

ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
FACULTAD DE SALUD
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA



Habilidades Sociales Reguladoras De Estrés En Los Estudiantes De Educación Superior
De La Comunidad LGBTI+ De Pamplona

Cristian Camilo Fuentes Narváez
Jeisson Alberto Guerrero Riaño

Pamplona

2019

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
FACULTAD DE SALUD
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA



Habilidades Sociales Regulatoras De Estrés En Los Estudiantes De Educación Superior
De La Comunidad LGBTI+ De Pamplona

Cristian Camilo Fuentes Narváz

1128481773

Jeisson Alberto Guerrero Riaño

1116868883

Julio Humberto Annicchiarico Lobo

DIRECTOR

Pamplona

2019

TABLA DE CONTENIDO

TABLA DE CONTENIDO.....	3
INTRODUCCIÓN	5
HABILIDADES SOCIALES REGULADORAS DE ESTRÉS EN LOS ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN SUPERIOR DE LA COMUNIDAD LGBTI+ DE PAMPLONA.....	7
PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	7
Planteamiento Y Descripción Del Problema.....	7
Formulación Del Problema	10
JUSTIFICACIÓN	11
OBJETIVOS	13
General	13
Específicos.....	13
ESTADO DEL ARTE.....	14
MARCO TEÓRICO.....	21
Capítulo I. Psicología Social	21
Estigmas.....	28
Capítulo II. Comunidad Diversa.	29
Identidad de género.....	29
Expresión de género.....	31
Diferencia entre identidad de género y expresión de género.....	32
Orientación sexual.	33
Causas de la orientación sexual.	34
Homosexualidad.	37
LGTBI+	38
Estigmas y estereotipos de género.....	42
Estereotipos.....	42
Capitulo III. Estrés Y Afrontamiento Al Estrés	44
Capítulo IV. Habilidades Sociales Como Estrategias De Afrontamiento.	49
Adquisición De Las Habilidades Sociales.....	51
Clasificación De Las Habilidades Sociales.	53

ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO

Habilidades Sociales Y Psicopatología.....	54
MARCO LEGAL	57
De la Profesión de Psicología.....	57
Disposiciones Generales.....	58
METODOLOGÍA	61
Tipo De Investigación	61
Diseño.....	61
Población.....	62
Muestra.....	62
Proceso de intervención.....	63
Formas De Recolección De La Información.....	63
Observación no participante.....	64
Entrevista semiestructurada.....	64
Grupo focal.....	64
Definición de Categorías.....	65
RESULTADOS.....	66
Familia.....	66
Red de apoyo.....	67
Comunidad LGTB+ y Estigma.....	67
Comportamiento.....	68
Consumo de SPA.....	68
Conductas.....	70
Habilidades sociales.....	71
Comunicación.....	71
Estrés.....	73
Manejo de emociones.....	74
Círculo social.....	75
ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADO	77
CONCLUSIONES	83
RECOMENDACIONES.....	88
REFERENCIAS.....	90

INTRODUCCIÓN

Siendo Pamplona uno de los municipios más multiculturales que existen en Colombia, puesto que en ella se alojan cada año, miles de estudiantes provenientes de distintos lugares de todo el territorio nacional, con la finalidad de integrarse a la educación superior en la Universidad de Pamplona o en el Instituto de Educación Superior Rural. (ISER). Generando un choque cultural entre ellos mismo y los pobladores de dicho municipio, por lo cual nace la duda de conocer si este impacto y variedad cultural, intervienen en la conducta de los miembros pertenecientes a la comunidad LGBTI+.

Para tal fin, se pretende hacer un análisis de las habilidades sociales que estas personas pueden usar como agente protector ante el estrés. Debido a lo que se ha encontrado respecto a este tema, las habilidades sociales cumplen varias funciones, siendo una de estas la de cumplir como estrategia de afrontamiento ante situaciones de alta carga emocional, sirviendo a su vez, como protector de cuadros psicopatológicos como lo puede ser la ansiedad o la depresión, lo cual permite deducir que sus aplicaciones pueden desarrollarse aún más.

De acuerdo a esto se tiene que, a través de una investigación de enfoque cualitativo con los estudiantes de educación superior pertenecientes a la comunidad LGBTI+ residentes en Pamplona, se hacen uso de estrategias de recopilación de información, tales como la entrevista semiestructurada, la implementación de un grupo focal y el diligenciamiento de un formato de observación no participante, con la finalidad de comprender la forma en que estas personas utilizan estos recursos para enfrentar las situaciones que les puedan ocasionar estrés.

Para hacer la recopilación de información, antes que aplicar las estrategias mencionadas previamente, se contó con la participación de once (11) entrevistados, los cuales decidieron participar de manera voluntaria en la investigación, siendo

seleccionados por el tipo de muestreo de bola de nieve; aparte a eso, se contó con seis (6) participantes para la ejecución del grupo focal.

Dentro de los resultados de la investigación, se obtiene que los sujetos investigados conocen las habilidades sociales y demuestran saber cómo ponerlas en práctica, sin embargo, cuando la situación es muy estresante, estos optan no hacer uso de ellas, permitiendo que la situación que ocasiona el malestar les repercuta, somatizando después llanto u otras reacciones tanto físicas como psicológicas.

HABILIDADES SOCIALES REGULADORAS DE ESTRÉS EN LOS ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN SUPERIOR DE LA COMUNIDAD LGBTI+ DE PAMPLONA

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

Planteamiento Y Descripción Del Problema

El tema de investigación para abordar, es el de aquellas habilidades sociales que les permite a la población estudiantil que pertenece a la comunidad LBGT de Pamplona, manejar los niveles de estrés que pueden llegar a manejar, puesto que esta población, a diferencia de las personas heterosexuales, son más propensas a presentar cuadros episódicos de ansiedad o depresión, aún más cuando la orientación aún no ha sido revelada en su entorno (Vicuña, J., 2017). Lo anterior se explica por varios factores, uno de ellos es la desaprobación por gran parte de la ciudadanía acerca de su orientación sexual. Este fenómeno se toma en consideración puesto que, por un lado, hay constancia de conocidos de los investigadores con orientación sexual diversa pertenecientes a estos establecimientos de educación superior anteriores mencionados y han sido víctimas de múltiples agresiones, ejemplo de ellas son no poder seguir sus estudios, discriminación y demás.

Cuando se habla acerca de las personas homosexuales o comunidad LGBTI+ en general, suelen presentarse discordias en cuanto al tema de sus derechos. El primero de ellos es que cuando una persona LGBTI+ busca hacer valer sus derechos, estos se vulneran debido a estigmas culturales, desinformación, o el peor de todos, el no querer respetarlos, pese a ser Colombia uno de los países en donde los derechos de estas personas están ratificados (RTVE, 2017; citado por Vásquez, J., 2017).

Algunos de los parágrafos que ratifican dichos derechos son los del matrimonio igualitario, la obtención de pensión de pareja del mismo sexo, entre otros. Sin embargo, existen casos en donde es necesario recurrir a derechos de petición para que personas quienes han sentido vulnerados sus derechos, y hacerlos ver como sujetos de leyes. Tal

es el ejemplo de la primera tutela en Colombia con tal fin, la T-594 de 1993, en donde un ciudadano nacido biológicamente varón se siente reconocido e identificado con un nombre femenino, motivo por el cual, y aludiendo a su libre desarrollo de la personalidad, se decide cambiar de Carlos Montaña Díaz por Pamela Montaña Díaz en su registro civil (Mejía, J.; Almanza, M., 2010)

Como el anterior ejemplo permite divisar, la constante lucha que las personas cuya orientación sexual no corresponde a los *hétero*, en donde se creía que hombre con mujer debían ser pareja, representa una odisea para hacer valer sus derechos. Motivo por el cual se propone la presente investigación como un acercamiento de cómo los adultos jóvenes homosexuales pertenecientes a zonas rurales de Colombia crean estrategias por medio de sus habilidades sociales para lidiar con los estigmas que su orientación sexual trae, además de un fuerte temor por su integridad física (Semana Rural., 2018).

Con base a lo anterior, en el sector rural colombiano es aun poca la intervención por parte del estado frente a un tema tan presente en la sociedad como lo es la diversidad sexual. Además de esto, la información que se le ha dado al campo frente a este fenómeno no ha sido ni suficiente ni adecuada; esto se deja en evidencia cuando el director del colectivo *Caribe Afirmativo*, Wilson Castañeda afirma que los procesos de reivindicación y promoción de los derechos de las personas de la comunidad LGBTI+ se centran únicamente en la población urbana (Caribe Afirmativo, 2016), dejando de lado a municipios pequeños y sector rural en cuanto a los contenidos normativos y contextualizados del fenómeno a evaluar.

Ahora bien, otro aspecto a tener en consideración es que, en Colombia, el 28 de junio del 2019 se celebró medio siglo del “Orgullo Gay” que conmemora la lucha por el reconocimiento de la población LGBTI+ como sujetos de derecho en el país (Redacción Nacional y agencias, 2019), y en este año no debía ser la excepción, ya que por medio de marchas pacíficas, los miembros de la comunidad buscan derrocar varias conductas que son cotidianas para este sector. Ejemplo de ello es, el evitar ser discriminados, sufrir acoso constante, pero sobre todo, demostrar que su amor es tan genuino como el que las

personas heterosexuales puede llegar a sentir, dejando de lado el tabú que aún persiste en la cultura colombiana que ha sido divulgado por sectores culturales mayormente conservadores, el cual reza que las Relaciones LGBTI+ son inapropiadas, obscenas y antinaturales (Semana Rural, 2018).

De tal manera, una de las incógnitas que persisten es ¿se relacionan las habilidades sociales de los miembros de la comunidad LGBTI+ con sus estrategias de afrontamiento? Por tal motivo, se pretende con la investigación en cuestión dar un acercamiento contextualizado acerca de la realidad de las personas pertenecientes a la comunidad LGBTI+, y ver de qué manera las habilidades sociales que estos poseen les permiten regular la carga emocional que presentan en su vida diaria.

Con base a lo anterior, surge además, el tema de la equidad, ya que decir que en Colombia los distintos puntos de vista, para este fin la identidad con la orientación sexual, son escuchados y atendidos es, cuando menos, falso (Cotrina, Y., 2017), esto se puede evidenciar en reportes de noticieros acerca de homicidios y desapariciones cuyo componente común es el “pensar diferente” y dichos crímenes se han convertido en parte del día a día de la nación. Ahora bien, si se habla de la población perteneciente a la comunidad LGBTI+, la situación no mejora, puesto que en primer lugar, son poco conocidos los derechos de estas personas y por ende, es más probable de ser vulnerados.

Uno de los factores que se presume, puede vulnerar derechos de otros es la desinformación que se presenta a nivel nacional en cuanto a determinados temas, en este caso la homosexualidad (Mejía y Almanza, 2010), esto se potencia cuando la información muchas veces no es, siquiera, posible de obtener, como es el caso presente en el sector campesino. Por tal motivo, en las zonas rurales y municipios es complicada la situación para personas integrantes de la comunidad homosexual, no solo por la anteriormente mencionada desinformación, sino que, además, los grupos ilegales quienes gobiernan las zonas campesinas se encargan de amenazar a estos individuos (Cubides, J.; Chacón, N.; Garay, C.; Martínez, A.; Montoya, S.; Rodríguez, C.; Barreto, P.; Castro, C.; Castro, J., 2017); aparte a eso, se dificulta LGBTI+ en general en el

campo ya que, a menudo, se pierden redes de apoyo, tanto económicos y sociales, para las personas.

Dichas personas entran en conflicto cuando no saben manejar la ansiedad que puede traer consigo el que terceros se enteren sobre su condición, llevando incluso a desafortunadas consecuencias, como lo fue el suicidio del joven Sergio Urrego, quien no pudo tolerar la oleada de acontecimientos lamentables hacia su persona por parte del mal manejo de la situación del centro educativo al que pertenecía, siendo víctima del bullying, la discriminación, presión social, el desprecio, la negligencia por parte de la institución, etc. (Redacción Vivir, 2014). Por otro lado, el alto índice de violencia presente en contra de las personas homosexuales, como lo muestran los datos presentados por las organizaciones Colombia Diversa, Caribe Afirmativo y la Fundación Santamaría (2015; citado por Caribe Afirmativo, 2016), en donde se evidencia que en el periodo transcurrido entre 2010-2015 hubo 405 asesinatos a personas con orientación sexual e identidad de género diversas, mostrando también la poca tolerancia de la población común; por tal motivo, las habilidades sociales de las personas homosexuales sirven como agentes protectores antes estos eventos desfavorables (Romero, M.; Ruiz, A., 2016).

Formulación Del Problema

¿Cuáles son las habilidades sociales de las que dispone la comunidad estudiantil LGBTI+ de la educación superior en Pamplona para afrontar el estrés?

JUSTIFICACIÓN

La realización de la investigación toma como premisa el conocer las habilidades sociales de las personas homosexuales que cursan estudios de Educación Superior en el municipio de Pamplona, frente a las situaciones que les pueden generar estrés, puesto que la presión que suelen soportar a diario es amplia, aunado a que se han evidenciado casos en los que esta población dentro de las instituciones que brindan este servicio (para el presente proyecto de investigación, la Universidad de Pamplona y el Instituto Superior de Educación Rural – ISER), en donde han sido víctimas de vulneración de derechos o presiones, siendo común el argumento de “¡Pártete marica!”, ante el cual los hostigados han mostrado una clara frustración por la acusación. Siendo lo anterior una posibilidad para conocer con mayor profundidad a la comunidad LGBTI+ o comunidad diversa dentro de los municipios y las estrategias que crean a través de sus habilidades sociales; siendo esto, no solo un punto de referencia para las personas pertenecientes a la comunidad, sino que, además, puede ser un primer aporte para la creación de nuevas habilidades hacia estas personas con base a lo compilado, los cuales son víctimas en muchos niveles, tales como salud, educación, vulneración de derechos, etc. (Aguilera, L., 2016), (Genérela, J.; Pichardo, J., s,f) (Organización Panamericana de Salud, 2017)

Además, los resultados de la presente investigación pueden traer consigo posibilidades para una intervención más eficaz hacia esta población, pretendiendo, por otro lado, dar una perspectiva psicológica más amplia sobre el fenómeno de las habilidades sociales que presenta la población LGBTI+ y cómo estas pueden llegar a fungir como estrategias de afrontamiento frente a situaciones de estrés que viven de manera cotidiana, dando así, una visión más contextualizada sobre su condición actual. El conocer cómo actúa esta población, y también, cómo estos hacen frente a los estigmas, a través de las habilidades sociales, por ser homosexuales, permite dar un margen frente a la condición actual de dicha población, y, presumiblemente, ser un punto de referencia hacia políticas más inclusivas que protejan los intereses de dichas personas. A su vez, será de utilidad para el campo psicológico en la medida de que, los resultados obtenidos serán evidencias sobre la manera en que las personas homosexuales

usan sus habilidades sociales como estrategia de afrontamiento ante los estigmas de su condición que les genere estrés; como también poseer conocimiento acerca de lo que debería hacerse, tomando como referencia las experiencias narradas.

Tanto así que el impacto que puede generar en la comunidad, se estima que puede reflejarse en una mayor consolidación de las organizaciones existentes dentro de cada institución de educación superior referente a la comunidad LGBTI+, incluso, en la mesa técnica presente en el municipio de Pamplona, quien es la entidad encargada de dichos temas en la localidad. Por otro lado, se estima que los resultados obtenidos sirvan como exponente de las situaciones que a menudo, la población LGBTI+ sobrelleva por tener una identidad con la orientación sexual diferente a la heterosexual.

Por otro lado, se espera que los frutos del presente proyecto investigativo permita, tanto al departamento de psicología de la Universidad de Pamplona y a los psicólogos en formación interesados en el tema, tener un margen empírico contextualizado relacionado acerca de las habilidades sociales y la manera en que la población LGBTI+ hace uso de estas. Del mismo modo el aporte de esta investigación busca generar un interés científico que repercuta en la producción de más propuestas encaminadas hacia la población, puesto que dentro del contexto, los aportes empíricos aún son limitados.

Continuando los impactos proyectados sobre la presente investigación, se espera generar reflexión en la comunidad en general, denotando las situaciones negativas en que la comunidad LGBTI+ se ve inmersa; pretendiendo exponer las repercusiones que, en algunos escenarios, pueden llegar a manifestar, debido a que la constante exigencia de sus derechos se puede tornar en algo agotador, repercutiendo esto consecuentemente en su bienestar físico y psicológico.

OBJETIVOS

General

Analizar las habilidades sociales de la comunidad estudiantil LGBTI+ de educación superior perteneciente al sector de Pamplona, desde una perspectiva cualitativa, que permita una comprensión de sus recursos de afrontamiento del estrés.

Específicos

Reconocer los estigmas que pueden sufrir la comunidad LGBTI+ asociados a sus dinámicas comportamentales

Determinar las habilidades sociales presentes en la población con orientación sexual diversa a la hora de hacer frente a situaciones que les generan estrés por su orientación sexual a través de la aplicación de una entrevista Semiestructurada y grupo focal.

Describir los procesos cognitivos y comportamentales presentes durante la aceptación de la orientación sexual, determinando si estos influyen cuando una situación estresante se presenta en los participantes.

Generar estrategias psicopedagógicas que permitan el afrontamiento adaptativo de situaciones interaccionales con alta carga emocional.

ESTADO DEL ARTE

Durante la construcción de este proyecto, se tomarán a variados estudios relacionados al tema de la presente investigación como referencia; dichos estudios serán evaluados en las siguientes dimensiones: estudios internacionales, nacionales y locales o regionales, a través de los cuales se tendrá un margen general acerca del fenómeno que se pretende evaluar, en este caso, las habilidades sociales en población homosexual.

Estudios Internacionales

El primer estudio del cual se tomará como referencia será aquel que tiene por nombre *Homophobic Prejudice in Czech Youth: a Sociodemographic Analysis of Young People's Opinions on Homosexuality*, que fue dirigida por (Pitoňák, M. y Spilková, J., 2016) y aprobada en Diciembre del 2015. Dicha investigación tiene por objetivo proporcionar un impulso a la investigación en el prejuicio homofóbico en la República Checa e identificar los factores que influyen como responsables de actitudes homofóbicas en la juventud checa, explicando el fenómeno del prejuicio homofóbico primeramente en Europa Central, para luego enfatizar en la República Checa de manera específica.

La orientación de la investigación es cuantitativa y la recolección de información fue a través de un instrumento compuesto de un cuestionario digital que previo a ser aplicado, fue validado por expertos de diversas áreas, por mencionar algunas se encuentran psiquiatría infantil, demografía, medicina, geografía humana, entre otras, los resultados de esta investigación arrojó que dos terceras partes de la muestra abordada (66,1%) considera a la homosexualidad algo normal, obteniendo varianzas significativas dependiendo de la zona en la cual fue respondida la encuesta, entre el sector urbano y rural.

En el apartado de conclusiones se encuentra que un determinante a la hora del prejuicio hacia la homosexualidad está en el género biológico de la persona, puesto que es menos perjudicial que una mujer se revele como homosexual en comparación con un

hombre. Del mismo modo, se obtuvo que hay condiciones que permiten vulnerar grupos sexuales minoritarios, teniendo como ejemplo bajo nivel socioeconómico, el entorno, estigmas, acompañados de otros factores; por último, los investigadores instigan la falta de políticas educativas que hablen sobre estos temas, ya que, bajo la teoría de Durkheim, los niños “aprenden” desde chicos la homofobia y en la escuela no replantean estas ideas.

Otra investigación que vale la pena considerar es la de *The nexus of stigma and social policy: implication for pastoral care and psychotherapy with gay, lesbian, bisexual and transgender persons and their families*, que fue dirigida por (Mann, M., 2013) y publicada en Junio de 2012, esta investigación busca, por medio de revisión literaria demostrar la implicancia que han tenido, tanto las políticas sociales como el cuidado pastoral en el origen del estigma que presenta la población LGBTI+ en Houston, Estados Unidos.

Por medio de su investigación, Mann concluye que sí existe relación entre la manera en que los sectores políticos, clínicos y eclesiásticos actúan frente al estigma de la población LGBTI+ y parte de los problemas que dicha comunidad presenta, siendo los más relevantes, los abundantes casos de depresión, índices de suicidio, ansiedad, abusos de sustancia y rasgos de compulsividad. Por otro lado, Mann afirma que los líderes pastorales pueden optar ser neutrales (Davison, 2001; citado por Mann, 2013), sin embargo, proveen estímulos que genera en aquellos quienes sirven efectos nocivos como lo es el estigma.

Tomando en consideración otra investigación, se referencia la realizada por (Cruz, M. y Guibert, Y., 2015) denominada *Actitudes hacia la homosexualidad en el Perú*, dicho trabajo fue publicado en 2015, teniendo por objetivo encontrar evidencia que sugiera si el Perú ha experimentado un cambio cultural del tipo propuesto por el primer enfoque, en específico por la teoría de Ronald Inglehart. Para este fin se realiza una revisión literaria descriptiva, en donde se analizan datos del 1996 y del 2012 para

determinar los cambios presentados en ese lapso de tiempo respecto a la población homosexual.

Con base a este estudio, se obtiene por resultado que, al menos en América Latina, la teoría de Ronald Inglehart, presenta varianzas en algunos aspectos. Uno de ellos es que el crecimiento económico de un sector (en este caso Perú) no corresponde con índices bajos de intolerancia a la homosexualidad; se presenta un caso similar en el entorno religioso, ya que estar en un contexto religioso no es significativo a la hora de establecer prejuicios hacia la población homosexual. Otro aspecto a destacar, es que de acuerdo a los supuestos de Inglehart, se encuentran similitudes en Perú en las variables de nivel educativo, género y grupos de edad, teniendo que a menor nivel educativo, el ser hombre y pertenecer a la adultez media y mayor se relaciona con una probabilidad más grande de generar prejuicios hacia las personas homosexuales.

Otro estudio que destaca es el titulado *Medicalización, erotismo y diversidad sexual: una crítica sexológica al DSM-IV-TR (II parte)*. Hecho por (Useche, B., 2005) el cual busca realizar un análisis bibliográfico acerca de los modelos psicopatológicos relacionados hacia la homosexualidad; haciendo hincapié en los conceptos hechos por el DSM-IV-TR. En este proceso se busca superar los reduccionismos hechos hacia la identidad con la orientación sexual, tratando de retirar la condición de “enfermedad” a la homosexualidad.

A la par que disminuir la homosexualidad como una patología, se busca también retirar los tratamientos farmacológicos para “combatir” la enfermedad. También en este estudio se realiza una crítica al apartado del manual diagnóstico en su apartado de trastornos de la identidad de género a raíz de los múltiples estudios realizados en torno a la evolución de la sexualidad desde una perspectiva que brinda prioridad a la función erótica y placentera sobre la función reproductiva de la sexualidad

Estudios Nacionales

Dentro de los estudios hechos en el contexto colombiano, se parte de una investigación denominada *Niveles de estrés postraumático en víctimas del conflicto armado de la comunidad LGBTI del departamento de Bolívar*, la cual fue hecha por (De la Rosa, C.; González, M. y Jiménez, M., 2015). Este trabajo tiene por objetivo describir los niveles de estrés postraumático en víctimas de conflicto armado de la comunidad LGBTI+ del departamento de Bolívar; para realizar este trabajo se decidió optar por un enfoque cuantitativo de tipo descriptivo y corte transversal.

Para analizar los datos, se recurrió primeramente aplicar la escala de Estrés postraumático de Echeburua, encontrando en la tabulación que se encontraron rasgos de ansiedad, Re experimentación y evitación en la totalidad de población evaluada, según lo muestran los resultados de la escala. Además a ello, se encontró que no existe una correlación entre el género, la orientación sexual y el estrés postraumático, para finalizar, se encontró que no existe un cambio significativo entre los resultados obtenidos en la presente investigación y en investigaciones hechas anteriormente, en las cuales no se toma en consideración la orientación sexual de la muestra evaluada.

Otra investigación de la que se hace referencia, es la de *Factores de riesgo de ideación suicida en una muestra de adolescentes y jóvenes colombianos autoidentificados como homosexuales*, que fue dirigida por (Pineda, C., 2019). La investigación anterior mencionada tiene por objetivo indagar los factores de riesgo de ideación suicida en varones jóvenes residentes en Bogotá (Colombia) que se autodefinen como homosexuales.

Con el objetivo de recabar información, se prefirió usar un enfoque cuantitativo, transversal y de corte correlacional. Se aplicaron 2 escalas para el estudio, siendo la primera la prueba *PANSI* (Escala de Ideación Suicida Positiva y Negativa); y, la segunda fue *HI* (Homofobia Internalizada). Para escoger a los participantes, se recurrió a un

muestreo no probabilístico tipo bola de nieve a 175 varones homosexuales entre los 17 y 27 años.

Dentro de los resultados más destacables de la investigación se encuentran la relación inversa que hay entre edad cronológica e ideación suicida, puesto que a menor edad, mayor ideación se presentaba en la población encuestada, por otro lado, se obtuvo que hay una relación inversa entre la identificación con la orientación sexual y la homofobia internalizada; dicho de otro modo, entre más aceptación hacia la orientación sexual, menos homofobia interna se presenta. En el apartado de conclusiones, se deja ver que los factores relacionados a la ideación suicida de las personas identificadas como homosexuales son, de mayor a menor: abuso sexual, edad cronológica y *HI*, concordando con estudios hechos en Estados Unidos, Canadá Reino Unido, etc.

Ciudadanías y homosexualidades en Colombia. (Aparicio, J., 2009) Con datos de la Segunda Encuesta de la Juventud, se buscó describir la prevalencia de relaciones, enamoramiento e identidad homosexuales, así como crear un índice compuesto con estas tres variables y contrastar diferencias por región geográfica, estado federal y estrato poblacional. En una muestra probabilística de 25 630 hombres y mujeres mexicanos de 12 a 19 años, la prevalencia de enamoramiento homosexual fue de 11.5 por ciento; de relaciones homosexuales, 3.4 por ciento, y de identidad no heterosexual, 1.7 por ciento. Las tres variables definieron un factor con consistencia interna adecuada ($KR-20 = 0.61$), base del índice compuesto, cuya distribución fue marcadamente asimétrica. Los rasgos de homosexualidad fueron más frecuentes en los estados de Durango, Chihuahua y Tamaulipas. Estos datos muestran una realidad que está presente para ser respetada

Estudios Locales

Conducta sexual de estudiantes universitarios de la ciudad de Cúcuta, (Quiceno, M.; Mendoza, B.; Triana, R. y Useche, B., 2014) publicada en Cúcuta busca caracterizar el comportamiento sexual de los adolescentes y adultos jóvenes universitarios de la ciudad de Cúcuta. Método: se realizó una investigación descriptiva de corte transversal. Se incluyeron en la muestra 603 estudiantes de universidades ubicadas en la ciudad de Cúcuta y su área metropolitana de edad promedio igual a $18.9 \pm 2,1$ años. La muestra estuvo representada en un 58.4% por mujeres y el 41.6% por hombres, el 89.2% son personas solteras. Resultados: La edad mediana de la torarquía fue de 13 años y la edad mediana de la menarquia fue de 12 años. En la conducta sexual se encontró una alta prevalencia de coito vaginal (97%). Las medianas de la edad de inicio en experimentar deseos sexuales, alcanzar el primer orgasmo, inicio de la masturbación, inicio de sueños eróticos, primer orgasmo durante el sueño, primer coito vaginal, y primera actividad bucogenital fueron significativamente menores y presentaron una prevalencia más alta en los hombres con respecto a las mujeres, coincidiendo con estudios anteriores; el orgasmo como respuesta sexual de la masturbación fue del 49% (n=206) en hombres y del 44% (n=95) de mujeres, disminuyendo significativamente la prevalencia con lo encontrado en estudios anteriores. Conclusiones: La frecuencia y la diversidad de la conducta sexual que encontrada en este estudio ponen de manifiesto la necesidad de implementar programas integrales de educación para la salud sexual, programar cursos regulares de sexualidad humana a nivel universitario y de promover entre los estudiantes universitarios un código de ética basado en el ejercicio consciente y responsable de la función placentera de la sexualidad.

Un último estudio a considerar es el realizado por (Daza, J. y Meneses, C., 2019) que tiene por nombre el de *Actitudes sobre los conflictos individuales y la discriminación en la población LGBTI*, quienes, desde una perspectiva cualitativa descriptiva tienen el objetivo de explorar la percepción acerca de conductas discriminatorias hacia la población LGBTI en la ciudad de Pamplona, conociendo los factores psicosociales y ambientales del proceso. Para esta investigación se contó con el

apoyo de adultos jóvenes de 18 a 35 años de edad pertenecientes a la comunidad LGBTI residentes en la ciudad.

Los resultados arrojan que uno de los principales factores asociados a la discriminación de la comunidad LGBTI recae sobre el carácter religioso que se encuentra en la ciudad; iniciando desde el concepto de matrimonio tradicional, en donde solo se ve viable la unión de miembros del sexo opuesto. Otros factores a destacar son el consumo de bebidas embriagantes, el acoso callejero, uso indebido de redes sociales y, por último, se menciona que el principal factor asociado a la discriminación hacia la comunidad recae en la familia, especialmente cuando se revela la propia orientación sexual.

MARCO TEÓRICO

A continuación, encontrará toda la teoría relacionada con los temas referentes a la investigación como lo son: psicología social, comunidad diversa, estrés y afrontamiento al estrés, por último, habilidades sociales como estrategias de afrontamiento. En la primera se realizará un acercamiento a la rama de psicología social la cual pertenece a la ciencia de la psicología, según la Universidad a Distancia de Madrid, tiene como objeto de estudio analizar cómo las relaciones con otras personas influyen en la cognición, en el comportamiento y cómo es cada individuo en una sociedad. Un autor clásico de esta disciplina, Henri Tajfel, señala que la psicología social también debe incluir, entre sus preocupaciones teóricas un interés directo y continuo, por las relaciones entre el funcionamiento psicológico humano y los procesos y, acontecimientos sociales que moldean este funcionamiento y son moldeados por él. (UDIMA, 2018).

Capítulo I. Psicología Social

Este capítulo hace un acercamiento a la definición de psicología social según diferentes autores, para empezar, antes de definir psicología social es necesario definir que es la ciencia de la psicología. La Universidad de Madrid, citada por (Laura Anton, 2017) aporta que la Psicología es la ciencia que estudia el comportamiento y los procesos mentales. Trata de describir y explicar todos los aspectos del pensamiento, de los sentimientos, de las percepciones y de las acciones humanas. Por ser una ciencia, la Psicología se basa en el método científico para encontrar respuestas. Etimológicamente, proviene del griego psique: alma y logos: tratado, ciencia. Literalmente significaría ciencia del alma; sin embargo, contemporáneamente se le conceptualiza a la Psicología como una parte de la Salud, de las Ciencias Humanas o Sociales que estudia: El comportamiento individual o colectivo del hombre en interacción con su ambiente. Los procesos mentales de los individuos. Los procesos de comunicación desde lo individual a lo micro social. La psicología es el estudio científico del comportamiento y la

experiencia de como los seres humanos se sienten, expresan, piensan, aprenden, y conocen para adaptarse al medio que les rodea.

La Asociación Americana de Psicología dice que su vez, dicha ciencia administra e interpreta diversas pruebas y evaluaciones que pueden contribuir al diagnóstico de un trastorno, u ofrecer más detalles acerca de la forma en que una persona piensa, siente y se comporta. Estas pruebas pueden evaluar destrezas intelectuales, puntos fuertes y debilidades cognitivas, aptitud y preferencia vocacional, características de la personalidad, y funcionamiento neuropsicológico, entre otras. (APA, s.f.) Según la revista internacional de Psicología y Educación de la Universidad Internacional de México (R. Psicología y Educación., 2017) “La psicología está dividida en múltiples áreas, enfoques, escuelas, métodos, etc., que hace que sus seguidores estudien cosas diversas, con métodos variados y desde aproximaciones o enfoques diferentes, cuando no contrapuestos” (p.137). Dentro de las distintas áreas de la psicología se encuentra la psicología social y comunitaria, por ejemplo: (Raven & Rubin, 1983) citados por la Universidad de Concepción, (UDEEC, 2016) dicen que “La psicología social es una disciplina en la cual las personas intentan comprender, explicar y predecir cómo los pensamientos, sentimientos y acciones de los individuos son influenciados por los pensamientos, sentimientos y acciones percibidos, imaginados o implícitos, de otros individuos" (p.1).

Además, la Universidad de Pamplona (UNIPAMPLONA, 2014) publicó en su artículo de proyecto educativo del programa de psicología (PEP) que el psicólogo social adquiere habilidades y técnicas para analizar e investigar los principales procesos y problemas relacionados con las interacciones sociales de los individuos y sus respectivos roles en los grupos, las organizaciones y otros sistemas sociales en diferentes contextos culturales. (p.25). De estos conceptos se puede deducir que el psicólogo social actúa en pro del bienestar personal y de la comunidad en general, disminuyendo problemáticas actuales y posteriores según el contexto y la realidad de la sociedad. Del mismo modo tiene la capacidad de estudiar las relaciones sociales y predecir acontecimientos en las personas.

Para Robertazzi en un entorno social, complejo, determinado por valores, relaciones de producción y relaciones de poder; el enfoque permite la comprensión de la naturaleza social del hombre y de la dinámica de las sociedades que éste crea. (ROBERTAZZI, 2011). Se puede deducir que esta disciplina permite el estudio y análisis de conductas según las distintas dinámicas del entorno, basados en valores y las distintas relaciones presentadas con la finalidad de comprender y en algunos casos modificar. Así como lo afirma la Universidad Escuela de Administración, Finanzas e Instituto Tecnológico (EAFIT). La cual, hace referencia al campo de la psicología como la encargada de trabajar con comunidades, mediante el análisis de factores sociales e individuales que permitan el diagnóstico, comprensión e intervención de fenómenos, en pro de mejorar dinámicas de relacionamiento entre los integrantes de una determinada comunidad y de favorecer el bienestar y el mejoramiento de la calidad de vida tanto a nivel individual como colectivo, mediante dispositivos basados en la escucha y el diálogo, como talleres, capacitaciones, procesos de mediación, entre otros. (EAFIT, 2017). De modo que dentro del ejercicio del psicólogo social, se encuentra también, la determinación y prescripción de los vínculos y evaluación o mejoramiento de la condición afectiva de uno o más individuos. Esto lo explica de mejor manera, (Susana Seidmann, s.f.) Quien publicó que:

Lo que caracteriza a la Psicología Social es el concepto de -relación, interdependencia, interacción, influencia- lo que causa una modificación de la conducta y las creencias de una persona debido a la presencia de otros. La Psicología Social enlaza la conducta a fenómenos micro y macro sociales. La Psicología Social implica una perspectiva - no individual – para enfrentar la problemática humana. La psicología social aborda la experiencia subjetiva de las personas, tal como se construye en la interacción social (p.5).

Se puede señalar a Tarde y Floyd Allport citados por (Darío, 2014) quienes postulan que “Tanto la unidad de análisis (lo que se estudia) como la unidad explicativa (cómo se explica lo que se estudia) es el individuo” El objeto de estudio es, por tanto, la

influencia de la presencia real o imaginada del otro en la conducta, pensamiento y sentimiento del sujeto. A partir de aquí, las aproximaciones más individualistas sostendrán que lo social se reduce a la presencia del otro mientras que, las aproximaciones más holísticas sostendrán que lo que influencia a los procesos de pensamiento es la estructura social e ideologías como las relaciones entre los grupos tanto internamente como externamente.

Según esto, se puede entender que los individuos adoptan ciertas conductas y dogmas para obtener una identidad, convivencia y relación cultural, permitiendo aceptación y manejo de las distintas conductas, lo que causa la existencia la influencia de un sujeto sobre otro, es por esto que la psicología social hace un estudio subjetivo y en conjunto. Así como lo dice (UDEEC, 2016) dentro de los roles del psicólogo social en este caso se encuentra realizar proposiciones, explicaciones y conceptos acerca de los fenómenos de influencia. Las teorías consistirán en algunos conceptos y proposiciones acerca de la relación entre ciertos eventos, con el objetivo de explicar y predecir un fenómeno de interés. Es así como cabe hablar de fenómenos o también factores sociales como lo menciona un autor más adelante. Para ilustrar los aspectos mencionados se presentará un ejemplo demostrado por Barón y Byrne (1994) citados por (UDEEC, 2016)

Imaginen que un psicólogo social está interesado en el siguiente problema: cuando las personas están de buen ánimo, ¿están más dispuestas o menos dispuestas a tomar riesgos? El sentido común podría sugerir que la primera alternativa es más probable. Sin embargo, al examinar la evidencia disponible el investigador encuentra un patrón mixto de resultados, en el cual algunos estudios apoyan esa alternativa, mientras que otros estudios muestran lo contrario. ¿Qué hacer al respecto? ¿Cómo puede ser que un ánimo positivo tanto aumente como reduzca la toma de riesgos? Sobre la base del conocimiento actual acerca de los efectos del ánimo sobre la conducta y la cognición, el investigador comienza a formular una teoría preliminar. Tal vez las personas que están de buen ánimo buscan mantener este estado placentero. Así, si el tomar riesgos las ayuda a alcanzar esa meta, ellas estarán más dispuestas a tomar riesgos que las personas con un ánimo neutro. Si, en contraste, el tomar riesgos amenaza la persistencia

de sus sentimientos positivos, lo opuesto puede ser verdad: las personas de buen ánimo tomarán menos riesgos que aquellos en un estado más neutro. El investigador ahora predice (sobre la base de la evidencia previa y las teorías existentes) que el factor clave puede ser el potencial de pérdidas. Si las personas de buen ánimo creen que tomar riesgos puede llevar a pérdidas substanciales, ellas se abstendrán de tal conducta. Si, en cambio, ellas ven el potencial de pérdidas como mínimo o inexistente, entonces estar de buen ánimo puede hacerlas sentir expansivas y aumentar así sus tendencias al riesgo (p.18).

En este ejemplo, el factor social sería el estado de ánimo y el fenómeno el efecto del estado del ánimo sobre la toma de riesgos, entonces el psicólogo social infiere posibles afirmaciones concernientes a las relaciones entre estos conceptos; Estar de buen ánimo aumentará la toma de riesgos cuando las 18 pérdidas potenciales de tales riesgos sean pequeñas, pero reducirá la toma de riesgos cuando las pérdidas potenciales sean grandes. Estas afirmaciones deben ser comprobadas, verificadas y deben permitir predecir la acción de un individuo o resultado de un evento, como se dijo anteriormente en el texto.

Como ya se ha afirmado, una de las funciones básicas de la psicología social y comunitaria es explicar los hallazgos obtenidos y predecir nuevos hallazgos. La teoría hace esto mediante la especificación de las relaciones funcionales entre un determinado fenómeno y las condiciones o factores de las cuales es función. Al especificar estas relaciones, no sólo está explicando por qué se produjo el fenómeno, sino que está prediciendo que, dadas ciertas condiciones específicas en el futuro, el fenómeno se producirá de cierta manera. Es así como en las diferentes ciencias la explicación implica la predicción, o como afirma Kerlinger (1988) citado por (UDEDEC, 2016) "la predicción es considerada como un aspecto de la teoría. Una teoría predice, por su misma naturaleza" por tanto el psicólogo social ejecuta nueva teoría. Continuando con el autor, "Las teorías constituyen las herramientas intelectuales que permiten organizar los datos de modo tal que puedan hacerse inferencias o transiciones ordenadas de un conjunto de

datos a otro; éstas dan la explicación, organización y transcripción de los hechos observables” (p.20)

Todo esto quiere decir que el estudio de los factores es tan importante como el estudio de los fenómenos sociales, ya que de hecho, los sistemas psicológicos o sociales pueden permanecer equilibrándose tranquilamente al borde del cambio. “Una cultura, dice Lewin, no es tanto un hecho estático como un proceso que evoluciona pero que tiene una estructura reconocible, es decir, un proceso cuasi-estacionario” Páez (1995) citado por (Darío, 2014). Este equilibrio cuasi-estacionario se asocia al hecho que a veces un pequeño factor social puede producir un fenómeno arraigado a cambios fundamentales o al contrario, que formidables presiones no llegan a producir cambio alguno.

En otro sentido, Serge Moscovici (1999) citado por (Perez, 2102) plantea que “la psicología social es la ciencia del conflicto entre el individuo y la sociedad” por tanto lo que busca es describir los factores presentes en el entorno social que influyen directa o indirectamente en la conducta y comportamiento de los individuos generando por ejemplo situaciones de estrés. Cabe destacar que este autor propone la relación entre el sujeto y la sociedad como un conflicto.

Por el contrario, hay quienes proponen esta relación como natural; Aristóteles y Tomás de Aquino, citados por el Ministerio De Educación, Política Social y Deporte del Gobierno de España (MinEducación., 2013), sostienen que “el hombre es social por naturaleza; es decir, que el origen, causa eficiente o fundamento que la sociedad radica en la propia naturaleza humana que tiene en la sociabilidad una de sus características esenciales. Existe, pues, una inclinación natural del hombre a vivir en sociedad” (p.1). Prorrogando al autor se encontró también que, Tomás de Aquino apunta tres razones por las cuales se constata que la relación entre el hombre y la sociedad es natural: el hombre no se basta a sí mismo para atender a las necesidades de la vida; precisa de la ayuda de los otros para conocer lo que necesita para su subsistencia y reproducción; es

esencialmente comunicativo, como lo demuestra el hecho del lenguaje incluso no verbal.

Así mismo, (MinEducación., 2013) publicó: La sociedad humana en general es un establecimiento natural, fundamentado en la naturaleza del hombre. La naturaleza explica la sociabilidad, es decir, la exigencia necesaria de la sociedad por parte del hombre. Pero, libremente y por mutuo acuerdo o convención, los hombres establecen y permanecen continuamente en sociedades concretas y particulares que tienen elementos esenciales, geográficos, culturales o históricos específicos. Por consiguiente, el fundamento natural de la sociedad humana permite comprender lo que la sociedad tiene de libre y de necesario, es decir, aquellos elementos que dependen de la autonomía humana y los que se fundamentan en la propia naturaleza del hombre.

Evidentemente la sociedad no es simplemente una suma de integrantes, si no que va más allá; se trata de los agrupamientos con determinadas normas de conductas, estas normas nacen según la necesidad por esto son específicas para determinadas situaciones. Universidad Autónoma de Nuevo León de México, (UANL, 2011). Como la sociedad es tan compleja se requiere de una rama de estudio que se encargue de su comprensión, es así como la psicología social, estudia el comportamiento de un sujeto o varios colectivamente.

Como se demostró según los autores, la psicología es la ciencia que estudia el comportamiento, la manera de pensar, de expresarse y sentir del ser humano, así mismo, la rama de la psicología social comprende ampliamente el pensamiento de sentido común de grupos sociales en torno a objetos socialmente relevantes. (Serge Moscovici) por tanto esta nos ayuda a la comprensión de cómo los actores conocen, interpretan, producen sentido sobre sí mismos, sus vivencias y sus entornos en la vida diaria (SALAZAR, 2013) teniendo en cuenta todo lo anteriormente descrito, se puede decir que la psicología social comprende y describe los comportamientos y conductas de un sujeto en cualquier ámbito social dando una visión amplia de todas las interacciones de una persona, en este caso la comunidad homosexual de Educación Superior en

Pamplona y su forma de actuar según habilidades para el manejo y factores de afrontamiento del estrés.

Estigmas.

De acuerdo a lo anterior, se divide uno de los subtemas centrales de la investigación, el cual son los estigmas, los cuales se definen como la desvalorización o desacreditación de las personas de ciertos grupos de población, atendiendo a un atributo, cualidad o identidad de las mismas, que se considera inferior, anormal o diferente, en un determinado contexto social y cultural, toda vez que no se ajusta a lo socialmente establecido (SEGOB, 2016). El estigma de género se trata como un estresor a partir de cómo afecta el diario vivir del sujeto estigmatizado. La literatura sociológica y psicológica sobre el estigma de Corrijan (2011) citado por (Baron, Cascone & Martinez., 2011) se ha centrado en identificar su impacto, mostrando que los individuos estigmatizados son menospreciados y denigrados por la sociedad y tienen que enfrentarse a numerosas dificultades “adicionales” en su vida diaria: se encuentran más a menudo en interacciones sociales incómodas y equívocas, reciben menos ayuda del entorno social e incluso familiar, pueden tener más dificultades para acceder a un hogar o encontrar un trabajo y, en éste, enfrentan diversos aspectos. (p.848).

Kertzner et al. (2009) citado por (Baron, Cascone & Martinez., 2011) ha mostrado que la población LGTB+ presenta un nivel de morbilidad psiquiátrica más elevado que la población heterosexual. Las vivencias de discriminación de dichos sujetos acaban causando estrés, locus de control externo, baja autoestima e incremento del malestar emocional y el sentimiento de aislamiento social, haciéndolas más vulnerables a problemas de salud, sobre todo, a enfermedades cardiovasculares, depresión, ansiedad, uso de sustancias, conductas sexuales de riesgo, entre otras. Además, (Meyer, 2003) citada por (Baron, Cascone & Martinez., 2011) postula que la razón es que el estigma va asociado o se manifiesta como un complejo de estresores, como el prejuicio, la discriminación y la violencia, que constituyen un estrés mínimo al que están sometidos los miembros de los colectivos LGTB+ puesto que se encontró que el estrés enfrentado fue máximo (p.849). Según estos estudios encontrados la

consideración del estigma como estresor es clara en el estudio de los efectos del estigma no visible. En particular, la estigmatización de gay, lesbianas, bisexuales y transexuales es un fenómeno cultural omnipresente que va desde las formas institucionalizadas de exclusión de derechos -negación del matrimonio o reconocimiento de unión civil, adopción o tributación conjunta en la mayoría de los estados del mundo, hasta formas manifiestas de violencia. Todo ello refuerza la creencia de que las minorías sexuales son menos dignas de derechos y protección que los heterosexuales y crean un entorno hostil para las minorías sexuales.

Capítulo II. Comunidad Diversa.

Para empezar, se expondrá la definición de identidad de género, para así lograr entender la definición de homosexualidad y se hará un acercamiento breve en lo que respecta al tema como las causas; aprendizaje y factores genéticos en la infancia, adolescencia y adultez. Seguidamente se describirán las etapas de desarrollo de la homosexualidad y se harán acercamiento a la definición psicopatológica de la intolerancia o inaceptación hacia el sujeto homosexual.

Identidad de género.

Las personas emplean una amplia variedad de palabras para describirse y para describir sus identidades, y es importante respetar los términos, nombres y pronombres que utilizan para referirse a sí mismas. Las Naciones Unidas de los Derechos Humanos

(ONU, 2017) Publicó que LGBT es la sigla que representa a las personas “lesbianas, gays, bisexuales, transgénero e intersex”. Si bien esos términos tienen una resonancia mundial cada vez mayor, en diferentes culturas pueden utilizarse otros términos para describir a las personas del mismo sexo que tienen relaciones sexuales y a las que exhiben identidades de género no binarias.

Marta Lamas afirma que el sexo biológico no es lo que determina la identidad y el comportamiento de género, sino el hecho de haber vivido desde el nacimiento las experiencias, ritos y costumbres atribuidas a cierto género. El género al que se pertenece es evidenciado en todas las manifestaciones, sentimientos, actitudes, juegos, comportamientos, entre otras. Una vez que la identidad de género es reconocida, aceptada y asumida, ésta filtra todas las experiencias personales. Refiere también, que las distinciones socialmente aceptadas entre hombres y mujeres es justamente lo que da fuerza y coherencia a la identidad de género. (Fernández, García & Herrero., 2012).

Se puede señalar que, (GOBIERNO DE MÉXICO, 2016) Describe la identidad de género como el concepto que tiene cada sujeto de sí mismo como ser sexual y de los sentimientos que esto conlleva; se relaciona con la manera de vivir y de sentir el cuerpo desde la experiencia personal y cómo es llevado al ámbito público, es decir, con el resto de las personas con las que convive. Se trata de la forma individual e interna de vivir el género, la cual podría o no corresponder con el sexo con el que se nace. Si bien existe una diversidad de identidades de género, habitualmente se considera un espectro con dos extremos: la identidad atribuida a las mujeres y la relacionada con los hombres. Sin embargo, debemos recordar que la identidad de género: Es independiente de la orientación sexual e incluye las formas en las que una persona se autodenomina y presenta frente a las demás. Incluye la libertad de modificar la apariencia o la función corporal a través de roles sociales de género, técnicas médicas, quirúrgicas o de otra índole. En otras palabras se puede decir que la identidad de género es la percepción que tiene cada individuo según su sentir fisiológico y cognitivo, permitiéndose adquirir una identidad propia ante la sociedad, la cual puede ser construida mediante distintos procedimientos de transformación.

Si la identidad de género de una persona se corresponde con su sexo biológico, es decir una mujer que se identifica con el género femenino o un varón con el género masculino, se dice que esa persona es cisgénero o cisgénica. Este es el caso de un bebé que nació varón, durante su infancia se identificó como nene y toda su vida se sintió hombre. Pero si la identidad de género de una persona no se corresponde con su sexo biológico se dice que ellas son personas transgénero, transgénicas o simplemente, trans. Además de las mencionadas, existen otras clasificaciones o formas de nombrar a las personas trans, pero generalmente se considera que estas tres incluyen a las demás. (MINSALUD, 2016). Estas características serán explicadas más adelante con mayor detalle.

Expresión de género.

La expresión de género puede ser masculina, femenina, andrógina o cualquier combinación de las tres. Es la manera en que cada sujeto manifiesta su género a través de la apariencia y comportamiento. Para algunos individuos, su expresión de género se ajusta a las ideas que la sociedad considera apropiadas para su género, mientras que para otras no. Las personas cuya expresión de género no se ajusta a las normas y expectativas sociales, como los hombres que son percibidos como “afeminados” o las mujeres consideradas “masculinas”, suelen ser objeto de duros castigos como acosos y agresiones físicas, sexuales o psicológicas. La expresión de género de una persona no siempre está vinculada con su sexo biológico, su identidad de género o su orientación sexual (ONU, 2017).

De manera idéntica la secretaría distrital de gobierno de Bogotá D.C. publicó que expresión de género “es la forma como una persona expresa y da a conocer su género a través del vestuario, comportamientos sociales, intereses y afinidades. Esto lo define la sociedad desde lo masculino, femenino o andrógino. En el marco del enfoque diferencial de género, se debe tener en cuenta lo siguiente: 1. Criterios de vulnerabilidad acentuada 2. Presunción de Riego Extraordinario de Género 3. Garantizar Integralidad. (ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C., 2015). Cabe agregar que para el consejo

nacional para prevenir la discriminación la secretaría de gobernación de Ciudad de México (SEGOB, 2016) la expresión de género “Es la manifestación del género del individuo. Puede incluir la forma de hablar, actuar, modo de vestir, comportamiento personal e interacción social, modificaciones corporales, entre otros aspectos. Constituye las expresiones del género que vive cada persona, ya sea impuesto, aceptado o asumido” Según lo referido por los autores se puede deducir que, la expresión de género es una decisión personal de cada sujeto, sin embargo, interfieren las reglas del medio en el que la persona se desenvuelve, como la familia, amigos o el contexto, puesto que los seres humanos se encuentran inmersos en un núcleo familiar o social, y que se deben tener en cuenta parámetros importantes como la integridad del sujeto.

Diferencia entre identidad de género y expresión de género.

La expresión de género es la manifestación externa de los rasgos culturales que permiten identificar a una persona como masculina o femenina conforme a los patrones considerados propios de cada género por una determinada sociedad en un momento histórico determinado (GOBIERNO DE MÉXICO, 2016). Por un lado, la expresión de género se refiere a la forma en la que las personas interpretan el género de una persona en particular, sin importar como ella misma se identifique. Por otro lado, la identidad de género alude a la manera en que una persona se asume a sí misma, independientemente de cómo la perciben los demás. Es necesario recalcar que la expresión de género es independiente del sexo biológico, la identidad de género y la orientación sexual.

La identidad de género no siempre es expresada o exteriorizada. Por eso es importante tener en cuenta que la identidad de género no es lo mismo que la expresión de género. Muchas personas trans, por diferentes razones, mantienen su expresión de género en concordancia con su sexo biológico y aun así se consideran como personas trans, ya que sienten que su identidad de género no se corresponde con su sexo biológico. Hay mujeres trans que nacieron varones y siempre se identificaron con el género femenino pero vivieron la mayor parte de su adultez como hombres, y recién comenzaron a expresarse en el género femenino, cambiando su nombre y su apariencia, siendo ya mayores. Pero también, en el sentido opuesto, la expresión de género no

siempre determina la identidad de género de las personas, ya que hay personas que en algunas circunstancias se expresan en un género diferente a su sexo biológico, sin ser personas trans. Este es el caso por ejemplo de los transformistas, cuya identidad de género sí se corresponde con su sexo biológico, o sea que son cisgénero, pero sin embargo con fines artísticos lucen una apariencia identificada con el género femenino, e incluso algunas no son reconocidas cuando se presentan con su apariencia masculina. Ministerio de salud, presidencia de la nación, argentina. (MINSALUD, 2016)

Orientación sexual.

Otro aspecto muy importante de la sexualidad de las personas es la orientación sexual. Ésta se refiere específicamente a la atracción sexual, erótica, emocional o amorosa que sienten las personas hacia otras tomando como referencia su género o también su identidad de género. (MINSALUD, 2016). De manera similar el Congreso Nacional de Chile postula que es “La capacidad de cada persona de sentir una profunda atracción emocional, afectiva y sexual por personas de un género diferente al suyo, o de su mismo género, o de más de un género, así como a la capacidad mantener relaciones íntimas y sexuales con estas personas” (C.N.C, 2017). En la definición de la orientación sexual hay dos aspectos importantes: que la orientación sexual de una persona no debe confundirse con su identidad de género ya que, como se expuso, son cosas totalmente diferentes y, por otra parte, que el objeto de atracción esté dado en términos de género y no de sexo biológico.

De manera semejante (ONU, 2017) describe la orientación sexual como la atracción física, romántica o emocional de una persona por otras personas. Todo el mundo tiene una orientación sexual, que es integral a la identidad de la persona. Los hombres gay y las mujeres lesbianas se sienten atraídos hacia personas de su mismo sexo. Las personas heterosexuales se sienten atraídas hacia personas de un sexo distinto del suyo. Las personas bisexuales (a veces simplemente “bi”) se sienten atraídas hacia personas del mismo sexo o de un sexo distinto. La orientación sexual no guarda relación con la identidad de género o las características sexuales. Se puede decir que la orientación sexual de las personas no se relaciona con los comportamientos o conductas

sexuales ya que estos conceptos hacen referencia a elecciones conscientes de las personas; sin embargo, no hay evidencia de que las personas gay, lesbianas, bisexuales y heterosexuales elijan su orientación sexual.

Causas de la orientación sexual.

Tratando de dar explicación, los sexólogos han utilizado varias teorías, en su mayoría psicológicas, para ofrecer una visión menos prejuiciosa del fenómeno. Unas de las teorías más aceptadas han sido: *la teoría psicoanalítica* en donde se mantiene que la estructura de la familia es la que permite el desarrollo de la homosexualidad, siendo un ambiente en donde el padre es pasivo, severo e indiferente; mientras que la madre es competitiva, seductora y/o posesiva. Otro referente que se ha tomado en consideración es *la teoría del aprendizaje*, en donde se argumenta que el menor aprende a ser homosexual debido al refuerzo, o gratificación que le ofrece realizar esta conducta; este aprendizaje suele darse durante la adolescencia por medio de una persona que introduce al individuo a dichas prácticas (masturbación recíproca, sexo oral, etc.) ya que, rara vez se presenta este fenómeno en la madurez. El último ejemplo teórico que se toma en cuenta según (Ardila, R., 2008), es la base genética de la homosexualidad, según la cual se afirma que si un miembro de la pareja es homosexual, la posibilidad de heredar esta condición es de un 50% para gemelos monocigóticos, igual para dicigóticos y hermanos, pero en una menor medida.

Para respaldar lo citado anteriormente, existe también evidencia neuroanatomía bastante reveladora, puesto que se ha encontrado que el núcleo supraquiasmico es más grande y alargado en población homosexual, al igual que las comisuras anteriores de los lóbulos temporales. Aun no hay un determinante contundente sobre la orientación sexual, pero se especula que la persona es consciente de su atracción por personas del mismo sexo desde antes de la adolescencia y mucho antes del inicio de la actividad sexual. Con base a lo anterior se puede creer que la orientación sexual es constante en el tiempo, sin embargo hay excepciones que son divisadas en la llamada homosexualidad circunstancial que se da después de haber tenido una experiencia con otra persona;

algunos de los ejemplos en donde está más presente el fenómeno es en las cárceles, el ejército, seminarios religiosos, etc. (Ardila, R., 2008).

Tomando lo anterior como referencia, y realizando memoria contextual del fenómeno, es posible pensar en la posibilidad de que existen múltiples clases de homosexual (incluyendo claro, mujeres también), estando aquellos que se ocultan tras una vida en pareja con una persona heterosexual, hay quienes ocultan sus sentimientos o, en términos coloquiales, no han *salido del closet*; aquellos quienes reconocen sus sentimientos pero aún no los aceptan, y, por último, aquellos quienes aceptan sus sentimientos y llevan vidas psicológicamente sanas con su orientación sexual (Ardila, R., 2008).

Infancia.

Sin dejar de considerar los factores genéticos y de maduración del individuo, se tiene que el aprendizaje es otro de los grandes componentes del desarrollo humano. Este componente se evidencia en cuanto a la adquisición de valores y comportamientos se refiere; que, por lo general, viene del entorno del individuo, de sus mayores, de sus padres, de compañeros, etc. En el caso de los menores homosexuales, se afirma que adquieren una sensación de “sentirse diferentes”, ya que no suelen identificarse con nadie de su grupo, dicha sensación anteriormente nombrada lleva a los menores a autoaislarse, manifestando estos mismos haber experimentado sentimientos de soledad posteriormente (Ardila, R., 2008).

Con base al punto anterior de que no tenían roles con los cuales ajustarse, hizo que los menores desarrollasen maneras recursivas de dar solución a los problemas cotidianos. Es de allí que muchas personas homosexuales llegan a ser tan creativos a la hora de hallar solución a situaciones complejas, tanto así, que se ha demostrado que muchos artistas, científicos, músicos, escritores, han sido homosexuales (Ardila, R., 2008).

Adolescencia.

Durante esta etapa, las dificultades que presenta una persona heterosexual se presentan también en personas homosexuales, pero con diferencia de los primeros, se

suma la crisis de la orientación sexual, ya que, suelen presentarse las primeras manifestaciones de una conducta abiertamente gay y, si no se presenta una conducta sexual, existe al menos la fantasía sexual. En este punto del ciclo vital, la persona recurre mucho a la masturbación, y en la mayoría de los casos, cuando la práctica termina, a menudo es recordada con vergüenza ya que estas, suelen tener las fantasías anterior mencionadas y, al ser vista la homosexualidad como un pecado bajo el contexto altamente católico en Colombia, los sentimientos y emociones se presentan con mayor intensidad, puesto que por un lado, la práctica de masturbación es reprochable por una gran número de familias, y por el otro, las fantasías homosexuales son castradas por el regimiento católico del contexto (Ardila, R., 2008).

Adulthood.

En este periodo, el individuo puede asumir una de las siguientes dos opciones: iniciar carrera universitaria, o iniciar su vida laboral, esta decisión esta mediada por factores tales como nivel socioeconómico de la persona y su familia, expectativas familiares, preferencias personales, etc. En cual la persona siente mayor libertad teniendo control sobre su tiempo y dinero, al igual que siente que su voz es tomada en cuenta; esta autonomía le conduce a la posibilidad de aceptar su condición, incluyendo a veces, una identidad gay; por el contrario, las personas que tienen niveles de autoaceptación e identidad bajos, optan por encajar en los moldes sociales, haciendo que ellos adquieran una vida fuera de su orientación, incluso casarse y tener hijos siendo esto contrario a sus gustos (Ardila, R., 2008).

Hecha la anterior acotación, es necesario hablar que la mayoría de adultos homosexuales (dos terceras partes) no buscan casarse, además los encuentros sexuales son esporádicos ya que no pretenden hacer publica sus relaciones a tal punto que, llevan una vida doble que se relaciona con angustias y dificultades. Estas personas pretenden ser heterosexuales, argumentando que aún no se casan o tienen pareja con frases como “aun no encuentro a la mujer ideal”, “el matrimonio es una institución fracasada” o “no estoy bien económicamente para hacerme cargo de un hogar” (Ardila, R., 2008).

Ahora bien, la otra cara de la moneda está en las personas que han realizado su aceptación como persona homosexual y con ello en mente crean su propia vida, realizando el proceso de *salir del closet* ante personas de su círculo social y viviendo a gusto con ello. Está demostrado que las parejas homosexuales son tan sanas psicológicamente como lo puede llegar a ser una pareja heterosexual, estas también pueden ser aceptadas, ser bienvenidas e incluso pueden hacer crecer a los miembros a su alrededor que, no necesariamente, son otras personas homosexuales (Ardila, R., 2008).

Homosexualidad.

Se estima que el 4% de la población masculina es enteramente homosexual, mientras que en el caso femenino es del 2,5%; existen estudios en donde se varía el porcentaje de dichos datos, encontrando variaciones del 4% al 17%. Una posible explicación ante la variabilidad de los números radica en que la revelación es, en mayor medida, a causa del autoinforme, además de que la orientación sexual es dinámica, mas no estática (Ardila, R., 2008). Un ejemplo contextual refiere que, en la costa atlántica, las personas informan un menor porcentaje de homosexualidad pese a que la conducta abierta sea mayor en comparación al resto de lugares del país, y concluyen que tener relaciones con personas del mismo sexo no los convierte en homosexuales.

Etapas del desarrollo de la homosexualidad.

Durante el proceso de descubrimiento en las personas homosexuales, surgen una serie de estadios o etapas que permiten explicar, de manera empírica los procesos que se dan durante el descubrimiento y aceptación de la orientación. Como un primer momento se encuentra la *etapa de surgimiento*, que suele ocurrir durante la niñez y se caracteriza porque el niño se siente diferente, tiende a salir del ojo público por esta sensación y experimenta síntomas asociados a la depresión. Un segundo momento es la *etapa de identificación*, cuyos principales rasgos son la aceptación de “ser diferente” por parte del niño, se asumen las fantasías como parte de su personalidad, considerándose paulatinamente como homosexual; esta etapa surge durante la adolescencia o posterior a ella (Cass, 1979; citado por Ardila, R., 2008).

Continuando con los momentos, se da la *etapa de asumir una identidad* que surge mayoritariamente en la adultez, donde la persona comienza a socializar con otras personas homosexuales obteniendo apoyo social en el proceso sin que esto signifique que la persona está lista para *salir del closet*. Siguiendo con los momentos relacionados al desarrollo de la homosexualidad, se tiene la *etapa de la aceptación de la identidad*, en donde el individuo revela por primera vez su orientación ante sus entornos más cercanos, en este proceso se demuestra que la persona puede ser aceptada con su orientación; y por último, la persona deja de ver en su pareja una excusa para tener placer, sino que encuentra en ella un apoyo emocional (Ardila, R., 2008).

Siguiendo con las etapas de desarrollo de la identidad homosexual, continua la *etapa de consolidación*, en la cual la personas dejan de ver las orientaciones como una contienda dicotómica y acepta que también hay heterosexuales que los aceptan tal cual son y se expresan libremente con ellos; así mismo, durante esta etapa los individuos hacen parte de movimientos que velan y luchan por los derechos homosexuales, siempre que los halla en su comunidad. Por último, se encuentra la *etapa de autoevaluación y de brindar apoyo*, que se centra en que la persona reconozca sus éxitos y fracasos como alguien homosexual y usa su experiencia para orientar a personas gay más jóvenes, buscando que no vivan el mismo estigma que ellos sufrieron en el pasado (Ardila, R., 2008).

LGTBI+

LGBTI es un acrónimo que se usa como término colectivo para referirse a las personas Lesbianas, Gay, Bisexuales, Trans (el término trans se refiere a travestis, transexuales y transgénero) e Intersexuales: (GOBIERNO DE MÉXCO, 2016).

Lesbiana.

Mujer que se siente atraída erótica y afectivamente por mujeres. Es una expresión alternativa a “homosexual”, que puede ser utilizada por las mujeres para enunciar o reivindicar su orientación sexual. (SEGOB, 2016). De la misma manera

(GOBIERNO DE MÉXICO, 2016) aporta que la mujer lesbiana es aquella que se relaciona erótico-afectiva-amorosa-vitalmente con mujeres. Se utiliza como sinónimo de la identidad de las mujeres homosexuales. Es una construcción de identidad y resulta también una manera de auto denominación. Según lo anterior se trata de aquellas mujeres las cuales su área cognitiva y conductual no concuerda con su área anatómica puesto que su ideal difiere de los patrones no propios al sexo con el que nace.

Gay.

Expresión alternativa a homosexual, que se prefiere por su contenido político y uso popular. Se utiliza como sinónimo de la identidad de los hombres homosexuales, aunque algunas mujeres también lo utilizan. Es una construcción de identidad y resulta también una manera de auto denominación. (GOBIERNO DE MÉXICO, 2016). Así mismo (MINSALUD, 2016) define gay como Hombre que se siente atraído erótico afectivamente hacia otro hombre. Es una expresión alternativa a “homosexual” (de origen médico). Algunos hombres y mujeres, homosexuales o lesbianas, prefieren el término gay, por su contenido político y uso popular. Así, las personas que se sienten atraídas hacia personas de su mismo género son los hombres gay y las lesbianas; generalmente a estas personas se las llama homosexuales.

Transgénero/Trans.

Transgénero (a veces simplemente “trans”) es un término que se utiliza para describir una amplia gama de identidades cuya apariencia y características se perciben como de género atípico, como los transexuales, las personas que se visten con la ropa de otro sexo (a veces llamadas “travestis”) y las personas que se identifican como pertenecientes al tercer género. Las mujeres trans se identifican como mujeres pese a haber sido clasificadas como varones al nacer. Los hombres trans se identifican como hombres pese a haber sido clasificados como hembras al nacer, mientras que otras personas trans no se identifican para nada con el binarismo de género. Algunas personas transgénero optan por la cirugía o los tratamientos con hormonas para adecuar su cuerpo a su identidad de género; y otras no. (ONU, 2017) El término protector “trans” es utilizado para describir diferentes variantes de transgresión/transición/reafirmación de la identidad y/o expresiones de género (incluyendo personas transexuales, transgénero,

travestis, drags, entre otras), cuyo denominador común es que el sexo asignado al nacer no concuerda con la identidad y/o expresiones de género de la persona. (GOBIERNO DE MÉXICO, 2016). De esto se puede decir que las personas transgénero son todas aquellas personas que modifican su cuerpo de manera progresiva o permanente para expresar libremente su identidad sexual.

Bisexual.

Atracción erótico-afectiva y manera de autodefinición que se dirige hacia hombres y mujeres por igual. Esto no implica que sea con la misma intensidad, al mismo tiempo o de manera indiscriminada. (GOBIERNO DE MÉXICO, 2016). También es la capacidad de una persona de sentir una atracción erótica afectiva por personas de un género diferente al suyo y de su mismo género, así como la capacidad de mantener relaciones íntimas y sexuales con ellas. Esto no implica que sea con la misma intensidad, al mismo tiempo, de la misma forma, ni que sienta atracción por todas las personas de su mismo género o del otro. (SEGOB, 2016). Es decir que tanto hombres como mujeres que sienten atracción física y sexual por personas del mismo género se consideran bisexuales.

Por otro lado, el periódico (EL TIEMPO, 2011) publicó que, se encuentra una polémica centrada en dos aspectos, la primera es si la bisexualidad existe, y la segunda si se trata de una combinación que no merece una categoría como tal. Hay hombres y mujeres que mantienen relaciones con ambos sexos, sin considerarse bisexuales; algunos jóvenes se dicen bisexuales sin haber tenido experiencia sexual alguna, y hay personas que se consideran bisexuales sin haber tenido relaciones fuera de su orientación habitual, lo cual plantearía la existencia de una bisexualidad ideológica o política.

Intersexual Y Caracteres Sexuales

Las personas intersex nacen con caracteres sexuales físicos o biológicos, como la anatomía sexual, los órganos reproductivos y los patrones hormonales o cromosómicos, que no se ajustan a la definición típica del hombre o de la mujer. Estos caracteres

pueden ser aparentes al nacer o desarrollarse más adelante, a menudo en la pubertad. Las personas intersexuales pueden tener cualquier tipo de orientación sexual o identidad de género. (ONU, 2017). Todas aquellas situaciones en las que la anatomía o fisiología sexual de una persona no se ajusta completamente a los estándares definidos para los dos sexos que culturalmente han sido asignados como masculinos y femeninos.

Existen diferentes estados y variaciones de intersexualidad. Es un término genérico, en lugar de una sola categoría. De esta manera, las características sexuales innatas en las personas con variaciones intersexuales podrían corresponder en diferente grado a ambos sexos. La intersexualidad no siempre es inmediatamente evidente al momento de nacer, algunas variaciones lo son hasta la pubertad o la adolescencia y otras no se pueden conocer sin exámenes médicos adicionales, pero pueden manifestarse en la anatomía sexual primaria o secundaria que es visible. Desde una perspectiva de derechos humanos, que alude al derecho a la identidad y al libre desarrollo de la personalidad, y a partir de la reivindicación de dicho concepto impulsada por los movimientos de personas intersexuales en el mundo, se considera que el término intersexual es el adecuado para su uso, rechazando el de hermafroditismo o pseudohermafroditismo, usado hace algunos años en ámbitos médicos. (SEGOB, 2016). De esto se puede deducir que la intersexualidad no es definida según el género con el que nace la persona, sino que se identifica y expresa a medida que el sujeto crece y se desarrolla, puesto que puede pertenecer a cualquier identidad de género.

Revelar la orientación sexual, es decir la de gay, lesbianas y bisexuales, es un proceso continuo y de difícil manejo, ya que todavía existe la idea que la heterosexualidad es la orientación sexual “normal” de toda persona. Y, cualquier persona cuya orientación sexual sea distinta de la heterosexual, por más que permita ver a la sociedad, ante su familia, sus amistades, su círculo social cercano, deberá manifestarlo por cualquier motivo que quiera o necesite hacerlo en cada espacio nuevo en el cual interactúe. De otro modo, se asumirá que su orientación sexual es heterosexual (MINSALUD, 2016). Es pertinente afirmar lo que propone el autor puesto que las personas que no manifiestan su orientación sexual no pueden ser señaladas como

pertenecientes a otro género de manera deductiva por su expresión, sino que serán consideradas como heterosexual.

Estigmas y estereotipos de género.

Cabe mencionar que, los estigmas y estereotipos de género, influyen en el comportamiento y en las actitudes de las personas. Si bien hay diferentes estudios científicos que demuestran la influencia de los estereotipos de género en la expresión de las personas con diferente identidad sexual.

Estereotipos.

Son las preconcepciones, generalmente negativas y con frecuencia formuladas inconscientemente, acerca de los atributos, características o roles asignados a las personas, por el simple hecho de pertenecer a un grupo en particular, sin considerar sus habilidades, necesidades, deseos y circunstancias individuales (SEGOB, 2016). El estereotipo viene definido por la “imagen o idea aceptada comúnmente por un grupo o sociedad, con carácter inmutable”. Lo cierto es que los estereotipos ayudan a simplificar la realidad; la hacen más comprensible. Facilitan la socialización, el desarrollo y la integración de los individuos en un entorno agresivo, desconocido, incomprensible o inaccesible. Los estereotipos se definen también como creencias populares sobre grupos sociales específicos o sobre determinada clase de individuos. (Adam, Bernabeu & Pla, 2015) Comparten que desde el punto de vista de la psicología social, los estereotipos forman parte de las actitudes: aluden al componente cognitivo de las mismas. Se pueden entender como “verdades” socialmente compartidas y, en la mayoría de los casos, políticamente incorrectas.

Continuando con los autores nombrados aportan de la misma manera que Los estereotipos sociales de género aluden a un conjunto estructurado de creencias y expectativas compartidas, dentro de una sociedad, acerca de las características que poseen (componente descriptivo) y deben poseer (componente prescriptivo) se conoce como perspectiva interseccional. La intersección origina un contexto complejo de desigualdades que operan de forma dinámica y que condicionan las relaciones de

género. En este contexto interseccional, las personas se significan en términos de estructuras sociales que comportan relaciones de poder derivadas de diversas categorías: patriarcado, racismo, clasismo o heterosexismo entre otras. Así, por ejemplo, no son categorizadas del mismo modo una mujer blanca, española y joven, que a otra mujer negra, migrante y madura.

(García, 2016) opina que se debe entender que muchas veces los estereotipos anulan la personalidad del individuo, que es aquel elemento de cada persona que la hace única y diferente de los demás y más si se trata de los estereotipos de género; La discriminación tiene la característica de olvidar al individuo en particular, dejando de lado sus necesidades, deseos, habilidades y circunstancias que los impulsan a ser como personas, es decir, a formar sus identidades de acuerdo con sus creencias, valores y deseos; al generalizar, desconocen a la persona, y todo entra a girar en torno al grupo y a una percepción, no teniendo en cuenta las diferentes expresiones de la personalidad a las que un ser humano tiene derecho, y no permiten el desarrollo de su plan vital o de vida (p.29,30). En consecuencia, los estereotipos influyen en el comportamiento del sujeto con diferente identidad sexual privándolo de la libre expresión a causa de la discriminación que estos contraen. Es por esto que las personas no heterosexuales evitan tanto el estigma como el estereotipo.

Capítulo III. Estrés Y Afrontamiento Al Estrés

En este apartado daremos a conocer la definición de estrés según distintos teóricos, la evolución del mismo y en que consiste, de igual modo se dará a conocer la importancia de darle una orientación científica, con la finalidad de mitigar la presencia de este en la población estudiantil de educación superior perteneciente a la comunidad LGBTI+ residente en Pamplona.

Selye definió el estrés como una respuesta general del organismo ante cualquier estímulo estresor o situación estresante (VvAa, 2012), por tanto el estrés es una respuesta inevitable para el hombre, ya que cualquier situación de peligro daría una respuesta orgánica convertida en estrés

Una conceptualización más comprensible del estrés lo definiría como un exceso de demandas ambientales sobre la capacidad del individuo para resolverlos, considerando además las necesidades del sujeto con las fuentes de satisfacción de esas necesidades en el entorno (VvAa, 2012). Teniendo en cuenta esta definición podríamos decir que el estrés es el acumulo de necesidades o presiones generadas por las penurias de satisfacer las demandas generadas por el ambiente o en el contexto donde este se encuentre inmerso.

El estrés es un hecho habitual en nuestras vidas. No puede evitarse, ya que cualquier cambio al que debemos adaptarnos representa estrés, por lo tanto sucesos negativos, daño, enfermedad o muerte de un ser querido son hechos estresantes, así como los sucesos positivos; ascender en el trabajo trae consigo el estrés del nuevo estatus, de nuevas responsabilidades (VvAa, 2012)

Por otro lado el estrés es un proceso interactivo, en el cual están en juego las demandas de la situación y los recursos del individuo para afrontar la situación. Las demandas de la situación dependen de la valoración subjetiva que el individuo realiza sobre cómo dicha situación afectará a sus intereses (VIDAL, MUNTANER, &

PAPULO, 2018) por lo anterior podemos decir que los factores causantes del estrés son subjetivos, puesto que lo que genera estrés en una persona no necesariamente tendría que generar estrés en otra, pues esto dependería de las habilidades y capacidad de afrontamiento de cada sujeto, para (Pérez, León, González-Carballido y Rodríguez, 2010, p.87). Un mismo evento podrá considerarse para uno como un reto y para otros como un estresor si el sujeto identifica sus experiencias como situaciones estresantes, generará un estado de estrés que establecerá un impacto dañino psicofisiológico que indudablemente perjudicará su rendimiento antes, durante y después de la competencia. Citado por (Puigbo, Edo, Rovira, Limonero, & Fernandez, 2019)

Encontramos que el estrés se puede encontrar en dos versiones una es el estrés positivo aquí da lugar a una sensación de confianza, de control y de ser capaz de abordar y llevar a buen término unas tareas, unos retos y unas demandas concretas y realizar y el negativo que sería la realización de actividades de las que no se tienen conocimientos suficientes para realizarlas; ser ascendido en el trabajo a un puesto en el que no encajamos; deber muchas facturas y no tener el dinero suficiente para pagarlas. (VvAa, 2012) Siguiendo este tipo de aseveraciones decimos que el estrés no siempre es un factor de problemas que en algunas circunstancias o situaciones puede jugar a nuestro favor ayudándonos a cumplir nuestras metas y facilitando nuestro desempeño según las demandas requeridas.

Del mismo modo es preciso decir que todos los seres vivos estamos sujetos a múltiples cambios para Selye los seres vivos tienen que adaptarse a múltiples situaciones el proceso de adaptación a las demandas de una situación, pone en marcha normalmente un proceso de estrés, en el que el individuo puede no tener suficientes recursos para afrontar las demandas de la situación. Alguno de estos efectos podrían ser trastornos psicofisiológicos (p.e. trastornos gastrointestinales, dolor de espalda, disfunciones sexuales, etc.) y mentales (p.e. depresión, ansiedad, etc.), además del deterioro en el funcionamiento normal del organismo (p.e. déficits de atención y concentración, bajo rendimiento académico, escasa productividad, etc.) (Selye, 1946). Citado por (VIDAL, MUNTANER, & PAPULO, 2018)

La competitividad demanda demostración, comparación y evaluación que puede generar niveles de estrés inadecuados para un buen desempeño (De Rose, Korsakas, Carlston y Ramos, 2000) citado por (Puigbo, Edo, Rovira, Limonero, & Fernandez, 2019)

Las estrategias de afrontamiento son entendidas como recursos psicológicos que el sujeto pone en marcha para hacer frente a situaciones estresantes. Aunque la puesta en marcha de estas no siempre garantiza el éxito, sirven para generar, evitar o disminuir conflictos en los seres humanos, atribuyéndoles beneficios personales y contribuyendo a su fortalecimiento. Adicionalmente, McCubbin, Cauble y Patterson (1982) citado por (Macías, A.; Madariaga, C.; Valle, M. y Zambrano, J., 2013) por esta definición decimos que las estrategias de afrontamiento son todas aquellas formas que tiene un sujeto para sobreponerse a las situaciones estresantes que se le presentan día a día.

Según el modelo transaccional, el afrontamiento del estrés consiste en «aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como desbordantes de los recursos del individuo» (Lazarus y Folkman, 1986, p. 164) citado por (Flores, y otros, 2017). Esta definición nos dice que el proceso de afrontamiento está basado en la combinación de lo que pensamos y lo que hacemos, por tanto si el estrés es positivo siempre actuaremos de forma que las posibilidades serán más ante las demandas que tengamos.

Afrontamiento se puede ver como una estrategia dirigida a restablecer la adaptación al entorno ante un hecho que la ha alterado (Puigbo, Edo, Rovira, Limonero, & Fernandez, 2019). Según esto podemos decir que todo mecanismo de afrontamiento es utilizado para intentar restablecer el balance de nuestras vidas.

El afrontamiento centrado en las emociones (que incluye la aceptación y la reinterpretación), y el basado en la búsqueda de apoyo social, mientras que el rechazo

(que engloba evitación y negación) es considerado, en principio, como des adaptativo (Carver, Scheier y Weintraub, 1989; Fernández-Castro, 2009; Taylor y Stanton, 2007 citado por (Puigbo, Edo, Rovira, Limonero, & Fernandez, 2019) esta nos ilustra qué en algunos casos nuestros mecanismos de defensa se basan en el apoyo que recibimos por otras personas por lo tanto el construir una buena red de apoyo será de gran ayuda para afrontar las situaciones estresantes que se le presenten.

Para (Park & Folkman, 1997; Pearling & Schooler, 1978).El psicoanálisis del ego en 1937 define el afrontamiento como el conjunto de pensamientos y actos realistas y reflexivos que buscan solucionar los problemas y, por tanto, reducen el estrés. Desde esta perspectiva, mediante el afrontamiento es que el individuo maneja su relación con el entorno; este es considerado el proceso más organizado y maduro del yo, al ubicarlo en una escala jerárquica con otros recursos reguladores. (Flores, y otros, 2017).

En 1986, la propuesta de Lazarus y Folkman es la que cuenta con un mayor reconocimiento; planteada desde una perspectiva cognitivo sociocultural, en este momento ya definen el afrontamiento como los “esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes, que se desarrollan para manejar las demandas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo” (p. 164). Citado por (Flores, y otros, 2017)

Igualmente se reconoce la mutua interacción entre el individuo y las instituciones sociales a las que pertenece, y que a su vez conforman el ambiente que lo rodea. Esta concepción se sustenta en un enfoque cognitivo-fenomenológico. Folkman y Folkman (1986) plantean que “la amenaza al bienestar se evalúa de forma distinta en las distintas etapas y da lugar a distintas formas de afrontamiento” (p 170). (Flores, y otros, 2017).

Siguiendo con el tema de la inteligencia emocional y su repercusión en población homosexual, vale la pena referirse a los manifiestos de la Organización Mundial de la Salud (OMS), en donde se expresa que las tasas de suicidio han ido incrementando paulatinamente, a tal punto que en 1995, la cifra de este fenómeno ha

llegado a un 60% (OMS, 1995; citado por Suárez, Y., 2012), y cada vez más se presenta en población más joven. Ahora bien, dentro del contexto colombiano, la tasa de suicidio llego en 2006 a que los menores de 18 años alcanzan cifras de 6 por cada 100.000 habitantes.

Con base a lo anterior se toma que existen factores tanto de riesgo, como protectores que protegen la posibilidad de que un suicidio se cometa, algunos de estos factores protectores asociados a la prevención del suicidio se encuentran los factores sociodemográficos en donde destacan ser adolescente o tener más de 65 años, ser soltero, tener bajo nivel de educación, etc.; por otro lado están los factores ambientales y sociales donde destacan antecedentes suicidas, abuso de sustancias así, como la orientación sexual, debido al alto componente social al que están expuestos; por último, están los factores biocognitivos donde resaltan la disminución de los niveles de serotonina del individuo, tener una enfermedad crónica o enfermedad psiquiátrica (Suárez, Y., 2012)

Tomando lo anterior como referencia, se menciona que Chan y Nock (2009; citado por (Suárez, Y., 2012) hablan en su estudio sobre como la inteligencia emocional es un factor protector ante situaciones altamente estresantes (abuso sexual, ideación suicida). Con base a esto también se han desarrollado tres grandes categorías de factores protectores, dentro de los que están los de cuidado y apoyo, altas expectativas y por último, los de participación, en donde, además de la inteligencia emocional se encuentran el sentido de filiación, el de seguridad, afectividad, formación de valores, enseñanza de normas, acceso a la educación formal, grado de educación de los padres, etc. (Amar, J.; Abello, R. y Acosta, C., 2003).

Capítulo IV. Habilidades Sociales Como Estrategias De Afrontamiento.

El término de habilidades sociales ha sido definido por múltiples autores, tomando como referencia, se encuentra a (Ortega, M.; López, S.; Álvarez, M., 2014) quienes las definen como una capacidad propia del individuo en donde es posible entender, percibir y responder a los estímulos presentes en la sociedad, haciendo especial énfasis al comportamiento de los demás. Además, hay que tomar en consideración que, dentro de las habilidades suele haber determinados elementos o características en común, para mencionar algunos se encuentran que son conductas aprendidas socialmente aceptadas, para su ejecución se unen aspectos observables y aspectos cognitivos.

Se puede señalar que, las habilidades sociales se definen como un conjunto de capacidades y destrezas que interactúan entre las personas, permitiendo de esta manera las relaciones de forma adecuada, siendo capaces de expresar sentimientos, opiniones, deseos o necesidades en diferentes contextos o situaciones, sin experimentar tensión, ansiedad u otras emociones negativas (Dongil y Canon, 2014). A su vez, estas son un conjunto de hábitos en las conductas, pensamientos y expresión de sentimientos y emociones, que permiten la comunicación de manera asertiva, forjar relaciones interpersonales satisfactorias, resolución de conflictos y permiten lograr los objetivos personales y/o colectivos. (Roca, 2014). Por tanto se puede inferir que, las habilidades sociales son todas aquellas herramientas conductuales personales que permiten la interacción con el entorno y con las demás personas, expresando las aptitudes frente a los sucesos que proporciona el ambiente.

Resulta cierto que, las habilidades sociales (HHSS) incluyen diversos componentes como la comunicación verbal y no verbal, atender o evadir opiniones de los demás, la resolución de conflictos interpersonales, o la respuesta a las críticas o al comportamiento irracional de las demás personas. Estas varían según la situación, las personas y los objetivos a alcanzar. (Roca, 2014). Según el autor se puede decir que, las habilidades sociales pueden ser usadas como estrategias de afrontamiento a las múltiples

dificultades que se presentan día a día, puesto que el uso adecuado de esta puede ser una herramienta de gran valor

Se tiene que la comunicación asertiva es la capacidad de expresarse pre verbalmente, verbal y no verbalmente, en forma apropiada a la cultura y a las situaciones de inconformidad que se presentan en un determinado entorno (Corrales, A.; Quijano, N. y Góngora, E., 2017). La comunicación asertiva es aquella mediante la cual se logra manifestar a los otros de forma simple, clara y oportuna, lo que se siente, se piensa y se quiere en el momento, también, como habilidad social de relación, es una forma de expresión consciente, mediante la cual se manifiestan las ideas, deseos, opiniones, sentimientos o derechos de forma congruente, clara, directa, equilibrada, honesta y respetuosa, sin la intención de herir o perjudicar, y actuando desde una perspectiva de autoconfianza (Asensi, L., 2013). De esto se puede decir que, la comunicación asertiva es la habilidad de decir las cosas en el momento, se deben decir sin el objetivo de causar perjuicios o daños a los demás, si no con la finalidad de resolver conflictos y situaciones estresantes, esta competencia fortalece la integridad en cualquier tipo de sociedad, grupo o comunidad.

Del mismo modo, se manifiesta que estas habilidades son cambiantes a través del tiempo, es decir, no es un rasgo que una persona tiene o no tiene, sino que es un conjunto de procesos sociales e intrapsíquicos que maduran junto con el individuo, partiendo de la experiencia propia y su relación con el ambiente (Suriá, R.; García, J.; Ortigosa, J., 2015). Es por ello que a través del tiempo y la evidencia empírica se ha respaldado la hipótesis de que personas mentalmente sanas, son aquellas que destacan en habilidades sociales, siendo concretos, en asertividad y la interacción social (Gil, 2012 y Saavedra, Villalta, 2008; citado por Suriá, R.; García, J.; Ortigosa, J., 2015).

Es de ahí que el resultado de estas habilidades, radica en el procesamiento cognitivo de un evento y su interpretación, la cual inicia con la asimilación de estímulos personales significativos, dando continuidad al procesamiento flexible de dichos eventos con el fin de categorizar y seleccionar las opciones de respuesta,

finalizando con encontrar una resolución satisfactoria, concluyendo en la manifestación de la opción elegida (Contini, E., 2015).

Adquisición De Las Habilidades Sociales.

Pese a que aún no se encuentran datos contundentes de una manera en la cual se aprenden las habilidades sociales, múltiples autores coinciden en que la infancia es una etapa crítica para la adquisición de estas al repertorio conductual del individuo (Sanz, Sanz e Iriarte, 2000, Sánchez, 2001, Torbay Muñoz y Hernández, 2001; citado por (Ortega, M.; López, S.; Álvarez, M., 2014), esto debido a que se encuentran relaciones sólidas entre competencia social en la infancia y el funcionamiento social, académico y psicológico de las personas; pese a ello, también se cuenta con autores quienes argumentan la existencia de cierta predisposición genética para el aprendizaje de estas conductas (Marin y Leon, 2011; citado por Ortega, M.; López, S.; Álvarez, M., 2014).

Por tal manera, las habilidades sociales se han convertido en un constructo que, aparte de la edad, compone otros aspectos, siendo algunos de estos el hecho de ser complejos, verbales y no verbales, las cuales buscan siempre el beneficio, son recíprocas por naturaleza; además factores internos de la persona, como la edad, el sexo, el estado del receptor, etc. (Gades., s.f.). Cabe resaltar que el hecho de tener la conducta adquirida no desemboca necesariamente en el uso correcto de las mismas.

Para lograr ser socialmente hábil, se debe reconocer también la situación correcta para ponerla en juego en una situación en específico, ya que se ha demostrado que no es más hábil socialmente aquel que tenga mayor repertorio conductual, sino aquel quien es capaz de ponerlos en juego, percibiendo y descartando las señales que el contexto les presenta, así como determinar las conductas más apropiadas a seguir en una situación en específico; es necesario aclarar que, para ser competente, se necesita además de poseer las conductas, ser acompañado de un componente motivacional, puesto que el aspecto motivacional se manifiesta a través de la persona que obtiene la interacción (Gades., s.f.).

Por otro lado tenemos que el desarrollo de habilidades sociales, si o si esta entrelazado con el desarrollo biológico puesto que se expresa según la etapa y desarrollo físico, tiene que ver con la maduración cognitiva y crecimiento natural fisionómico, influyen también el tipo de relaciones afectivas y como se desenvuelve en estas, así como (Lopez, 2007) comparte “Una de las partes más importantes de la vida son las relaciones sociales. En cada una de las cosas que se hacen día a día hay un componente de relaciones con los demás” Es decir, cada día todas las personas socializan e interactúan con otras. Una de las partes más importantes de la vida son las relaciones sociales. En cada una de las cosas que se hacen día a día hay un componente de relaciones con los demás, es por esto, que es necesario comprenderse a sí mismo y comprender a los demás, así como dice caballo (1896). “La conducta socialmente es ese conjunto de conductas emitidas por un individuo en un contexto interpersonal, que expresa los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de ese individuo de un modo adecuado, respetando esas conductas de los demás” (...) (Lopez, 2007).

Para Marrero la adquisición de las habilidades dependen de la persona, del conocimiento y comprensión de sí mismo para interpretarse e interpretar a los demás. Se entiende como: “La interacción de la persona con su entorno, está dada por unos cambios fundamentales en su personalidad” (Marrero, 2019) se puede decir que, en la interacción continua consigo mismo y con el medio se da la formación de este desarrollo, es un proceso que se forma a lo largo de la vida según la edad y contexto. Por consiguiente, “se entiende por desarrollo psicosocial al proceso de transformaciones que se dan en una interacción permanente del sujeto con su ambiente físico y social” (Unicef, 2014). Por ende, se trata de un proceso gradual y caracterizado por etapas, que definen una identidad y comportamientos en el medio social, que despliega las capacidades y potencialidades de cada persona, este proceso empieza desde la niñez, tan pronto el niño interactúa con el medio ambiente o medio físico inicia su evolución como ser psicosocial perteneciente a una comunidad, así como comparte (Revista Universidad Politécnico, sf)

Clasificación De Las Habilidades Sociales.

Según lo estipulado en la escala de Goldstein, las habilidades sociales se permiten categorizar en 6 grandes grupos que son: las primeras habilidades sociales, en donde se encuentran el escuchar, saber agradecer, etc.; por otro lado se evidencian las habilidades sociales avanzadas, teniendo el pedir ayuda o disculparse; dando continuidad, se referencian las habilidades sociales relacionadas con los sentimientos, representando la capacidad de expresar afecto y resolver miedos; se tienen también las habilidades alternativas a la agresión, reflejando el empleo del autocontrol o responder a las bromas. Por otro lado, se encuentran las habilidades para hacer frente al estrés, mostrando el formular una queja, resolver la vergüenza; para finalizar, se toman en cuenta las habilidades de planificación, en donde se permite evidenciar el tomar una decisión, así como la capacidad de enfocarse en una tarea (Gades., s.f.; Roca, E., 2014).

Además a lo anterior expuesto, se toma en consideración de que las habilidades se categorizan en muchas divisiones (Ortego y cols., 2014), siendo el primer referente de las mismas Lazarus (1974; citado por Ortega, M.; López, S.; Álvarez, M., 2014), quien categorizó primeramente 4 grandes capacidades: decir “no”, solicitar favores y proponer peticiones, manifestar emociones positivas y negativas y, por último, iniciar, mantener y concluir conversaciones. Sin embargo, (Portillo, M., 2001) enumera la siguiente serie de habilidades sociales:

Escuchar; saludar, presentarse y despedirse; iniciar, mantener y finalizar una conversación; hacer y rechazar peticiones; disculparse o admitir ignorancia; defender los derechos; negociar; expresar y defender opiniones, incluido el desacuerdo; afrontar las críticas; hacer y recibir cumplidos; formular y rechazar peticiones (oposición asertiva); expresar amor, agrado y afecto; expresar justificadamente molestia, desagrado o enfado; pedir el cambio de conducta del otro; cooperar y compartir; expresar y recibir emociones; dirigir a otros; solucionar conflictos; dar y recibir retroalimentación; realizar una entrevista; solicitar un trabajo; hablar en público (Portillo, M., 2001)

Habilidades Sociales Y Psicopatología.

Como lo menciona Betina, A.; Contini, N., (2011) se han encontrado múltiples estudios que refieren una correlación existente en la manera en que las habilidades sociales se relacionan con la autoestima en varias facetas, ejemplo de la autorregulación del comportamiento, rendimiento académico, entre otros, esto es así durante todas las etapas del ciclo vital. Se ha comprobado además, que aquellos menores quienes poseen dificultades a la hora de relacionarse con terceros, tienden a manifestar dificultades a largo plazo; estas dificultades se relacionan con fenómenos como la deserción escolar, conducta violenta y perturbaciones psicopatológicas a largo plazo.

Según Prieto Ursua (2000; citado por Betina, A.; Contini, N., 2011), existen ciertos factores protectores relacionados a las habilidades sociales que previenen la aparición de problemas psicosociales, tanto en la infancia como en la adolescencia. Por mencionar algunos, se nombra que hablar con pares desconocidos, expresar emociones positivas, relacionarse con contemporáneos y no contemporáneos, practicar habilidades sociales respecto al elogio y demás permiten convertirse, a futuro, en agentes protectores de la salud mental (Betina, A.; Contini, N., 2011).

Cabe mencionar que la medición de las habilidades sociales se relaciona no únicamente desde tener ciertas conductas ante determinados estímulos, sino que, además, se debe tomar en consideración el ciclo vital de las personas que han sido evaluadas y el entorno en el cual se desenvuelve el individuo; de acuerdo a lo anterior, se encontraron en los estudios de Guzmán, García, Martínez, Fonseca y Castillo (2007; citado por Betina, A.; Contini, N., 2011), que los adolescentes, en comparación a los infantes no demuestran habilidades sociales igual de complejas, siendo que aquellos quienes tiene mayor entendimiento interpersonal y habilidades comunicativas son los mismos que influyen en mayor medida entre sus iguales.

Siguiendo con esta idea, las habilidades sociales se relacionan íntimamente con las capacidades evolutivas, ya que durante el curso de primera infancia hasta la adolescencia influye determinadamente en la identidad del adolescente. Ahora bien,

para Díaz, Trujillo y Peris (2007; citado por Betina, A.; Contini, N., 2011) manifiestan que aquellos niños que puntúan alto en comportamientos sociales, lo hacen también en aspectos como lo son la madurez intelectual, verbal y no verbal, altos índices de autoconcepto y se caracterizan por ser emocionalmente estables, confiados y respetuosos de la norma, al igual que seguros de sí mismos.

De acuerdo a lo anterior, es necesario referir la necesidad del apoyo social que, definido por (Rojas, M., 2018) es aquel conjunto de recursos, sean estos emocionales o materiales, brindados por una persona en situaciones de crisis y/o cotidianidad de la misma. Sin embargo, es necesario distinguir el apoyo social recibido y apoyo social percibido; puesto que el segundo refiere a los esquemas que las personas construyen acerca de sus redes de apoyo, denotándolos con una significancia particular a cada una, categorizándolas en una de las siguientes 3 dimensiones: el apoyo emociones referente al apoyo emocional que consta del afecto y cariño; sigue el apoyo instrumental referido a lo económico o material. Por último se refiere al apoyo informacional que consta de la información aclaratoria, propia de portales web (Domínguez, García y Hombrados; citado por Rojas, M., 2018).

Con esto en mente, (Rojas, M., 2018) emprendió una investigación que pretende describir el apoyo social percibido en población transexual y transgénero. Para este fin se encontró concordancia con lo previsto Rabito y Rodríguez (2016, citado por Rojas, M., 2018), en donde se expone, entre otras cosas, que las mujeres transgénero manifiestan altos índices de ansiedad; esta conclusión se repite en cuanto los niveles de depresión, siempre que se compare con los demás miembros pertenecientes a la comunidad diversa (Haraldsen y Dahl, 2010; citado por Rojas, M., 2018)

Por otro lado, se mencionan los supuestos de Contini (2015), que explican la relación entre las habilidades sociales y la conducta agresiva. Dicho estudio se basa en los conceptos de la teoría del déficit en el procesamiento de la información, la cual argumenta que los sujetos de conducta agresiva tienen una malinterpretación de las señales sociales que sus interlocutores les refieren, es por ello; posteriormente en una

aplicación de instrumento de medición de habilidades sociales se encontró que tanto aquellos que ejecutan y reciben la conducta agresiva, tienen cualidades distintas en cuanto a sus puntuaciones en habilidades sociales, evidenciando que, según Garaigordobil y Oñederra (2010; citado por Contini, E., 2015), las personas con perfil agresivo tienden a ser desinhibidos, con alto temor al rechazo, búsqueda de dominio y manipulación en los vínculos con terceros.

MARCO LEGAL

En el presente apartado se exponen las leyes, con sus respectivos artículos, que presentan los derechos de los niños; dichas leyes que han sido establecidas a nivel nacional o internacional, brindan apoyo continuo y eficaz para el desarrollo de los niños y niñas de la sociedad. También, se exponen los artículos de las leyes dictadas por el Congreso Colombiano, bien, para el ejercicio profesional de los psicólogos, como para el ejercicio pleno del derecho a la salud mental de la población colombiana; además de otros aspectos importantes que se deben tener en cuenta.

Ley 1090 de 2006

Congreso de la República

En esta ley se reglamenta el ejercicio de la profesión de Psicología, se dicta el Código Deontológico y Bioético y otras disposiciones.

El Congreso de Colombia

Decreta:

De la Profesión de Psicología

Artículo 1o. Definición. La Psicología es una ciencia sustentada en la investigación y una profesión que estudia los procesos de desarrollo cognoscitivo, emocional y social del ser humano, desde la perspectiva del paradigma de la complejidad, con la finalidad de propiciar el desarrollo del talento y las competencias humanas en los diferentes dominios y contextos sociales tales como: La educación, la salud, el trabajo, la justicia, la protección ambiental, el bienestar y la calidad de la vida. Con base en la investigación científica fundamenta sus conocimientos y los aplica en forma válida, ética y responsable en favor de los individuos, los grupos y las organizaciones, en los distintos ámbitos de la vida individual y social, al aporte de conocimientos, técnicas y procedimientos para crear condiciones que contribuyan al bienestar de los individuos y al desarrollo de la comunidad, de los grupos y las

organizaciones para una mejor calidad de vida (Colegio Colombiano de Psicólogos, 2009).

Disposiciones Generales.

Artículo 2o. De los principios generales. Los psicólogos que ejerzan su profesión en Colombia se regirán por los siguientes principios universales:

1. Responsabilidad. Los psicólogos aceptarán la responsabilidad de las consecuencias de sus actos y por ende, deberán poner todo su empeño para asegurar que los servicios que preste sean usados y ofrecidos de manera correcta.
2. Competencia. Los psicólogos reconocerán los límites de su competencia y las limitaciones de sus técnicas. Solamente prestarán sus servicios y utilizarán técnicas para los cuales se encuentran cualificados. Se mantendrán actualizados en los avances científicos y profesionales relacionados con los servicios que prestan.
3. Estándares morales y legales. Los psicólogos estarán atentos para regirse por los estándares de la comunidad y en el posible impacto que la conformidad o desviación de esos estándares puede tener sobre la calidad de su desempeño como psicólogos.
4. Anuncios públicos. Los psicólogos publicarán cuidadosa y objetivamente sus competencias profesionales, sus afiliaciones y funciones, lo mismo que las instituciones u organizaciones con las cuales ellos o los anuncios pueden estar asociados.
5. Confidencialidad. Revelarán tal información a los demás solo con el consentimiento de la persona o del representante legal de la persona, excepto en aquellas circunstancias particulares en que no hacerlo llevaría a un evidente daño a la persona u a otros. Los psicólogos informarán a sus usuarios de las limitaciones legales de la confidencialidad.
6. Bienestar del usuario. Los psicólogos mantendrán suficientemente informados a los usuarios tanto del propósito como de la naturaleza de las valoraciones, de las intervenciones educativas o de los procedimientos de entrenamiento y reconocerán la libertad de participación que tienen los usuarios, estudiantes o participantes de una investigación.
7. Relaciones profesionales. Los psicólogos actuarán con la debida consideración respecto de las necesidades, competencias especiales y obligaciones de sus colegas en la Psicología y en otras profesiones.

8. Evaluación de técnicas. Evitarán el uso indebido de los resultados de la evaluación, respetarán el derecho de los usuarios de conocer los resultados, las interpretaciones hechas y las bases de sus conclusiones y recomendaciones. Se esforzarán por mantener la seguridad de las pruebas y de otras técnicas de evaluación dentro de los límites de los mandatos legales.
9. Investigación con participantes humanos. El psicólogo considera las diferentes alternativas hacia las cuales puede dirigir los esfuerzos y los recursos. Sobre la base de esta consideración, el psicólogo aborda la investigación respetando la dignidad y el bienestar de las personas que participan y con pleno conocimiento de las normas legales y de los estándares profesionales que regulan la conducta de la investigación con participantes humanos.
10. Cuidado y uso de animales. El investigador debe asegurar el bienestar de los animales.

De los derechos, deberes, obligaciones y prohibiciones del profesional de Psicología

Artículo 10. Deberes y obligaciones del psicólogo. Son deberes y obligaciones del psicólogo:

- a) Guardar completa reserva sobre la persona, situación o institución donde intervenga, los motivos de consulta y la identidad de los consultantes, salvo en los casos contemplados por las disposiciones legales.
- b) Responsabilizarse de la información que el personal auxiliar pueda revelar sin previa autorización.
- c) Llevar registro en las historias clínicas y demás acervos documentales de los casos que le son consultados.
- d) Mantener en sitio cerrado y con la debida custodia las historias clínicas y demás documentos confidenciales.
- e) Llevar registro escrito que pueda sistematizarse de las prácticas y procedimientos que implemente en ejercicio de su profesión.

ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO

- f) Guardar el secreto profesional sobre cualquier prescripción o acto que realizare en cumplimiento de sus tareas específicas, así como de los datos o hechos que se les comunicare en razón de su actividad profesional.
- g) Cumplir las normas vigentes relacionadas con la prestación de servicios en las áreas de la salud, el trabajo, la educación, la justicia y demás campos de acción del psicólogo.
- h) Respetar los principios y valores que sustentan las normas de ética vigentes para el ejercicio de su profesión y el respeto por los derechos humanos.

METODOLOGÍA

Durante las siguientes líneas se hará un abordaje empírico sobre la manera en la que se trabajó la investigación. Partiendo desde el enfoque investigativo, que en este caso fue cualitativo; el diseño que es fenomenológico, el alcance de la misma, que es exploratoria; además a ello, se definieron tanto la población considerada para la investigación realizada, así como la muestra, incluyendo los criterios de inclusión y exclusión durante el proceso. Posterior a ello, se describe el proceso de intervención, en donde se mencionan las estrategias y formas de recolección de la información, siendo pertinentes para la presente investigación: la entrevista semiestructurada, el grupo focal y la observación, aunado a lo anterior, también se toma en consideración la categorización. Por último, se especifica de qué manera se analiza la información, los recursos destinados a la investigación y, para finalizar, el cronograma de actividades.

Tipo De Investigación

Para empezar, el enfoque de la presente investigación es cualitativa, y, según lo definen (Hernández, R.; Fernández, C. y Baptista, M., 2014) como un proceso sistemático, crítico y empírico que se ejecutan en fin de un fenómeno o problema en específico, de tal manera, la investigación cualitativa permite por su dinamismo adaptarse a las necesidades que tiene el investigador (Martínez, M., 2006). Además, el enfoque cualitativo tiene cualidades flexibles y por ende, tiene un carácter práctico para los intereses de la presente investigación puesto que la manera en que puede recopilar información para el fenómeno a analizar, se presta para múltiples conclusiones no planteadas en un primer momento.

Diseño

Para la investigación presente, se tomó en cuenta un diseño fenomenológico, que en palabras de (Hernández, R.; Fernández, C. y Baptista, M., 2014), lo que se busca en este diseño es describir, explorar y comprender las interpretaciones de los sujetos frente a un fenómeno. Y, para la presente investigación el fenómeno investigado fue el estrés y la manera en que este incide en la población LGBTI+ de educación superior en

Pamplona. Para este fin se ejecutaron varias estrategias de recolección de información, siendo estas la entrevista semiestructurada, un grupo focal y la observación.

Del mismo modo, la presente investigación cuenta con un alcance exploratorio, y en las palabras de Hernández, Fernández, y Baptista, (2014) estos alcances son para aquellas propuestas investigativas que buscan estudiar un fenómeno poco estudiado sobre el cual se tienen muchas dudas aún. Entonces el alcance exploratorio permite a la presente investigación dar un bagaje acerca del tema de las habilidades sociales en población LBGT+, y, puesto que no es un tema reciente, la incidencia en esta población ha pasado desapercibida para gran parte del ojo científico contextual.

Población

La población con la cual se trabajó durante la investigación, fueron los estudiantes LBGTI+ de educación superior en Pamplona, que comprendan entre los 18-28 años de edad.

Muestra

Como lo referencia (Hernández, R.; Fernández, C. y Baptista, M., 2014), la selección de la muestra en investigación cualitativa permite, por medio de esta, obtener los datos que se analizaron posteriormente; para este fin, se propone contar con el apoyo de una cantidad de 11 personas pertenecientes a la comunidad LBGTI+ que sean estudiantes de educación superior, así mismo, con un muestreo de casos tipo que sirvan a los intereses de la investigación, debido a que esta se encamina a conseguir información de calidad, además de que es una de las muestras que más sinergia poseen con estudios fenomenológicos. Otro tipo de muestra que se consideró, fue el muestreo por conveniencia (2008; citado por (Hernández, R.; Fernández, C. y Baptista, M., 2014), ya que, en circunstancias no tan favorables permite un acceso “fácil” a la población, escogiendo participantes que cumplan con la base de los requisitos que se pretenden estudiar. Se menciona que, por dificultades con el acceso a la muestra, se prefirió usar

un muestreo tipo bola de nieve, el cual consta de acudir a un participante, y que este a su vez, replique la información a otros posibles interesados a contribuir a la investigación.

Ahora bien, cuando se habla de los criterios de selección y exclusión de la muestra se cuenta que, en el primer caso se buscan estudiantes que sean mayores de edad, que no sean personas con discapacidad mental o cognitiva, que sea población netamente homosexual, que deseen participar voluntariamente en la investigación y, que sean estudiantes de educación superior Pamplona. Y definiendo los criterios de exclusión están que las personas sean menores de edad, que no se sientan identificados como miembros pertenecientes al colectivo LGBTI+, que sean personas con algún tipo de discapacidad mental o cognitiva y que estén desvinculados o no sean estudiantes de educación superior.

Proceso de intervención.

El proceso de intervención se llevó a cabo en tres (3) momentos, cada uno con una duración de una (1) semana, donde se aplicó una estrategia de recolección de datos respectivamente. Para ello, en el primer momento se empleó la técnica de entrevista semi-estructurada a los participantes de manera individual, simultáneo a esto, se dio inicio al segundo (2) momento, en el cual se diligencia un formato de registro de observación a los participantes, anotando lo evidenciado con las conductas y/o comportamientos de los participantes. Y, por último, en el tercer momento se dirigió la aplicación de la técnica grupo focal con todos los participantes en un espacio concordado, además, al finalizar se hizo la devolución de los registros observacionales entregados anteriormente ya diligenciados; todo esto con el fin de hacer el posterior análisis de los resultados extraídos en cada técnica.

Formas De Recolección De La Información

Para recolectar la información respecto al fenómeno de investigación, es decir, las habilidades sociales como estrategia de afrontamiento, las técnicas utilizadas fueron:

La observación no participante, la entrevista semi-estructurada y el grupo focal, como a continuación se especifican:

Observación no participante.

La observación no participante es aquella herramienta que consta de captar la realidad de una persona o de un contexto, a la vez que es una herramienta útil dentro del enfoque cualitativo. Para los autores (Soto, L., 2006), es necesario identificar las condiciones que proveen el ambiente y entorno social a evaluar. Para llevarla a cabo, se toma en consideración que la participación debe ser lo menos intrusiva posible, ya que se debe estar atento a todos los aspectos dentro del fenómeno a observar (Ver *Apéndice A*).

Entrevista semiestructurada.

Considerada como uno de los métodos de recolección de información más flexibles en cuanto a desarrollo y variables foráneas, ya que las preguntas están planeadas y pueden surgir nuevos interrogantes que se ajustan según lo demostrado por el entrevistado (Díaz, L.; Torruco, U.; Martínez, M. y Varela, M., 2013). A su vez, mediante el encuentro se va adquiriendo parte de la personalidad del interlocutor, sus maneras, el lenguaje no verbal, etc. Del mismo modo, lo que se busca es la descripción de un (os) suceso (s) vivido (s) por la persona entrevistada, con el fin de lograr interpretaciones fidedignas sobre el fenómeno descrito (Ver *Apéndice B*) (Martínez, M., 2006).

Grupo focal.

Dentro de los conceptos de (Hernández, R.; Fernández, C. y Baptista, M., 2014), los grupos focales son vistos como entrevistas grupales o reuniones con pequeños grupos, donde, a través de la conversación sobre un fenómeno se obtiene información social sobre los distintos actores en un tema en específico (*Apéndice C*).

Definición de Categorías

Categoría	Definición	Sub-categorías
Comunidad diversa	El género al que se pertenece es evidenciado en todas las manifestaciones, sentimientos, actitudes juegos, comportamientos, entre otras. Una vez que la identidad de género es reconocida, aceptada y asumida, ésta filtra todas las experiencias personales (Fernández, García & Herrero., 2012).	LGBTI+ Familia. Redes de apoyo.
Comportamiento.	Actividades expresadas físicamente por el ser humano,de las cuales se tienen retroalimentacion con manifestaciones expresadas, generalmente orales (Schein, 1982; citado por Cobo, C., 2003).	SPA Estigma. Conducta.
Habilidades sociales.	“la capacidad de desempeñar el rol, o sea, de cumplir fielmente con las expectativas que los otros tienen respecto a alguien como ocupante de un estatus en una situación dada”. (Caballo, 1986; citado por Ortego, López y Álvarez, 2014).	Comunicación. Estrés Manejo de emociones. Círculo social.

RESULTADOS

En este apartado se expondrán los resultados de la investigación, los cuales se obtuvieron a través de las estrategias de recolección tales como, la entrevista Semiestructurada, grupo focal y observación no participante, aplicada a la población seleccionada. El presente análisis se realizó por medio de la triangulación de categorías tales como comunidad diversa, comportamiento y habilidades sociales; cada una de ellas subdividas en las subcategorías de: Familia, red de apoyo, comunidad LGBTI+ y estigma, consumo de SPA, conductas, comunicación, estrés, manejo de emociones y círculo social.

Familia

En esta categoría se encontró que, para la comunidad LGTBI+, la familia no significa una de las principales redes de apoyo, puesto que esta, en algunos casos, no conoce esta realidad que estos viven; sin embargo no significa que no lo consideren relevante, debido a que manifiestan temor de ser rechazados, lo cual los impulsa a alejarse paulatinamente de ellos con el fin de no ser descubiertos. En la mayoría de los casos, las personas pertenecientes a esta comunidad sienten temor que sus padres se enteren, puesto que piensan que si esto llegara a suceder, estos quitarían todo tipo de apoyo hacia ellos, en especial la ayuda económica, ya que para ellos es de vital importancia para poder continuar con su proceso formativo y académico.

Por otro lado, los que ya manifestaron a su núcleo familiar sus preferencias u orientación sexual, manifiestan que reciben el rechazo de uno de los padres, ocasionando un debilitamiento en la relaciones de los mismos. Cabe destacar que en los participantes que provienen de zona rural manifiestan que esta conducta se ve más enmarcada, puesto que los padres presentan poca comprensión a estos temas, dado que estos aún poseen una cultura y costumbres muy conservadoras y, en algunos casos de forma religiosa, lo que no permite la comprensión y posible aceptación de dichos cambios, esto referido por los entrevistados de zonas aledañas a la ciudad. Por el

contrario, los entrevistados de zona urbana manifiestan que los familiares presentan mayor comprensión ya que están expuestos al contacto de dicha comunidad, y aunque al principio les cuesta aceptar, no ejecutan conductas de rechazo agresivo, a diferencia de los anteriores que si presentan en la mayoría de los casos dichas conductas.

Red de apoyo

En relación a la red de apoyo se destaca que las personas pertenecientes a la comunidad LGTB+ no cuentan con una red de apoyo amplia ni lo suficientemente sólida para enfrentar las situaciones estresantes que viven día a día, puesto que en la comunidad Homosexual se encontró que los pertenecientes a las zonas aledañas tienden a formar su red de apoyo conformada con amigos del sexo femenino o pareja, mientras que los que crecieron en lugares urbanos tienden a formar su red de apoyo con algún familiar. Esto con la finalidad de sentir un aliado en el núcleo familiar. Por otro lado se encontró que en los participantes identificados como transexuales, manifiestan no tener una red de apoyo, pues solo sienten burlas y rechazo por parte de los demás, generando en estos un aislamiento, terminando en consumo de antidepresivos. De igual forma, a nivel general manifestaron que antes de revelar su conducta sexual contaban con una red de apoyo extensa, la cual fue disminuyendo progresivamente debido a la aversión por parte de los mismos, generando pensamientos de autocritica, minusvalía y pensamientos negativos y de confrontación, causando en ellos un desarraigo de sus pares.

Comunidad LGTB+ y Estigma

Del mismo modo, se infiere que parte de la disminución de la red de apoyo de los encuestados obedece a una falta de unión de la comunidad LGBTI+ o comunidad diversa, debido a que parte de los encuestados (P1, P3, P4, P8, P9, P11) tienen opiniones divididas respecto a la estructura conceptual que el municipio maneja de la comunidad, referido por un encuestado: *“La comunidad en Pamplona lo que hace es promover el estigma... que la comunidad es drogadicta, es promiscua, son las chismosas, ¿Si ve?, entonces no se compara con lo que por ejemplo se ve en Bucaramanga”*(P8). Se encontró además que los miembros de la comunidad consideran al municipio de

Pamplona, como un lugar altamente influenciado por la religión, siendo esto un impedimento para vivir de acuerdo a como les gustaría vivir.

De acuerdo a lo anterior, se tiene que las manifestaciones de rechazo por parte de la religión hacia los miembros de la comunidad significa un impedimento a la hora de conformar su identidad sexual y/u orientación sexual, puesto que algunos de los encuestados (P1, P7, P9) manifestaron que, al inicio de su etapa de confusión de identidad, se sintieron avergonzados, criticados, juzgados y vulnerados por parte de estas instancias, debido a que ellas consideran que no está bien ante los ojos de Dios, por ende están “*enfermas*” o consideradas “*aberraciones*”; lo que ocasiona en ellos un retraimiento social, impidiendo que acudan en busca de ayuda por creencias irracionales de ser vulnerados de burlas por su condición sexual.

Comportamiento

En el comportamiento, cabe destacar que este se encuentra ceñido a múltiples factores, ya que en algunos casos se ven influenciados por su círculo social, situaciones sentimentales y estigmas. Esta última relacionándose directamente con la familia, comunidad, entre otros; trayendo consigo repercusiones y malestar en ellos, estos constructos sociales caracterizan tanto a los miembros que, de cierta manera se ven influenciados a interiorizar dichas conductas, siendo algunas de ellas, adoptar roles que tal vez no coincidan con su personalidad, teniendo por ejemplo el acceso a sustancias, ser promiscuos, ser “*chismosas*” y ser aquellos quienes poseen ITS.

Consumo de SPA

De igual forma, en siete (7) de los entrevistados, es común inhibir el estrés a través del consumo de alguna sustancia, siendo la más común de estas el alcohol, seguido del cigarrillo y la marihuana. Considerándola la ruta de escape más sencilla de no afrontar el malestar u olvidarse de este, según la opinión de ellos; este comportamiento refuerza uno de los estigmas que también se manifiesta dentro de la comunidad diversa, que es el de ser personas con un consumo constante de sustancias. Se resalta que todos los entrevistados manifiestan ser conscientes que el consumo de

SPA, son perjudiciales para la salud y que en casos este puede desencadenar una pérdida de la realidad y de la personalidad, ya que P4, P3 y P9 manifiestan que bajo el uso de estas sustancias, es cuando generalmente comenten errores pues “*cuando consumo soy otro*”. Generando en ellos sentimientos de culpa.

Cabe mencionar que el círculo social es influyente en que los miembros de la comunidad consuman o no consuman algún tipo de sustancia, de igual modo son conscientes que el consumo de las mismas genera disminución del círculo social y debilitamiento en las redes de apoyo. Para P5 y P8 gracias a su círculo social es que puede tener mayor acceso a dichas sustancias; mientras que, por el otro, el círculo social funge como agente protector al consumo de dichas sustancias por medio de diversas estrategias, por mencionar, se encuentran el salir a caminar, jugar videojuegos, disminuir la sensación por medio de golosinas y expresiones artísticas como el teatro, música, dibujo y escritura.

Se encontró además, que las personas que usan estrategias diferentes al consumo de sustancias (expresiones artísticas, videojuegos, caminatas, etc.), son aquellos quienes también cuentan con un círculo social más amplio; haciendo, según lo evidenciado a través de las entrevistas, más susceptibles a quienes no tienen un grupo social conformado desde su percepción a que usen las sustancias como recurso para la disminución de sensaciones de estrés; destacando que, dentro de la presente investigación, las personas que no percibían un apoyo social significativo fueron las personas transgénero, ya que eran las que no tenían un círculo social percibido, contaban como único recurso a su pareja (P2, P9).

Continuando el argumento, se hace referencia a los entrevistados transgénero, puesto que, por un lado, son personas quienes suelen reaccionar de manera agresiva ante circunstancias que les representan malestar, lo cual puede servir como predictor del porqué de la limitación de su círculo social; y por el otro, dentro del discurso de los mismos, se encuentra que idealizan sus relaciones, en el sentido que buscan que las

personas con las que están en contacto se centren únicamente en ellos, queriendo limitar el círculo social de su mismo entorno.

Conductas

Ahora bien, referido a la población homosexual, se encontró que estos (P1, P3, P4 P5, P6, P7, P8 y P11) dentro de su repertorio conductual cuando se presenta una situación estresante, usan generalmente el aislamiento para después recurrir al llanto, y un caso en particular, refiere calmarse por medio de la violencia, golpeando a una pared como forma de canalización de su frustración; una vez el estado emocional de la persona se regula, comentan la situación con alguien en los que saben que pueden confiar, buscando algunas veces consejo, en otras ocasiones buscar ser solamente escuchados. Manifiestan que con eso suele ser suficiente, ya que con ello confirman que se sienten importantes para sus seres queridos.

Cabe resaltar que esta conducta de contar las situaciones estresantes en mayor medida suelen suceder después que esta ya ha sucedido, puesto que 10 de los participantes manifestaron que en el momento de la situación aversiva, por lo general no les gusta hablar con nadie, por el contrario prefieren aislarse y esperar que el malestar disminuya, consideran que no tienen buena comunicación ni manejo de emociones durante el suceso, puesto que el razonamiento se ve nublado por la ira y la tristeza.

La muestra manifestó, que al de vivir situaciones estresantes a nivel físico suelen padecer alteraciones de tal forma que logran percibir que su sistema cardiaco se altera, del mismo modo a nivel respiratorio, pero todos concuerdan que el que se hace más evidente es el sistema circulatorios, pues este ocasiona en ellos robotización a nivel facial, el cual genera malestar, así mismo manifiestan que este tipo de sensaciones les causan ansiedad, llevándolos a cuestionarse sobre sus actos y su propia existencia, lo que crea en ellos pensamientos distorsionados de su realidad, formándolos en algunos casos con un autoestima baja P5 *“pues en algunos casos me hacen sentir inferior a ellos”* frente a estos casos los entrevistados expresan este sentimiento de frustración en forma de llanto e ira.

De la misma manera se encontró que estos en el ámbito académico no presentan mayores conflictos estresantes en la actualidad, pues manifestaron que cuando entraron al proceso de formación académica superior, estos se dieron a conocer con sus compañeros se mostraron de esta forma, pero si refieren que en el transcurrir del colegio sufrieron momentos estresantes, pues se enfrentaron a la burla y a la estigmatización por parte de su círculo social, refieren que durante este trance no contaron con ningún tipo de apoyo, por el contrario sintieron el rechazo por su condición lo que los obligo a retraerse y en el caso de 3 entrevistados cambiar como mínimo de 5 colegios, solo un sujeto manifiesta tener problemas en la actualidad con sus compañeros de clase, la cual es una situación de gran carga emocional para él pues convive gran parte del día con ellos y cada que ve a estas personas las cuales causaron este malestar vuelven a padecer el malestar.

Habilidades sociales

Comunicación.

Ahora bien, cuando se refiere a las habilidades sociales dentro de lo observado por el grupo focal se nota que, cuando el estrés domina las acciones de los encuestados, se tiende a que estos buscan aislarse, buscando un momento de paz en el cual poder controlar sus impulsos y, luego de un tiempo, toman alguna de las siguientes acciones: buscar alternativas para mejorar dicha situación, buscar más cosas por las cuales aumentar la sensación de malestar o, aislarse de las personas con el fin de evitar dolores de cabeza. Tomando lo último como referencia se dice que *“Me irrito, me da fastidio tener que estar al lado de la gente y no los aguanto...; cuando me siento mal, cualquier cosa me puede, incluso hasta que me respiren me da fastidio”* (P6 y P10).

De acuerdo a lo anterior, se permite divisar que los entrevistados tienen dificultades a la hora de expresar sus emociones de manera asertiva, puesto que se argumenta en todos los casos que se opta por postergar la conversación, de modo que la sensación disminuya con el paso del tiempo para después reaccionar, sin confrontar la situación cuando el malestar hace presencia, sino cuando este desaparece. Con base lo

anterior, cuando el evento que ocasiona el malestar es compartido a otras personas, 8 de los entrevistados (P1, P3, P4, P5, P6, P7, P8 y P10) refieren hacerlo a amigos con los que el proceso de *coming out* (salir del closet) ya se ha compartido, refiriendo que lo hacen cuando la emoción que la noticia les deja es bastante fuerte o porque les ayudan a encontrar una solución efectiva.

También se obtuvo evidencia de que cuando no se toman las alternativas anteriormente mencionadas, es posible que las personas decidan no comentar el suceso, puesto que consideran que no serán comprendidos; o, si lo comentan, suelen hacerlo por medio de redes sociales y a personas desconocidas pertenecientes a la comunidad. De acuerdo a las observaciones hechas, también se permite deducir que fueron pocos los entrevistados que se sienten cómodos al comentar sus inconvenientes a las personas pertenecientes a las personas que consideran de confianza (P1 y P7), permitiendo ver una disminuida apertura emocional de ellos hacia sus personas cercanas.

Por último, se tiene que en 8 de los entrevistados (P1, P2, P4, P6, P7, P8 y P10), consideran que la comunicación con sus compañeros de clase, sirve como posible desencadenante de estrés; al indagar en el porqué de tal afirmación, se encontró que las posibilidades son varias, algunas de ellas son que en algún momento han tenido choques por comentarios tanto de una parte como de otra; también se mencionó que no son los compañeros de la persona entrevistada, sino de la pareja de la misma, ya que al ser alguien muy celoso, se siente incómodo cuando hacen ciertos comentarios hacia su pareja y, la última razón considerada por los entrevistados, fue que en momentos sus compañeros de clase no comparten el mismo nivel de compromiso académico, generando esto malestar hacia los mismos; caso contrario de quienes afirman que sus compañeros no inciden en si estos pueden llegar a estresarse ya que no les interesa lo que estos puedan decir y porque consideran que sus allegados no harían algo que los hiciera sentir estresados.

Estrés.

Haciendo referencia al estrés que los miembros pertenecientes a la comunidad diversa entrevistados, se tiene en cuenta que la conducta frente al estrés presenta muchas variaciones, sin embargo, hay tres (3) conductas que se repiten en mayor frecuencia por parte de los entrevistados, la primera de ellas es reaccionar al estrés por medio del llanto, al igual que encerrarse para permitir que la situación se interiorice sin somatizar reacciones como el llanto y, por último, se actúa de manera precipitada, haciendo que algunos de los entrevistado tomen malas decisiones (P7 y P10; P1 y P8; P3 y P4 respectivamente). Por otro lado, también hay respuestas al estrés que son aisladas, como lo son el ser agresivos ante la situación o groseros ante la persona que le ocasiona el estrés; también se encontró que hay problemas de habla en el momento, siendo la tartamudez el más común de estos; también se menciona que al estar tanto tiempo con la pareja, esta previene algún tipo de reacción desproporcionada al estrés, mientras que, también hay constancia de que alguien toca la guitarra con el fin de regular su estado estresado.

Continuando con lo relacionado al estrés, los participantes dentro del grupo focal manifiestan diferencias que ellos perciben de sí mismos en un momento de calma en comparación de un momento de estrés respectivamente, mostrando que estos suelen estar tranquilos y serenos cuando no presentan algún tipo de presión, ahora, cuando se sienten estresados exponen cambios, ya sean a nivel fisiológico o psicológico. A nivel fisiológico, se encuentran somatizaciones como cefalea, rigidez corporal, hiperventilación, ruborización, falta de apetito y taquicardia. Aparte a eso, 10 de los entrevistados refirieron que, dentro del entorno educativo, su mayor generador de estrés está en la semana de parciales (P1, P2, P3, P4, P5, P6, P7, P8, P10 y P11); mientras que solo un entrevistado refiere que lo que mayor estrés lo profiere en el ámbito educativo es tener que encontrarse con un profesor en concreto, ya que este le extorsionaba y era foco de *Bull ying* por parte del docente.

Por otro lado, a nivel psicológico, las reacciones de los entrevistados fueron también cambiantes, sin embargo, las respuestas más comunes de estos fueron cuatro

(4): evasión de la situación estresante (P1 y P4), cuestionamientos sobre la vida, puesto que no se merece sufrir (P3 y P10), la siguiente opción encontrada en común fue el desorden de las ideas (P5 y P11) y, por último, se encontró la sensación de vulnerabilidad ante la situación (P7 y P8); mientras que, las respuestas menos suscitadas dentro de los entrevistados, fueron la reacción por medio de la ira y la tristeza, la impotencia, y la mediación. De este apartado destaca la poca presencia de alternativas que pretenden solucionar la situación, puesto que solo un entrevistado (P6) da soluciones a la situación que le genera malestar, permitiendo ver que, dentro de la comunidad diversa, las situaciones de estrés, en pocas ocasiones se solucionan, y las respuestas emocionales predominan.

Manejo de emociones.

De acuerdo a lo que manifiestan los entrevistados a través del grupo focal, es común para ellos responder con emocionalidad ante situaciones que les generan malestar; puesto que, dentro del grupo focal, a estos cuando se les pregunto acerca de cómo reaccionan ante las ofensas de otras personas (pertenecientes o no a la comunidad), solo uno de los entrevistados dice recurrir de manera serena ante esa persona y tratar de encontrar soluciones (P7), mientras que, según lo descrito por los demás participantes, es la respuesta emocional lo que hace presencia en estos casos, sea por medio del llanto, el enojo o culpar a los mismos miembros de la comunidad. Según lo anterior, se refiere que, a grandes rasgos, la población estudiantil superior en Pamplona perteneciente a la comunidad diversa responden a las ofensas con un alto componente emocional de por medio.

Así mismo, cuando hace presencia una situación de alto estrés para la población de la comunidad diversa, la forma de estos para controlar la emoción que les genera suelen ser variadas. Según los entrevistados, las opciones más comunes a la hora de regular sus emociones, enmarcadas desde el malestar, son el escuchar música como la más usada (P5, P8 y P11), otra opción viable pero no tan usada por estos es la de salir a caminar; por otro lado, otras estrategias para este fin pero con menos frecuencia de uso son el uso de videojuegos, recurrir al llanto como vía drenadora del malestar, hacer

actividades académicas, hablar con personas, discutir la situación con amigos, leer y consumir alguna golosina como el chocolate o las gomas.

Círculo social.

Por último, dentro de la subcategoría denominada como círculo social, se encontró que los miembros pertenecientes a la comunidad diversa en Pamplona, se nota qué en la mayoría de los casos, los entrevistados acuden a su círculo social para recibir apoyo por parte de estos, evidenciado en que estos al sentirse escuchados consideran que la relación les provee seguridad y consejo cuando lo solicitan; al respecto opinan que estos que son una “vía de desahogo”, también manifiestan abrirse totalmente a la pareja puesto que no existen los secretos entre ellos, brindándoles rutas de acción para tomar una decisión. Por otro lado, y como observación dentro de las respuestas brindadas por los entrevistados, se encontró que las personas transgénero poseen un círculo social bastante limitado, puesto que, o no se tiene ninguno o se reduce a su pareja.

Respecto a esto último, se cuenta que las personas transgénero aparte de poseer un círculo social casi nulo, estos no mencionan sus problemas a personas allegadas o conocidas; caso contrario con los demás entrevistados quienes son homosexuales y pansexuales, quienes unánimemente si manifiestan recurrir a personas de su círculo social cuando algo les genera estrés, ya que a través de ellos encuentran un apoyo con el cual poder dar estrategias para solucionar de manera eficaz. Comparando con las versiones de estos dos subgrupos de entrevistados se nota que, aparte de no tener un círculo social que les sirva de red de apoyo, las personas transgénero, tienden a tener más reacciones conflictivas, puesto que *“si a mí me agreden, yo agredo, no me voy a dejar pisotear por nadie... y si me violentan yo les doy más duro porque no me voy a dejar”* (P9); o *“cuando discuto con mi papa o con mi pareja soy todo efusivo y me encierro en mi cuarto a golpear las paredes, la almohada... usar la fuerza (física) me permite calmarme”* (P2).

Dando paso a otro aspecto, se encuentra que, cuando los entrevistados solicitan ayuda a alguien y estos no reciben el apoyo que hubiesen deseado, la reacción más

común es la de sentirse triste (P2, P3 y P10) o iracundos (P1, P4 y P7). Aparte a esto, las reacciones que también se pueden presentar según los testimonios son frustrarse, entender que la otra persona no siente la misma estima hacia él, preguntarse si el otro pasa por un momento similar; y, también se manifiesta que o no les ha pasado, o que al estar acostumbrados al rechazo se ha creado un “*escudo protector*” (P11), entonces no le afecta tanto.

Ahora bien, cuando se menciona si el círculo social puede incentivar o prevenir el consumo de sustancias, los participantes manifiestan que influyen de gran medida (P1, P2, P3, P4, P6, P9 y P11), sin embargo la decisión de consumir o no la sustancia, recae únicamente en la decisión de la persona; mientras que los demás participantes argumentan que la influencia de su círculo social nunca los ha inducido al consumo de algún tipo de sustancia; en este aspecto se rescata el hecho de que la mayoría de los entrevistados cursan sus primeros semestres en educación superior, o viven con sus padres

La ultima situación a considerar dentro del círculo social de los participantes fue la incidencia que esta tiene, en concreto el círculo social dentro del sector académico, como un desencadenante de estrés. Obteniendo por medio de sus manifestaciones que durante el proceso educativo se va forjando un vínculo con esas personas, entonces cuando no comparten opiniones o tienen un choque personal, buscan evitar el contacto con ellos, porque verlos los predispone (P1, P7, P8, P11); otra reacción común y que también se refirió de parte de los entrevistados fue la de que su entorno escolar no repercute en ellos, ya que esta no significa nada para ellos, y que si alguien decide acercarse a ellos para tener contacto, será porque buscan algo más que un compañerismo académico, entonces no se refieren a ellos como “*compañeros*” sino como “*amigos*”.

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADO

En el presente apartado se contrastan los resultados obtenidos por parte de las distintas estrategias de recopilación de información, que para este caso fueron la observación, el grupo focal y la entrevista semiestructurada. La contrastación anterior mencionada, se llevó a cabo con la teoría encontrada, la cual está plasmada dentro del marco teórico, obteniendo durante el proceso refutar o apoyar supuestos teóricos hechos con anterioridad.

Primeramente se expone el termino de habilidades sociales, el cual, según Ortega y cols. (2014), se definen como una capacidad propia del individuo para responder efectivamente a los estímulos sociales, tomando en consideración el comportamiento de los demás sobre lo que es o no correcto. De acuerdo a esto, se establece además que, la persona socialmente hábil no es la misma que tiene un gran repertorio de conductas socialmente aceptadas, sino que, es aquella con la capacidad de usar sus recursos (así sean pocos) de manera adecuada según los estándares del contexto en el cual se encuentran inmersos (Dongil y Canon, 2014).

Con base a lo anterior se realizó la siguiente interrogante ¿tienen que ver las habilidades sociales como agente protector ante el estrés? Para tal fin, se toma la definición de Vidal y cols. (2018) acerca de este, el cual lo menciona como un proceso interactivo entre sujeto y entorno que prepara al individuo a reaccionar ante cualquier estímulo novedoso. Del mismo modo, el estrés no es un factor que genera problemas, ya que en determinadas circunstancias ayuda a cumplir tareas o mejorar desempeños según la necesidad que se presenta. Hecha esta salvedad, se pretende hacer uso del concepto de estrés en esta investigación como aquel que genera repercusiones psicofisiológicas negativas en el sujeto, puesto que, se estipula que al ser aun rechazados por algunos sectores, la comunidad LGBTI+ se ve más expuesta que la heterosexual a presiones sociales, haciéndolas más vulnerables a cuadros clínicos como la depresión o ansiedad (Caribe afirmativo, 2016; VvAa, 2012).

Según lo previamente expuesto, y basándose en las categorías establecidas, se parte del hecho de que la comunidad diversa busca, entre otras cosas, hacer ver que sus derechos son los mismos que los que poseen las personas no pertenecientes a la comunidad. Puesto que, según Vásquez (2017), pese a que Colombia es uno de los países que ratifican los derechos de las personas LGBTI+, los esfuerzos para realizar tal fin no son los adecuados para hacer que así se cumplan. Lo cual concuerda con la versión de dos de los entrevistados, puesto que se hace mención de que las fuerzas militares, en especial la Policía Nacional, son de los entes gubernamentales que más propician vulneración de derechos hacia estas personas, ya que *“Pese a que se ha hecho mucho, la lucha continua porque aún faltan cosas por lograr...; una vez la policía me encarcelo porque según ellos yo no tenía por qué estar vestida de mujer”* (P9).

Según lo manifiesta la persona entrevistada, lo establecido por la ley no concuerda con lo que se vive en el día a día. Algo similar con lo que se realizó en 1993 en la acción de tutela T-594, la cual fue la primera petición de derecho en pro de la comunidad LGBTI+ (Mejía y Almaza, 2010), que constó en que una persona transgénero buscaba cambiar su nombre de Carlos a Pamela, ya que la anterior entrevistada manifiesta haber tomado acciones legales puesto que ha sido violentada en 4 ocasiones por parte de la Policía, en una de ellas fue incluso recluida en prisión por motivos relacionados a su condición de “chica trans”, manifiesta.

También se encontró que dentro de la comunidad, han sido pocas las personas entrevistadas que han revelado en su totalidad su orientación sexual, ya que manifiestan que temen perder el apoyo de sus familias, especialmente en lo financiero, ya que al ser estudiantes de educación superior presentan dificultades para ser autónomos económicamente hablando. Mientras que un entrevistado refiere que, cuando comento con su familia el hecho de ser homosexual, fue echado de su hogar por tres (3) años, manifestando que a día de hoy, cuando han pasado 9 años de aquel evento *“mi mamá me acepta pero yo creo que me ve como algo raro porque ya no compartimos como antes”* (P11). Un caso similar se presentó con otro entrevistado quien afirma que su papa *“dijo que lo había defraudado...; cuando recibí mi libreta militar, porque pague*

servicio para que no se sintiera así y me dijo que se sentía orgulloso, ya como que una carga se liberó de mí.” (P6).

Lo anterior permite evidenciar que los padres esperan que sus hijos interioricen la heterosexualidad como forma de vida, lo cual refuerzo lo expuesto por Barreto y cols. (2017), Quien en su informe pudo concluir que en Colombia, la exclusión educativa a personas LGBTI+ no son ocasionadas por la institución a la cual quieren acceder; muchas veces es porque sus padres pierden todo tipo de contacto con sus hijos, puesto que se sienten traicionados al identificarse con una orientación que no es la heterosexual, causando en el proceso, una facturación de la relación entre padres e hijos (Ardila, 2008).

Otro aspecto a destacar, es que en los supuestos teóricos de Inglehart (citado por Cruz y cols., 2015), se describe que los índices de tolerancia a la homosexualidad parecen aumentar, en relación a ciertos factores, uno de ellos refiere que el estado socioeconómico de la persona influyen en su tolerancia. De acuerdo a lo referido por los entrevistados quienes han confesado su orientación sexual a sus padres, se encuentran dos posturas respecto a la revelación, está la del estudiante procedente de un municipio aledaño quien refiere que a actualmente es por crédito estudiantil, trabajo y prestamos es que ha logrado estudiar (P11); caso contrario de un entrevistado proveniente de una ciudad, quien menciona que luego de ese “duelo” por el que sus padres pasaron, recibió el afecto por parte de estos (menciona que no en la misma medida) y sustento económico para llevar a cabo su formación profesional.

Dando paso a lo concerniente a las redes de apoyo, se encontró con lo observado y manifestado de parte de los entrevistados una disminución paulatina de su red de apoyo, a tal punto, que los entrevistados transgénero contaban, según su testimonio, solo contaban con su pareja como apoyo social y emocional; representando el sector menos favorecido en este aspecto; los demás entrevistados refirieron que, pese a ser limitado, consideran que los amigos que han construido luego del *coming out* (salir del closet), han servido de mucha ayuda para situaciones que los afectan, siendo más que una

escucha, una persona en la cual confiar. De acuerdo a esto, Puigbo y cols. (2019) mencionan que, dentro del afrontamiento centrado en las emociones, el contar con una red de apoyo consistente permite a las personas manejar situaciones estresantes en la cotidianidad, sugiriendo que, a mayor apoyo social percibido, mayor capacidad de sobreponerse antes situaciones que generan malestar (Rojas, M., 2018;)

Por otro lado, para aquellas personas quienes refieren contar con una sola persona, o en su defecto ninguna, se observó durante las entrevistas que suelen reaccionar de manera agresiva o desproporcionada, incluso usar agresiones físicas ante situaciones nuevas que lo estresan; esto retoma lo propuesto por Bockting (2003; citado por Rojas, M., 2018) en donde se encontró que en población transexual y transgénero hay una relación negativa entre el apoyo social y el malestar psicológico en estas personas; sugiriendo que cuando hay menor apoyo social la persona es más propensa a somatizar angustias, la cual se expone también por medio de agresiones.

Además de lo anterior, se concuerda con los resultados de Rojas (2018), puesto que afirma que las personas transgénero y transexual tienen niveles medios-bajos de apoyo social, motivo por el cual hacen presencia síntomas asociados a la ansiedad y la depresión; también se relaciona con la autora en que los sujetos de esta investigación han recibido más apoyo social por parte de una persona importante de su círculo social sin que estos sean necesariamente de su familia. Aparte de lo anterior, se ha demostrado repercusiones de aquellos quienes no cuentan con una red de apoyo estable, como es el ejemplo de baja autoestima o malestar psicológico en general, desembocando a su vez en problemas de salud, como enfermedades cardiovasculares, conductas sexuales de riesgo, uso indebido de sustancias, ansiedad o depresión (Baron, 2011); expuesta por uno de los participantes quien refiere haber consumido “*Marihuana...; bazuco...; bóxer...; heroína...; perico*”, y que, a su vez, esta medicada con fármacos antidepresivos (P9).

De lo referido por Baron (2011), quien refiere el uso de sustancias como comportamiento riesgoso para la persona causado por una falta de apoyo, se toma que,

dentro de los entrevistados que refieren tener un círculo social reducido, no únicamente los participantes transgénero, manifiestan haber consumido al menos marihuana y han tenido épocas de consumo compulsivo (P1, P6, P8 y P9), quienes refieren haberlo hecho porque “... rompí con mi pareja y pues... el’ show””; “yo lo hice por mucho tiempo, pero era para olvidarme de todo... no tiene idea de lo jodido que es que sus propios papás lo quieran negar a uno”. Esto, según autores como Chan y Nock (2009) puede desembocar en ideación suicida, defendiendo el sentido el tener personas con una relación empática, el de sentirse seguro de sí mismo y la afectividad como agentes protectores de estas conductas.

Respecto a su conducta, se obtiene que, por fuera de recurrir a actividades relacionadas al consumo de sustancia, los participantes quienes cuentan con otro tipo de repertorios para tratar una situación estresante, son los que tienen un círculo social más abundante, haciendo a las sustancia uno de sus últimos recursos; por mencionar algunas de las actividades que se llevan a cabo, se encuentran el salir a caminar, mientras se mencionaba esta actividad, se notaba en el participante una sensación de gusto ya que comentaba “... me pongo a ver pasar a la gente por ahí y cuando veo un perrito juego con él y, bueno, ahí se conocen nuevas personas” (P10), lo cual apoya el supuesto de Suriá y cols. (2015) quien reporta que las personas con altos índices de interacción social son menos propensas a tener conductas dañinas hacia sí mismos, como lo es el suicidio, el abuso de sustancias, entre otras.

Dentro del marco del comportamiento de los entrevistados, se tiene que, cuando iniciaron su proceso de formación superior, estos se presentaron ante sus nuevos compañeros de clase, siendo aceptados por unos y rechazados por otros; sin embargo, en muy pocas ocasiones se presentaban casos de acoso, lo que si se presenció en gran medida fue cuando ellos asistían a su formación bachiller, relacionándose con los conceptos propuestos por Ardila (2008), quien afirma que durante la adultez, es donde la persona se identifica con su orientación sexual, ya que tiene contacto con personas que comparten sus mismos gustos, percibiendo apoyo social de los mismos; mientras que las percepciones acerca de la pareja van cambiando a su vez, puesto que ya no se toman

como sujetos proveedores de placer, sino un apoyo emocional para ellos, como se evidencia en los encuestados que refieren que su pareja son una ayuda cuando se sienten tristes, confundidos o cuando no saben a quién recurrir.

Continuando con lo relacionado a las habilidades sociales, se tiene que los participantes, en determinadas situaciones ponen en práctica las habilidades sociales; sin embargo, en algunos casos no son hábiles socialmente (Dongil y Canon., 2014), puesto que optan por permitir que alguien los agrede verbalmente para permitirles que se repita la conducta (P1, P3, P4, P5, P6, P7, P8 y P10), lo cual los pone en una situación de vulnerabilidad al no reaccionar a tiempo (Suriá y cols., 2015). Dejando que este tipo de situaciones los impulse a seguir en silencio cada vez que esto pase, hasta que se normalice la situación.

Con base en lo anterior se apoyan los conceptos propuestos por (Adam, Bernabeu & Pla, 2015) en donde “creencias populares sobre grupos sociales específicos o sobre determinada clase de individuo reafirman las conductas” en este caso las comentadas anteriormente mencionadas, puesto que los participantes deciden guardar silencio ante estas acusaciones. Sin embargo estas conductas no deben ser catalogadas como inteligencia emocional.

CONCLUSIONES

Según la revisión teórica y el desarrollo de la investigación se encontró que la comunidad LGBTI+ o comunidad diversa en Colombia, siempre se encuentra en el foco de atención de la sociedad, esto debido a los distintos factores controversiales que se presentan en su diario vivir, dado esto, han tenido que implementar múltiples herramientas que les permitan sobreponerse a todas las situaciones estresantes a las que se exponen todos los días, una de estas herramientas es el uso de sus habilidades sociales, las cuales les permiten afrontar estas situaciones estresantes. Es por esto que la investigación buscó conocer si los estudiantes de Educación Superior residentes en el municipio de Pamplona, usan las habilidades sociales como estrategia de afrontamiento a los distintos factores que les generan estrés, de igual forma conocer cuál es el comportamiento de los mismos cuando se ven expuestos a una situación aversiva, la investigación también permitió conocer que la población diversa residente en Pamplona sufre y de cierta manera tolera la estigmatización y los estereotipos que la sociedad señala.

Se deduce que de cierta manera toleran la estigmatización y los estereotipos puesto que, se encontró que soportan las señalizaciones y rechazo guardando silencio y aislándose, a su vez, no actúan en pro de cambiar estas marcas sino, por el contrario, hacen el intento de no saltar las normas o reglas impuestas según la cultura o las creencias del contexto en el que conviven, siendo esta es una de las causas por las cuales no se presenta la expresión de género de manera libre.

De esta manera se verificó el estigma que sufre la comunidad LGBTI+ en el sector, por medio de la revisión teórica y de los relatos expuestos por los participantes en la investigación. De modo que este factor influye de manera directa tanto comportamental como cognitivamente causando en ellos afección del autoestima. Dentro de los estigmas, el que más hace presencia en las entrevistas es el creado por la religión el cual considera a todas aquellas personas pertenecientes a la comunidad diversa como “una aberración” (Daza, J. y Meneses, C., 2019).

Del mismo modo, se encontró que la exposición constante a este tipo de comentarios genera en la población estudiada cuestionarse acerca de si su decisión de exponer su orientación sexual fue la correcta, así mismo genera pensamientos de minusvalía así como lo expresaron dos participantes “he llegado a sentirme menos porque me comparan con mis hermanos o con otras personas queriendo decirme que estoy enfermo o que ellos son mejores” lo cual genera en ellos un cambio en la conducta ya que en algunos casos los lleva al aislamiento continuo hasta el punto de disminuir significativamente sus círculos social.

Otro aspecto que refuerza el estigma dentro de la sociedad es que aún dentro de la comunidad se presentan distintos estigmas, algunos de ellos comentados por los entrevistados es “si hago parte de la comunidad debo comportarme de cierto modo” causando en algunos casos la adopción de conductas que desde su perspectiva no corresponde a su personalidad.

Otro de los estigmas mencionados dentro de la comunidad LGBTI+ es que todos los homosexuales son promiscuos, lo que conlleva que en la sociedad heterosexual se cree el estigma debido a su promiscuidad que son los principales portadores de las enfermedades e infecciones de transmisión sexual, lo que conlleva a un rechazo. Además de lo mencionado, se encontró a través de los testimonios obtenidos que otros de los estigmas que les han referido han sido el estigma laboral, puesto que miembros abiertamente LGBTI+ son catalogados únicamente como “*peluqueros o trabajadores sexuales*”.

Además de lo anterior fueron manifestados otro tipos de estigmas, de las cuales se mencionan los estigmas asociados a su conducta sexual, ya que manifestaron que es común que a ellos se los catalogue como las personas que contienen y transmiten las infecciones de transmisión sexual (ITS), siendo también tratados de personas promiscuas, cuyas relaciones amorosas no son significativas para ellos y que, conjuntamente, buscan únicamente tener contacto sexual. También se hizo mención del

estigma relacionado a sus interacciones sociales, considerándolas a estas como tóxicas, puesto que *“esa gente son los chismosos del grupo... les gusta hablar paja”*, refiriéndose en palabras de los encuestados, a que ellos, por medio de sus interacciones buscan ocasionar daño a terceros por medio de tergiversaciones.

A modo de síntesis, los estigmas encontrados y con mayor frecuencia replicados por los participantes fueron: los relacionados a su conducta sexual, en donde se refiere que son promiscuos y portadores de ITS; otro de los estigmas encontrados fueron los laborales, en donde se considera que sus opciones son como peluqueros o trabajadores sexuales; además de los estigmas sobre sus relaciones y, para finalizar, otro estigma referido pero no en mayor frecuencia era aquel de su esperanza de vida, puesto que se manifestó que estos no *“llegan a los 40”*.

Relacionado a lo anterior, pero no considerado dentro de estigmas, se mantiene la creencia por parte de los miembros de la comunidad LGBTI+, que estos pueden *“convertir a cualquier hétero a, mínimo, gay”*.

Uno de los objetivos de los que se buscaba dar respuesta era sobre que habilidades sociales se identificaban dentro de la población, buscando con ello identificar cuales podrían servir para hacer frente al estrés. En el discurso de los participantes se pudieron identificar habilidades sociales tales como escuchar, de rechazar peticiones, expresar afecto, expresar molestia; las cuales, según Ortega y cols. (2014) son efectivas para hacer frente al estrés. Por otro lado, también este autor, existen más habilidades relacionadas al estrés, teniendo por ejemplo resolver la vergüenza, buscar estrategias cuando se encuentra solo, responder a una acusación y prepararse para una conversación difícil (p.8).

Tomando en cuenta la teoría de Cass (1979; citado por Ardila, 2008), dentro de las etapas de aceptación de la identidad con la orientación sexual, se pretendió analizar los estadios de *asumir una identidad y aceptación de una identidad*, las cuales se

referencian como las etapas que mayoritariamente se presentan en la adultez; y la manera en que esto puede repercutir con la manera de afrontar una situación estresante. Dentro del mismo se encontró que aquellos quienes asumen su identidad pero aun no la aceptan, desde la perspectiva teórica de Cass esto refiere al proceso de *coming out*, son personas quienes no manifiestan sus inquietudes a través de las habilidades sociales; que se relaciona en que 10 de 11 participantes no han aceptado su identidad ante sus padres; permitiendo deducir que las personas quienes aún no han aceptado su identidad con la orientación sexual manifiestan problemas a la hora de hacer uso de las habilidades sociales para afrontar el estrés.

Por otro lado, se menciona que el apoyo social percibido (Rojas, 2018) en población LGBT+ no presenta relaciones significativas respecto a los estadios de asumir y aceptar la orientación de Cass, sin embargo, el proceso cognitivo del apoyo social percibido en los encuestados, se relacionan con las propuestas de Rojas cuando refiere que la comunidad LGBTI+ son más susceptibles a ignorar el apoyo social que sienten de su círculo social, como lo menciona un participante *“tal vez ellos no tengan tiempo para que yo le comente mis cosas entonces decido no decírselo pues a ellos”*.

Otro aspecto que merece la pena mencionar es la reacción conductual, la cual tiene incidencias a la hora de referirse al proceso de aceptación, es la conducta que los participantes refieren cuando ya han aceptado su identidad con la orientación sexual. Esto visto cuando las personas quienes no han hecho el proceso de *coming out* manifiestan mayor consumo de sustancias psicoactivas; mientras que los individuos que manifestaron consumir refieren que tienen un consumo de tipo casual, manifestando también que, antes de comentar su identidad con su familia, el consumo era mayor, sin embargo lo atribuían a conflictos amorosos.

Se pudo determinar que dentro de la aceptación existen diversos factores, los cuales desembocan en eventos estresantes dentro de los entrevistados, significando esto en la duda que los mismos sienten respecto a su orientación.

En el momento de descubrimiento de la identidad, se refiere por parte de los encuestados que varios momentos de estrés ocurren durante el mismo, ya que surge la incomodidad de hacer el proceso de *coming out*, puesto que aceptar que sus preferencias sexuales son diferentes a las heterosexuales produce en ellos pensamientos de rechazo hacia propio.

Otro momento de estrés para los entrevistados se presenta cuando ellos sienten que están decepcionando a su familia al momento de contrariar los principios o valores inculcados; siendo que el estigma generado por su propia familia un promotor de la aparición de dichos estados estresantes

Para finalizar, se tiene que según los datos arrojados los encuestados manifiestan conocer y aplicar algunas de las habilidades sociales que permiten la regulación del estrés como escuchar, rechazar peticiones o manifestar molestia; sin embargo, cuando la situación los invade, suelen actuar sin tener en cuenta las habilidades que describieron anteriormente, siendo personas que optan por estar en soledad y, luego de que la emoción generada se atenué toman acción, impidiendo llegar a ser hábiles socialmente.

Esto se ve reflejado en sus conductas a la hora de enfrentar una situación estresante puesto que algunos de ellos reaccionan de distinta manera; por ejemplo una de estas conductas planteadas por ellos mismos son el aislarse, consumir SPA, salir a caminar y en menor medida canalizando sus sentimientos a través de conductas agresivas.

RECOMENDACIONES

En el presente apartado se expondrán las sugerencias que se produjeron en el transcurso de la investigación, las cuales están dirigidas para la comunidad, hacia futuros psicólogos y la comunidad en general; dichas sugerencias surgen de las necesidades expuestas por medio de lo obtenido.

Para la población estudiantil superior perteneciente a la comunidad LGBTI+ que reside en Pamplona, se recomienda una mayor apropiación por el colectivo, ya que existe en el municipio una oficina relacionada a temas de interés para la comunidad que toma el nombre de “Mesa Técnica de Participación Social”, la cual busca, desde dos puntos de vista, mejorar la situación de los miembros de la comunidad quiénes, por motivos de estudio u otros factores, viven en el municipio de Pamplona; sus objetivos son, según el testimonio de una de las participantes, el erradicar los muchos estigmas que aún persisten de la comunidad en el sector; y, promover los derechos de la comunidad diversa.

Para futuros colegas y profesionales de la salud mental, es indispensable continuar avanzando en investigación de procesos de vida de la comunidad LGBTI+ con la finalidad de desarrollar iniciativas y entornos comunales que fomenten su bienestar emocional, sus habilidades sociales e integración en la sociedad para permitirles a las personas con diferente orientación sexual expresarse y actuar como agente libre dentro de su entorno.

Como investigadores del comportamiento humano, es también indispensable concientizar a la sociedad sobre la naturaleza de la comunidad diversidad y eliminar los estigmas, estereotipos, tabús, mitos y creencias erróneas, ya que debido a su fuerte desaprobación no ejercen la expresión de género, causando distanciamiento y otras consecuencias.

Se sugiere crear programas, capacitaciones o encuentros psicoeducativos con el propósito brindar apoyo psicológico y de fortalecer las redes de apoyo, habilidades sociales e inteligencia emocional, para que obtengan un manejo adecuado de la ira, frustración y emociones negativas y así la comunidad diversa pueda integrarse en el medio en el que convive.

Así mismo, se invita a estudiar con mayor profundidad a la comunidad transgénero puesto que en la presente investigación fue la población que presentó un mayor grado de dificultad en su interacción con familiares, círculo social y red de apoyo, con la finalidad de conocer la causa que predomina en sus limitaciones de expresión, interacción y realización de vínculos afectivos, para lograr disminuir conductas de aislamiento.

Del mismo modo, indagar a la comunidad heterosexual para conocer la raíz del rechazo y de los estigmas con el objetivo de psicoeducar sobre la realidad y esencia de la comunidad diversa.

Se propone del mismo modo, sugerir la concientización de la sociedad colombiana poner en práctica los estatutos legales ya establecidos que garantizan la igualdad de condiciones, sean estas laborales, de acceso a la salud, educación y demás hacia los miembros pertenecientes a la comunidad LGBTI+.

REFERENCIAS

- Adam, Bernabeu & Pla. (2015). *Universidad de Valencia*. Recuperado el 8 de 12 de 2019, de Estereotipos y prejuicios de género: factores determinantes en Salud Mental: file:///D:/Downloads/Dialnet-EstereotiposYPrejuiciosDeGenero-4694952.pdf
- Aguilera, L. (30 de Julio de 2016). 'No creo que un menor de edad sea gay o lesbiana a los 5 años'. *El Tiempo*. Obtenido de <https://www.eltiempo.com/archivo/documento/CMS-16659923>
- ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. (2015). *ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. BOGOTÁ MEJOR PARA TODOS*. Recuperado el 8 de 12 de 2019, de SECRETARÍA DISTRITAL DE GOBIERNO. Alcaldía Mayor de Bogotá D.C.: <http://www.gobiernobogota.gov.co/transparencia/informacion-interes/glosario/expresion-genero>
- Amar, J.; Abello, R. y Acosta, C. (2003). Factores protectores: un aporte investigativo desde la psicología comunitaria de la salud. *Psicología desde el Caribe*(11), 107-121. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/213/21301108.pdf>
- APA. (s.f.). *AMERICAN PSYCHOLOGICAL ASSOCIATION*. Recuperado el 3 de 12 de 2019, de Asociación Americana de Psicólogos: <https://www.apa.org/centrodeapoyo/ayudan>
- Aparicio, J. (2009). Ciudadanías y homosexualidades en Colombia. *Revista de Ciencias Sociales*, 35, 43-54. Obtenido de <http://www.bdigital.unal.edu.co/48096/1/ciudadan%C3%ADasyhomosexualidadesencolombia.pdf>
- Ardila, R. (2008). *Psicología y homosexualidad*. Bogotá: El Manual Moderno.
- Asensi, L. (2013). *La comunicación asertiva. Una habilidad personal y profesional*. Obtenido de <https://laura-asensi.blogspot.com/2013/04/la-comunicacion-asertiva-una-habilidad.html>
- Baron, Cascone & Martinez. (2011). *Estigma del sistema de género: aprendizaje de los modelos normativos, bullying y estrategias de reliencia*. Recuperado el 8 de 12 de 2019, de Facultad de Psicología Universidad Complutense de Madrid. : file:///D:/Downloads/41971-Texto%20del%20art%C3%ADculo-66316-6-10-20140407.pdf
- Betina, A.; Contini, N. (2011). Las habilidades sociales en niños y adolescentes. Su importancia en la prevención de trastornos psicopatológicos. *Fundamentos en Humanidades*, 159-182.
- C.N.C. (14 de 09 de 2017). *CONGRESO NACIONAL DE CHILE*. Recuperado el 8 de 12 de 2019, de Evolución del concepto de género: Identidad de género y la orientación sexual.: <https://www.camara.cl/pdf.aspx?prmTIPO=DOCUMENTOCOMUNICACIONC UENTA&prmID=56104>
- Caribe Afirmativo. (2016). *Política pública en diversidad sexual y de género*. Bolívar.
- Cobo, C. (2003). *El comportamiento humano*. Cali. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5006394.pdf>

- Colegio Colombiano de Psicólogos. (2009). *Deontología y bioética del ejercicio de la psicología en Colombia*. Bogotá. Obtenido de https://www.infopsicologica.com/documentos/2009/Deontologia_libro.pdf
- Contini, E. (2015). Agresividad y habilidades sociales en la adolescencia. Una aproximación conceptual. *Psicodebate*, 15(2), 31-54. Obtenido de https://dspace.palermo.edu/ojs/index.php/psicodebate/article/view/533/pdf_12
- Corrales, A.; Quijano, N. y Góngora, E. (2017). Empatía, comunicación asertiva y seguimiento de normas, un programa para desarrollar habilidades para la vida. *Enseñanza en Investigación en Psicología*, 58-65. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/292/29251161005.pdf>
- Cotrina, Y. (2017). Diversidad sexual en la historia jurídica colombiana. *Pensamiento Jurídico*(47), 149-165. Obtenido de <https://revistas.unal.edu.co/index.php/peju/article/view/62010/pdf>
- Cruz, M. y Guibert, Y. (2015). Actitudes hacia la homosexualidad en el Perú. *Cuadernos de investigación*, 11, 4-23. Obtenido de <http://repositorio.pucp.edu.pe/index/bitstream/handle/123456789/47040/Cuadernos%20de%20investigaci%C3%B3n%2011.pdf?sequence=4&isAllowed=y>
- Cubides, J.; Chacón, N.; Garay, C.; Martínez, A.; Montoya, S.; Rodríguez, C.; Barreto, P.; Castro, C.; Castro, J. (2017). *Desafíos contemporáneos de la protección de los derechos humanos en el Sistema Interamericano*. Obtenido de Universidad Católica de Colombia: <https://publicaciones.ucatolica.edu.co/pdf/desafios-contemporaneos-de-la-proteccion-de-los-derechos-humanos.pdf>
- Darío, P. (2014). *Psicología Social*. Recuperado el 29 de 11 de 2019, de EL OBJETO DE ESTUDIO DE LA PSICOLOGÍA SOCIAL: https://www.ehu.es/documents/1463215/1504276/Capitulo+I_Manual+Psic+So_c_2004.pdf/35f62f32-1559-41f8-a807-e35eda66b3dd?version=1.0
- Daza, J. y Meneses, C. (2019). Discriminación en la población LGBT. Pamplona, Colombia: Universidad de Pamplona.
- De la Rosa, C.; González, M. y Jiménez, M. (2015). *Niveles de estrés postraumático en víctimas del conflicto armado de la comunidad LGBTI del departamento de Bolívar*. Cartagena: Univerisda de Buenaventura.
- Díaz, L.; Torruco, U.; Martínez, M. y Varela, M. (2013). La entrevista, recurso flexible y dinámico. *Investigación en Educación Médica*, 2(7), 162-167. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/3497/349733228009.pdf>
- Dongil y Canon. (2014). *programa para las habilidades sociales*. Recuperado el 14 de 10 de 2019, de Sociedad Española para el estudio de la Ansiedad y el Estrés (SEAS): http://www.bemocion.mscbs.gob.es/comoEncontrarmeMejor/guiasAutoayuda/docs/guia_habilidades_sociales.pdf
- Dongil, E.; Cano, A. (2014). *Habilidades Sociales*. Obtenido de Sociedad Española para el estudio de la Ansiedad y el Estrés (SEAS): http://www.bemocion.mscbs.gob.es/ca/comoEncontrarmeMejor/guiasAutoayuda/docs/guia_habilidades_sociales.pdf
- EAFIT. (17 de 10 de 2017). *Psicología social*. Recuperado el 10 de 10 de 2019, de <http://www.eafit.edu.co/programas->

- academicos/pregrados/psicologia/socratica/Paginas/psicologia-social-comunitaria.aspx
- EL TIEMPO. (27 de 11 de 2011). *PERIÓDICO EL TIEMPO*. Recuperado el 8 de 12 de 2019, de EN COLOMBIA HAY MÁS BISEXUALES DE LO QUE SE CREE.: <https://www.eltiempo.com/archivo/documento/MAM-696284>
- Fernández, García & Herrero. (2012). *Investigación LA CONSTRUCCIÓN DE LA IDENTIDAD DE GÉNERO DESDE UNA PERSPECTIVA INTERCULTURAL*. (J. Gracia, Editor) Recuperado el 7 de 12 de 2019, de IDENTIDAD DE GÉNERO DESDE UNA PERSPECTIVA INTERCULTURA: http://www.educandoenigualdad.com/wp-content/uploads/2015/03/IDENTIDAD_GENERO_PERSPECTIVA_INTERCULTURAL.pdf
- Flores, Perez, salazar, Manzo, Lopez, Barajas, & Medina. (2017). Fuentes, síntomas y estrategias de afrontamiento al estrés-competitivo. *Revista de Psicología del Deporte*.
- Gades. (s.f.). *Plan de Acción Tutorial*. Obtenido de Habilidades Sociales: <http://www.cisc.org.mx/liderazgosjuveniles/documentos/MaterialBibliografico/HSE/HabilidadesSociales.pdf>
- García. (2016). *Proyecto Para Pregado. Universidad Javeriana, Cali, Colombia..* Recuperado el 8 de 12 de 2019, de ESTEREOTIPOS DE GÉNERO EN COLOMBIA: UNA MIRADA DESDE LO JURÍDICO.: http://vitela.javerianacali.edu.co/bitstream/handle/11522/7632/Estereotipos_genero_colombia.pdf?sequence=1
- Genérello, J.; Pichardo, J. (s,f). *Homofobia en el sistema educativo*. Obtenido de Comisión de educación de CoGam: <http://www.felgtb.org/rs/466/d112d6ad-54ec-438b-9358-4483f9e98868/807/filename/homofobia-en-el-sistema-educativo.pdf>
- GOBIERNO DE MÉXCO. (17 de 05 de 2016). *GOBIERNO DE MÉXCO*. Recuperado el 7 de 12 de 2019, de SECRETARÍA DE GOBERNACIÓN: <https://www.gob.mx/segob/articulos/que-es-la-identidad-de-genero>
- Hernández, R.; Fernández, C. y Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación*. México D.F.: McGrawHill. Obtenido de <http://observatorio.epacartagena.gov.co/wp-content/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sexta-edicion.compressed.pdf>
- Laura Anton. (2017). *Psicología como ciencia*. Recuperado el 3 de 12 de 2019, de Concepto de Psicología.: http://www.educa.madrid.org/web/ies.laserna.fuenlabrada/filosofia/psicologia/psicologia_ciencia.pdf
- Lopez. (2007). *Relaciones Personales en la escuela*. Recuperado el 28 de 05 de 2019, de <https://educrea.cl/wp-content/uploads/2016/09/DOC2-RELACIONES-SOCIALES.pdf>
- Macías, A.; Madariaga, C.; Valle, M. y Zambrano, J. (2013). Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico. *Psicología desde el Caribe*, 30(1), 123-145. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/213/21328600007.pdf>

- Mann, M. (2013). The Nexus of Stigma and Social Policy: Implications for Pastoral Care and Psychotherapy with Gay, Lesbian, Bisexual and Transgender Persons and Their Families. *Pastoral Psychology*, 62, 199-210. doi:10.1007/s11089-012-0460-1
- Marrero. (2019). *Desarrollo psicosocial*. Recuperado el 28 de 05 de 2019, de <http://academic.uprm.edu/~eddiem/psic3002/id43.htm>
- Martínez, M. (2006). La investigación cualitativa (síntesis conceptual). *Revista IIPSI*, 9(1), 123-146. Obtenido de https://www.researchgate.net/publication/28144043_La_Investigacion_Cualitativa_Sintesis_conceptual/link/024ae72d0cf25bc6d4a1fcdc/download
- Mejía, J.; Almanza, M. (2010). Comunidad Lgbt: Historia y reconocimientos jurídicos. *Revista Justicia.*, 15(17), 78-110. Obtenido de <http://revistas.unisimon.edu.co/index.php/justicia/article/view/618>
- MinEducación. (2013). *Ministerio De Educación Política Social y Deporte. Gobierno De España*. Recuperado el 29 de 11 de 2019, de RELACIÓN DEL HOMBRE CON LOS DEMÁS: <http://recursos.cnice.mec.es/filosofia/pdf/sociedad.pdf>
- MINSALUD. (2016). *REPÚBLICA ARGENTINA. MINISTERIO DE SALUD PARA LA NACIÓN*. Recuperado el 8 de 12 de 2019, de diversidad sexual: http://www.msal.gob.ar/images/stories/bes/graficos/0000000322cnt-2016-07_guia-diversidad-sexual-2016.pdf
- ONU. (2017). *Organización de Las Naciones Unidas de Los Derechos Humanos*. Recuperado el 3 de 12 de 2019, de Glosario de términos.: <https://www.unfe.org/es/definitions/>
- ONU. (17 de 05 de 2019). *NOTICIAS NACIONES UNIDAS*. Recuperado el 30 de 11 de 2019, de La ONU pide eliminar las leyes discriminatorias contra las personas LGTBI: <https://news.un.org/es/story/2019/05/1456161>
- Organización Panamericana de Salud. (2017). *160.a sesión del comité ejecutivo*. Obtenido de https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_docman&view=download&category_slug=160-es-9275&alias=40446-ce160-inf-8-d-s-446&Itemid=270&lang=es
- Ortega, M.; López, S.; Álvarez, M. (2014). *Universidad De Cantabria*. Obtenido de Ciencias Psicosociales I. Habilidades Sociales: https://ocw.unican.es/pluginfile.php/1420/course/section/1836/tema_07.pdf
- Perez, C. R. (2102). Psicología social. En C. R. Perez, *Psicología social* (pág. 11). Mexico: RED TERCER MILENIO S.C. Recuperado el 10 de 10 de 2019
- Pineda, C. (2019). Factores de riesgo de ideación suicida en una muestra de adolescentes y adultos jóvenes colombianos que se autoidentifican como homosexuales. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 48(1), 2-9. Obtenido de <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0034745017300720>
- Pitoňák, M. y Spilková, J. (2016). Homophobic Prejudice in Czech Youth: a Sociodemographic Analysis of Young People's Opinion on Homosexuality. *Sex Research and Social Policy*, 13, 215-229. doi:10.1007/s13178-015-0215-8
- Portillo, M. (2001). Habilidades sociales y competencia comunicativa en la escuela. *Aula De Innovación Educativa.*, 18-22.

- Puigbo, Edo, Rovira, Limonero, & Fernandez. (18 de 03 de 2019). *Influencia de la inteligencia emocional percibida en el afrontamiento*. Recuperado el 10 de 10 de 2019, de file:///D:/Downloads/1-s2.0-S113479371830112X-main.pdf
- Quiceno, M.; Mendoza, B.; Triana, R. y Useche, B. (2014). Conducta sexual de estudiantes universitarios de la ciudad de Cúcuta. *Informes Psicológicos*, 14(1), 129-141. Obtenido de <https://revistas.upb.edu.co/index.php/informespsicologicos/article/view/3078/2711>
- R. Psicología y Educación. (26 de 03 de 2017). *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*. Recuperado el 3 de 12 de 2019, de El concepto de psicología.: <https://www.redalyc.org/pdf/802/80280107.pdf>
- Redacción Nacional y agencias. (2019). Agéndese para las marchas del Orgullo LGBT en Colombia. *El Espectador*. Obtenido de <https://www.elespectador.com/noticias/nacional/agendese-para-las-marchas-del-orgullo-lgbt-en-colombia-articulo-865987>
- Redacción Vivir. (30 de Octubre de 2014). Caso Sergio Urrego y violencia homofóbica. *El Espectador*. Obtenido de <https://www.elespectador.com/noticias/actualidad/caso-sergio-urrego-y-violencia-homofobica-articulo-524936>
- Revista Universidad Politécnico. (sf). *INNATIA*. Recuperado el 28 de 05 de 2019, de <http://www.politecnico metro.edu.co/biblioteca/primerainfancia/desarrollo-psicosocial.pdf>
- ROBERTAZZI, M. (2011). *puntos de partida para una psicología social*. Recuperado el 10 de 10 de 2019, de <http://www.bibliopsi.org/docs/carreras/obligatorias/CFG/social/robertazzi/Robertazzi%20&%20Pertierra%20-%20Psicologia%20social%20historica.pdf>
- Roca. (2014). *como mejorar las habilidades sociales*. Recuperado el 14 de 10 de 2019, de ACDE: <https://www.cop.es/colegiados/PV00520/pdf/Habilidades%20sociales-Dale%20una%20mirada.pdf>
- Rojas, M. (2018). *Relación entre el apoyo social percibido y los síntomas de ansiedad y depresión en población transexual/transgénero*. Obtenido de Universidad Pontificia Comillas: <https://repositorio.comillas.edu/xmlui/bitstream/handle/11531/31728/TFM000967.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Romero, M.; Ruiz, A. (2016). Prevalencia de abuso de alcohol e intervención mediante habilidades sociales en estudiantes del colegio "Ezaquiel Cárdenas Espinoza" en el periodo 2011-2012. *Informes Psicológicos*, 16(1), 157-170. Obtenido de <https://revistas.upb.edu.co/index.php/informespsicologicos/article/view/6486/5958>
- SALAZAR, T. R. (2013). Convergencias conceptuales entre las representaciones sociales y los modelos culturales. *Revista CES Psicología*.
- SEGOB. (2016). *SECRETARÍA DE GOBERNACIÓN*. Recuperado el 8 de 12 de 2019, de CONSEJO NACIONAL PARA PREVENIR LA DISCRIMINACIÓN.: <https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/225271/glosario-TDSyG.pdf>

- Semana Rural. (2018). Así es ser LGBTI en la Colombia rural | Parte I: Sobrevivientes. Colombia. Obtenido de <https://www.youtube.com/watch?v=zLM6x3H06Ng>
- Soto, L. (2006). Síntesis del capítulo Metodología de Investigación Científica Cualitativa de Alberto Quintana Peña. *Psicología: Tópicos de Actualidad.*, 47-84. Obtenido de https://www.academia.edu/24129757/S%C3%ADntesis_de_metodolog%C3%A Da_de_investigaci%C3%B3n_cualitativa?auto=download
- Suárez, Y. (2012). La Inteligencia Emocional como Factor Protector ante el Suicidio en Adolescentes. *Revista de Psicología GEPU*, 3(1), 182-200. Obtenido de <https://revistadepsicologiagepu.es.tl/La-Inteligencia-Emocional-como-Factor-Protector-ante-el-Suicidio-en-Adolescentes.htm>
- Suriá, R.; García, J.; Ortigosa, J. (2015). Perfiles resilientes y su relación con las habilidades sociales en personas con discapacidad motora. *Behavioral Psychology*, 23(1), 35-49. Obtenido de <http://rua.ua.es/dspace/handle/10045/57932>
- Susana Seidmann. (s.f.). *Historia de la Psicología Social*. Recuperado el 16 de septiembre de 2019, de Psicología, Universidad de Buenos Aires, Argentina.: https://www.psi.uba.ar/academica/carrerasdegrado/psicologia/sitios_catedras/obligatorias/035_psicologia_social1/material/descargas/historia_psico_social.pdf
- UANL. (2011). *Universidad Autónoma de Nuevo León de México*. Recuperado el 29 de 11 de 2019, de El Hombre y La Sociedad.: http://cdigital.dgb.uanl.mx/la/1020115361/1020115361_006.pdf
- UDEC. (2016). *UNIVERSIDAD DE CONCEPCIÓN, DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA, CHILE*. . Recuperado el 16 de septiembre de 2019, de PSICOLOGÍA SOCIAL: http://www.sibudec.cl/ebook/UDEC_Psicologia_Social.pdf
- UDIMA. (2018). *Universidad a Distancia de Madrid*. Recuperado el 23 de 11 de 2019, de Psicología Social; Descripción.: <https://www.udima.es/es/psicologia-social.html>
- Unicef. (06 de 2014). *Desarrollo Pscosocial Unicef*. Recuperado el 14 de 10 de 2019, de <https://www.unicef.org/colombia/pdf/ManualDP.pdf>
- UNIPAMPLONA. (15 de MAYO de 2014). *UNIVERSIDAD DE PAMPLONA, PAMPLONA, COLOMBA*. Recuperado el 16 de SEPTIEMBRE de 2019, de PROYECTO EDUCATIVO PSICOLOGÍA (PEP): http://www.unipamplona.edu.co/unipamplona/portalIG/home_70/recursos/01general/15052014/peppsicologia.pdf
- Useche, B. (2005). Medicalización, erotismo y diversidad sexual: una crítica sexológica al DSM-IV-TR (II parte). *Sexología Integral*, 2(2), 25-31. Obtenido de https://www.researchgate.net/publication/233389418_Medicalizacion_erotismo_y_diversidad_sexualuna_critica_sexologica_al_DSM-IV-TR_II_parte
- Vásquez, J. (2017). *ansiedad social experimentada por parejas de la comunidad LGBTI (lesbianas, gay, bisexuales, transexuales e intersexuales) residentes en la ciudad de Medellín*. Obtenido de Corporación Uniersitaria Minuto de Dios.: <https://repository.uniminuto.edu/bitstream/handle/10656/6037/Ansiedad%20social%20comunidad%20LGBTI.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Vicuña, J. (2017). *Prevalencia de ansiedad y depresión en la población no heterosexual del cantón, Quito 2016*. . Obtenido de Universidad Central del Ecuador.: <http://200.12.169.19/bitstream/25000/10717/1/T-UCE-0006-009.pdf>
- VIDAL, MUNTANER, & PAPULO. (2018). DIFERENCIAS DE ESTRÉS Y AFRONTAMIENTO DEL MISMO SEGÚN EL GÉNERO Y CÓMO AFECTA AL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS. *Universitat de les Illes Balears*.
- VvAa. (2012). *Afrontamiento del Estrés y Habilidades Sociales* . Editorial ICB. All rights reserved.