal como se presenta.

Selección de la técnica: la entrevista fenomenológica

Este proyecto de investigación colocó el acento en la experiencia de personas gays y lesbianas, para ello se apegó al método fenomenológico debido a que se intenta comprender la experiencia vivida de las personas en relación con sus situaciones de vida, así como los significados vividos que surgen en diferentes momentos y situaciones para cada persona. Es decir, se busca “comprender los fenómenos sociales y psicológicos desde la perspectiva de las personas involucradas” (Welman y Kruger, 1999, citados por Groenewald, 2004, p. 5), a partir de sus vivencias. A decir de Moreno, (2014):

la entrevista fenomenológica es un proceso de interacción y diálogo entre dos personas, cuyo propósito es propiciar que, quién comparte su experiencia 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 experiencia (p.71).

En una entrevista fenomenológica es importante tener presente que se trata de un diálogo, una interacción que afecta a los dos participantes. Desde una perspectiva ética, el facilitador que hace investigación no puede eludir esto y debe estar preparado para acompañar y escuchar a quién comparte su experiencia cuando tenga expresiones con una cualidad afectiva intensa y para propiciar que la conversación se convierta también en una experiencia de beneficio para el colaborador (Kavanaugh y Ayres, 1998; Engelsrud, 2005). De tal forma que, el facilitador debe poner su marco de referencia entre paréntesis, así como sus prejuicios y/o experiencias personales. Asimismo, el trato que el facilitador debe de tener hacia la persona que colabora debe de ser cordial, empático, con una escucha activa que genere un ambiente de confianza y confidencialidad. Al mismo tiempo, es necesario que preste atención y visibilice cómo uno como investigador puede tener implicaciones a partir de la interacción con el entrevistado y cómo ello influye en su interacción, escucha y comprensión de la otra persona (Moreno, 2014). Siguiendo a Moreno (2014) considera que las actitudes del facilitador llegan a ser fundamentales puesto que, si la persona se siente aceptada, respetada, no evaluada, valorada y comprendida desde su propia perspectiva, hay más posibilidades de que comparta su experiencia.

El facilitador debe estar presente sin distracciones ni juicios, dándole la bienvenida a la persona. También debe mantener una escucha empática activa, prestando atención y detalle a las reacciones de quién comparte su experiencia, así como su lenguaje verbal y no verbal con el fin de darse cuenta si existe algún problema o incomodidad que pueda afectar el resultado de la interacción.

Criterios de inclusión y número de entrevistados

Martin-Crespo (2007) refiere que en la investigación cualitativa el diseño evoluciona a lo largo del proyecto y que la mejor decisión de cómo obtener los datos y de con quienes obtenerlos sucede en el trabajo de campo debido a que, previo a tener contacto con los diferentes puntos de vista de los colaboradores, su realidad resulta desconocida. De la misma forma, refiere que en estos estudios generalmente son muestras pequeñas no aleatorias, debido a que se privilegia centrarse en un caso que presenta interés intrínseco por descubrir el significado o reflejar realidades de la población; no se busca la generalización.

Se aplicaron 5 entrevistas fenomenológicas a 4 personas que se reconocen como gays o lesbianas y que cumplieron con los siguientes criterios de inclusión:

- Mayores de 25 años.
- Sin límite de edad superior.
- Que hayan pasado por un proceso de aceptación de su orientación sexual.
- Que compartan con personas heterosexuales la aceptación de su orientación sexual.
- Que tengan un nivel socioeconómico de clase media baja, media o media alta.
- Que tengan mínimo nivel educativo medio superior o superior.
- Que estén solteros o casados con pareja del mismo género.
- Que vivan en el Área Metropolitana de Guadalajara.

La bola de nieve como tipo de muestreo

El muestreo en investigación cualitativa se refiere al número de entrevistas o información que se requiere para que los resultados sean significativos (Mendieta, 2015; Hernández, Fernández y Baptista, 2014, y Martin-Crespo, 2007). La población a la que se dirigió esta investigación son personas que se asumen como gays y lesbianas. Este sector ha sido considerado como parte de las poblaciones ocultas, las cuales son denominadas así porque un gran porcentaje han sido violentados, discriminados y segregados debido a su condición no heteronormada. En consecuencia, algunos han vivido dentro del clóset,

es decir, mantienen oculta su vida sexo-genérica.

De tal manera que la selección de la muestra debe apegarse a los criterios de inclusión que se plantearon anteriormente. Por ello, el tipo de muestreo pertinente es el denominado como bola de nieve, en donde el proceso inicia con un participante que puede llevar a otro, ya que se les pide que recomienden a posibles participantes.

Debido a que el contacto con otras personas es mediado por alguien que ya fue entrevistado como parte del proyecto, resulta más fácil establecer una relación de confianza con los nuevos participantes. Este tipo de muestreo ayuda a identificar y contactar a personas de comunidades a quienes son difíciles de acceder. El tipo de muestreo por bola de nieve facilita que, aun cuando la muestra sea significativa, se puedan obtener resultados que apliquen de manera global a la población de la diversidad.

Consideraciones éticas y consentimiento informado

Para este estudio es fundamental trabajar con condiciones éticas debido al tipo de población. Aunque las personas entrevistadas no se encuentran “dentro del clóset”, ya que ellos y ellas se asumen así mismos -así como frente a otros- como gais o lesbianas, como refiere González (2002) se debe de realizar con ética intentando no ocasionar conflictos.

De acuerdo con González (2002) las reflexiones éticas de la investigación se hacen desde las características de propias de la investigación cualitativa, puesto que acepta la individualidad de las personas como parte constitutiva de su proceso indagador. El investigador-facilitador debe conducirse de forma ética, coherente, transparente y auténtica cuidando sobretodo los intereses y el bien de la persona, buscando el beneficio de ambos, sin juicios, con una comunicación asertiva en donde se hayan pactado previamente las reglas y se busque el beneficio de ambos, a la vez que logre una validez científica y social. De manera que, se recurrió al consentimiento informado haciéndole saber a la persona que, aun cuando es importante llegar al término de la investigación, si en un momento no se siente incómodo/a o no quisiera seguir, puede retirarse.

Asimismo, González (2002) comenta que la investigación es un proceso de comunicación entre el facilitador y la persona que colabora compartiendo su experiencia, conformando un diálogo de diferentes formas y saberes. En el campo del Desarrollo Humano, la persona es considerada como única, con dignidad y con capacidad para tomar decisiones. En este sentido, la persona es central, por lo que su derecho a la réplica y a la argumentación tienen que ser pragmáticamente reconocidos. El reconocimiento recíproco entre las personas es vital, ya que sin éste una persona no podrá llegar al conocimiento de la verdad de las proposiciones y a la corrección de las normas.

El punto de partida es que las personas tienen derecho a participar en igualdad de condiciones. En el caso de la investigación cualitativa, es importante que las personas gays y/o lesbianas comprendan el objetivo del proyecto y se les reconozca su voz como parte de su derecho a expresarse ante una problemática específica. Por esta razón, es que el proyecto debe procurar tener claridad en los siguientes aspectos:

- Valor social o científico: para que una investigación sea ética debe tener valor, plantear mejoras en las condiciones de vida o en el bienestar de la población o producir conocimiento que abra oportunidades de superación o de solución a problemas.
- Validez científica: si una investigación valiosa está mal diseñada, los resultados son poco confiables o carecen de eficacia, por lo que -al trabajar con humanos- la búsqueda de validez es en sí misma un principio ético. Si una investigación que usa muestras injustificadas, descuidos en la metodología o información poco crítica, no es ética porque no puede generar conocimiento válido. La validez científica permite desarrollar una investigación coherente desde la elección de un método de investigación coherente con el problema y la necesidad social, la selección de los sujetos, los instrumentos y las relaciones que establece el investigador con las personas, un marco teórico sustentado, así como un lenguaje capaz de reflejar el proceso de la investigación y que debe cultivar los valores científicos en su estilo y estructura.

- Selección equitativa de las personas: ésta debe ser con base en las interrogantes científicas, así como el objetivo. Se busca que mutuamente se puedan beneficiar del estudio.
- Proporción favorable del riesgo-beneficio: la investigación con personas puede implicar riesgos y beneficios; sin embargo, cuando los riesgos potenciales para las personas se minimizan o los beneficios se maximizan, se habilitan los principios de no-maleficencia y beneficencia.
- Condiciones de diálogo auténtico: entre el investigador-facilitador y la persona debe haber una comunicación efectiva, clara, directa, y auténtica.
- Consentimiento informado: con esto se asegura que las personas que participen en la investigación conozcan los alcances de ésta, así como las consecuencias, la compatibilidad con sus valores, intereses y preferencias. A la vez se asegura que lo hacen por voluntad propia y con el conocimiento suficiente para decidir con responsabilidad sobre sí mismos. Los requisitos específicos del consentimiento informado incluyen la provisión de información sobre la finalidad, los riesgos, los beneficios y las alternativas a la investigación, para obtener una decisión libre y no forzada sobre si es conveniente participar o no.
- Respeto a las personas inscritas: esto implica varias cosas como cuando la persona decide que, si la investigación no concuerda con sus intereses o conveniencias, puede retirarse sin sanción de ningún tipo; confidencialidad en el manejo de la información; el hecho de que, la información producida en el transcurso de la investigación debe darse a conocer a las personas inscritas mediante un mecanismo para informarles sobre los resultados y sobre lo que se aprendió. El bienestar de la persona debe vigilarse a lo largo de su participación y, si es necesario, puede retirarse de la investigación (González, 2002)

Fundamentación del análisis de datos

En este apartado se expone el método hermenéutico para el análisis de datos. Se recurrió a este método porque permite reconocer la experiencia de la persona tomando en cuenta su historia de vida y contexto. Con base en Baeza, (2002 citado en Cárcamo, 2005, p.51) se siguieron los siguientes pasos:

- Considerar la frase o la oración como unidad de análisis en el corpus.
- Trabajar analíticamente apoyándose en la malla temática y sus codificaciones respectivas.
- Establecer un primer nivel de síntesis en el análisis de contenido.
- Trabajar analíticamente por temas desde la perspectiva de la persona.
- Establecer un segundo nivel de análisis de contenido.
- Trabajar analíticamente el conjunto de las entrevistas desde las perspectivas de las personas entrevistadas.

En el análisis de datos, la implicación personal del facilitador es fundamental en la comprensión de lo que escucha de la persona entrevistada. El proceso en el análisis de los datos es como refiere Cárcamo (2005), un agente facilitador para el desarrollo de la praxis hermenéutica por cuanto reconoce y explicita los principales aspectos que deben considerarse para que dicho procedimiento sea llevado de manera apropiada; y puede ser complementado con la finalidad de esclarecer algunos aspectos con el entrevistado.

Para el análisis de datos obtenidos de las entrevistas se utilizó el método hermenéutico, el cual puede ser asumido mediante una dialéctica que incorpora al texto y al lector en un permanente proceso de apertura y reconocimiento. En este sentido, el investigador-facilitador debe procurar comprender los textos a partir del ejercicio interpretativo intencional y contextual. Dicho proceso supone desarrollar la inteligibilidad del discurso contenido en el texto (Cárcamo, 2005).

Un elemento fundamental para considerar dentro de los aspectos prácticos del proceso hermenéutico está dado por considerar a la interpretación tal como la concibe Vattimo (1992):

el análisis hermenéutico requiere un evento dialógico en el cual los interlocutores se ponen en juego por igual y del cual salen modificados; se comprenden en la medida en que son comprendidos dentro de un horizonte tercero, del cual no dispone, sino en el cual y por el cual son dispuestos (pp.61-62).

La hermenéutica establece que no hay separación entre la persona investigada y el investigador-facilitador, de manera que no hay alguien que escriba su historia y otro que la interpreta. Es decir, no hay una persona neutra que solo interprete, sino que está presente la propia historicidad y autodeterminación que permite tomar decisiones, también influyen en la interpretación; esto es el sentido ético de la hermenéutica (Cárcamo, 2005).

A partir de este sentido ético, es que se hizo el análisis de los datos de las entrevistas. De manera que, a partir de la obtención de información, ésta se clasificó en cuatro categorías significativas y sus subcategorías. González y Cano (2010) comentan que el proceso del análisis de datos es un recorrido a través del cual hay que ir más allá de los datos, donde se accede a la esencia del fenómeno de estudio. Asimismo, explican que el análisis de los datos no corresponde a una fase aislada del proceso de investigación, sino que es una actividad procesual y dinámica que comienza desde que el investigador-facilitador comienza a indagar en el tema hasta que concluye.

Entonces, se trata de un proceso creativo donde la sensibilidad del investigador-facilitador, entendiéndola como la capacidad crítica y analítica de ver más allá de los datos, toma importancia, ya que permite vislumbrar la información con el máximo valor interpretativo. También es un proceso metódico, riguroso, y cognitivamente complejo, debido a que implica la puesta en marcha de fases de comprensión, síntesis, teorización en donde el investigador-facilitador trabaja su sensibilidad teórica y su creatividad desde la reflexividad y el rigor. Esto es lo que permite ver más allá de los datos.

Estos aspectos ponen de relieve ciertas habilidades del investigador-facilitador, donde utiliza sensibilidad teórica y creatividad desde el inicio del proceso de las entrevistas, la transcripción, la selección de las categorías y subcategorías hasta el análisis de éstas para llegar a la conclusión. Este cúmulo de habilidades respecto a la facilitación y

atención a los entrevistados, escuchar su experiencia sin juzgar, así como poner “entre paréntesis” su propia implicación personal se logra con la experiencia. En el particular caso de este proyecto de investigación, quien realiza este proyecto, las sigue adquiriendo en su formación en la Maestría en Desarrollo Humano.

Sistematización y codificación de la información

En esta investigación se realizaron cinco entrevistas a personas gays y lesbianas, a partir de las cuales se obtuvo información que pudo ser sistematizada y codificada. A partir del análisis de los datos se establecieron cuatro categorías preponderantes a las cuales se les asignó un orden jerárquico de acuerdo con su profundidad, pasando de lo simple a lo complejo. Durante la investigación hubo interacciones entre las personas entrevistadas y el investigador-facilitador ya que, dada la implicación personal de este último, se pudo profundizar en el desarrollo de la entrevista, logrando la obtención de datos para abonar al objetivo del proyecto.

Es importante comprender que los datos brindan información concreta, describen hechos empíricos, sucesos y entidades. Quien investiga no solo elige el dato, sino lo construye y lo pone en relación con la teoría para cumplir con el objetivo que persigue la investigación.

Este proceso contempló varias etapas: la identificación de información, la selección y edición, así como la ordenación y clasificación de los datos. Para poder realizar esto, se recurrió a la información que proporcionaron las personas, las entrevistas se realizaron en su mayoría de forma virtual y solo una de manera presencial. Después de transcribir la información recolectada, se sistematizó en un cuadro donde se registró lo más significativo, lo cual conduce a generar y organizar categorías. Luego de esto, se argumenta lo encontrado con apoyo de bibliografía, con el fin de hacer el análisis del fenómeno de manera fundamentada.

Nomenclatura para resguardar la identidad de las personas entrevistadas

Con la intención de resguardar la identidad de las personas que participaron en las entrevistas de esta investigación, así como respetar la confidencialidad, se utilizó una

nomenclatura especial para referenciar cada comunicación personal brindada; por lo que se anotaron en las mayúsculas las dos primeras letras del nombre de cada persona, seguido del número de entrevista, de la E de entrevista y del año en que se realizaron las mismas. Ej. (ED, 1E, 2021).

CAPÍTULO 8. PRIMEROS HALLAZGOS. RELATO REFLEXIVO DE LA INVESTIGACIÓN

Para obtener las experiencias de personas gais y lesbianas de la ZMG se realizaron entrevistas a 4 personas; en un inicio se pensó que sería necesario tener dos encuentros de 2 horas por cada una en dado caso de no tener toda la información en una sola interacción. A cada entrevistado se les solicitó que firmaran el consentimiento informado. Mediante la entrevista fenomenológica se buscó indagar en los temas-problemas en relación hacia el sentido de vida, autoconocimiento originado a partir de la discriminación y rechazo tanto en el ámbito familiar, laboral, así como social.

La guía de entrevista se elaboró con base en las necesidades de la población, detectadas durante el acercamiento:

- Fortalecer su autoestima al sentirse desvalorados socialmente.
- Reconocer y resignificar cómo se sienten y cómo viven su sexualidad.
- Vivir de manera congruente de acuerdo con su orientación sexual
- Autoconocimiento, el cual es el punto de partida para aceptarse y reconocer la forma de vida deseada, que apoye a valorarse y ser un sujeto auténtico y coherente, reconociendo lo que sienten y cómo viven el ser gay o lesbiana.
- Claridad hacia dónde quieren ir, un objetivo o meta de vida, lo que tiene relación con tener un sentido de vida, algo por que luchar y esforzarse en la búsqueda de una plenitud y/o satisfacción.
- Aceptación de la sociedad y de los círculos y entorno que los rodea, no ser ignorados por cómo son, sin mantenerse en la oscuridad o “dentro del closet

“como única forma de vida para evitar discriminación, rechazo o violencia.

- Sentido de pertenencia en la sociedad, el cual les permita sentirse dentro del grupo de la diversidad a la que pertenecen -en tanto que son gais y lesbianas- ; pero a la vez que la sociedad los acepte como personas, ya que en ocasiones se perciben aceptados por los círculos cercanos que saben de su orientación, pero sienten el rechazo de la sociedad, situación que al final les afecta en su vida diaria al o carecer de los derechos que como ciudadanos les corresponden.

A continuación, se presentan los temas que conformaron la guía de entrevista:

- La persona y su entorno.
- Vivir la sexualidad entre lo público y lo privado.
- Apertura y comunicación de la orientación sexual.
- Proceso de reconocimiento y aceptación de su sexualidad.
- Sentido de vida.

Se eligieron a 4 personas (tres hombres y una mujer) para aplicar las entrevistas, las cuales, se realizaron a través de la plataforma Zoom (solo una del entrevistado E se hizo presencial). En una de ellas, la que estaba planeada para un hombre C, se conectaron 2 C y A. En el caso de ellos, en una sola entrevista se cubrió la estructura total de la facilitación.

Tabla No. 2 Presentación de las personas entrevistadas

Seudónimo	Sexo	Particularidades
SI	Mujer lesbiana	Soltera, psicóloga, 45 años, sin hijos.
AI	Hombre gay	AI y SE son pareja. Están casados desde hace 18 años, tienen dos hijas adoptadas, laboran en seguridad pública.
SE	Hombre gay	
ED	Hombre gay	52 años de edad, estuvo casado con una mujer, tiene un

		hijo. Actualmente se acepta como gay de forma completa.
--	--	---

Fuente: elaboración propia

A continuación, describiré el proceso de la relación que se construyó en cada entrevista, intentando cubrir las siguientes preguntas:

- ¿Cómo percibiste a cada uno de tus entrevistados al principio?
- ¿Cómo observaste su evolución a lo largo de las entrevistas?
- ¿Qué hiciste tú para que eso sucediera?
- ¿Cómo viste al entrevistado al final? ¿qué comentó?
- ¿Cómo fue para ti facilitar cuidando la lógica de tu guía de entrevista?
- ¿Qué tanto contacto fenomenológico pudiste hacer con cada uno de ellos?

Cada uno de los entrevistados, al tener historias de vida diferentes, tuvieron distintos comportamientos. En el caso de la mujer SI, presentó en la primera entrevista altibajos ya que en un momento se mostró segura de sí misma y aceptando su orientación sexual; sin embargo, debido a una relación recién terminada, tuvo momentos de dolor y mostró confianza para compartirlo durante el transcurso de ambas entrevistas. Como facilitador, tuve especial cuidado en ser empático, lo cual se me facilitó debido a que mi implicación personal es afín a la experiencia de vida de la persona. Al final se mostró con una confianza reafirmada y satisfecha por la entrevista, tanto que dijo que no tenía que agregar nada y que se había sentido escuchada.

Algo similar sucedió con el entrevistado ED, ya que en la primera entrevista se mostró abierto y confiado exponiendo su experiencia de vida. Sin embargo, en esa misma ocasión, tal vez se sintió lastimado al finalizarla, ya que para realizar la segunda puso muchos obstáculos y, cuando finalmente aceptó colaborar, se mostró cortante, haciendo complicada la entrevista. Aun cuando quise ser empático, se me dificultó tanto que supuse que había sido una pérdida de tiempo; sin embargo, tras leer la transcripción, me di cuenta de la vasta información obtenida.

Finalmente, con la pareja entrevistada fue diferente y agradable ya que ellos, al haber

tenido experiencias de vida similares a las de los dos primeros entrevistados y debido a mi implicación personal, siempre se mostraron con una actitud positiva y propositiva, arrojando información que es útil para la consecución de la investigación.

Para mí las entrevistas y la facilitación fue excepcional debido a que pude constatar mis habilidades para realizarlas, siendo empático cuidando la consideración positiva incondicional, así como la utilización de las herramientas de apoyo como son la clarificación, reflejo, paráfrasis y síntesis.

El contacto fenomenológico con las 4 personas fue revelador, debido a que se llegó al fondo de sus experiencias de vida, a los sentimientos y emociones que éstas provocaban. Trabajamos en conjunto -entrevistados y facilitador- llegando a las experiencias de vida con una profundidad tal que se obtuvo información que será útil para las conclusiones de la investigación.

Propósito de la entrevista y lo que se logró

En las 5 entrevistas que se realizaron el propósito fue conocer la historia de vida de cada uno de ellos, con el objeto de lograr información que ayudara a la investigación. Finalmente se lograron realizar 5 entrevistas en total a 4 entrevistados.

En el caso de SI, desde el primer encuentro fue muy colaborativa, expuso y contestó sin cortapisas, fue amable y, como ella misma lo comentó, aun cuando se tocaron temas complicados y dolorosos, al final dijo que estaba bien, que la había hecho reflexionar, pero se mantuvo fuerte y adaptativa.

Posteriormente, en la única entrevista de la pareja de hombre AI y SE, fueron muy optimistas sobre lo que hablaron y comentaron. Al igual que las otras dos personas fue algo que les dolió y lastimó; sin embargo, ellos le sacaron lo positivo al asunto, ya que mencionaron que mucho está en el amor y actitud que se tome frente a la adversidad.

Finalmente, ED en la primera entrevista estuvo comunicativo, se sintió honesto y decidido en sus convicciones y en confianza de comentar situaciones de vida complicadas. Sin embargo, al realizar la segunda, no estuvo del todo convencido y puso muchas trabas como si le diera miedo seguir hablando de lo mismo. El segundo encuentro fue corto y atrabancado ya que la realizó en un celular y en medio de otras personas.

En las entrevistas se logró lo que se buscaba que era obtener información basada en la experiencia de las personas que brindara claridad, además de servir como insumo de análisis para contestar nuestra pregunta de investigación.

Principales dificultades y errores, aciertos y sugerencias

- Dificultades

Al inicio un poco de duda y desconocimiento al usar el ZOOM, pero se resolvió de inmediato y pudo transcurrir la entrevista sin contratiempos. Durante la entrevista no hubo errores, tal vez el ladrido de mis perros que no pude evitar, pero no afectó. En momentos a ella le falló el internet y se cortó un poco el audio mientras hablaba al igual que se congelaba su imagen, pero fue de manera breve. El entrevistado se encontraba en un lugar donde no había buena señal de internet, por lo que utilizó datos de su celular, por lo que aunado al lugar en donde estaba, se distraía.

- Errores

No se estableció como regla dejar el celular de lado y, si bien, no sucedió nada y no hubo interrupciones, debí haberlo comentado. No haber ventilado la habitación desde el inicio, por lo que él me pidió abrir unas ventanas o encender un ventilador; asimismo no haberle ofrecido algo para tomar y refrescar la garganta, algo que sucedió hasta el final de la entrevista que él me pidió agua.

- Aciertos

Dejé correr la entrevista, por lo que aun cuando se mezclaron los temas y las preguntas, no se siguió el orden como estructura. Sin embargo, funcionó de maravilla dejar fluir a la entrevistada, que se adelantaba y luego yo la regresaba. Asimismo, se considera como acierto el nivel de confianza y fluidez de la entrevista.

- Sugerencias

Se pudo haber realizado el encuadre desde el principio en cuanto a reglas a definir entre los dos, como puede ser el tema del celular o definir con el entrevistado el tiempo de la entrevista deseado. También cerrar con preguntas que mostraran la empatía hacia él y sus sentimientos.

Diario de campo

Relato descriptivo de las sesiones

Con días de anticipación se le envió la invitación a la entrevistada para conectarnos el sábado 9 a las 6:00 pm. Hubo unos detalles iniciales en la conexión, por lo que se inició a las 6:05, posteriormente transcurrió sin incidentes. La entrevistada compartió de manera fluida, en confianza, hablando en algunos casos de situaciones que no había compartido antes; abrió su experiencia y, en momentos, se quebró un poco sin llegar a extremos. Ella misma comentó que se sintió en confianza y se sentía bien ya que, al recordar lo que iba platicando, la ponía un poco triste. Son temas cerrados, que no la persiguen. Yo cerré la entrevista que se prolongó, preguntando cómo se sentía y cómo se iba. Estoy seguro pudimos haber continuado por un rato más, pero en lo personal ya me sentía cansado y no quise cansarla más a ella, así que le comenté que si ahí le parábamos y esperaríamos una nueva cita entrevista.

La persona que iba a entrevistar el día 26 de febrero me canceló a última hora por lo que me di a la tarea de desarrollar otra alternativa, por lo que contacté a ED con solo dos días de anticipación. Afortunadamente, a pesar de que tenía un compromiso previo, ajustamos el horario para que se pudiera realizar la entrevista, el no aceptó hacerla por Zoom de manera que la hicimos de forma presencial en mi casa. Quedamos a las 4:00 pm y yo le había comentado que duraría aproximadamente 2 horas, a lo que me respondió que no había problema, que sí podía asistir a su compromiso a las 6:00 pm.

Él llegó puntual, encendí los tres aparatos de grabación y cuando ya estuvimos en una habitación cerrada con la puerta cerrada, inicié la entrevista comentándole en qué iba a consistir y dándole las gracias por haber aceptado; luego comencé con la parte más sencilla de la entrevista, pero él desde un principio empezó a platicar de un tema complicado, demostrando que ya está en pleno conocimiento y aceptación de su orientación; se expresaba sin problema y solo en una ocasión me comentó “lo bueno es que estamos en confianza y que esto no se sabrá” (ED,1E,2021) y comentó algo no de él, sino de su hijo.

El entrevistado compartió de manera fluida y en confianza, hablando de sus experiencias y en un momento se quebró derramando unas lágrimas. Fue un momento intenso en donde también lloré brevemente, sin embargo, pudimos sentirnos bien después de ese momento y continuar.

En la tercera entrevista, la cita se había programado para el domingo 27 de febrero a las 6:00 pm, pero el entrevistado, por situaciones familiares, me la cambió para el lunes 28 a las 6:00 pm. Afortunadamente, en mi caso, no hubo problema, coincidieron los horarios y antes de las 6 le envié la liga de ZOOM para conectarnos. Al conectarse, mi sorpresa fue que eran 2 personas, no solo uno. Resultó enriquecedor poder hablar con 2 hombres de edad entre 35 y 43 años, profesionistas, pareja desde hace 18 años y 1 año de casados. Inicialmente, les comenté que iba a grabar la sesión, que les iba a parecer en su pantalla para que me autorizaran; aun cuando a uno de ellos ya le había explicado el porqué de la entrevista y siendo que ya había firmado el consentimiento, de todos modos, le expliqué que todo era confidencial con fines académicos y que inclusive el video no se utilizaría más allá que para analizar el lenguaje no verbal que me ayudaría en el aprendizaje.

También les comenté que, respecto al audio, utilizaría seudónimos -no nombres reales, por lo que aceptaron. Se observó durante la entrevista que aun cuando no andan publicando que son gais, su vida y su aceptación es tal y de tan buena forma que no les causa problema que las personas sepan de su orientación.

Inicié con la estructura general de la entrevista, luego los temas y comentándoles que no era una entrevista de cuestionario, sino más bien se iban a ir abordando los temas de manera cordial y nos iríamos conociendo mutuamente. El conocimiento mutuo es porque, así como ellos me compartían, yo haría lo mismo sin que esto significara que yo me convertiría en el protagonista: ellos son el punto focal del proceso.

Comencé con lo básico en cuanto a su trabajo, a la pandemia, a su familia, su vida diaria, esto con la idea de poco a poco ir entrando en el tema-objeto de la entrevista, de lo simple a lo complicado; funcionó bien, ya que ellos fueron introduciendo la plática en lo medular del asunto que es la situación de los gais ante la sociedad, trabajo, familia, iglesia, política, etc.

El desarrollo de esta entrevista fue un momento agradable y enriquecedora, una plática donde el punto fundamental fue la persona por el hecho de serlo. Considero que, tanto ellos como yo, tuvimos un aprendizaje ya que compartimos experiencias y vivencias, algo que se relaciona con el Enfoque Centrado en la Persona, de Rogers (1961).

Acerca de la iglesia, ella siente que vive su espiritualidad a su modo, que sigue creyendo en Dios. Sin embargo, está de acuerdo con que la iglesia católica es muy cerrada acerca de la diversidad, que escucha en el radio los comentarios homófobos de los sacerdotes, pero a ella no le afecta.

Desde el primer encuentro con SI se acordó el día y la hora para el segundo por lo que, puntualmente a las 6 pm nos conectamos por ZOOM. Primeramente le pregunté por sus papás porque sabía que estaban enfermos y justo por eso ella está pasando por momentos de preocupación; luego le pregunté por cómo había ido su semana y para entrar en tema, por cómo se había sentido después de la entrevista anterior, a lo que ella comentó que no le había removido nada y que se sentía bien; posteriormente iniciamos con los temas de esa segunda entrevista, a sabiendas que ella había comentado que no había sentido rechazo o discriminación pero no negó que existiera esto.

Mencionó que, en su trabajo, gracias a las nuevas políticas que pudieran causar amonestaciones o despidos por comentarios o bromas homofóbicas, ya se siente en más confianza y libertad de expresarse en su área laboral, ya que anteriormente había bromas y malos chistes. Se define como una persona fuerte y decidida, que se adapta, es paciente y eso le ha ayudado a seguir viviendo aun cuando vive el duelo.

Al concluir la hora, para cerrar le pregunté cómo se sentía y si quería agregar algo a la plática, a lo que dijo que no, que estaba tranquila y a la orden por si se requería alguna información u otra plática, lo que creo no sucederá ya que la entrevista a esta persona ha concluido. Algo emotivo fue cuando casi al final, explicó que, aunque no se ve con un hombre, todo puede suceder porque no sabe en ese tema qué le depara el futuro, al mismo tiempo dijo que - hablando con su mamá- le explicó que no se ve sola a futuro y que algún día estará con alguien y, ella como su mamá, tendrá que aceptarlo. Ella se define como adaptable y fuerte, lo que escuché coherente de acuerdo con lo platicado.

Respecto a la última entrevista realizada, el entrevistado -por motivos diferentes- movió el día y hora de la entrevista varias veces, inclusive a última hora la cambió del sábado al viernes y en vez de ser presencial, fue virtual; esto debido a que hubo un cambio importante en su vida, reinició una relación amorosa que lo trae vuelto loco y emocionado. El otro problema, como ya lo expliqué anteriormente, fue que estuvo en una zona con mala señal de internet. La entrevista se desarrolló un poco complicada ya que él se distraía y me distraía, perdiendo el hilo. Pude improvisar y regresarlo al tema y objetivo, inclusive con preguntas que no las tenía en mi esquema inicial.

Emociones vividas

De inicio estuve un poco nervioso, cosa que no me duró mucho ya que la confianza que imprimió la entrevistada, me ayudó a dejar de la esa emoción. Lo que sí es que, durante la entrevista, tras escuchar sus experiencias, me hizo revivir situaciones personales. En ningún momento expresé eso a la entrevistada, pero yo lo sentí y me incomodó en algún momento. Solo lo hice de lado para vivirlo al final de la entrevista, fue poco tiempo, pero sí me afectó. Sin duda creo que emociones como dolor, tristeza, frustración, enojo, las sentí más que la entrevistada.

La plática en momentos me hizo vibrar, sentirme tan identificado con lo que estaba escuchando sin expresar nada ni demostrarlo, aunque en el momento que derramó unas lágrimas yo no pude y también lloré. Un momento emotivo de los dos que pude recomponer, viví en ese momento el dolor que ella recordaba, pero después de unos minutos, continuamos la entrevista con muchas emociones y sentimientos, pero de la forma adecuada. Después, tanto él como yo, experimentamos una paz, cordialidad, confianza y armonía; ya no hubo sensaciones de dolor de ninguno de los dos, fue una entrevista muy agradable y emotiva.

Algunos puntos que reflexioné durante o mientras que mantuve los encuentros con mis entrevistados fue que me di cuenta de que, durante la primera entrevista de SI, ella no tuvo problema alguno para compartirme sus experiencias -algunas dolorosas- las cuales no contaba fácilmente. De hecho, varias veces comentó que era reservada pero también dijo que tenía confianza y se sentía segura, por lo que fluyó de una forma tranquila,

participativa, sin silencios prolongados, tanto que al final fui yo el que tuvo que interrumpir la entrevista por la duración de esta. Creo que, si no lo hubiera hecho, habiéramos seguido al menos una hora más, sin embargo, en lo personal, me sentía cansado y no quise cansarla a ella por lo que de una manera educada di por terminado el momento, dejando abierta la puerta para la siguiente sesión.

Debo reconocer que en momentos lo comentado por la entrevistada me causó sentimientos de impotencia, de tristeza, me dolió el estómago y el pecho, fue algo momentáneo, pero lo sentí. Considero que ella se dio cuenta de mi empatía y de que comulgaba con lo que compartía y sentía sin necesidad de aclararlo.

La segunda entrevista -la primera con ED- fue muy fluida, sin momentos de silencio, por lo que el entrevistado compartió de una forma fluida y clara, mientras que yo como entrevistador y facilitador supe llevarlo al objetivo de la entrevista. En momentos nos salíamos un poco, pero dejé fluir la conversación para no interrumpir el flujo de las ideas, ya que no afectaba los desvíos en su plática, ya que siempre sabía a dónde quería llegar. Se movieron muchas emociones, muchos recuerdos, fue agradable y extensa, por lo que dejamos programada la siguiente. Él en un momento comentó que no habíamos platicado nada de discriminación, a lo que le respondí que tal vez no utilizando la palabra pero que en todo lo que me había compartido estaba explícita la discriminación de la sociedad, de su familia, de las personas de la diversidad sexual y, la peor de todas, la interiorizada, la de uno mismo, situación en la que él estuvo de acuerdo.

En esta segunda entrevista me di cuenta de lo fundamental que es haber elegido un tema de investigación en donde tengo una implicación personal, ya que desde mi experiencia de vida y mi historia con mis juicios o prejuicios o hasta heridas que suponía ya habían cerrado, me di cuenta de que no lo están del todo, pero aun cuando están ahí no se van a ir ni lo voy a olvidar. Lo que ayudaría a cambiar sería modificar mi actitud hacia todos esos introyectos que tengo.

Durante la tercera entrevista -primera y única de los entrevistados- AL y SE, ver las situaciones de vida desde una perspectiva diferente, ver que ellos no permitían que lo que digan o hagan otros afecte su ambiente o estado de ánimo, ya que ellos pudieron haber vivido algo similar a mí y no lo ven como tragedia o algo doloroso, sino que

supieron cómo superarlo, salir adelante y estar actualmente bien en una relación de amor que, además de tenerlos juntos, les ha dado para criar a dos hijas que viven plenamente sin dudas o cuestionamientos en cuanto a convivir con dos papás (y no un papá y una mamá). Sin embargo, ellos han llenado ese espacio con amor, cariño, apoyo y compañía y fue como si yo me estuviera escuchando a mí mismo.

Asimismo, observé lo fundamental que es la escucha, la empatía y desarrollar un tema de confianza en un lugar seguro. En todas las entrevistas -tanto los entrevistados como yo- nos sentimos ligeros, tranquilos y sin tanta emoción; siento que es, sobre todo, ya que, al ser la segunda entrevista a la misma persona, el ambiente de confianza y tranquilidad ayudó a que estuviera bien, relajado en paz y tranquilo.

Mi papel como facilitador

- Congruencia

El terapeuta sirve de modelo, su congruencia motiva al cliente a tomar sus propios riesgos. La congruencia del terapeuta es un factor importante para mantener la confianza, ya que facilitan la aceptación y hacen ver a la empatía de manera genuina (Lietaer, 1997).

En mi caso como facilitador me mantuve congruente, lo pude lograr considerando mi implicación personal y la interacción con el entrevistado. Ser congruente fue lo que detonó la confianza y aceptación; se puede decir esto ya que mi vida refleja lo mismo que yo en su momento viví, ser congruente con mi compartir.

- Empatía

Cuando se describe la empatía como una actitud, se habla del proceso interno que tiene lugar en el terapeuta que escucha de un modo empático. El terapeuta intenta llegar a conocer el mundo interior del cliente. Conocer, en ese contexto, quiere decir que el mundo fenomenológico del terapeuta y su estado mental puede percibir de un modo directo el mundo del cliente. El terapeuta lo consigue centrándose cada vez más en él, mediante la comparación de señales procedentes del cliente y de las que el mismo terapeuta tiene referentes. Estas señales pueden ser manifestaciones no verbales, así como la articulación de los propios sentimientos (Vanahershot, 1990).

La empatía desde el punto de vista del cliente se puede ver reflejada en la pregunta: ¿cómo nos sentimos cuando se empatiza con nosotros? A este respecto podemos recordar a Barrett (s.f. citado en Vanahershot, 1990) que habla de tres fases características del ciclo empático, siendo la tercera -la empatía recibida o la empatía basada en la experiencia de la persona con la que empatiza-, la que el cliente percibe desde el terapeuta. Esta condición parece obvia, pero se pasa por alto con frecuencia.

Pude empatizar con la persona y con su experiencia, al dejar de lado mi juicio. Logré sentir lo que me comunicaba el otro el amor, el cuidado, la decepción, el dolor, la vergüenza— hasta que se me erizaba la piel. Mi respuesta empática y mis reflejos estuvieron presentes cuando, por ejemplo, dije que su necesidad verdadera, en un momento de preocupación y angustia, era la comprensión para entender que esa situación era así, pero que pasaría muy pronto. Eso le dio un respiro y le brindó tranquilidad, pues me dijo: “sí, acabas de dar en el clavo” (SI, 1E, 2021) “ Es justo eso, mi necesidad es la comprensión en mí y en los demás lo que me da la paz.”

Por otro lado, el terapeuta busca referentes en sí mismo que sean similares a lo que está percibiendo -viendo, oyendo, sintiendo- con el cliente. Pero también tiene que desvincular esos referentes de la estructura y el contexto particular que posee él mismo (Vanahershot, 1990).

En las 5 entrevistas se me facilitó ser empático, de hecho no fue algo que lo estuviera haciendo como tarea sino como parte del proceso de la misma, ya que los entrevistados tenían mucho en común conmigo y mi implicación personal; eso ayudó mucho a que pudiera entenderlos fácilmente y, como dice Vanahershot (1990) tuve una escucha interior y, de forma expedita, pude ir comprendiendo lo que me decían para continuar la entrevista con clarificaciones, síntesis, paráfrasis y reflejos de una forma natural y no forzada.

Mi estilo de facilitación

Identifico que se me facilita la comprensión empática hacia el entrevistado, además aun cuando me fue doloroso en alguna de las entrevistas, supe y pude contenerme; es decir, dejar en un paréntesis mi situación, haciendo referencia a la recopilación de la sesión del 3 de marzo hecha por Laura García: estoy en un paréntesis, más no estoy ausente.

¿Qué retos veo? En mi caso, seguir aprendiendo y practicando para identificar de mejor forma al entrevistado, comprender su mensaje no verbal, sus palabras entre líneas, con el objeto de llevarlo a que visibilice sus experiencias y emociones mientras platicamos y sin entrar en juicios o consejos. Facilitar de tal manera que reconozca cómo se siente y cómo modificar lo que podría estar haciéndole daño o lo esté lastimando. Es todo un reto ser un facilitador que pueda desarrollar la escucha y comprensión empática a la par de conseguir que el entrevistado entre en confianza, se sienta seguro y con interés de compartir sus experiencias de vida.

Conclusión

A partir de lo experimentado en este semestre y con fundamentación en los autores, puedo concluir que fue una experiencia enriquecedora ya que me di cuenta de que cada una de las sesiones grupales con mis compañeras funcionaron como un espacio en donde pudimos resolver situaciones en las entrevistas o intervenciones, así como en aspectos emocionales, los cuales se debieron a nuestras respectivas implicaciones personales con las situaciones-problema.

Me resultaron fascinantes y formativas las distintas experiencias compartidas, ya que me mostraron cómo ser un mejor facilitador y cómo resolver ciertas situaciones de emociones que se me presentan al hacer las entrevistas. En cierta forma hay que ser frío, pero al mismo tiempo cálido con el entrevistado, hacerle sentir que estaba ahí, que lo escucho, entiendo y comprendo; sobre todo porque ya había vivido situaciones de vida similares.

El hecho de “ponernos en paréntesis de nuestras emociones” en tanto que soy facilitador, no significa que me ausente o que olvide mis emociones y sentimientos, ambos son necesarios también para la percepción del entrevistado, para que se sepa escuchado y comprendido en un ambiente seguro y de confianza.

Fue motivador darme cuenta de que sí puedo ser un facilitador, que estaré siempre en el camino del aprendizaje y la experimentación. Sin embargo, en este semestre con las sesiones de la asignatura de supervisión, obtuve un panorama diferente, no me considero el mismo de cuando inicié a cuando terminé; sigo avanzando y estoy seguro de que llegaré a la meta gracias también a las acertadas y excelentes sesiones presenciales, al apoyo de la maestra, facilitadora, supervisora o el nombre que se le quiera dar.

CAPÍTULO 9. RESULTADOS

Se presenta a continuación el análisis de los datos que se obtuvieron de las entrevistas fenomenológicas, elaboradas en el periodo de agosto a noviembre del 2021 aplicadas a 4 personas. Como resultado de lo anterior se construyeron las siguientes categorías y subcategorías que agrupan las experiencias de las y los entrevistados (Tabla No. 3). Para desarrollarlo se entretajan las experiencias hechas narrativas con el marco teórico y conceptos adecuados a la investigación, para finalmente ofrecer conclusiones acerca de las experiencias de gais y lesbianas en su autoconocimiento y sentido de vida de frente a la discriminación y rechazo social.

Tabla No. 3 Categorías y subcategorías de análisis

Categoría	Subcategoría
1. Ser gay o lesbiana. Lo negado haciéndose visible	1.1 Ser persona va más allá de la orientación sexual
2. Vivir en la congruencia abre la puerta a la discriminación	2.1 Mi familia y yo, entre el apoyo, la negación y la no aceptación 2.2 Gais y lesbianas entre la permisividad y la negación en las relaciones de pareja
3. La iglesia católica, la espiritualidad y la homosexualidad	3.1 La espiritualidad y la separación con la iglesia católica, creer en Dios más no en la iglesia católica 3.2 La espiritualidad contribuye a vivir en congruencia 3.3 La espiritualidad brinda tranquilidad y consuelo, fortalece la congruencia y la sabiduría organísmica
4. La vida de gais y lesbianas en el camino al autoconocimiento y sentido de vida	4.1 Amistades y relaciones humanas 4.2 En el proceso del autoconocimiento, la libertad cuesta. 4.3 Vivir en congruencia fortalece el sentido de vida

Fuente: elaboración propia

Categoría 1 Ser gay o lesbiana. Lo negado haciéndose visible

Esta categoría trata de la forma en que algunas personas gais y lesbianas viven su vida con base en la negación debido a que en la sociedad mexicana, la heteronormatividad es la única forma aceptada para relacionarse y desarrollar una vida afectiva y sexual entre dos personas. De acuerdo con Wences (2016)

La heteronormatividad hace referencia al conjunto de las relaciones de poder por medio del cual la sexualidad se normaliza y se reglamenta en nuestra cultura y donde las relaciones heterosexuales se idealizan e institucionalizan y se equiparan con lo que significa ser humano (p. 196).

Esto no es otra cosa que la primacía de la imposición de la heterosexualidad como única expresión de la sexualidad válida, posible y exitosa en la sociedad, esto con diversas representaciones casi invisibles de normalización que atraviesa de manera transversal la vida de las personas gais y lesbianas.

Un aspecto a tomar en cuenta es que, la vida de las personas homosexuales es distinta si se trata de mujeres o de hombres. Castañeda (2019) expone que, la homosexualidad es diferente entre hombres y mujeres, ellos toman conciencia de su orientación sexual más tarde con relación a las mujeres; ellas primero se enamoran en el plano emocional antes que una relación sexo activa, mientras que los hombres desde temprana edad tienen relaciones sexuales aun sin involucrarse afectivamente. Entonces, el reconocimiento de la orientación sexual tiene que ver con el género.

Es un hecho que las diferencias que existen entre los dos, no solo son las físicas sexuales (genitalidad) sino que el comportamiento de ambos también difiere y esto es derivado sobre todo de la educación que se otorga en el ambiente familiar desde el nacimiento ya que se inculca que el niño debe ser masculino, jugar con carritos y soldaditos vestirse de tonos azules, mientras que las niñas deben de ser femeninas, caminar y sentarse de forma correcta y la forma de vestirse de colores rosas, faldas y vestido (Lagarde, 1996).

De ahí que, sea pertinente retomar la perspectiva de género al analizar la manera en que gais y lesbianas se comportan, se expresan, sienten, y piensan. Al respecto, Lagarde

(1996) menciona que la perspectiva de género permite analizar y comprender las características que definen a las mujeres y hombres, así como sus semejanzas y diferencias analizando las posibilidades vitales y el sentido de sus vidas, lo que esperan y sus oportunidades, así mismo refiere que hombres y mujeres no solo se definen por su género sino que poseen cualidades asignadas por otras condiciones sociales.

Al respecto, Castañeda (2019) refiere que existe una rigidez normativa en los roles de género que son inamovibles y que indican cómo debe de ser un hombre o una mujer, en la forma de vestir, de comportarse de tener pasatiempos, que no han variado tanto en los hechos como en los discursos, sin embargo, los gais y lesbianas con el avance del tiempo han entendido que siguen siendo hombres y mujeres con la única particularidad de que les atraen personas del mismo género. Esta categoría se compone de la subcategoría: Ser persona va más allá de la orientación sexual.

1.1 Ser persona va más allá de la orientación sexual

Una persona gay es un hombre que se relaciona afectiva y sexualmente con otro hombre, mientras que una lesbiana es una mujer que lo hace con una mujer; se subraya “relación sexo afectiva” ya que en la actualidad se presentan relaciones sexuales entre dos hombres o dos mujeres, sin embargo, si no se involucra la emoción o sentimiento, solo serían relaciones sexuales, tal vez ocasionales. Las personas gais o lesbianas se enamoran y tienen relaciones afectivas hacia personas del mismo género. O como lo define Martin (2016) “la homosexualidad es la tendencia interna estable a desear afectiva y sexualmente a personas de igual sexo, con independencia de su manifestación en prácticas sexuales (p.27).

Un sector de la comunidad homosexual vive de manera coherente con su orientación sexual y se hacen visibles a pesar de que la sociedad no los acepte, por ejemplo, en ocasiones, en el seno familiar se les invisibiliza ya sea por temor, prejuicios, introyectos o por el qué dirán, y no entienden que más allá de la orientación sexual son personas como todos, con la misma necesidad de vivir, de amar y de relacionarse. En cuanto a la orientación sexual, Arango (2008) hace referencia a que,

La orientación sexual es la organización específica del erotismo y/o el vínculo emocional de una persona en relación con el género de la pareja involucrada en la actividad sexual. La orientación sexual puede manifestarse en forma de comportamientos, pensamientos, fantasías o deseos sexuales, o en una combinación de estos elementos (p.49).

A pesar de que se tiene clara la definición de la orientación sexual, para las personas que no se apeguen a la heteronormatividad, son señaladas/os y castigadas/os, social y culturalmente. Esto sucede porque la sociedad es heteronormativa, aunque se ha avanzado con relación a su legítimo derecho a vivir de acuerdo con su orientación sexual. Al respecto, Castañeda (2019) afirma que existen movimientos de liberación homosexual con estrategias para hacerse visibles a la sociedad, haciendo énfasis en que un gay o lesbiana es una persona que aun viviendo fuera de la heteronormatividad tienen la capacidad de relacionarse de forma sexo afectiva.

Los gais y lesbianas no deberían ser negados y mucho menos impedirles vivir de acuerdo con sus deseos y afectos deseados. Lo ideal es que las personas vivan conforme a sus intereses, necesidades y modos de afectividad particulares, a esto se llama *congruencia* y se refiere en específico, a vivir o experimentar la vida de acuerdo con lo deseado a lo que se es, no yendo en contra de los principios o deseos. Rogers (2012), lo refiere de la siguiente forma: se es una persona si y siempre si pueda experimentar la vida de la forma que desea, sin ocultarse ni negar su esencia o sentimientos, mostrando una coherencia hacia adentro y hacia afuera; abierto a los cambios a lo que la experiencia de vida le depare, cuidando lo que se es, sin miedos y temores viviendo de acuerdo con lo que la persona desea y siente.

En el caso de los gais y lesbianas su ser y su yo va de acuerdo con la forma de vida y no de manera contraria en la búsqueda de evitar conflictos, sin embargo se vive desde lo oscuro desde la invisibilidad. La congruencia es fundamental en la vida de los gais y de las lesbianas porque son personas. Desde el Desarrollo Humano se considera que “un individuo debe estar abierto a la experiencia, consciente de sus propios sentimientos y actitudes tal como existen en el nivel orgánico (Rogers, 2012, pp.109-110).

La falta de congruencia en las personas deriva en una incongruencia, es decir, no viven de acuerdo con lo que ellos y ellas desean, sino que, el contexto de heteronormatividad expresado en las acciones, ideologías y formas de relacionarse con los demás, las y los orillan a vivir en incongruencia. Al respecto, una de las entrevistadas refiere vivir en incoherencia. Aquí su relato: “tenía miedo, en mi familia sobre todo mi madre, no me aceptaba de esa forma, salía con mi pareja, pero era prácticamente imposible relacionarse con la familia” (SI, 1E, 2021).

Esta persona expresa que, aun cuando ella deseaba y estaba segura de su actuar, siendo visible, para su familia de origen no podía ser, lo cual muestra la incoherencia en la que se tiene que vivir si es lesbiana o gay, una actitud que como refiere Rogers (2012) genera conflictos. Esto sucede en parte, debido a que la heteronormatividad dicta la manera de ser, vivir y sentir de acuerdo con el género, que, dicho sea de paso, solo reconoce el masculino y el femenino asociado con el sexo, es decir, hombre y mujer, respectivamente. De manera que, se asume que las personas homosexuales deben apegarse al esquema heteronormativo. Continuando con el relato de la entrevistada, se muestra que vivir en incongruencia le ocasiona una sensación de amenaza y miedo, pues tuvo conflicto en su deseo y su yo, así lo expone en el siguiente relato:

tenía miedo, me sentía muy amenazada pero no dudaba de lo que sentía ni de la relación que tenía; mis miedos eran: quiero ser independiente pero, ¿voy a poder?, ¿voy a poder vivir sola? esos eran mis miedos y mis conflictos (SI, 1E, 2021).

Al respecto, Arango (2008) refiere que la amenaza se presenta cuando la persona se da cuenta que una experiencia es incongruente con su estructura del yo y le causa angustia. El sentirse invisible o que la sociedad los invisibilice es doloroso, la persona gay o lesbiana deja de ser coherente viviendo una vida que no es la propia, llegando al punto de creer que lo que está viviendo es lo deseado. Es tan profundo el miedo al rechazo y la discriminación llegando a violencia física, verbal o psicológica. Así lo muestra el siguiente relato: “La situación fue difícil con mi mamá y con mi hermano. Con mi hermano se arregló pronto, digámoslo así, pero con mi mamá fue mucho tiempo, con mi papá no, mi papá siempre así de, cuentas conmigo” (SI, 1E, 2021).

Lo mencionado por la entrevistada revela que el rechazo hacia los gays y lesbianas puede ser diferenciado aun en la familia. En el caso de la entrevistada vivió una situación de homofobia de esa forma, donde el padre y el hermano la aceptaron, pero tardó más la madre. Al respecto, Castañeda (2012, p.107) menciona que, “así como la homosexualidad se ha vuelto más visible, la homofobia también se distingue mejor contra el telón de fondo de una tolerancia cada vez más extendida”. En la familia, es frecuente que se presente la homofobia hacia el gay o la lesbiana. Se entiende como homofobia a un prejuicio irracional que se ejerce con violencia contra las personas homosexuales (Martin, 2019).

Pese a que la comunidad de gays y lesbianas han estado luchando para visibilizarse para que la sociedad entienda y acepte que una diferente orientación sexual no hace menos a las personas, que tienen los mismos derechos, de vida, de relacionarse de trabajar y de amar, sin sentirse rechazada/o o minimizada/o, es cierto que continua un rechazo hacia ellos y ellas expresado mediante prácticas de homofobia, como por ejemplo: señalamientos donde no les permiten expresarse, los critican y les niegan su derecho a vivir de manera libre; situación que genera conflictos con sus círculos cercanos. A continuación, el siguiente relato “yo no tenía conflictos con mi orientación, yo tenía conflictos con la relación familiar y con mis conflictos de valores pues tenía que mentir y, para mí eso era, no estaba bien” (SI, 1E, 2021).

Los 4 entrevistados vivieron una experiencia de vida complicada entre lo visible y lo invisible, entre el dolor, el rechazo y la búsqueda de la aceptación; esto ha originado que algunas personas se separen de la familia porque no es un espacio de aceptación y respeto, tal como refiere Martin (2019)

Muchos vivimos el exilio. La familia no es el regreso al hogar, sino el lugar al que tenemos que marcharnos porque la homofobia nos expulsa de nuestros hogares. Muchos de nosotros necesitamos irnos lejos y ha sido tradicional la huida de los gays y lesbianas donde podrían hacer una vida más anónima (p.87).

Ante lo expresado hasta el momento, cabe preguntarse, ¿cómo vivir de forma diferente?, ¿de qué forma se pueden evitar las incomodidades de la familia, amigos, compañeros del trabajo o de otro círculo cercano que les permita a los gays y lesbianas vivir en

congruencia? El vivir en incongruencia es resultado del miedo de hacerse visible, de no hacer pública la orientación sexual. Uno de los entrevistados lo refiere de la siguiente forma: “tantos años viví en el closet, tantos años viví atrapado en una realidad que yo mismo construí y que no era la mía” (ED, 1E, 2021).

De acuerdo con el relato de este hombre gay, se aprecia que le fue difícil adaptarse y aceptarse porque eso implicó un cambio en la manera de posicionarse frente a sí mismo y frente a las demás personas.

En este proceso, es común que las lesbianas y los gais vivan por un periodo de tiempo indefinido ocultándose, negándose e invisibilizándose, es decir, les cuesta trabajo “salir del closet”, viviendo de manera diferente a la que les gustaría, hasta que toman la decisión de aceptarse ante los demás. Así lo expresa el entrevistado:

Estaba recordando que, si tengo 52 fue a los 32, hasta ahorita estoy calculando que son 20 años de mis primeros contactos. Obviamente, lo primero fue la libertad sexual que no existía. Ya cuando pasó eso y me separé de la casa era como una cosa utópica que decía ya chingué, o sea, ya estoy en mi nueva verdad y ya me separé y ya de aquí para adelante (ED, 1E, 2021).

Salir del closet no es igual para todas y todos, se llega el momento cuando se está preparado. Al respecto, Martín (2019) señala que se trata de un proceso, semejante a una especie de ritual porque “salir de closet” significa un cambio de estatus, implica hacerse visibles ante los demás, aceptándose y viviendo su homosexualidad con dignidad.

Lo que frecuentemente impide a gais y lesbianas “salir del closet” o hacerse visibles son los miedos, los introyectos que se viven desde la infancia, ya sea personales o de familia de lo que se dice que es malo, que es antinatural, que es pecado. En los introyectos se filtra aquello que se espera social y culturalmente desde una postura heteronormativa (Lagarde, 1996) siendo una vida desigual para los gays y las lesbianas por el simple hecho de ser hombre y mujer.

Los introyectos hacen referencia a las creencias o ideas preconcebidas que generalmente pasan de generación en generación en las familias y que debido a la falta

de información o de cultura dependiendo del nivel educativo, no se confronta ni se pone en duda. Muñoz (2012, p. 38) define a los introyectos como

aquellos mensajes explícitos o implícitos con respecto a la persona misma, la vida en los que le rodean les considera como ideas verbales y no verbales que la persona se tragó sin masticar que por lo regular se hace con el fin de ser aceptado de aquellas personas que le eran significativos, ya que estas ideas no tienen fundamento en la propia experiencia y se asumen buscar la aprobación y el afecto.

Con el paso de los años, la sociedad mexicana ha ido entendiendo poco a poco que los gais y lesbianas no son lo que debido a prejuicios e introyectos pensaban; iniciando desde los círculos sociales pequeños como es la familia de origen, ya sea porque descubren que no se puede cambiar ni modificar la orientación sexual del miembro de la familia que es diferente o el amor y el temor de perderlos, la visibilización de las personas de estos grupos se ha transformado, aun cuando falta camino por andar.

Conclusiones

Ser gay o lesbiana no se elige, es solo una forma diferente de relacionarse de amar y de crear una familia, algo diferente que la sociedad rechaza debido a que considera que lo único que puede aceptar es la familia que se crea entre dos personas de orientación sexual heteronormada. Por lo anterior, las personas que viven con una orientación que no coincide con lo que la familia y la iglesia acepta, son rechazadas o discriminadas, lo que invisibiliza a los gais y lesbianas, olvidándose que todos por igual son personas que desde el Desarrollo Humano tienen la misma capacidad de crecer de ser mejores, con una tendencia actualizante que indica el crecimiento y mejora de todos ya sean hombres o mujeres, heterosexuales y homosexuales, nada de eso importa lo fundamental es que desde que nacen se convierten en personas con los mismo derechos a crecer, amar y relacionarse.

Categoría 2 Vivir la congruencia abre la puerta de la discriminación

En la vida de los gais y lesbianas el camino más común es el de vivir en la oscuridad siendo no visible, de esa forma se evitan conflictos, discusiones, rechazos, sin embargo, eso es vivir en la incongruencia. Rogers (2012) refiere que vivir en incongruencia es cuando la persona actúa de una forma diferente a lo que se piensa, cree o desea, yendo en contra de todo lo que se quiere y a quien se ama. Al respecto, los gais y las lesbianas se preguntan si vale la pena ir en contra de la esencia de esta, solo por el miedo de ser rechazado, violentado, en una palabra, discriminado. En la Constitución de los Estados Unidos Mexicanos (citado en Rodríguez, 2007) se define como discriminación

toda distinción, exclusión o restricción que, basada en el origen étnico o nacional, sexo, edad, discapacidad, condición social o económica, condiciones de salud, embarazo, lengua, religión, opiniones, preferencias sexuales, estado civil, o cualquier otra, tenga por efecto impedir o anular el reconocimiento o el ejercicio de los derechos y la igualdad real de oportunidades de las personas (p.21).

En la sociedad mexicana es frecuente excluir a cualquier persona por el simple hecho de pertenecer a un grupo minoritario, como en este caso, las personas homosexuales. La discriminación va ligada a la desigualdad en el caso de gais y lesbianas no solo por no apegarse a un ideal de ser hombre o mujer, sino por no alinearse con una postura heteronormativa. De acuerdo con Lagarde (1996), las mujeres por ser mujeres sufren del machismo de los hombres, a esto se añade que ser lesbianas se suma al rechazo y a la discriminación. Aquí el relato de una entrevistada:

Fue una vida muy miserable todo ese tiempo, porque imagínate la bomba y no lo podías platicar con nadie, cuando mucho iba con un sacerdote de un templo que no era de mi colonia, ni nada, y bueno los sacerdotes de aquel entonces, que no eran jesuitas me decían `no, pues esa es tu cruz, así que cárgala con mucho cariño, y chíngate (SI, 1E, 2021)

Al respecto, Salazar (2012), da cuenta de la manera en que se presenta la discriminación o rechazo por parte de instituciones religiosas en México, con relación a la orientación sexual diferente a la heteronormada, por lo que se presenta un conflicto múltiple en

cuanto a ser coherente y vivir de la forma en que se desea. La discriminación no siempre se presenta en la familia, la religión, el trabajo y la escuela, sino que también hay discriminación al interior de la comunidad de gais y lesbianas, En este sentido, dos entrevistados lo comentan de la siguiente forma:

Es irónico que, si buscamos el respeto, la libertad, la no discriminación... ¿Por qué entre nosotros mismos nos discriminamos?, la respuesta a esta pregunta es porque no dejamos de ser humanos y el ser humano tienes sus demonios independientemente de su orientación sexual (AI y SE, 1E, 2021).

Martin (2019) la refiere que, cuando la persona gay o lesbiana visibiliza su homosexualidad acompañada de una emoción perturbadora como el miedo, la vergüenza y/o la rabia se almacena en la mente de la persona y desde ahí perjudica la forma en que se viven o se relacionan con otras personas. Lo anterior muestra que, la discriminación no solo se da entre personas heteronormadas, sino que existe en la población en general. Esta categoría agrupa a las siguientes dos subcategorías:

2. 1 Mi familia y yo, entre el apoyo, la negación y la no aceptación

2.2 Gais y lesbianas entre la permisividad y la negación en las relaciones de pareja

2.1 Mi familia y yo, entre el apoyo, la negación y la no aceptación

Esta primera subcategoría se refiere al apoyo que existe o no, hacia dentro de la familia de origen hacia el gay o lesbiana. En consecuencia, lo que les suceda a ellos, como ser discriminadas/os, afectará a sus familiares como parte de la sociedad de la que forman parte. Es importante tener en cuenta que, cuando una persona gay o lesbiana revela su identidad de manera pública; es decir, “sale del closet”, también involucra a su familia, aunque no lo deseen, debido a que, al revelar la identidad, también implica lo social y cultural de padres y hermanos. Castañeda (1999) afirma que, cuando un homosexual sale del clóset, está prácticamente obligando a su familia a enfrentar el mismo dilema; puesto que, no es un proceso individual, sino familiar y les afecta a todos.

De esta manera, si la persona sufre discriminación, entonces también lo experimentan los otros miembros de la familia, quienes, sin desearlo, se involucran en la sintonía de hacerse visible; por lo tanto, algunas familias toman la decisión, implícita o explícita, de mantener en silencio el tema de la homosexualidad dentro de los círculos cercanos, mientras que otras deciden dialogar respetando la decisión del miembro gay o lesbiana aceptándolo y visibilizándolo; hay otro escenario, algo más radical donde los padres piden al familiar gay o lesbiana que abandone el hogar, dejándolos en muchos casos sin techo o alimento. No hay recetas al respecto, sino que depende de la dinámica familiar particular y la manera en que se comunican.

Este tema no siempre es bien visto o aceptado por los miembros de la familia, quienes también han de experimentar el efecto negativo de aquellas personas que rechazan la condición homosexual, y ante esto se da la disyuntiva de, estoy a favor o en contra de mi hijo, hermano, primo, y se ven obligados, sin desearlo, a tomar parte de alguno de los dos lados.

En el caso de los entrevistados, sienten temor de dañar o lastimar a alguien cercano al ser auténticos, es decir actuar y vivir de acuerdo a lo que piensan y desean, convirtiéndose en un problema de la persona, de la familia. Aunque no tienen la intención de lastimar a alguien, el problema se presenta dependiendo de la manera en que lo reciban los demás. Enseguida se muestra el siguiente relato:

Mi mamá se va a poner muy triste, lloró como no te imaginas y dije `chin pues sí la perjudiqué, pero era un momento en el que yo ya había dicho: pos (*sic*) ya soy así y no me voy a seguir escondiendo (AI, 1E, 2021).

En el relato es posible notar que en el proceso de aceptación por parte de la familia también está presente la no intención de lastimar, especialmente a los familiares cercanos. Pero eso, al parecer, es parte del costo de ser congruente. En este sentido, Mora (2020) menciona que es fundamental considerar a padres hermanos y otros familiares de gays y lesbianas al momento de la visibilización de estos últimos, ya que, al tener una relación afectiva y cercana, viene una tensión emocional, como preocupaciones y temores como resultado de los prejuicios de la realidad cultural, y sobre todo por la interiorización de los familiares que tienen el estigma asociado con la

diversidad sexual. Un entrevistado refiere que, “la aceptación por parte de la familia es gradual, inicia con el reconocimiento de la identidad sexual del familiar, luego con el proceso de integración a la familia y al final, con la presentación a la sociedad” (ED, 1E, 2021). Es una realidad que los gays y lesbianas al vivir dentro del núcleo familiar no solo piensan en ellos mismos al visibilizarse, sino en toda la familia. A continuación, el siguiente relato:

Cuando fui creciendo, en el ámbito familiar, donde todos o eran abogados o trabajaban para el servicio público, y que mi mamá era jefa de penales, y jefa en procuraduría, era el temorcito de, si se da cuenta mi familia (SI, 1E, 2021).

Los familiares cercanos como son los padres y los hermanos, generalmente son un apoyo fundamental para la persona homosexual, a tal grado que influyen en las decisiones que se toman en cuanto a vivir de forma coherente aunque esto resulte en divisiones internas o una expulsión de la persona homosexual fuera del seno familiar. Mora (2020) refiere que el rechazo, la desvalorización y la exclusión que sufren los gays y lesbianas involucra a los familiares. Esta situación les provoca incertidumbre y sentimientos de miedo, culpa y pierden sus expectativas.

Por otra parte, también influye la historia de padres y madres, así como su forma de vida, porque generalmente se vive repitiendo de forma voluntaria u obligada las actitudes y las acciones que se viven al interior de la familia, evitando con ello ser coherente. Un entrevistado lo comparte de la siguiente forma

mi papá fue seminarista, mi mamá muy catoliquilla y siempre nos inculcaron la familia, en ese sentido iban mis pensamientos, cuando yo llegué a descubrir mi preferencia homosexual por mi mente si pasó el `ay qué va a ser de mis papás, y cómo lo van a tomar´ (AI, 1E, 2021).

Es una realidad que a los padres les afecta su bagaje cultural, lo que han aprendido en su vida familiar suelen replicarlo en su nueva familia, la de su pareja e hijos. Es una herencia de generación en generación que se acepta por el simple hecho de que lo vivieron los antecesores y no es sino hasta que llega un hijo, hija de una nueva generación que por ser gay o lesbiana cambian esa historia, esa forma de vida, por deseo

y necesidad, generando una ruptura donde lo deseable es que sea cordial, manteniendo la relación familiar sin embargo no siempre sucede.

2.2 Gais y lesbianas entre la permisividad y la negación en las relaciones de pareja

En esta subcategoría se expondrán las experiencias de los entrevistados en cuanto a las relaciones de pareja, cómo las viven, y hasta dónde se les permite visibilizarse, es decir darse permiso de disfrutarlo o negarlo ante la familia y ante la sociedad debido al miedo, al rechazo, a la discriminación y a la violencia por parte de algunos sectores de la sociedad. En ocasiones, es la familia quien le pide al hijo o hija, gay o lesbiana que mantengan a su pareja en “lo oscuro” para evitar el qué dirán, las burlas, los chismes entre otros, de los vecinos o familiares cercanos.

En otros casos, simplemente le dicen al familiar que está bien, que lo aceptan a él/ella porque lo aman y nunca dejarán de hacerlo, pero no aceptan conocer a su pareja, y les piden que lo/la lleven a la casa, lo que provoca un conflicto para el gay o lesbiana porque les obliga a decidir entre ir a casa de la familia acompañada/ o solo/a. Esta disyuntiva a la postre, genera un conflicto entre la persona homosexual y su pareja, derivando en muchas ocasiones en ruptura. Por eso, es fundamental que la familia se informe, pierda los miedos y apoyen incondicional y amorosamente a sus hijos. Un entrevistado lo refiere de esta forma: “hasta la fecha, mi papá sí; mi mamá no, a mi mamá no le termina de convencer mi situación y menos con esto último de M, M no se menciona, mi mamá ni la menciona” (SI, 1E, 2021),

Castañeda (2011), refiere las dificultades que las parejas homosexuales viven cuando intentan relacionarse con sus respectivas familias. En otras ocasiones, sí existe el interés en ambos miembros de la pareja de asistir solos/as a los eventos de la familia; esto funciona por un tiempo, sin embargo, llega el momento en que esto genera situaciones complicadas ya que sienten culpa e incompreensión llegando a preguntar ¿me quieres más a mí o a tu familia?; la solución para muchas parejas homosexuales es alejarse de sus respectivas familias; mientras que, otras terminan la relación debido a la presión y dificultad de retirarse de la familia de origen. Desde el punto de vista de Castañeda (1999)

esta resolución no es lo deseable, ya que así como sucede en las parejas heteronormadas, generalmente, después del matrimonio y unión, se convierten en una familia diferente, pudiendo ambos como pareja visitar a sus familias de origen sin problema si así lo desean.

Así mismo, Castañeda (1999) se explaya acerca del tema mencionando que las parejas de gais comparten algunas dinámicas y características con las heterosexuales, sin embargo, se presentan diferencias, una de ellas es que las parejas homosexuales regularmente están juntas por amor, ya que no cuentan, generalmente, con hijos que pudieran ser el pretexto para continuar la relación, si el amor ya no existe, tampoco cuentan con la necesidad de legitimar la relación sexual con embarazos. De igual forma, tienen más libertad que las parejas heterosexuales, pues cuando están unidas solamente por relaciones afectivas de alguna forma más auténtica, no tienen que mantener la relación por los hijos, por presiones familiares ni apariencias, no están atrapados en las expectativas o estereotipos, y cuando desean separarse solo lo hacen.

Sin embargo, en ocasiones, las parejas de personas homosexuales viven bajo apariencias relacionadas con lo heteronormativo. Al respecto, Castañeda (1999) afirma que, se dice que las parejas homosexuales están destinadas al fracaso debido a los estereotipos o prejuicios culturales; provocando que algunas parejas vivan como si fuesen heterosexuales. En este sentido, dos entrevistados exponen lo siguiente;

Entre nuestras amistades hay dos lesbianas que son esposas, se ponen como solteras, aunque su acta de nacimiento diga que ya están casadas. Evitan que en el trabajo de una sepan de la otra. La familia de una no sabe abiertamente que está casada con la otra (AI y SI, 1E, 2021).

Las relaciones de pareja de personas gais y lesbianas tienen su grado de dificultad como se mencionó anteriormente, lo ideal es que las dos personas estén completamente aceptadas, que sus familias los acepten de igual forma así como en sus círculos sociales o en sus trabajos, de esa forma podrán expresar en forma abierta y visible su amor y su relación con los seres que los quieren y los apoyan.

En este sentido, Castañeda(1999) denomina como *invisibilidad* al acto donde la pareja vive al margen de la norma social, sin expresarse como tal ya que la sociedad no los

acepta, y no acepta su existencia, tampoco se pueden expresar libremente su estilo de vida en común o proyectos a futuro, derivado de esto, actúan con discreción, cuidando lo que hablan haciéndose más retraídos hacia su círculos cercanos, aislándose inclusive de su familia, esto genera que los gais y las lesbianas generen una nueva familia, conformada por amistades donde sí puedan platicar sin el temor a ser juzgados o criticados, donde se sienten en libertad y confianza.

En la actualidad, algunas personas homosexuales han decidido ir a favor de sus sentimientos no importándoles el qué dirán, ni lo que les puedan ofender si muestran acciones afectivas en plazas comerciales, mientras que otros más, tal vez por miedo, tal vez porque fueron educados y vivieron de otra forma, no lo hacen. Un par de entrevistados que son pareja lo expresaron así:

Creemos que tienes que respetar para que te respeten. Una demostración de cariño no es una falta de respeto, simplemente, hay un sector de la sociedad que todavía no está preparada para eso. Si lo llegamos a hacer no me traería ningún conflicto si alguien me dijera algo y contestarle de una manera adecuada, pero no lo hemos hecho. De las últimas veces que hemos salido, quien nos motiva a hacer eso son las niñas, quienes comentan `¿por qué todos se agarran de la mano y mis papás no?´ y, entonces, vamos agarrados de la mano y ella, de buenas a primeras nos agarra y nos pone ella las manos y así se va; o sea, agárrense ustedes de la mano y las niñas a los extremos (AI y SI, 1E, 2021).

En este caso, aunque a ellos no les agrada o no estén acostumbrados a expresar su afecto en el ámbito público, sus dos hijas les piden que se tomen de las manos. En esta acción, ellos por amor a sus hijas lo hacen, sin embargo no es algo a lo que están acostumbrados y lo evitan. Existen otros estereotipos que se dan sobre todo por la falta de información y uno de los más frecuentes se relaciona con la pregunta de quién juega el rol de mujer y quién desempeña el papel del hombre, pensando que es lo mismo que una relación heterosexual y que forzosamente uno de los dos debe de hacer las labores del hogar y otro debe atender el laboral. Aunque en algunas parejas homosexuales sí funciona de esta forma, hay otras donde las dos personas comparten todo en igualdad de circunstancias. Aquí el relato de los entrevistados

Cuando nos preguntan quién la hace de mujer y quién la hace de hombre, nosotros respondemos que no llevamos un rol social, nosotros hacemos lo que sentimos, y que gracias a que no tenemos ese rol social tenemos la capacidad para demostrar y hacer lo que realmente queremos. Cerrando la puerta de la casa nadie debe de interesarse en lo que hacemos adentro. ¿Quién cocina, quién hace quehacer, quién cuida las niñas? La respuesta es: el que tiene tiempo, el que quiere hacerlo, porque nuestra relación es compartida, no es ese rol de que tú eres mujer tienes que cocinar, tienes que hacer esto, no, nosotros no, o sea, tienes tiempo lo haces, porque vivimos en la misma casa (Al y SI, 1E, 2021).

Menciona Castañeda (2011) que, en las relaciones homosexuales suele haber flexibilidad y camaradería como difícilmente se da en las parejas heterosexuales así como la igualdad y la reciprocidad y en cuanto al “poder” no depende de los roles de lo masculino y lo femenino. Cada pareja tiene que buscar sus propias reglas del juego y los obliga a hacer un esfuerzo de comunicación y entendimiento. Esto significa que, en situaciones de vida como son las labores de la casa, de la cocina, el cuidado de los hijos, así como la manutención, se realizan de común acuerdo basándose en disponibilidad de tiempo, de gustos o deseos y no en estigmas o roles preestablecidos.

Conclusiones

Ser gay o lesbiana en la sociedad actual, aun cuando ha habido una gran mejoría en la situación, falta mucho por recorrer. Una de las cosas que permanecen es la discriminación por tener una diferente orientación sexual, lo que obliga a una gran mayoría de los gais y lesbianas a continuar viviendo en la oscuridad por miedo, vergüenza, sentirse culpable de algo que al final no se sabe ni de qué, esto provoca que las personas tengan que vivir de forma incoherente es decir, contrariamente a lo que sienten o desean, inclusive al punto de evitar relaciones amorosas para evitar problemas en su primer círculo donde sobresale la familia.

El gay o lesbiana reconoce que vivir de manera congruente afectará inexorablemente a su familia y él o ella tomarán la decisión en el momento que lo sientan adecuado y lo deseen. Las reacciones pueden ser variadas, desde la aceptación incondicional, el

silencio y no volver a tocar el tema, al rechazo e inclusive el ser expulsado de la casa familiar. Sin embargo, aun cuando algunos miembros de familia aceptan al hijo gay o hija lesbiana, no aceptan a sus parejas, provocando el alejamiento familiar o predominan las visitas en soledad.

A pesar de que este escenario es el más frecuente, sí hay parejas homosexuales donde no existe un rol preestablecido en cuanto a cómo se desarrollan las labores del hogar, cuando hay hijos se reparten y dividen las actividades físicas y económicas de común acuerdo basándose en gustos, disponibilidad de tiempo y necesidades, entre otros aspectos.

Categoría 3 La iglesia católica, la espiritualidad y la homosexualidad

En esta categoría se expone cómo a pesar del rechazo que existe por parte de la iglesia católica hacia las personas homosexuales, particularmente algunos sacerdotes de la religión católica, eso no ha sido un impedimento para que los gays y lesbianas vivan su espiritualidad creyendo en un ser superior que en este caso, le llaman Dios, siguiendo rituales o normas propias, no necesariamente las que dicta la iglesia católica debido a la no aceptación que existe en la misma, sin embargo se encuentran tranquilos y en paz. La espiritualidad les ayuda a ser congruentes y auténticos, viviendo de acuerdo con sus deseos. Esta categoría se compone de las siguientes subcategorías:

- 1) La espiritualidad y la separación con la iglesia católica, creer en Dios más no en la iglesia católica
- 2) La espiritualidad permite vivir en congruencia
- 3) La espiritualidad brinda tranquilidad y consuelo, fortalece la congruencia y la sabiduría organísmica

3.1 La espiritualidad y la separación con la iglesia católica, creer en Dios más no en la iglesia católica

Profesar una religión parece ser una actividad común entre las personas heterosexuales, pero hay cierto rechazo hacia los gais y lesbianas, ya que la iglesia católica, aun en el siglo veintiuno reprueban la homosexualidad, pese a que han sucedido varios eventos que fortalecen la denominada “revolución sexual” (Gafo, 1997, p.104), entre ellos se encuentra separación entre la sexualidad y la reproducción, el acceso a anticonceptivos, el cambio del rol en las mujeres al aumentar su nivel educativo, el incremento en la permanencia de las mujeres en el mercado de trabajo y disminución del número de hijos, así como la importancia de la libertad humana y de la toma de decisiones como parte inseparable de la conformación del ser humano (Gafo, 1997). Todo ello ha generado un cambio socio cultural.

Sin embargo, dentro de la iglesia católica, particularmente la que se practica en occidente está permeada por la ideología heteropatriarcal donde se promueve el autoritarismo, la represión, la subordinación de la mujer y “el marcado rechazo a la homosexualidad” y se puntualiza en la condición “antinatural” de la sexualidad. (Gafo, 1997, p. 105). E incluso, a decir de Gafo (1997), en la iglesia católica occidental se considera a la homosexualidad como signo de la decadencia moral.

De ahí que, en muchas ocasiones, la iglesia católica occidental no apruebe la homosexualidad, oponiéndose al matrimonio y a la adopción de hijos (Gafo, 1997). Sin embargo, pueden vivir su vida acercándose a la iglesia, como lo explica James Martín (2018) en su libro “tender un puente” donde invita a la iglesia católica y a la comunidad homosexual a eliminar diferencias acercándose uno al otro y convivir entre ellos, sin embargo, las personas gais y lesbianas viven de manera particular su relación con la iglesia. Uno de nuestros entrevistados refiere

Tener una educación dentro del ámbito religioso, en las escuelas o dentro de la familia impide que se pueda revelar la orientación por el temor a ser excluido de esa religión o iglesia, es un gran peso la religiosidad de la familia y el rechazo de la iglesia (ED, 1E, 2021).

En el relato anterior, la persona entrevistada se refiere a la religión católica, la cual, desde distintas maneras ha dejado clara su postura de no aceptar entre los creyentes a los gais y a las lesbianas. Al respecto, Bimbi (2019), basándose en diferentes pasajes de la biblia refiere cómo en algunos versículos existe una contradicción de cómo se debe vivir la vida, aun cuando ha habido confusiones en las traducción, algunos sacerdotes, y obispos condenan la homosexualidad, por ejemplo, en el levítico (18:22), dice que “no te acostarás con un varón como si fuera mujer: es una abominación” (p. 252).

En la actualidad, el rechazo persiste por parte de algunos sacerdotes de la iglesia católica. Al respecto, el Papa Francisco (citado en Bimbi, 2019, p. 278), cuando aún era cardenal de Buenos Aires, en una carta convoca a una guerra santa contra la ley del matrimonio igualitario ya que la considera “una obra del demonio”, y llamaba a defender a la familia, realizando acciones para impedir a toda costa que se autorizara una ley que lo impidiera, afortunadamente en la fecha actual en la mayoría de los países del mundo incluyendo México, está autorizado el matrimonio igualitario, es decir, entre personas del mismo género.

De acuerdo con Bimbi (2019) el Papa Francisco en un viaje de avión de regreso a Roma les comentó a los periodistas “si una persona que es gay busca al señor, está bien, él no es nadie para juzgarla”, y agregó “la homosexualidad junto con la prostitución y la pornografía es una depravación grave. Los actos homosexuales son contrarios a la ley natural” (p. 281). Se pudiera escribir más acerca de cómo la iglesia católica reprueba a los gais y lesbianas como algo antinatural, consideran que la vida de pareja debería de ser solamente entre un hombre y una mujer.

La falta de aceptación por parte de la iglesia obliga a las personas homosexuales a tomar una decisión entre ser coherente y vivir de acuerdo con sus deseos y forma de vida siendo gay o lesbiana, o dejarlo de lado y seguir con los rituales religiosos, aunque también se separa la Iglesia de Dios, viviendo una espiritualidad, de tal forma que se puede estar cerca de Dios, pero separados de la Iglesia. Como refiere un entrevistado

no estar dentro de la Iglesia o no ser practicante no impide practicar la espiritualidad y creer en un Dios o en un ser superior. Hay que ser agradecidos por todo lo que tenemos, eso no está peleado con la religión (ED, 1E, 2021).

Por lo anterior, se puede ser una persona espiritual sin profesar una religión. La espiritualidad, de acuerdo con Vargas (2015) es la

significación de cada espíritu y la expansión de sus ideales siempre con miras al colectivo. Remite a aquello de lo que soy, donde mi esencia y la del otro o lo otro permite construir el mundo, la cultura y la vida (p.460).

Aun cuando algunos gays y lesbianas no puedan profesar de manera abierta la religión católica, sí optan por la espiritualidad. Así lo menciona una entrevistada “no me puedo definir como religiosa, pero sí espiritual” (SI, 1E, 2021). Ser espiritual para algunas personas es una forma de vida en busca de la felicidad, que puede ser explicada de la siguiente forma, “los hombres y mujeres de este mundo deseamos ser felices, realizarnos plenamente y obtener el logro de nuestras aspiraciones y anhelos” (Vargas, 2015, p. 432).

La espiritualidad también es un medio para el desarrollo humano, Vargas (2015) lo explica como un sistema de crecimiento espiritual que permite a la persona avanzar en la comprensión de su vida y de la vida de otros; la vida se dinamiza significa y avanza a medida que la espiritualidad es mayor en los ambientes de experiencias de cada persona.

A partir de lo expuesto por las personas entrevistadas y a la luz de lo mencionado por Vargas (2015) es posible afirmar que la espiritualidad fortalece el ser coherente y vivir de la forma deseada como gay o lesbiana, ejerciendo una espiritualidad con crecimiento y desarrollo humano, dejando de lado a la iglesia católica que postula que, se puede ser homosexual y no es pecado mientras no se practique, lo cual resulta una incongruencia. Sin embargo, se puede ser coherente siendo homosexual, cerca de Dios y lejos de la iglesia. Tal como lo expresa un entrevistado:

El sacerdote afirmó que necesito que T (mi hija) conozca el amor de Dios en nosotros, que nos vea pelear, que nos vea reconciliarnos, que nos vea amarnos, que conozca el amor de Dios en nuestra familia y que él quiere estar presente y verla crecer en el amor de Dios en nuestra casa (AI, 1E, 2021).

Esta situación trasciende más allá de la persona debido a que siendo gais, se trata de una familia homoparental donde un sacerdote los invita a vivir cerca de Dios. Sobresale la idea de la felicidad y del amor de Dios mediado por peleas, desacuerdos y reconciliaciones, sin tomar en cuenta que habrá relaciones de pareja que decidan arreglar sus diferencias recurriendo al diálogo y a la comprensión del otro, tal como sucede con esta pareja de personas entrevistadas. Entonces, para vivir en congruencia, algunos gais y lesbianas prefieren separarse de la iglesia católica y vivir su espiritualidad, puesto que esta es un pilar importante ante la incertidumbre, el dolor, el sufrimiento y la desesperanza, entre otros aspectos.

3.2 La espiritualidad contribuye a vivir en congruencia

Ser gay o lesbiana es complicado, sobre todo para las personas que además de tener una orientación sexual diferente a la heteronormada son creyentes profesos de una religión. En este caso se hará referencia a la religión católica, ya que en algunas familias las normas de esta religión son más importantes que el amor a los hijos, por lo que los miembros de la diversidad sexual, tienen que elegir entre varias opciones como vivir en la incongruencia, es decir, contrario a sus deseos siendo invisibles para la sociedad.

En caso de decidir abandonar a la familia o al culto religioso, se apoyan en su espiritualidad que les ayuda a vivir un duelo de dolor y sufrimiento, viviendo de acuerdo con sus reglas, cerca de Dios y apoyados en su espiritualidad. Así, algunos gais y lesbianas pueden vivir en congruencia, es decir, decidiendo su manera de vivir, de comportarse, de tomar decisiones de acuerdo con lo que consideran que puede ser correcto o pertinente. Así lo comentó el siguiente entrevistado

Lo mejor para una niña es estar en un hogar donde haya amor, independientemente que sea la abuelita, la mamá o la madre soltera o pues un par de papás, y que reconozca que el amor es motor de toda la sociedad, y que es lo que Dios quiere como fin. Ahí es como cuando encuentras tranquilidad y consuelo (AI, 1E, 2021).

El relato del entrevistado da cuenta de que el amor es universal y no es exclusivo de una religión, sino que pertenece a los sentimientos y expresiones del ser humano. El amor es una forma de vida donde prevalece el respeto, la congruencia y la autenticidad. El amor es un medio y un fin presente en varias religiones, incluyendo la católica. En este sentido, la espiritualidad tiene una presencia importante porque es el pilar sobre el cual descansa la incertidumbre y la esperanza.

Respecto al relato, Vargas (2015) refiere la espiritualidad toca la vida y la realidad del ser humano que asiste a la expansión de la cultura de los sentidos de la interpretación y no soporta una estructura estática y fría donde no se evidencien movilizaciones en la forma de ser y hacer de la vida y la experiencia lo que permite el surgimiento del amor y que es más fuerte que la muerte. De acuerdo con Vargas (2015) y con los relatos de los entrevistados, es posible asegurar que cada vez se practica más la espiritualidad, no en el sentido tradicional del término sino en el valor que se le da a la trascendencia del espíritu desde múltiples significaciones, pues la espiritualidad siempre abrirá camino a la transformación.

3.3 La espiritualidad brinda tranquilidad y consuelo, fortalece la congruencia y la sabiduría organísmica

La espiritualidad es una aliada de la *congruencia* y *sabiduría organísmica*, ambas descritas por Rogers (1999) como la forma de vivir de acuerdo con lo que se siente, piensa y desea sin temores o miedos por vivir de esa forma y puede trascender por. Así mismo, plantea que el organismo se caracteriza también por su *tendencia actualizante*, es decir, por la posibilidad de desarrollarse y autorrealizarse. Estos procesos conducen a la persona a valorarse experimentando su integralidad tanto en lo personal como en las relaciones con los demás, confiando en uno mismo, haciendo aquello que se cree que está bien y que surge naturalmente. Al respecto, un entrevistado menciona lo siguiente: “Siempre fui muy independiente, yo hacía lo que sentía y con lo que yo me sintiera cómodo, siempre he dicho: mientras no perjudiques a terceros haz de tu vida lo que tú quieras” (AI, 1E, 2021).

En este sentido, Vargas (2015) explica que la espiritualidad potencia al ser humano, posibilitando su auto introspección y actuando consecuentemente sobre la base de este conocimiento, teniendo una imagen acertada y capacidad de autodisciplina, comprensión y amor propio. Entonces, es posible vivir una espiritualidad de acuerdo con la esencia de la persona, de manera que pueda ser competitivo con autodisciplina y amor propio, no necesariamente dentro de la forma en que se pide actuar, sino adaptándose de tal forma que se viva de una forma estable, coherente y congruente. Una persona entrevistada menciona lo siguiente: “La universidad me movió cosas como dejar de creer en la existencia de Dios, cuestionar la fe, entonces yo desarrollé una espiritualidad sin estar pegada a la religión, yo tengo mi relación con Dios muy particular” (SI, 1E, 2021).

Al respecto, Galván (2019) refiere que la espiritualidad es una herramienta válida para ser tomada en cuenta en el desarrollo el ser humano a la vez que define la espiritualidad como un conjunto de sentimientos que llevan a la persona a conectarse consigo misma y con los otros, con un propósito de vida en busca de valores. Señalando al mismo tiempo que la espiritualidad es la expresión de la esencia del ser que restaura, surgiendo de su interioridad y que se convierte en un potencial que dinamiza las relaciones consigo mismo y los demás, llevando la espiritualidad a una dimensión de lo humano que integra y desarrolla las personalidades ocupando un alto nivel jerárquico en el desarrollo de estas.

Conclusiones

Vivir de manera congruente para los gays y lesbianas es complicado porque en el proceso se sufren pérdidas por seguir o no, las reglas, en este caso, de la religión católica, debido al rechazo y falta de aceptación tanto de algunos miembros de la iglesia, como sacerdotes, obispos y de las normas que dictan cómo vivir la religiosidad, que de una y otra forma rechazan a los gays y lesbianas.

Por lo explicado anteriormente los gays y lesbianas tienen que tomar la decisión de vivir coherentemente siguiendo sus deseos dejando de lado a la iglesia, sin embargo, como se observó en las entrevistas, la decisión principal es vivir de acuerdo con su orientación sexual, con una espiritualidad y cercanía a Dios mas no de la Iglesia. Por esa razón, la

espiritualidad es parte de la vida que permite la conexión entre las personas, reconocerse a sí mismas para fortalecer la relación que se tiene con los demás, así como vivir en congruencia y desde la autenticidad.

Categoría 4 La vida de gais y lesbianas en el camino al autoconocimiento y sentido de vida

En esta categoría se expondrá el cómo los gais y lesbianas a pesar de vivir en un ambiente complicado, en el que lo aceptado social y culturalmente es lo heteronormativo, donde hombres y mujeres luchan por vivir y convivir día a día, mostrando y demostrando ante amistades, familia, compañeros de trabajo que viven igual que toda la población y que tienen los mismos derechos, derribando prejuicios y estigmas; también se esfuerzan por mostrar que su forma de amar no afecta las relaciones humanas y sociales, y que lo ideal es vivir de manera congruente para tener una vida plena y satisfactoria, para ello se requiere de un autoconocimiento, entendido por Benett (2008) como un proceso que comienza con la auto observación, en segundo lugar se hace un análisis de lo observado y en tercer lugar se reflexiona acerca de la acción sobre uno mismo” (p.10). Esta categoría se compone de las siguientes subcategorías:

- 4.1 Amistades y relaciones humanas
- 4.2 En el proceso del autoconocimiento, la libertad cuesta
- 4.3 Vivir en congruencia fortalece el sentido de vida

4.1 Amistades y relaciones humanas

Las relaciones humanas y amistades suceden entre dos o más personas que por afinidad o deseo viven la experiencia de compartir momentos, experiencias y situaciones que facilitan la creación de un lazo de amistad. La palabra *amigo* tiene muchos significados dependiendo de la profundidad de la persona que lo refiera. Sin embargo, a las personas de la diversidad sexual en ocasiones y debido al rechazo y la discriminación social se les dificulta considerar una amistad profunda hacia alguien o en sentido contrario aun habiendo interés, por lo que en la mayoría de los casos eligen que los amigos y

relaciones humanas se den principalmente dentro de los mismos grupos de gais y lesbianas, es decir que tengan afinidad hacia las personas de las que se enamoran o viven un sentimiento de cariño. Al respecto, Castañeda (2019) comenta lo siguiente: “en una fase de mi vida me fue importante conocer personas que comparten mi orientación sexual, por una necesidad de sentido de pertenencia” (p.119).

Retomando a Castañeda (2019) no se trata solamente de un sentido de pertenencia sino que hay una historia compartida, las personas homosexuales también son únicas e irrepetibles que enfrentan reacciones de familiares y amistades, amores desastrosos así mismo les cuesta trabajo encontrar pareja o amistades. Todo eso hace que en el grupo de homosexuales se sientan acogidos y aceptados porque comparten temas comunes. La amistad también puede darse entre homosexuales y heterosexuales, tal como lo menciona el siguiente entrevistado: “hablé con uno de ellos y me dice: para mí sigues siendo mi hermano, sigues siendo Al y me vale madre lo que tú hagas” (Al, 1E, 2021).

Esta situación no es de pertenencia al grupo de homosexuales pero sí forma parte del lugar de trabajo. Aquí vale preguntarse hasta dónde se puede establecer una amistad. La respuesta es que, dependerá de la profundidad de la relación y de lo que se desee. Por otra parte, es posible tener una relación de amistad con una persona con la que se haya tenido una relación afectiva, ya que influyen muchos factores como son: los motivos de la ruptura, si hay hijos o no, si fue un rompimiento amigable o no, se podría pensar que es diferente en una pareja heteronormada o una pareja homosexual, sin embargo se trata de personas en igualdad de circunstancias donde lo importante no es la orientación sexual sino el carácter, la forma de ser de cada uno de ellos.

Castañeda (2019), se pregunta cómo las personas que compartieron años de vida, solo dejan de hablarse y guardan malos recuerdos, es entendible que el resentimiento borre la memoria de los buenos tiempos, que quieran dejar atrás lo que se entiende como una etapa terminada. Esto es muy común en el caso de los gais y las lesbianas debido a que, aquello que los unió fue el amor, el cariño y los deseos de estar juntos, no situaciones como son los hijos o situaciones de propiedades o económicas (Castañeda, 2019). Lo que deriva en que las separaciones no sean tan dolorosas o complicadas, dando paso a

que una vez sanado el motivo de la separación se pueda conservar la comunicación que en algunos casos pudiera considerarse amistad o solamente relación sana.

Por otra parte, cuando la homosexualidad deja de ser vergonzosa y cuando el gay o la lesbiana se encuentran completamente visibilizados ante la familia y círculos cercanos, los intereses de amistad pueden modificarse y empezar relaciones con personas según su afinidad intelectual y cultural, profesión, gustos e intereses, teniendo como una ventaja una mayor integración social y como desventaja el hecho de que, en ocasiones no se comparten temas de conversación como son el de los hijos o nietos.

4.2 En el proceso del autoconocimiento, la libertad cuesta

El autoconocimiento es la herramienta que facilita el conocimiento de sí mismo de forma integral, es decir, de todos los aspectos de la vida, adquiriendo conciencia de los propios actos, siendo reflexivos, buscando las causas de desconocimiento que impiden transitar en el camino de la felicidad. El autoconocimiento facilita la convivencia con los demás y con el entorno. De tal forma que, es posible identificar y potenciar las capacidades. Sin embargo, el autoconocimiento es un proceso que genera miedo porque implica el reconocimiento de defectos, debilidades, fortalezas y áreas de oportunidad, aunque vale la pena.

En el autoconocimiento, el paso fundamental es tener conciencia de los propios actos y hacerse responsable de los mismos, el no hacerlo impide lograr la satisfacción y/o felicidad. Posteriormente, se examinan las experiencias de vida que ayudan a tener una imagen real de sí mismos, reconociendo valores y capacidades, intereses y posibilidades.

Entonces, el autoconocimiento es la observación de sí mismo, reflexionar al respecto y para posteriormente realizar las acciones necesarias para modificar lo que se considera no pertinente. No se trata de ser negativo sino ecuánime, y efectivo acerca de las actitudes negativas apoyando una transformación positiva. Se debe tener cuidado de ser reflexivo, pero no autoflagelarse ya que de lo contrario sería contraproducente, si se toma

demasiada consideración a los aspectos negativos, estos pueden ocultar lo positivo y se incurriría tal vez en una disminución de la autoestima.

Ligado al autoconocimiento está la libertad, esta suele entenderse como el poder elegir qué hacer y que no hacer de acuerdo con los gustos y necesidades particulares. Hay que considerar que aun cuando esto es real, es fundamental actuar sin afectar a las personas. Sin embargo, la libertad que tienen los gais y las lesbianas para vivir de acuerdo a sus deseos e intereses, sin lastimar o afectar a sus seres queridos, cuesta. Ya que, al ser coherentes y vivir siendo visibles se suelen tener pérdidas, por ejemplo, la familia puede rechazar al hijo, al hermano, cortando el contacto con el ser querido.

Martin (2016) muestra que, como parte del proceso de aceptación de ser gay o lesbiana existe una etapa que él le llama confusión y refiere que la persona al iniciar la aceptación de su orientación sexual vive un duelo por las pérdidas que esto supone, se pierde algo de la apacibilidad en sus vidas así como la sensación que se tiene de normalidad para toda la vida. Algunos para evitar esta sensación lo conciben como algo temporal. Siguiendo a Martin (2016) otra etapa de este proceso implica ser consciente de su orientación sexoafectiva, tomando en cuenta que no son ciudadanos de segunda clase ni aceptando tratos desiguales. Aquí el relato de una entrevistada:

Yo no lo he querido aclarar por la dinámica de mi trabajo. Se dan demasiados chismes, entonces, me ha ayudado a que no se enteren, sin embargo, me sigo fortaleciendo para estar tranquila, que no me afecte, porque la gente de mi trabajo no es confiable (SI, 1E, 2021).

La entrevistada, en el área laboral decidió mantenerse oculta para evitar que la critiquen o la rechacen y todo esto porque podría tener problema derivado de esta falta de confianza. Otra forma de libertad y autoconocimiento lo expresa el siguiente entrevistado

Obviamente, lo primero fue la libertad sexual que no existía, y bueno, no sé si a los demás les pase o no, ya cuando pasó eso y me separé de la casa era como una cosa utópica que decía ya estoy en mi nueva verdad y me separé, de aquí para adelante va a ser pura miel sobre hojuelas, y no, entonces, estamos hablando de una libertad que, es como ser más yo mismo, después de 20 años como una libertad quizá más madura, más experimentada, ya no en los

arranques de irte de fiesta toda la noche y eso, sino estar en la realidad de estar con una bola de extraños y si sale el tema, decir que soy homosexual y no pasa nada (ED, 1E, 2021).

De acuerdo con el entrevistado, la libertad es un proceso que va desde lo sexual hasta sentirse con la confianza de expresar su orientación sexual. Aunque reconoce que no fue simple, sin embargo, al ir madurando esa libertad se sintió más tranquilo de expresar lo que realmente es. Como parte de la libertad de expresarse de acuerdo con sus deseos, siendo auténtico y coherente, se sufren pérdidas. Las más dolorosas son las relacionadas con personas a quienes se les tiene afecto. Sin embargo, no se puede considerar responsabilidad del gay y lesbiana el alejamiento de las personas.

4.3 Vivir en congruencia fortalece el sentido de vida

Una actitud necesaria para ser visible cuando se es gay o lesbiana es ser congruente entre lo que se desea y quiere y la actuación de la persona, es decir ser auténtico, y esto tendrá como resultado una vida plena, aun cuando habrá un duelo por las pérdidas. La coherencia en la vida es fundamental para evitar tener una baja autoestima o depresiones, como dice Rogers (1964), es necesario crecer día a día abriéndose a un crecimiento y nuevas oportunidades de vida. Uno de los entrevistados lo dice de la siguiente manera: “la actitud que se tenga de frente a las situaciones que afectan nuestras vidas significa la diferencia entre tener un mejor sentido de vida” (AI,1E, 2021), con esto se entiende que no es solo depende de la relación que se tiene con las personas.

En la vida, es fundamental ser coherente. Es confuso para la persona homosexual y para quienes están a su alrededor pero variará en la forma de ser y de conducirse, salvo alguna situación de vida en la que se pudiera tener una pérdida mayor, como podría ser un ascenso importante, el gay o lesbiana tendría que evaluar la pérdida en contra de lo que le afectaría y actuar en consecuencia. Un entrevistado refiere lo siguiente: “es fundamental anteponer el amor propio y la autenticidad en la búsqueda de un sentido de vida, ser como tú eres y tener esa seguridad ante los demás, diciendo lo que soy y lo demuestro, es algo que se va construyendo” (AI, 1E, 2021).

La vida de los seres humanos tienen varias etapas, un pasado ya vivido que no se puede cambiar, un futuro incierto y un presente que, dependiendo de los actos puede o no afectar los años posteriores. En el caso de las personas homosexuales, en la planeación del futuro es fundamental la manera en que viven en el presente. Si desean salirse del closet y hacerse visibles, si quieren o no tener pareja, si están listos para el compromiso a largo plazo o si solo buscan diversión entre otros, esto influye en el camino hacia la felicidad. Un entrevistado lo explica de esta forma:

Soy un bato bien feliz que sabe que si se muere mañana, muere feliz. Últimamente, estoy muy sensible a la muerte, sensible en el sentido de ocuparme en mi felicidad todos los días. Vivo muy ocupado en ser feliz y proyectar la oportunidad que todos tenemos de ser felices, y honestamente, estoy satisfecho con mi vida, con mis años que tengo, con lo que he hecho, con lo que hago y ocupado ser feliz hoy, mañana tal vez, si es que amanezco (AI, 1E, 2021).

Como refiere Bennet (2008), el conocimiento íntimo permite que la persona viva mejor consigo misma y con los demás alimentando las capacidades y transformar los errores y fallos en triunfos. Cuando se hace un análisis profundo de autoconocimiento, es posible hallar aspectos negativos que, en un principio, tapen la visión de lo positivo que hay en cada persona. Otra forma de estar en el proceso hacia la felicidad y viviendo en congruencia es no encerrarse en uno mismo sino teniendo la seguridad hacia los demás, esa actitud positiva facilita el reconocimiento de la persona. Un entrevistado lo refiere así:

Si la vida me permite estar al frente de veinte personas, créeme, que todos los días me empeño, en decírselos: todos los días saludo. Me considero una persona chingona porque he hecho lo que he querido, he vivido mi vida como he querido y he logrado muchas cosas de las cuales estoy conforme con lo que tengo ahorita, tiene mucho que ver tu actitud con lo que te presentes en la vida. La neta yo puedo morirme mañana y morir feliz. Si tienes la capacidad de hacerlo y lo haces, con eso ya la hicimos (AI, 1E, 2021).

Las personas suelen poner demasiada atención cuando se tiene un punto negativo y no en los muchos positivos, es parte de la naturaleza humana, sin embargo, no ayuda en los cambios para lograr una personalidad positiva partiendo del autoconocimiento, este cambio no es cuestión de un día, sino que es un proceso de momento a momento para lograr el cambio deseado.

Por su parte, Bennet (2008) refiere la importancia del autoconocimiento para lograr ser coherentes; mientras que, el autoconocimiento es un proceso constante de acción sobre uno mismo que conlleva un efecto al reconocerse a sí mismo. En este proceso, a decir de Bennet (2008) hay tres pasos ineludibles; 1) tener conciencia de uno mismo, 2) descubrir y explorar el pensamiento, los sentimientos y los actos, 3) observar y estudiar las experiencias pasadas. Con estos 3 pasos se puede diferenciar entre lo que la persona cree que es, lo que los demás creen que es, y lo que la persona es en realidad.

Una de las fortalezas es el sentido de vida, esa sensación de vivir plenamente sin que algo o alguien lo impida, como dice Martínez (cit en Santos, 2018), el sentido de vida ilumina un camino, proporciona un norte, una dirección; pero no sólo eso, es la percepción emocional y mental de valores que invitan a la persona a actuar de un modo u otro y debe conducir a la acción.

El sentido de vida se da en libertad, para acceder al sentido hay que asumir la libertad y la responsabilidad que esto implica. Viktor Frankl, un famoso psiquiatra y filósofo del siglo XX (cit en Santos, 2018) consideraba que había diferentes caminos para encontrar el sentido de la vida; los llamó valores de creación, de experiencia y de actitud. Los *valores de creación* hacen referencia a aquel sentido que se descubre en lo que se da al mundo, en lo que se crea, en lo que se aporta, son los que se desarrollan privilegiadamente en el trabajo o en la función que desempeña como partícipe de una comunidad, en sí, es el sentido encontrado en el dar. Los *valores de experiencia* hacen referencia a aquel sentido que se descubre del mundo, en lo que recibe y llega a la persona, en lo experimentado, son los que se desarrollan privilegiadamente en la vivencia amorosa, en sí, es el sentido encontrado en el recibir.

Por último, están los *valores de actitud* que son los que se desarrollan generalmente cuando los otros dos ya no pueden llevarse a cabo, es decir, hace referencia al sentido

que se descubre en medio, a pesar o a partir del sufrimiento, es el sentido descubierto a partir de la lucha personal, forma parte de la superación y de lo aprendido en medio de las dificultades y tribulaciones de la vida, en sí, es el sentido que se encuentra a partir del sufrimiento. Lo expuesto muestra la dificultad que se tiene cuando se vive en incoherencia entre lo que el mundo da y aquello que regresa la persona. En el caso de los homosexuales es fundamental que ofrezcan lo que son. De tal forma que eviten conflictos internalizados y hacia las personas que los rodean. Una entrevistada lo refiere así

Con mis compañeros de trabajo no me siento incómoda porque sé con quién sí lo puedo hablar. Tuve alguna vez un jefe que me dijo que en el tiempo que me había conocido, había comprobado que yo era una persona muy selectiva, pero que eso tenía un precio y que tenía un costo y que en muchas ocasiones ese costo era el rechazo o era el aislamiento. Y yo me acuerdo de que le dije: sí, yo me reconozco selectiva y pago con gusto ese precio, porque yo convivo con quien yo quiero (SI, 1E, 2021).

Las personas para sentirse desarrolladas como seres humanos, necesitan llegar a ser lo que son, tomando las riendas del destino propio, hay que conocerse a sí mismos definiéndose como gay o lesbiana e iniciar el camino para realizarse como persona. Una vez que la persona se conoce, con un profundo sentido del autoconocimiento y una gran autoestima, le puede dar sentido a su vida, a su vida dentro de la comunidad de personas no heteronormadas, en la búsqueda de una vida plena y caminando con el propósito de ser feliz. Nada de esto sería posible si no se vive en libertad. Una libertad que puede ocasionar pérdidas de diferentes formas, siendo las más importantes las personales, como no tener amigos, alejamientos de la familia entre otras, sin embargo se analiza y se concluye que es más valioso ser quien se es, amar a quien se desea para lograr la plenitud deseada.

CAPÍTULO 10. CONCLUSIONES

En este apartado se enuncian las reflexiones finales como resultado del análisis de datos. Dichas reflexiones giran en torno al objetivo general de este proyecto, que es dar cuenta de la manera en que el autoconocimiento fortalece el sentido de vida de personas gais y lesbianas. Entre los resultados, destaca que el proceso del autoconocimiento está lejos de ser lineal ya que se entrecruza con distintas necesidades, prohibiciones, culpas, enojos, impotencias e introyectos. A continuación se presentan las siguientes conclusiones:

La discriminación y el rechazo social son parte del proceso de autoconocimiento de la orientación sexual. En las vivencias de los gais y lesbianas durante el trayecto de su vida, se pueden observar las complicaciones y pérdidas que padecen en la búsqueda de sentido de vida, para lo que es fundamental que las personas cuenten con un gran autoconocimiento, es decir es importante que se conozcan a sí mismos y se acepten como son y sean congruentes de acuerdo con lo que desean y sienten, con la fuerza necesaria para enfrentar la violencia que se genera desde la discriminación y el rechazo social que reciben de diferentes grupos, algunos muy cercanos como la familia, incluyendo los ambientes laborales, educativos y religiosos.

La incongruencia es un recurso ante la discriminación y el rechazo social. Vivir de forma contraria y negándose a sí mismo en lo que son, en lo que desean, trae problemas de autoestima y desvalorización. Los gais y lesbianas aun cuando son dueños de su vida y tienen que elegir como desean vivir y amar, algunos sentimientos como el miedo y en ocasiones la vergüenza los limitan a hacerlo como lo desean. La discriminación hacia sí mismo como hacia otros miembros gais o lesbianas también dificulta que vivan y convivan de manera congruente, cuestionando-se acerca de quiénes son y de sus luchas por reconocer-se. En parte, porque el gay o la lesbiana se discriminan como resultado de la no aceptación de sí mismos, con sentimientos de vergüenza, culpa pensando y recibiendo información acerca de una orientación sexual diferente a la heteronormada hasta que la persona se hace consciente de quién es.

La religión es fuente de discriminación y rechazo social; mientras que la espiritualidad facilita la congruencia. Otro aspecto importante en la vida de los gais y lesbianas donde

se libran enfrentamientos ocasionados por la discriminación y el rechazo se relaciona con la religión versus la espiritualidad. Creer en Dios más no en la Iglesia. Las y los entrevistados viven la religión de acuerdo con lo que les acomoda y no perciben que la vida con diferente orientación sexual a la heteronormada sea rechazada por el ser supremo, siendo que la espiritualidad no es exclusiva de relacionarla con la religión, sino que es una forma de vida que se elige de acuerdo con lo deseado a la coherencia de lo que se quiere vivir, sin sentir culpa o vergüenza siempre en la búsqueda de la felicidad o el camino hacia ella.

En el proceso de autoconocimiento, la autoaceptación es importante para vivir en congruencia. La autoaceptación es parte del proceso de autoconocimiento; este suele iniciar debido al reconocimiento de una orientación sexual distinta a la heteronormada, acompañada de prejuicios, rechazo y discriminación, no solo hacia la comunidad de la diversidad sexual, sino entre ellas/ellos/elles mismas o rechazo hacia sí mismo.

El camino hacia la autoaceptación y autoconocimiento resulta ser sinuoso, precisamente, por la ideología heteronormada que tiende a señalar y negar los derechos de los demás, no hay caminos lineales ni fáciles, sin embargo, la persona gay o lesbiana tiene capacidad para tomar decisiones y asumir las consecuencias de autoconocerse y autoaceptarse.

Es fundamental el reconocerse y aceptarse con una orientación sexual diferente a la heterosexual, inclusive reconociéndose como diferentes. Es conveniente apuntar que el autoconocimiento también implica una disputa interna -hacia la persona- y otra hacia lo externo -contexto-, donde está presente lo permitido y lo prohibido, lo aceptado y lo castigado, es decir, la vida de gais y lesbianas en el camino para ser congruentes se encuentran con una serie de paradojas como las del reconocimiento y respeto social, pero en muchas ocasiones, las batallas más desgastantes se viven al interior de la familia, quienes en ocasiones, son el primer flanco de la heteronormatividad que impide una vida coherente con la congruencia.

El autoconocimiento facilita crear formas de vida alternativas ligadas a un sentido de vida. En algunas relaciones de parejas homosexuales no existe un rol preestablecido en cuanto a cómo se desarrollan las labores de la pareja o familia, si se tienen hijos, sino

que se reparten y dividen las actividades físicas y económicas de común acuerdo basándose en gustos, disponibilidad de tiempo y necesidades entre otros, de esta forma se viven inclusive en la intimidad sexual.

Es importante señalar que el autoconocimiento y la autoaceptación pueden derivar en la toma de decisiones más conscientes. Puesto que se coincide con Rogers (1961) al afirmar que las personas son únicas e irrepetibles merecedoras de afecto y de todos los derechos y obligaciones; además, cuentan con herramientas para ser mejores cada día.

El autoconocimiento fortalece el sentido de vida. En el caminar por este mundo es necesario tener un porqué o para qué. Resulta complicado transitar por la vida sin rumbo fijo, sin saber hacia dónde. El autoconocimiento es la observación de uno mismo, reflexionar al respecto y realizar las acciones necesarias para modificarlo, quitarlo, o fortalecerlo; mientras que, el sentido de vida brinda una perspectiva de lo que la persona desea, de cómo quiere vivir, darle un sentido que clarifica el camino hacia la búsqueda de la felicidad. Este es el punto de partida para lograr un crecimiento personal y mejorar la autoestima.

¿Autoconocimiento, sentido de vida y coherencia?, ¿etapas lineales del proceso de los gays y lesbianas en la búsqueda de una vida plena y en crecimiento?, generalmente no es así. Aun cuando existe una correlación entre las tres actitudes, se puede cuestionar cómo lograr un sentido de vida satisfactorio si la persona gay o lesbiana no reconoce sus fortalezas y debilidades, dificultando que sea coherente con su sentido de vida. Una vez que la persona conoce su sentido de vida a partir del autoconocimiento mejora su autoestima, lo que le ayuda en la búsqueda de una vida plena en lo personal y a su vida dentro de la comunidad de la diversidad sexual con el propósito de ser feliz.

El autoconocimiento es la herramienta que ayuda a conocerse en todos los aspectos de la vida, adquiriendo conciencia de los actos, siendo reflexivos buscando las causas de desconocimiento que impiden transitar en el camino de la felicidad, permite vivir con ellos mismos y con las personas que se encuentran cercanas, de tal forma que se puedan conocer y utilizar las capacidades. Sin embargo, en las personas homosexuales esto no suele ser sencillo debido a los temores derivados de experiencias dolorosas previas, por lo que es fundamental analizarlos, vivirlos y dejarlos atrás.

En la búsqueda de una vida más plena y satisfactoria los gays o lesbianas parten de vivir en coherencia, siendo auténticos y con confianza en ellos mismos relacionándose y amando a quienes desean a sabiendas de las dificultades que se pueden presentar. Para lograr esto, es fundamental que en la toma de sus decisiones, se antepongan a ellos mismos dejando para un segundo plano a la familia, ya que inclusive la relación amorosa viviría en un primer círculo, sobrellevando las dificultades propias de las relaciones humanas y amorosas. Para finalizar, el autoconocimiento, el sentido de vida y la coherencia son actitudes y experiencias de vida que en el caso de gays y lesbianas son fundamentales para el logro de una vida plena.

Aporte al Desarrollo Humano

El Desarrollo Humano parte del supuesto de considerar a las personas como iguales, sin embargo, aun cuando debería de ser así, en la práctica no lo es, hay diferentes formas de pensar, historias de vida, orientaciones sexuales y de género. En el caso de la homosexualidad, ha existido rechazo y exclusión hacia esta comunidad por ser o pensar diferente o por amar a alguien que va en contrasentido hacia la naturaleza de la reproducción.

El Desarrollo Humano asume que las personas nacen libres y con el objetivo de luchar por sentirse plenos y felices, viviendo de acuerdo con sus decisiones. Si bien es cierto que, la orientación sexual no se elige, también es cierto que, sí pueden tomar decisiones con respecto a sus actitudes frente a la vida.

El aporte hacia el desarrollo humano es principalmente la visibilización de los gays y lesbianas como personas mostrando sus dificultades para llegar a una autoaceptación y un autoconocimiento de sí mismos, que es el punto de partida para lograr un sentido de vida satisfactorio. En este proyecto de investigación se pusieron de relieve aspectos como la discriminación, estigmatización y violencia entre otros, que la comunidad homosexual sufre de forma sociohistórico-cultural, y que derivado de estos entretejen su historia y sus experiencias, luchando sus batallas de forma personal en la búsqueda de un lugar en una sociedad heteronormada.

Por lo que, el proceso de autoconocimiento inicia con el reconocimiento de toma de decisiones desde la incongruencia provocando un aislamiento y baja autoestima para después reorientar el camino hacia una vida congruente, con todas las dificultades en el ámbito familiar, educativo y laboral.

REFERENCIAS

- Álvarez-Gayou, J. (2014), *Cómo hacer investigación cualitativa: fundamentos y metodología*. Paidós.
- Bareiro, L. (comp.) (2005), *Discriminaciones. Debate teórico paraguayo; legislación antidiscriminatoria*. Editorial Gráfica Mercurio.
- Bimbi, B (2020). *El Final Del Closet, Lesbianas, gais , bisexuales y trans en el siglo XXI*, Editorial Marea.
- Blanco, S., Corredor, E. y Marimón, D., (2020), *Influencias discursivas y construcción de identidad sexual en personas LGBT*. [Trabajo para Proyecto de Grado, Pontificia Universidad Javeriana]. <http://hdl.handle.net/10554/50227>
- Cárcamo, H., (2005), *Hermenéutica y Análisis Cualitativo*. Chile Cinta de Moebio, Universidad de Chile.
- Carretero, M. (2015), *Implicación personal del profesor como constitutivo de la práctica Docente*. [Tesis de doctorado, Universidad Santander].
- Carrier, J., (1995) *De los otros, intimidad y homosexualidad entre los hombres del occidente y el noroeste de México*. Editorial Pandora.
- Castañeda, M. (1999). *La experiencia homosexual*. México: Paidós
- Castañeda, M. (2011), *La experiencia Homosexual “para comprender la homosexualidad desde dentro y desde fuera”*. Paidós.
- Castañeda, M. (2012), *La nueva Homosexualidad*. Paidós.
- Castañeda, M. (2019), *Una Vida Homosexual, Ser Gay: 50 años de reflexión y aprendizaje*, Grijalba

- CIDH (2015), *Violencia contra personas lesbianas, gay, bisexuales, trans e intersex en América*. Organización de los Estados Americanos, OAS/Ser, L/V/II.rev
- Crespo-Blanco, M y Salamanca, AB. (2007), *TRABAJO EN EL Departamento De Investigación de FUDEN*.
- Frankl, V., (2015), *El hombre en busca del sentido*. Herder.
- Frazão, P. & Rosário, R. (2008). O coming out de gays e lésbicas e as relacoes familiares. *Análise psicológica*, (26), 25 – 45 <https://rei.iteso.mx/handle/11117/7367>
- Filliozat, I., (1998), *El corazón tiene sus razones. Conocer el Lenguaje de las Emociones*. Urano
- Gafo, J. (1977). *La homosexualidad: un debate abierto*. Colección Serendipity Crecimiento personal 16, Desclée De Brouwer, Bilba.
- Galván, MA. (2019). *Fractura y reconfiguración de la dimensión psico-espiritual en el familiar (madre) de una persona con problemas de adicción*, Tesis de Maestría en Psicoterapia, ITESO.
- Gil, G. (s/f), *El proceso de la Resiliencia en el desarrollo de la Identidad Lesbiana, Gay y Bisexual*. Astilleros Canarios.
- González, N., (2017), *Marco teórico*. Universidad Católica de los Ángeles Chile.
- González, M. (2022), Aspectos éticos de la investigación cualitativa, *Revista Iberoamericana*, Numero 29, pp. 93-103, Organización de Estados Iberoamericanos para la Educación, la Ciencia y la Cultura.
- González, T. y Cano, A., (2010), *Introducción al análisis de datos en Investigación cualitativa: concepto y características*.
- Hernández-Sampieri, R., Fernández, C. y Baptista, M. (2014), *Metodología de la Investigación*. McGraw Hill
- Hidalgo, J., (1997), *Investigación educativa, una estrategia constructivista*. Castellanos Editores.
- Lafarga, J., (2010), *¿Que es el Desarrollo Humano en México?, Origen y Proyecciones.*,

- INIDH, Proyecto Espiral, A.C.
- Lagarde, M. (1996), *Género y Feminismo*. Ed. Desarrollo Humano y Democracia, Horas y Horas, J.C. Producción.
- Larios, R. y Macías, R., (2010), *Corazón de piedra... ¿yo?* Amarte Editorial.
- Leal, F. (2013). Acerca de la teoría. *Espiral*, 20(57), 9–38.
- Lietaer, G., (1997), Autenticidad, congruencia y transparencia en Brazier, D., (1997) *Más allá de Carl Rogers*. pp. 25-42. Desclée de Brouwer.
- Martin, G. (2019) *Quiérete mucho Maricón, Exprés ¡un manual de bolso para dejar atrás la homofobia interiorizada*. Roca Editorial.
- Martin J. S.J. (2018), Tender un Puente ,como la Iglesia Católica y la comunidad LGBTI pueden entablar una relación de respeto, chapuzón y sensibilidad. Ediciones Mensajero.
- Martínez, R., y Fernández, A. (s/f), *Metodologías e instrumentos para la formulación, Evaluación y monitorea de programas sociales, Árbol de Problema y áreas de Intervención*. COMFAMA/CEPAL.
- Mejía, J. (2011) Problemas centrales del análisis de datos cualitativos, *Revista Latinoamericana de Metodología de la Investigación Social* N°1. Año 1. Abril - Sept. de 2011. Pp. 47 - 60
- Mendieta, G., (2015), Informantes y muestreo en investigación cualitativa. *Investigaciones Andina*, 17(30),1148-1150. ISSN: 0124-8146. <https://www-redalyc-org.ezproxy.iteso.mx/articulo.oa?id=239035878001>
- Mondragón, J. M. (2009). Intolerancia a la diversidad sexual y crímenes por homofobia. Un análisis sociológico. *Sociológica*, 24(69), pp. 123–156.
- Mora-Tapia, M., (2020), *Resignificación de las experiencias de familiares de personas de la diversidad sexual. Un cúmulo de emociones*. [Trabajo de Obtención de Grado, ITESO] <https://hdl.handle.net/11117/6514>

- Morales, E. (2008) El sentido de vida y la percepción del ambiente familiar en el adolescente primogénito(a) e hijo único(a), [Tesis de Grado, UIA Puebla] [69487671-EL-SENTIDO- DE-VIDA tog ibero puebla.pdf](#)
- Moreno, S. (2014) La entrevista fenomenológica: una propuesta para la investigación en psicología y psicoterapia. *Revista da Abordagem Gestáltica: Phenomenological Studies*, vol. XX, núm. 1, enero-junio, 2014. pp.71-76 Instituto de Treinamento e Pesquisa em Gestalt Terapia de Goiânia, Brasil
- Moreno, S., (2014). La entrevista fenomenológica: una propuesta para la investigación en Psicología y Psicoterapia. *Revista da Abordagem Gestáltica: Phenomenological Studies*, XX(1),71-76. ISSN: 1809-6867. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=357733920009>
- Muñoz, M. (2012), *Una Hipótesis Humanista sobre la emoción*. INDH.
- Ortiz, V., (s/f). México, entre los 10 países con más población LGBTI, de acuerdo con Insider Monkey recuperado de <https://puedesdecirno.org/actualidad/en-mexico-6-De-la-población-pertenece-ha-la-comunidad-lgbt>
- Palacio, CJ. (2015). La espiritualidad como medio de Desarrollo Humano. Cuestiones teológicas.
- Parra, Y. y Ramos L. (2012). *Huellas de la violencia simbólica en la comunidad LGBT: Implicaciones Sociales*. [Proyecto de grado, Corporación Universitaria Minuto de Dios]. <http://hdl.handle.net/10656/1271>
- Rodríguez Z., (2007). *¿Qué es la discriminación y cómo combatirla?* CONAPRED. <http://repositorio.dpe.gob.ec/bitstream/39000/950/1/CONAPRED-037.pdf>
- Rogers, C. (1961). *El proceso de convertirse en persona*. Paidós.
- Salazar, O. (2012). *Católicos gais: trayectorias de vida, procesos de identificación e integración de las dimensiones sexual y religiosa*. Tesis de Maestro en Comunicación de la Ciencia y la Cultura. ITESO.

- Sánchez-Puentes, R. (1993). *Didáctica de la problematización en el campo científico de la educación*. Revista perfiles educativos No.61, Instituto de Investigaciones sobre la Universidad y la Educación. <http://redalyc.org/articulo.oa?id=13206108>
- Serrato, A. y Balbuena, R. (2015). Calladito y en la oscuridad. Heteronormatividad y clóset, los recursos de la biopolítica. *Culturales*, 3(2), 151-180. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-11912015000200005&lng=es&tlng=es.
- Soto-Trujillo, C., (2019). La facilitación de los procesos de comunicación en la organización. Una contribución desde el desarrollo humano al logro de la satisfacción laboral. [Trabajo de Obtención de Grado, ITESO] <http://hdl.handle.net/11117/5818>
- Sassenfeld, A., y Moncada, L., (2006). Fenomenología y psicoterapia humanista-existencial. *Revista De Psicología*, 15(1), 91–106. <https://doi.org/10.5354/0719-0581.2006.17146>
- UnADM Fundamentos de Investigación, *construcción del marco teórico, unidad 3*, Universidad Abierta y a distancia de México, (s/f), p, p 4-26.
- Vanahershot, G. (1990) The Process of empathy: Holding and letting go, en G., Lietaer, J Rombaus, y R. Van Balen (eds.), op. Cit. pp.269-293.
- Vargas, C.J. (2015). *Cuestiones Teologicas*. Medellín Colombia 42(98), 459-481.
- Vasilachis, I. (2006), *Estrategias De Investigación Cualitativa*. Gedisa.
- Wences, R., (2016), Heteronormatividad y matrimonio entre personas del mismo sexo, (pp-194-203) en *Ciencias Estudios de Género, Handbook T-II*, UAM. <https://www.ecorfan.org/handbooks/Ciencias%20Estudios%20de%20Genero%20T-II/22.pdf>

ANEXOS

ANEXO 1. PROBLEMATIZACIÓN: ENTREVISTA INFORMAL CON EL EXPERTO

Contexto de la entrevista:	Propósito:
De forma virtual con una persona de nombre Mónica que cursó la Maestría de Desarrollo Humano y realizó un trabajo de grado titulado “Resignificación de familiares de personas de la diversidad sexual. Un cúmulo de emociones”.	Conocer desde la experiencia del autor, las situaciones que tuvo que afrontar al abordar el tema de la diversidad sexual, su intervención, así como la obtención de información y el marco teórico con el fin de obtener orientación para fundamentar la pertinencia y problematización para el objeto de estudio dentro del ámbito del desarrollo humano, del objeto de estudio.
Guía de preguntas:	
1. ¿Qué te llevó a realizar el trabajo de grado con intervención de esta problemática? 2. ¿Consideras que el tema referente a las emociones o sentimientos de los individuos de la comunidad lésbico-gay con respecto al rechazo y/o discriminación que sufren es pertinente en el ámbito del Desarrollo Humano? 3. ¿Se te dificultó elaborar el marco teórico considerando que, por la temática, la confidencialidad y el respeto que involucra hacia las personas de la comunidad? 4. ¿La intervención la realizaste en algún grupo o asociación existente o la efectuaste de otra forma?	

ANEXO 2. PROBLEMATIZACIÓN: ENTREVISTAS EN EL PARADIGMA DE LA INVESTIGACIÓN CUALITATIVA

Contexto de la entrevista:	Propósito:
7 entrevistas telefónicas en audio o videollamada. Los entrevistados se sintieron en confianza al estar en un lugar cómodo, en un horario que no implicara presión para ellos y en donde yo mantuviera una escucha comprensiva para generar identificación, un vínculo fraterno.	Conocer emociones experimentadas en su vida en cuanto al rechazo y discriminación, como miembros de la comunidad lésbico-gay e identificar elementos del autoconocimiento y sentido de vida.
Guía de preguntas de la problematización	
1. ¿Has sufrido discriminación o rechazo de la sociedad, en el transcurso de tu vida?, ¿cómo fue?, ¿a qué edad? Favor de describirlo. 2. ¿Te asumes como gay o lesbiana? Si la respuesta es no, ¿por qué? Si es afirmativo, ¿qué te motivó a “salir del clóset”? 3. Si te asumes como gay o lesbiana, ¿cómo ha sido tu sentido de vida? 4. ¿Cómo ha sido tu experiencia de vida hasta hoy? Descríbelo. 5. ¿Las personas que conforman tu círculo íntimo conocen de tu orientación sexual? Si la respuesta es no, ¿por qué? Si, la respuesta es sí o parcialmente sí, ¿cuál es el motivo? Si la respuesta es sí totalmente, ¿lo consideras en tu beneficio o perjuicio en tu desarrollo de vida? 6. Desde tu perspectiva actual, ¿qué recomendarías para que la sociedad sea más incluyente hacia los gais y lesbianas?	

ANEXO 3 - CATEGORÍAS PRELIMINARES IDENTIFICADAS EN LA PROBLEMATIZACIÓN

Maestría En Desarrollo Humano IDI I
--

Ricardo Alfonso Varela Tello Abril/11/2021			
Sujetos	Autoconocimiento	Sentido de vida	Discriminación/ rechazo social
5 hombres gais, con edades entre 23 y 71 años, con diferentes niveles educativos; 3 con licenciatura, uno con carrera técnica y uno con preparatoria. Uno casado, el resto solteros. Nivel socioeconómico desde clase media a media alta.	Asumen su orientación sexual sin dificultad de manera significativa a partir de la adolescencia. Hay una necesidad de aceptar su sexualidad porque ello implica la aceptación de sí mismos, de sentirse íntegros completos y en crecimiento personal.	Su vida, o sentido de vida, ha mejorado, ya que lo pueden hacer con libertad, sin esconderse. Sienten que se quitan un peso de encima. Refieren que el hecho de tener una orientación sexual diferente no marca su vida, ni es factor fundamental, ya que es algo privado e íntimo.	Solo me he sentido rechazado por la iglesia, no me complicó la vida pero me hizo alejarme de la institución. Sentí el rechazo en mi adolescencia ya que no negué nunca mi orientación sexual, aunque no lo pregonaba.
2 mujeres lesbianas, edades de 32 a 33 años, solteras con licenciatura, ambas con la misma profesión, con un nivel socioeconómico de clase media.	Con un deseo interior de dar a conocer su verdadero yo, con una motivación dirigida a vivir con libertad, sin ocultarse y compartir con otros los que forman sus círculos más	3 de los 6, comentan que se sienten bien cerca de Dios, aclaran, no de la iglesia sino de Dios y su espiritualidad, lo que los ayuda a sentirse plenos.	

	cercanos y que son personas significativas en sus vidas y sus sentimientos. Parten de una aceptación interna y la llevan hacia los demás. Indican al mismo tiempo que aunque asumen y aceptan su orientación sexual, solo se visibilizan con familiares y personas cercanas, ya que no consideran necesario ni un por qué andarlo pregonando a toda la sociedad.	Como referencia indico que esas personas han cursado talleres de pastoral y espiritualidad Ignaciana.	
--	--	--	--