



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CIUDAD JUÁREZ
Instituto de Ciencias Sociales y Administración
Departamento de Ciencias Sociales
Maestría en Psicoterapia Humanista y Educación para la Paz
Programa Nacional de Posgrados de Calidad CONACyT

**“Programa psicoeducativo de estrategias de afrontamiento con
perspectiva de Educación para la Paz en hombres homosexuales. Estudio
de caso”**

Tesina que para obtener el grado de
Maestra en Psicoterapia Humanista y Educación para la Paz

Por

Paola Seañez Arreola
Becada por el Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología

Directora de tesina
Mtra. María Adriana Osio Martínez

Codirector
Dr. Alberto Castro Valles

Tutora Nacional
Dra. Josefina Sandoval Martínez
Universidad de Guadalajara

Ciudad Juárez, Chihuahua

27 de agosto de 2019

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CIUDAD JUÁREZ
Instituto de Ciencias Sociales y Administración
Departamento de Ciencias Sociales
Maestría en Psicoterapia Humanista y Educación para la Paz



“Programa psicoeducativo de estrategias de afrontamiento con perspectiva de Educación para la Paz en hombres homosexuales. Estudio de caso”

Tesina que para obtener el grado de
Maestra en Psicoterapia Humanista y Educación para la Paz

Por

Paola Seañez Arreola

*Matric.171440, CVU. 861107, Bec. 632876
Orcid. 0000-0003-2462-4742*

Dirección

Mtra. María Adriana Osio Martínez

Orcid. 0000-0003-1695-3124

Codirección

Dr. Alberto Castro Valles

Orcid. 0000-0001-6589-0073

Comité Tutorial

Dra. Josefina Sandoval Martínez

Universidad de Guadalajara

Dra. Nancy Alejandra Amador Esparza

Orcid.0000-0002-1178-8089

Dra. María de los Ángeles López Nores

Orcid. 0000-0001-6833-4160

Ciudad Juárez, Chihuahua

20 de septiembre, 2019



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CIUDAD JUÁREZ
INSTITUTO DE CIENCIAS SOCIALES Y ADMINISTRACIÓN
MAESTRÍA EN PSICOTERAPIA HUMANISTA Y EDUCACIÓN PARA LA PAZ

DEPENDENCIA: Ciencias Sociales
FOLIO/MATRÍCULA: 171440
LIBRO:
ACTA PROVISIONAL DE EXAMEN
DE GRADO 2019/08



En Ciudad Juárez, Chihuahua, siendo las 11:00 horas del día 20 de septiembre del 2019, se reunieron los Sinodales:

Dra. Josefina Sandoval Martínez	Presidenta
Dra. María Elena Vidaña Gaytán	Secretaria
Dra. María de los Ángeles López Nores	Vocal

quienes replicaron la presentación del examen profesional de la sustentante; **Paola Seañez Arreola**; terminada la réplica correspondiente, deliberaron de manera reservada y libremente resolvieron declararla:

APROBADA POR UNANIMIDAD DE VOTOS.

otorgándole el grado de **MAESTRA EN PSICOTERAPIA HUMANISTA Y EDUCACIÓN PARA LA PAZ.**

En el ejercicio de su profesión de tan alta responsabilidad, tenga presente, ante todo, que debe emplear sus conocimientos y habilidades profesionales al servicio de las causas justas con lealtad, honradez y ética profesional.

¿PROTESTA SOLEMNEMENTE Y BAJO SU PALABRA DE HONOR QUE, AL EJERCER SU PROFESIÓN, TOMARÁ COMO NORMA DE CONDUCTA EL PRESTIGIO DEL GRADO DE MAESTRÍA, LOS INTERESES DE LA SOCIEDAD Y EL PROGRESO DEL PAÍS?

SI ASÍ LO HICIERE QUE LA REPÚBLICA SE LO PREMIE, Y SI NO, QUE LA COMUNIDAD UNIVERSITARIA Y LA PATRIA SE LO DEMANDE.

Se da fe en esta **UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CIUDAD JUÁREZ**, el día 20 de septiembre del 2019.


Dra. Josefina Sandoval Martínez
PRESIDENTA



Dra. María Elena Vidaña Gaytán
SECRETARIA



Dra. María de los Ángeles López Nores
VOCAL

Cd. Juárez Chihuahua., a 30 de agosto del 2019.
Asunto: Liberación de Tesina.

Comité Académico
de la Maestría en Psicoterapia
Humanista y Educación para la Paz
P r e s e n t e.-

Por medio de este conducto, le comunico que la egresada **Paola Seañez Arreola**, con número de matrícula 171440, ha realizado las modificaciones observadas a su tesina denominada: “**Programa psicoeducativo de estrategias de afrontamiento con perspectiva de Educación para la Paz en hombres homosexuales. Estudio de caso**”, en mi función como Directora en tiempo y forma, por lo que emito la **liberación** del documento final que permita generar los procesos de presentación de su examen de grado.

Sin otro particular, quedo de usted.

Atentamente



Mtra. María Adriana Osio Martínez
Directora de tesina

Cd. Juárez Chihuahua., a 12 de agosto del 2019.
Asunto: Liberación de Tesis.

Comité Académico
de la Maestría en Psicoterapia
Humanista y Educación para la Paz
P r e s e n t e.-

Por medio de este conducto, le comunico que la egresada **Paola Seañez Arreola**, con número de matrícula 171440, ha realizado las modificaciones observadas a su tesis denominada: **“Programa psicoeducativo de estrategias de afrontamiento con perspectiva de Educación para la Paz en hombres homosexuales. Estudio de caso”**, en mi función como Co-director en tiempo y forma, por lo que emito la **liberación** del documento final que permita generar los procesos de presentación de su examen de grado.

Sin otro particular, quedo de usted.

Atentamente



Dr. Alberto Castro Valles
Codirector de tesis



UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA
CENTRO UNIVERSITARIO DE CIENCIAS DE LA SALUD
DIVISIÓN DE DISCIPLINAS PARA EL DESARROLLO, PROMOCIÓN Y PRESERVACIÓN DE LA SALUD
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA APLICADA

Dr. Alberto Castro Valles
Coordinador de la Maestría en Psicoterapia Humanista y
Educación para la Paz
Presente

Por este conducto, la que suscribe como integrante del Comité Tutorial y en la calidad de Tutora Nacional, le comunico que la egresada **Paola Seañez Arreola**, con número de **matrícula 171440**, ha realizado las modificaciones observadas a su documento. En virtud de lo anterior emito el dictamen de **Aprobación a la Tesis**, con el fin de continuar con los trámites para la presentación del examen de grado.

Sin otro particular, le envío un cordial saludo.

Atentamente
"Piensa y trabaja"
Guadalajara, Jalisco, Agosto 13 de 2019

Dra. Josefina Sandoval Martínez
Profesor Investigador Titular B



Departamento de Psicología Aplicada-Universidad de Guadalajara- CUMEX
Violencia, Manejo del Conflicto y Mediación UDG-CA-705

Sierra Nevada 950, Edificio "H", Primer nivel, Colonia Independencia, C. P. 44340
Guadalajara, Jalisco, México. Tel. [52] (33) 10585200 Ext. 33650
www.cucs.udg.mx

Cd. Juárez, Chih., a 12 de agosto de 2019.

Comité Académico
de la Maestría en Psicoterapia Humanista y Educación para la Paz
P r e s e n t e.-

Estimado Dr. Castro:

Por este medio, la que suscribe en mi calidad de lectora de la tesina presentada por la estudiante **Paola Seañez Arreola**, con numero de matricula 171440, me permito comunicarle que la estudiante mencionada ha realizado las modificaciones observadas a su documento. En virtud de lo anterior, emito el dictamen de **aprobación** para que se continúe con los trámites que conduzcan a la presentación de su examen de grado.

A T E N T A M E N T E



DRA. MARIA DE LOS ANGELES LOPEZ
Lectora de tesis

C.c.p. Archivo

Cd. Juárez Chihuahua., a 12 de agosto del 2019.

Asunto: Aprobación de Tesina.

Dr. Alberto Castro Valles
Coordinador de la Maestría en Psicoterapia Humanista y
Educación para la Paz
P r e s e n t e.-

Por medio de este conducto, me permito comunicarle que la egresada **Paola Seañez Arreola**, con número de matrícula 171440, ha cumplido con las modificaciones observadas a su tesina, en mi función como lectora de tesina en tiempo y forma, por lo que emito la aprobación del documento final que permita generar los procesos de presentación de su examen de grado.

Sin otro particular, quedo de usted.

Atentamente



Dra. Nancy Alejandra Amador Esparza
Lectora de tesina

Agradecimientos

Al Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología (CONACyT) le agradezco el apoyo recibido para continuar con mis estudios de grado, con la finalidad de contribuir a la sociedad con los conocimientos adquiridos en el programa.

Agradezco al Coordinador de la Maestría, a mi directora de tesis, a mis lectores y a los docentes envueltos en el proceso de enseñanza del programa por el conocimiento adquirido, el aprendizaje y el apoyo que me brindaron durante la estancia.

Expreso mi profundo agradecimiento al Psicólogo Mario Alberto Maldonado Gutiérrez, quien fue mi principal motivación para entrar al programa, por su apoyo en cada etapa de la maestría, su cariño y admiración que me permitieron seguir día a día y que con su vocación hizo que se despertara en mí un interés por el crecimiento profesional y personal, gracias por creer en mí en todo momento.

A mis padres, quienes con sus palabras de aliento hicieron de mis días mejores y de mis logros los suyos, les agradezco el apoyo incondicional, con su ejemplo ustedes hicieron de mí una profesional con vocación. Gracias por siempre apoyar mis sueños.

A Dianelly Pacheco Villareal, por su amistad, su generosidad y su alegría, agradezco la confianza que me diste y el apoyo que necesitaba para recorrer el camino del éxito, siempre te estaré agradecida por las palabras de aliento en momentos necesarios.

Agradezco profundamente al Mtro. David Hernández Pérez y a la Mtra. Gabriela Saucedo por su valentía, su capacidad de empatía y escucha activa, por los conocimientos y el soporte que me brindaron en todo momento.

A los lectores de tesis y sinodales que me posibilitaron lograr esta importante meta.

Resumen

En las últimas décadas, el tema de la homosexualidad ha tomado fuerza con recientes legislaciones a favor del respeto de los derechos humanos de las poblaciones vulnerables, aunado a los cada vez mayores movimientos sociales de la población lésbico, gay, bisexual y transexual [LGBT]. La búsqueda de soluciones ante diversas problemáticas como los crímenes de odio y la discriminación social, se han generado mundialmente dependiendo de cada país y de las leyes que manejen en materia de orientación sexual. La Educación para la Paz ha sido un paradigma relevante para abordar conflictos socioculturales diversos; los hombres homosexuales han sufrido consecuencias en un cierto margen de discriminación sociocultural al expresarse en el espacio público, objeto de estigmatización, violencia, crímenes de odio, burlas y violación a los derechos humanos, aun considerando la legislación a su favor en el país. La pertinencia de apoyar profesionalmente en el desarrollo de estrategias resilientes y de afrontamiento, permitió establecer como objetivo de la presente intervención el analizar los cambios de las estrategias de afrontamiento por medio de un programa psicoeducativo con perspectiva de Educación para la Paz en hombres homosexuales a través del análisis de caso. Con perspectiva cualitativa en un marco interpretativo fenomenológico con una persona con una orientación homosexual en Ciudad Juárez, Chihuahua. Se implementaron ocho sesiones psicoeducativas para fortalecer estrategias de afrontamiento y se analizaron como apoyo algunos indicadores prepos intervención utilizando el Inventario de Estrategias de Afrontamiento con resultados significativos.

Palabras clave: Estrategias de afrontamiento, Educación para la paz, Homosexuales.

Abstract

In recent decades, the issue of homosexuality has gained strength with recent legislation in favor of respecting the human rights of vulnerable populations, coupled with the increasing social movements of the lesbian, gay, bisexual and transsexual [LGBT] population. . The search for solutions to various problems such as hate crimes and social discrimination have been generated worldwide depending on each country and the laws they handle regarding sexual orientation. Education for Peace has been a relevant paradigm for addressing diverse socio-cultural conflicts; Gay men have suffered consequences in a certain margin of sociocultural discrimination when expressing themselves in public space, object of stigmatization, violence, hate crimes, ridicule and violation of human rights, even considering the legislation in their favor in the country. The relevance of professionally supporting the development of resilient and coping strategies, allowed establishing the objective of this intervention to analyze the changes in coping strategies through a psychoeducational program with a perspective of Education for Peace in homosexual men through of the case analysis. With a qualitative perspective in a phenomenological interpretive framework with a person with a homosexual orientation in Ciudad Juárez, Chihuahua. Eight psychoeducational sessions were implemented to strengthen coping strategies and some pre-intervention indicators were analyzed as support using the Coping Strategies Inventory with significant results.

Keywords: Coping strategies, Peace education, Homosexuals

Tabla de Contenido

Introducción.....	1
Formulación del problema.....	1
Estado de la cuestión.....	10
Justificación del estudio.....	17
Objetivos del estudio.....	20
Panorama de la tesina.....	20
Capítulo I. Soporte Teórico.....	22
Educación para la paz y psicoeducación.....	22
Resolución pacífica de conflictos.....	25
Estrategias de afrontamiento.....	29
Orientación sexual.....	30
Capítulo II. Metodología del estudio.....	35
Tipo de estudio.....	35
Estudio de caso.....	37
Participantes en el estudio.....	38
Supuesto del estudio.....	39
Instrumentos de registro.....	39
Capítulo III. Perspectiva diagnóstica.....	40
Identificación de estrategias de afrontamiento.....	41
Capítulo IV. Programa psicoeducativo.....	57
Resolución de problemas y evitación de problemas.....	57
Apoyo social, expresión emocional y retirada social.....	69
Autocrítica.....	75
Reestructuración cognitiva.....	84
Pensamiento desiderativo.....	91
Evaluación.....	96
Capítulo V. Conclusiones y recomendaciones.....	101
Referencias documentales.....	104
Anexo 1. Formato de consentimiento informado.....	110
Anexo 2. Formato Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI).....	111

Introducción

La Educación para la Paz es un planteamiento que permite el análisis sociocultural de procesos de resolución pacífica de conflictos, considerando al conflicto como una oportunidad de cambio, Cascón Soriano (2004), menciona que “la Educación para la Paz se ha ido centrando cada vez más en el tema de educar en y para la resolución no violenta de los conflictos”. En las últimas décadas, en Ciudad Juárez, Chihuahua, México, se ha incrementado la violencia masiva social ante la insuficiencia de políticas sociales de prevención e intervención comunitaria para la población vulnerable y la atención a grupos y casos que presentan efectos de discriminación y homofobia, como lo son los hombres homosexuales, aunado a esto se han tomado diversas acciones para la resolución de dichas situaciones. Sin embargo, el actuar para erradicar las problemáticas más apremiantes dentro del ámbito de la justicia por discriminación a la población LGBT, se ve sesgada debido a la falta de estadísticas y estudios dentro de la ciudad.

Formulación del problema

El coordinador de la oficina de atención a la población LGBT en Ciudad Juárez mencionó que una de las principales problemáticas para la atención “es que dentro de Fiscalía de la Zona Norte, no se cuentan con estadísticas sobre casos de agresión y homicidios de odio por homofobia en esta localidad” (Netnoticias, 2018), a pesar de esta situación la coordinación cuenta con un registro de los afectados, ya sea que la denuncia fuese puesta por la víctima o por los familiares de este. Esta situación no permite comprender ampliamente el fenómeno, así mismo, la burocracia y la falta de información en el sistema gubernamental de la ciudad hace que las demandas de discriminación y violencia se vean reducidas, ya que “cuando ellos han presentado denuncias sobre situaciones de discriminación por las preferencias sexuales diferentes de las personas, se dificulta para que estas denuncias se levanten dentro de los términos adecuados” (Ibíd., 2018). Sin embargo, existen algunos datos que pueden visibilizar la violencia a los derechos humanos que viven las personas LGBT, Rodríguez (2010) mencionó que en Ciudad Juárez “dicen personas cercanas a la Subprocuraduría, en coincidencia con defensores de derechos humanos, se cometen alrededor de treinta asesinatos por odio homofóbico cada año. Casi todos se invisibilizan”

(p. 67). Este dato puede verse reflejado dentro del Estado de Chihuahua, ya que este “ocupa el segundo lugar a nivel nacional en homicidios relacionados con homofobia y forma parte de las siete entidades del país donde se concentran casi la mitad de los asesinatos LGBTTTI (Ochoa, 2019).

El modelo que ofrece la Educación para la Paz ha intentado mejorar los indicadores de solución de problemas, orientando la provención, la mediación y la resolución pacífica de los conflictos, al servicio de los problemas sociales y las relaciones humanas, respetando los derechos humanos de libre expresión y de equidad.

En todos los contextos, cada persona tiene su propia estrategia para afrontar las problemáticas de su vida social. En el caso de los grupos con vulnerabilidad, como lo son los hombres homosexuales, existen dificultades en el tema del respeto a los derechos civiles y humanos en las relaciones sociales que pueden generar conflictos que derivan en un desequilibrio de la legalidad, el respeto y la justicia, como sucedió en Veracruz, México, donde la Organización de las Naciones Unidas [ONU] intervino por medio de un comunicado debido al alto porcentaje de crímenes de odio a la población LGBT que se han registrado en la ciudad, los cuales: “equivalen al 25% de crímenes de odio cometidos en 2018” (La Silla Rota, 2018), explicando que las autoridades “no investigan crímenes y replican discursos de rechazo (...) los familiares de las víctimas se enfrentan al desinterés de instituciones locales, que a su vez se niegan a investigar causales por crímenes de odio” (Ibíd., 2018). Ante esto, los conflictos se tornan hacia el rechazo social incluso hacia el ejercicio de la violencia estructural e interpersonal, dando como resultados crímenes que favorecen la desigualdad y rechazan las leyes y los derechos humanos.

Los procesos educativos formales e informales han consentido la percepción de que un conflicto tiene connotaciones negativas y no son percibidos como una ocasión para reflexionar y aprender. El conflicto en la sociedad es latente y difícil de sobrellevar, ya que los individuos no se encuentran preparados para resolver conflictos de una manera proactiva y generadora de equidad, responsabilidad y respeto. La población no analiza la forma en que afronta las situaciones adversas de su vida cotidiana y desconoce la mejor manera de resolver una problemática de discriminación social. Fuquen Alvarado (2003), afirmó que el conflicto

es “un estado emotivo doloroso, generado por una tensión entre deseos opuestos y contradictorios que ocasiona contrariedades interpersonales y sociales, y en donde se presenta una resistencia y una interacción reflejada muchas veces en el estrés” (p.266). Hay que hacer notar, que las demandas socioculturales y las necesidades personales de los hombres con orientación homosexual, generan conflictos internos, presentando emociones y sentimientos encontrados, además del estrés como una respuesta a un estímulo amenazante o desbordante y emotividad dolosa generada por la incertidumbre de cómo ser tratado en la sociedad. De acuerdo con Julien Freund en Sayas Contreras (2015), definió al conflicto como un:

Enfrentamiento o choque intencional entre dos seres o grupos de la misma especie que manifiestan los unos a los otros, hacia los otros, una intención hostil acerca de un derecho, tratando de romper la resistencia del otro y usando eventualmente la violencia, la que podría llevar al aniquilamiento físico del otro (p.213).

La violencia se puede ejercer en el otro, o en los otros, debido a una incompatibilidad de sentimientos y conductas ante ciertas situaciones denotando resistencia, hostilidad y agresividad, entre otras, como formas de afrontar o resolver los conflictos. Boulding en Entelman (2002), arguyó que el conflicto es una “situación de concurrencia en que las partes tienen conciencia de la incompatibilidad de posiciones potenciales futuras en la cual cada una desea ocupar una posición que es incompatible con los deseos de la otra” (p.51). El autor sugiere que las partes involucradas en un conflicto conocen la situación en la que se encuentran y están conscientes de la problemática. Empero, si el conflicto no se llega a analizar y transformar conscientemente, puede denotar un juego de poderes y llegar a cualquier tipo de violencia agravante para una o ambas partes involucradas.

El conflicto inicia con una determinada necesidad no satisfecha pues “cuando estas están satisfechas, bien porque no chocan o bien porque hemos conseguido unas relaciones lo suficientemente cooperativas o sinérgicas, no lo hemos denominado problema” (Cascón Soriano, 2004, p.6). La dinámica del conflicto surge cuando una de las partes no se encuentra de acuerdo con la otra por diversas razones, existiendo cierto margen temporal de insatisfacción que finalmente, cuando ya existe la crisis no resuelta, “suele tener una

manifestación violenta y es la que mucha gente identifica como conflicto” (Ibíd., 2004, p.6). La dinámica de las acciones que las personas pueden tomar ante ciertas amenazas se reconoce como estrategia de afrontamiento.

Las estadísticas sobre cuántos hombres de la población mundial se definen con una orientación homosexual, es difícil de predecir o incluso de estudiar, debido a que depende de las políticas públicas de cada país de que este grupo vulnerable puedan comunicar abiertamente su orientación sexual. En países como Irak, Irán, Afganistán, Pakistán y otros países de Asia e incluso del continente africano existe la pena de muerte debido a la orientación homosexual (ILGA, 2016). Es por ello, que el demostrar cuantas personas con orientación homosexual existen en el mundo es una situación complicada, aunado a esto, resulta difícil conocer la magnitud. El portal de noticias El Nacional de Santo Domingo, República Dominicana (2016), expone que las investigaciones que se han hecho sobre cuántas personas con orientación homosexual hay en el mundo, necesitan ser corroboradas por otros estudios con muestras más grandes y con otras fuentes. En el 2007 se realizó una investigación en donde se expone que existe aproximadamente un 3% de la población mundial que se identifica con orientación homosexual; pero como se ha mencionado anteriormente, se deben de plantear más estudios, se debe reconocer las limitaciones de cada país con respecto a las leyes o al conocimiento de los derechos de las personas con una orientación homosexual y tomar en cuenta que esta es atribuida a hombres y mujeres. La población de hombres homosexuales sigue enfrentando conflictos sociales recurrentes, “la comunidad LGBT está destinada a hallarse entre las más afectadas cuando los regímenes represivos imponen restricciones a la sociedad. Los grupos más vulnerables quedan librados a su suerte, a defenderse solos, enfrentando el estigma, la discriminación y la intimidación” (Infobae, 2018).

Es por ello que se pretende identificar y generar estrategias de afrontamiento, comprendidas como aquellas habilidades que permitan enfrentar las problemáticas de una manera asertiva, respetuosa y responsable. El conflicto en la Educación para la Paz, refiere a una situación compleja en la que muchos elementos intervienen, se toma en cuenta el análisis de cada uno de ellos para poder negociar e intervenir en la búsqueda de soluciones, así como lo menciona Hernández Romano (2016), “educar para la paz es un llamado a vencer la

indiferencia. Implica tomar conciencia de quiénes somos y del mundo que nos rodea. Y esa conciencia debe guiarnos para hacernos responsables de nosotros mismos y de la realidad” (p. 84). Los conflictos pueden resolverse y llegar a una situación prometedora para sus partes, pero existen situaciones por diversas razones, en donde la resolución de los conflictos no podrá ser útil, en estos momentos “se recurre a la mediación cuando las partes del conflicto han perdido la capacidad de comunicarse entre sí y se requiere de la intervención de un tercero” de acuerdo con Cascón Soriano (en Arufe Flores, 2001, p.102).

Las estrategias de afrontamiento constituyen acciones que varían según las demandas del medio social y los recursos personales de cada individuo. La población de hombres homosexuales ha tenido que luchar para que se reconozcan sus derechos civiles de igualdad, equidad y libre expresión, entre otros, y que sus preferencias no sean percibidas como una debilidad ante la sociedad. Ya que la población que se identifica abiertamente con preferencias homosexuales se enfrenta a situaciones adversas solo por el hecho de aceptar sus preferencias, estas situaciones tienen consecuencias graves para la vida cotidiana de la población, ya que tienen una mayor posibilidad de abandonar sus estudios por la discriminación y en consecuencia percibir menor salario para cubrir sus necesidades básicas, así como menores posibilidades de obtener un mejor empleo (Portilla y Ramírez, 2017). Las causas de la discriminación por la orientación sexual y cómo afronta la población las consecuencias son motivo de estudio, a pesar de las problemáticas y conflictos, en las últimas tres décadas, “desde el 17 de mayo de 1990, la Organización Mundial de la Salud [OMS] retiró la homosexualidad del catálogo de enfermedades” (Grupo Milenio Digital, 2017), y en el año 2014, el Presidente de la República de México en turno, promulgó a esta misma fecha como el día internacional contra la homofobia, transfobia y bifobia, un avance para los derechos humanos.

Recientemente, la ILGA (2016), realizó “un estudio mundial jurídico sobre la criminalización, protección y el reconocimiento del amor entre personas del mismo sexo”, construyendo un mapa general de las leyes sobre orientación sexual que existen en cada país. Los datos variaron desde el reconocimiento y aceptación del matrimonio de integrantes con el mismo sexo con la adopción conjunta de hijos; hasta la criminalización con pena de muerte; y hasta 14 años de prisión por reconocerse con otra preferencia que no sea la

heterosexual identificando el término “homofobia de Estado” (Ibíd., 2016). De acuerdo con este informe, en el continente asiático y africano existe la mayor homofobia del mundo, aunque en Sudáfrica y en Israel se conserva el reconocimiento de las personas LGBT. En el Continente Americano, en los países de Uruguay, Argentina, Brasil, Colombia, Estados Unidos de América y Canadá existe el reconocimiento en el matrimonio con integrantes del mismo sexo y la posibilidad de la adopción conjunta con protección a la comunidad LGBT; aunque en los Estados Unidos de América no se tiene jurídicamente como elemento protector, la prohibición de la incitación del odio por orientación sexual (Ibíd., 2016).

En México, se reconoce este tipo de matrimonio solo en algunas entidades federativas en determinados códigos civiles estatales, y algunos otros brindan protección legal a las personas LG. Los diversos postulados jurídico-legales han establecido “la prohibición de la incitación al odio por orientación sexual, existencia de la institución nacional de derechos humanos con inclusión de la orientación sexual, la prohibición constitucional de la discriminación por orientación sexual y otras disposiciones antidiscriminatorias” (Ibíd., 2016). El Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación [CONAPRED] (2011), en la “Encuesta Nacional sobre Discriminación en México” [ENADIS], ya había identificado la percepción y las actitudes de la sociedad sobre la igualdad y la tolerancia de los mexicanos heterosexuales respecto a la población LGB, pues uno de cada diez entrevistados de 12 a 60 años en adelante, opinó que las personas con orientación homosexual deben cambiar sus preferencias sexuales y una de cada diez refirió que deberían de ocultar sus preferencias. El 79% de las personas con un rango de edad de entre 12 y 17 años opinaron que se deben de respetar las preferencias, de 18 a 29 el 76% y de 60 años y más con un 64%. Dentro de las zonas metropolitanas y de manera similar en Ciudad Juárez, el 73% afirma respetar las preferencias sexuales (CONAPRED, 2011). En el mismo informe se observó que una de cada dos personas LGB consideró que el principal problema que enfrentaba era la discriminación, seguida de la falta de aceptación, las críticas y las burlas. Así como siete de cada diez personas revelaron estar totalmente de acuerdo y de acuerdo en que en México no se respetan los derechos de la población LGB, siendo 88% en el Estado de Chihuahua (Ibíd., 2011, p.60). Aunque estos datos no se han actualizado, se observa cierta incongruencia entre la percepción de la población LGB con respecto a la existencia de discriminación y de la comunidad heterosexual indicando respeto y tolerancia.

La Secretaría de Gobernación en el año 2014 publicó en el Diario Oficial de la Federación el “Programa Nacional para la Igualdad y No Discriminación 2014-2018”, el objetivo fue validar y responder ante el artículo 1ero de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, en donde declara que “queda prohibida toda discriminación motivada por (...) las preferencias sexuales (...) o cualquier otra que atente contra la dignidad humana” (CONAPRED, 2014 p.27). Dentro de este Plan de intervención se considera la “homofobia como un acto de discriminación y en donde se le niega a la comunidad LGB, por sus diferencias, el goce de sus derechos, se les enjuicia y estigmatiza” (p.96).

En este rubro, la Comisión Nacional de los Derechos Humanos [CNDH] trabaja en hacer valida la protección de los Derechos Humanos y velar por estos. Sobre la población de hombres homosexuales, la CNDH tiene un precepto en el cual “se prohíbe toda exclusión o trato diferenciado motivado por (...) preferencias sexuales, (...) cualquier otra que atente contra la dignidad humana y tenga por objeto anular y menoscabar los derechos y las libertades de las personas” (CNDH, 2017). Otro precepto que se maneja es la igualdad ante la ley, pero en México no se tienen disposiciones federales que agraven las penas para los delitos motivados por la orientación sexual de la víctima (ILGA, 2017).

A pesar de que existe la CNDH y la prohibición constitucional de cualquier acto de discriminación, incluyendo la orientación sexual y cualquier otra consideración, en la cotidianidad los actos de crítica, burla, omisión de los derechos humanos y tratos diferentes a la población LGBT son frecuentes y han llegado a consecuencias negativas con efectos violentos. Un ejemplo de lo anterior, son los casos registrados en los Estados Unidos de América, de asesinatos o crímenes por esta razón, pues no existe una autoridad que regule los actos de homofobia ni de protección de los derechos de la comunidad LGBT en este país. Tal fue el caso que sucedió en junio del 2016, en donde hubo una masacre en un club nocturno en Orlando, Florida, “un hombre de 29 años abrió fuego en una discoteca popular entre la comunidad gay, matando al menos a 50 personas e hiriendo a otras 53. Es el peor tiroteo registrado en la historia del país” (El País, 2016). El padre del atacante llegó a mencionar que a pesar de que su hijo llegó a ligar el acto con el Estado Islámico, explica que “no cree que el ataque protagonizado por su hijo se deba a motivos religiosos sino a motivaciones homófobas (...) aseguró que su hijo se indignó hace dos meses cuando, durante una visita a

Miami, vio a dos hombres besándose” (Ibíd., 2016). Este caso no es aislado, durante las últimas décadas la población LG ha tenido que luchar día a día para que se respeten los derechos y se resuelvan todos aquellos conflictos sociales que se han generado debido a hacer pública su orientación sexual y pedir que cambien las leyes para que favorezcan a toda la sociedad.

De la Torre en DW (2018), realizó una serie documental denominada: “Primavera rosa en México”, que recorre la realidad de la homofobia y la transfobia en diferentes países del mundo. Nominado a los premios Goya y galardones de la academia de las artes y las ciencias cinematográficas de España, el director concluyó que México fue el país que ocupa el segundo lugar en el ranking de “personas asesinadas por su orientación sexual o por su identidad de género”, hasta febrero de 2018 (Ibíd., 2018). Tal como lo afirmó Careaga en Aristegui Noticias (2016), confirmando que “México es la segunda nación con mayor índice de crímenes por homofobia, solo superada por Brasil (...) no existe una política pública integral que responda a las necesidades de este sector ni un pronunciamiento claro de las autoridades contra la homofobia”.

A partir del seguimiento hemerográfico de notas informativas sobre este tipo de homicidios, un periódico digital publicó la contabilización de 1995 a 2015, 1, 310 asesinatos por homofobia en México, 1, 021 hombres homosexuales, 265 personas trans y 24 mujeres lesbianas. El año en el que se registraron más asesinatos por homofobia fue en el 2012 con 111 casos y la población perjudicada son personas de 18 a 39 años. El Estado de Chihuahua es el tercero con el mayor número de casos registrados de asesinatos por homofobia, con 72 casos y la Ciudad de México es el primero con 123 casos (LetraS, 2016). La realidad sobre los efectos de los crímenes de odio en la sociedad se esconde, la comisión ciudadana contra los crímenes de odio por homofobia [CCCOH] sugirió que de cada caso que ella ha documentado existen por lo menos otros tres que no han sido detectados por las autoridades. También, esta comisión publicó en el contexto de la campaña nacional contra la homofobia, que de 1995 a 2004, se reportaron 332 ejecuciones contra personas homosexuales, y hacia mayo del año 2017 se reportaron tres crímenes mensuales por homofobia (Ibíd., 2017).

Ciudad Juárez, Chihuahua, está situada en el norte centro de México a orillas del río bravo como límite. Se ubica en una zona conurbada con la ciudad de El Paso, Texas de los Estados Unidos de América. Con población de aproximadamente 1, 415, 956 personas, según el Plan Estratégico de Juárez, A.C. (2017). La población de hombres homosexuales en Ciudad Juárez se caracteriza por realizar marchas y acciones a favor del respeto y la integración de la diversidad. Durante el 2018 la Dirección General de Desarrollo Social y el área de Grupos vulnerables de la misma dirección aseguraron el comienzo de la campaña “quiero un Juárez sin discriminación”, esto con el objetivo de “atender denuncias de actos discriminatorios a personas con discapacidad, grupos indígenas e integrantes de la comunidad LGBT” (Yo Ciudadano, 2017). Estas estrategias de cambio debido a los conflictos que sufre la población hacen que el ojo público preste atención a las problemáticas reales y de esta manera se pueda llevar un registro sobre la crisis, “la campaña recibirá y dará seguimiento a quejas relativas a actos de discriminación, además de prestar atención psicológica a las víctimas y brindar asesoría jurídica en caso de que sea requerido” (Ibíd., 2017). Los casos que se lleguen a presentar serán denunciados a las instancias correspondientes. Esta campaña da un paso más a la lucha de una de las poblaciones más vulnerables en México, para que pueda existir un precedente de una averiguación de cada acto de discriminación que existe en la ciudad hacia la población de hombres homosexuales y esto asegura que se pueden realizar intervenciones en pro de la población de manera pacífica y respetuosa, así como la oportunidad de realizar intervenciones y educación para la resolución de conflictos de forma pacífica.

Las problemáticas que viven la población de hombres homosexuales debido a sus preferencias personales y a las ideologías culturales de la sociedad mexicana sobre la homosexualidad, provocan que afronten de manera adversa y como les sea posible dentro de sus habilidades y capacidades, situaciones de conflicto y rechazo, así como violencia estructural, comunitaria e interpersonal; tal como lo indicó una analista, “la problemática y la angustia que se enfrentan y en la que viven estas personas, no se ubica en su sexualidad sino en el entorno hostil en el que se desenvuelven” (Aresti en CNB, 2007, p.58), por lo cual, si no se tienen herramientas adecuadas para la resolución de los conflictos y el conocimiento de las estrategias de afrontamiento a estas problemáticas, pueden generar condiciones de vida injustas, de acuerdo con Arufe Flores (2001), quien mencionó que “la afirmación de la

persona como tal, el autoaprecio y el aprecio hacia los demás son condiciones fundamentales para resolver los conflictos” (p.103).

La población de hombres homosexuales, al vivir los conflictos solamente por su orientación sexual, experimentan diversos cambios y perspectivas que los hacen llegar a afrontar estas situaciones de una manera inadecuada con resentimiento, impotencia, ira e incluso en algunos casos con períodos depresivos ante rechazos principalmente de la familia. Así pues, es indispensable realizar una intervención desde el enfoque de la educación para la paz, conociendo por medio de un estudio de caso, la historia de vida de un participante con orientación homosexual y que identifique las estrategias de afrontamiento para iniciativas de cambio personal. Por lo que, es necesario contar con investigaciones e intervenciones relacionadas con la comprensión de este fenómeno y por ende, con el apoyo profesional basado en la perspectiva de la Educación para la Paz, la mediación, la provención y la resolución no violenta de los conflictos, con el propósito de promover el cambio social en la convivencia armónica. Por lo tanto, el estudio se guio por la siguiente pregunta de intervención: *¿Cómo son los cambios de las estrategias de afrontamiento en una persona con orientación homosexual por medio de un programa psicoeducativo con perspectiva de Educación para la Paz?*

Estado de la cuestión

A partir de un diagnóstico llamado “investigación sobre la atención de personas LGBT en México”, la Comisión Ejecutiva de Atención a Víctimas [CEAV] del gobierno mexicano, identificaron las principales situaciones que enfrentan las personas LGBT en espacios públicos y privados al acceder a sus derechos colocándolos como víctimas directas, indirectas o potenciales de la violación de derechos humanos CEAV, 2015, p.7). El estudio revela que se encontraron situaciones de acoso laboral, discriminación, estrés, ansiedad, depresión, mayor índice de consumo de alcohol y tabaco, así como ideas o tendencias suicidas.

Por otro lado, Barrientos Delgado y Cárdenas Castro (2013), realizaron un estudio de diversas investigaciones sobre la “homofobia y calidad de vida de gay y lesbianas: una mirada psicosocial”, en donde exponen la importancia de la calidad de vida como un

“indicador del sentido de bienestar subjetivo de las personas” (Barrientos Delgado y Cárdenas Castro, 2013, p.7). Se hace visible en el estudio los efectos negativos sobre la homofobia en poblaciones LG, mencionan que esta población tiene “un mayor riesgo de sufrir desórdenes psiquiátricos que la heterosexual” (p. 8). Otros efectos han surgido debido a la discriminación de la población LG tales como “estrés psicológico (...) experiencias de victimización (...) cambios psicológicos negativos (...) baja autoestima e incremento de ideación suicida” (Ibídem., 2013, p.8).

Dentro del estudio se deja en claro que no existen investigaciones con respecto a indicadores positivos “la mayor parte de los estudios efectuados usan indicadores negativos de salud física y mental, indagando en la prevalencia de sintomatología física y psicológica. Este enfoque patogénico deja fuera aspectos como el bienestar psicológico y social y la felicidad” (Ibídem., 2013, 8). La importancia de realizar estudios e investigaciones sobre cómo afronta la población LG la discriminación debe de ser de vital importancia, “el crecimiento postraumático o la resiliencia son otros fenómenos importantes (...) ya que muchos gays y lesbianas contarían con un conjunto de factores protectores que les permitirían hacer frente al prejuicio, promoviendo en ellos la salud y bienestar” (Ibídem., 2013, p. 8).

Tales consecuencias descritas por Barrientos Delgado y Cárdenas Castro, se evidenciaron en el estudio de Mesquida González, Quiroga Raimúndez y Boixadós Porquet (2014) en Barcelona, cuyo tema fue “trabajo social, diversidad sexual y envejecimiento. Una investigación a través de una experiencia de aprendizaje-servicio”. El estudio se centra en “la adquisición de conocimientos acerca de la realidad de las personas mayores LGBT” (Ibídem., 2014, p.177), usando una metodología cualitativa basándose en la entrevista en profundidad, grupal, relato de vida y grupos de discusión en diversas poblaciones.

Mesquida González et al. (2014) presentan diversos relatos sobre la vida de las personas LGBT como un antes y un después con respecto a su identidad y sus relaciones en un contexto rígido. La soledad de las personas LGBT mayores a 50 años aparece en los relatos “como una fuente de malestar” (p. 186), así como el tema del VIH, en donde las personas suelen perder sus círculos sociales y en las mujeres transexuales “que a menudo presentan una muy baja calidad de vida”; los servicios de salud y atención a las personas

mayores de 50 años son ineficientes y más aún para la población LGBT, así como lo relato un trabajador social entrevistado, “la gente mayor prefiere servicios en donde sean iguales que ellos, para que se les respete , para que puedan sentirse acogidos y no tener que ir escondiendo su identidad sexual” (p. 188). Las evidencias presentadas sugieren la necesidad de poner en marcha acciones dirigidas a atender aquellas situaciones que propician mayores niveles de malestar emocional y de soledad con relación a sus iguales heterosexuales, generando “espacios de relación intergeneracional entre personas LGTB para tratar de mejorar la consideración de los más jóvenes en relación con sus mayores” (Ibíd., 2014, p.189).

Rodríguez Otero, Mancinas Espinoza y Carrera Aguilar (2017), con metodología cualitativa, realizaron entrevistas estructuradas y un cuestionario a ocho personas que forman parte de la población LG, con un promedio de edad de 31 años, “tres eran hombres identificados como gays y cinco mujeres lesbianas. Todos se autoidentificaban como homosexuales” (Ibíd., 2017, p. 95). Barrientos y Cárdenas (en Rodríguez Otero et al., 2017) mencionan que “la homofobia tiene diversos efectos en la calidad de vida de las víctimas (...) dificulta su acceso a los recursos, limita sus derechos y tiene un fuerte impacto en su salud y bienestar al afectar las dimensiones psicosocial, cultural y económica” (p.91). Los resultados hacen visible la homofobia planteada en distintos ámbitos de las personas, de estos se evidencia que en el ámbito social es donde suele existir una mayor violencia homofóbica con un 52.08%, en el escolar un 22.92%, dentro del ámbito familiar un 10.42% y en lo laboral existe un 9.37%, dentro de todos los ámbitos, la violencia verbal y la violencia emocional fueron las más reportadas dentro del estudio (p. 98).

Así mismo Garrido Muñoz de Arenillas y Morales Domínguez (2014) realizaron un artículo con el objetivo de “reflexionar críticamente sobre el estado actual de la homofobia y sobre posibles intervenciones desde una perspectiva psicológica y psicosocial” (p.90). La investigación revela “que las personas lesbianas, gays y bisexuales tiene un mayor riesgo de presentar problemas de salud mental en comparación con sus homólogos heterosexuales” (p. 97), sin embargo, los estudios revelan que la resiliencia como forma de equilibrio en la población se da, tal como lo menciona Garrido Muños de Arenillas y Morales Dominguez (2014) “muchas personas ofrecen respuestas resilientes, manteniendo un equilibrio estable

sin que la homofobia afecte su rendimiento y su vida cotidiana” (p. 99), aunque la resiliencia o las formas de afrontamiento son distintas en cada persona, “otras sufren sus consecuencias negativas y se recuperan con el tiempo de forma natural y positiva, aprendiendo de la negativo y haciéndose fuertes y mejorando como personas” (Ibíd., 2014, p.99). Dentro del estudio se relata una forma de intervenir, desde el aspecto psicosocial, “a través de estrategias preventivas y del prejuicio sexual o del bullying homofóbico, así como de promoción de la igualdad y tolerancia hacia la diversidad sexual (...) educación en valores, educación afectivo sexual y las campañas de sensibilización” (Ibíd., 2014, p.99).

También, Fonseca Freitas, Coimbra & Fontaine (2017), al analizar 13 estudios empíricos cualitativos con población LGB, encontraron que, de acuerdo con cada tipo de riesgo, existieron diferentes mecanismos de protección de la homofobia y resultaron en diversos ajustes positivos. Se explica que aquellas personas que tuvieron apoyo por parte de sus padres y aceptaron su orientación sexual, promovieron que se diera una adaptación positiva. Otro mecanismo de protección fue la resiliencia y se asegura que las intervenciones en este tema son cruciales para mejorar los mecanismos de protección en la población LGB (p. 75).

Siguiendo con la resiliencia, Novales Armenteros (2015), realizó un estudio en parejas homosexuales masculinas con el objetivo de “caracterizar las fortalezas de las parejas (...) en unidad de convivencia en La Habana que las definen o no como resilientes” (p.74). El estudio utilizó la metodología cualitativa y usando el estudio de caso múltiple como método para dicha investigación. El estudio fue integrado “por 6 parejas de hombres homosexuales (...) las edades de los sujetos oscilaban entre 25 y 65 años” (Ibíd., 2015, p. 75). Los resultados del estudio de Novales Armenteros (2015), dan cuenta de la discriminación que viven las parejas, siendo la homofobia una de estas, “produce una represión de sus sentimientos y necesidades más genuinas” (p. 76), así como la homofobia internalizada, la cual:

genera conflictos ambivalentes asociados al intercambio con otros homosexuales, debido a que necesitan de estas relaciones para expresar sus sentimientos, para ser comprendidos, satisfacer sus necesidades de pertenencia y aceptación real, pues en la relación con los heterosexuales sienten que la aceptación es condicionada (p. 77)

Otro resultado del estudio son las “manifestaciones de rechazo social, laboral y familiar (...) pues condiciona que muchos vivan casi al margen de la sociedad” (Ibíd., 2015, p. 77), esto causa una “brecha comunicativa (...) debido a lo cual 58.3% de los sujetos del grupo de estudio optaron por alejarse de sus lugares de origen y de sus familias, a pesar del malestar y la frustración que les produjo” (Ibíd., 2015, p. 77). La alienación parental es otro efecto que sale a flote en el estudio, “esto no solo tiene un impacto negativo en el padre homosexual, sino también en los hijos, lo cual se manifiesta en la disminución del rendimiento académico y la ansiedad de separación” (Ibíd., 2015, p. 78). El estudio de Novales Armenteros (2015), hace referencia al estereotipo de las personas homosexuales con respecto a las relaciones duraderas:

la homosexualidad ha sido un fenómeno estereotipadamente asociado a la total independencia, la infidelidad y la promiscuidad (...) en ocasiones los propios homosexuales manifiestan expectativas de fracaso hacia la pareja gay, produciéndose (...) una profecía autocumplida (...) los estereotipos llegan a naturalizarse y legitimarse por los propios homosexuales (p. 78).

La resiliencia se ve valorada en el estudio como el desarrollo de “afrontamientos por los cuales podrían considerarse como resilientes” (Ibíd., 2015, p. 80). Los factores que han desarrollado las seis parejas participantes en el estudio de Novales Armenteros (2015) son de “carácter emocional (...) actitud optimista, el sentido del humor positivo y el apego adecuado (...) son capaces de crear sentimientos enriquecedores de los sucesos vitales positivos y negativos” (p. 80). La resiliencia en la relación de pareja se ve desarrollada debido a los factores negativos que han vivido a lo largo del tiempo debido a su orientación sexual, “las cualidades que hacen resilientes a las parejas estudiadas podrían servir para fortalecer mecanismos de afrontamiento de parejas homosexuales que lo necesiten, e incluso para mejorar la dinámica relacional con otro tipo de parejas” (Ibíd., 2015, p. 84).

Así mismo, Glenna Álvarez (2015) realizó una investigación titulada “percepción social de la homosexualidad”, utilizando un enfoque cualitativo en 36 participantes, los cuales son futuros profesionales en el área de la salud, “de las especialidades de estomatología, enfermería, medicina y psicología, que se encontraban cursando el quinto año en el municipio de Guíñes, provincia Mayabeque” (p.77). Como instrumento se utilizó la

entrevista semiestructurada y se analizaron los datos descritos por los participantes. Dentro de los resultados expuestos, “se puede apreciar como existe una visión y definición limitada del término (homosexualidad), atribuido solamente para la homosexualidad masculina y asignado al aspecto sexual” (Ibíd, 2015, p. 81), ya que el 100% de los estudiantes menciona que la homosexualidad la identificaban solo en hombres, por otro lado, el 55.5% de los participantes mencionan que los hombres con orientación homosexual son “anormales”, el 44.4% refirió que es “normal” y el 100% reconoció que las personas con orientación homosexual son rechazadas por la sociedad, solo el 97,2% refiere que este rechazo social es justificado y merecido debido a su comportamiento (Ibíd., 2015, pp.79-80). Esta investigación refleja los posibles conflictos que pueden llegar a vivir los hombres con orientación homosexual y como en el ámbito de la salud se puede llegar a la discriminación.

Además, Wagner, Aunon, Kaplan, Karam, Khouri, Tohme & Mokhbat (2013), realizaron un estudio cualitativo en donde se analizaba el desarrollo de la identidad sexual en hombres con orientación homosexual por medio de entrevistas estructuradas a 31 participantes. Como resultados, se expuso que el 61% de los participantes tenían relaciones cercanas con su familia y existía un afecto y soporte al menos con uno de sus familiares a pesar de haber mencionado su orientación sexual, en cambio el 90% de los participantes mencionó que al menos uno de sus amigos se encontraba enterado sobre su orientación sexual, pero solo el 32% mencionó que en su trabajo o en la escuela conocían su preferencia. A pesar de que la mayoría puede tener la confianza de expresar su orientación sexual a sus familiares y amigos, en otros ámbitos no es nada agradable para ellos el mencionarlo. De los 31 participantes, 19 de ellos llegaron a indicar que en algún momento han llegado a sentirse incómodos por su orientación sexual debido al estigma social (pp.573-575). De igual manera, en el estudio se llega a mencionar que los mecanismos para enfrentar el estigma son la evitación social o la retirada de las relaciones, esto suele darse cuando la persona con orientación homosexual dice ser heterosexual para evitar conflictos (Ibíd., 2013, p.571). En el estudio se menciona la importancia sobre enfrentar eficazmente los estigmas internos y externos para un bienestar psicosocial.

Aunado a lo anterior, Romero González, Rey Riveros y Fonseca Fonseca (2013) realizaron una investigación sobre la resiliencia en jóvenes con orientación homosexual, el

objetivo general de dicha investigación fue “comprender la construcción narrativa identitaria y su relación con procesos resilientes que permitan afrontar situaciones narradas como críticas, co-construyendo relatos identitarios más satisfactorios en adultos jóvenes con orientación sexual homosexual que acuden a los consultorios psicológicos” (p.138), se realizaron dos estudios de caso. La intervención dio como resultado la inclusión de “proyectos y metas vitales que, a su vez, se encuentran soportados por los recursos que son ahora reconocidos dentro de estas narraciones alternas” (Ibíd., 2013, p.148), en ambos casos, las relaciones con otros se ven transformadas, “esta identidad re-construida y fortalecida invita a los consultantes a posicionarse de manera distinta frente a la vida en los contextos en los que participan” (Ibíd., 2013, p.148).

Silva Luévanos (2018) realizó una investigación “con el objetivo de indagar acerca de la autopercepción que tienen gays y lesbianas respecto a los efectos en su afrontamiento y del soporte social después de haber revelado su homosexualidad a la familia” (p.67). Los participantes fueron 15 hombres, los cuales se definían como gays y 15 mujeres reconocidas como lesbianas, las edades fueron de entre 18 a 60 años (Ibíd., 2018, p.74). Se realizó mediante un enfoque cuantitativo, como resultados, no se encontró ninguna diferencia en el afrontamiento entre los participantes que se reconocían gays y lesbianas y se afirma, “de acuerdo con Lazarus y Folkman, que tales estrategias parecieran focalizarse en la resolución del problema para restablecer el propio equilibrio emocional” (Ibíd., 2018, p.78), sin embargo, en el ámbito social, existe una diferencia significativa, ya que “las lesbianas cuentan con mayores lazos que proporcionan soporte social (...) ellas contarían con más personas en quienes confiar, que se muestran preocupadas por ellas y que las valoran y les demuestran aprecio” (Ibíd., 2018, pp.78-79). Por otro lado, “tanto gays como lesbianas han sido expuestos en sus familias en un ambiente de rechazo hacia la homosexualidad, por lo que revelarles su orientación sexual a estos no resulta una opción primaria” (Ibíd., 2018, p.79), siendo las amistades su mayor soporte.

Por otro lado, Sánchez Medina, Muñoz Maldonado y Gómez Lamont (2018), realizaron un estudio con el objetivo de “conocer las diferencias entre las situaciones estresantes y estrategias de afrontamiento en hombres que tienen sexo con hombres en dos grupos etarios [18-20 años, 27-35 años]” (p.76). Los resultados entre los dos grupos difieren

en cada área, el primer grupo (18 a 20 años) menciona que “las situaciones que generan estrés son la familia, discriminación, trabajo, miedo, homofobia e inseguridad” (Ibídem., 2018, p.78), mientras que para el segundo grupo (27 a 35 años), “son la discriminación, familia, trabajo, rechazo, sociedad y VIH/SIDA” (Ibídem., 2018, p.78). Con respecto a las estrategias de afrontamiento, el primer grupo menciona que:

Lo que hacen para afrontar el estrés, es ignorar a las personas, hablar con sus allegados, hacer ejercicio, buscar sentir confianza, escuchar música y refugiarse en amigos; mientras que para los de mayor edad, sus estrategias son buscar tener sexo, refugiarse en amigos y familia, salir a distraerse y buscar amor. Aunque en general este grupo busca hacer actividades orientadas a lo positivo, cabe resaltar que también buscan el alcohol como salida” (Ibídem., 2018, pp.79-80).

La discusión que realizan Sánchez Medina et al. (2018) es imperativa para seguir estudiando las estrategias de afrontamiento de dicha población, ya que “nos indica que las formas de afrontar que han aprendido estos hombres se basan en la evitación (...) lo que puede repercutir en el desarrollo de trastornos como depresión” (p.82). Por otro lado, Jiménez Solórzano y Romero Mendoza (2014), realizaron un artículo en donde se relata “el proceso de construcción de la identidad lésbico-gay en una muestra de dieciséis personas” (p.391). El estudio fue “cualitativo, de campo, descriptivo cuya técnica de recolección de datos fue la entrevista a profundidad y cuya estrategia analítica se realizó mediante un análisis fenomenológico interpretativo” (Ibídem, 2014, p.392). Los participantes del estudio tenían entre 26 a 67 años y fueron diez hombres que se identificaban como gay y seis mujeres que se identificaban como lesbianas (Ibídem, 2014, p.392). Los resultados de la investigación de Jiménez Solórzano y Romero Mendoza (2014), destacan que las personas participantes “han tenido que imaginar estrategias para habitar el espacio social (...) Este artículo ha tratado de evidenciar cómo las personas LG han tenido que realizar un serio trabajo de psicoeducación para crearse un lugar social en un contexto particularmente adverso” (p.396).

Justificación del estudio

La Educación para la Paz plantea un proceso activo que ve al conflicto como una oportunidad para trabajar desde la conciencia crítica. El presente estudio se maneja en base a las estrategias de afrontamiento y cómo la psicoeducación modifica de una manera positiva

las estrategias de afrontamiento ante los conflictos que viven los hombres homosexuales. Debido a que México es un país con una historia machista, resulta de vital importancia que los hombres homosexuales identifiquen las estrategias de afrontamiento que han desarrollado debido a los diversos conflictos, para que existan acciones de cambio, de las cuales se beneficiaran en lo personal y en sus relaciones sociales.

Es por esto, que resulta relevante visibilizar las prácticas cotidianas de afrontamiento a los conflictos que viven diariamente por su orientación sexual, siendo los relatos dentro del estudio de caso, el eje principal para lograr la comprensión de los conflictos que viven diariamente y qué estrategias de afrontamiento identifican, para así, sentar las bases que abran el camino a acciones de cambio y de política pública social de atención personal, grupal o comunitaria. El educar en y para el conflicto desarrolla en las personas, habilidades, valores y actitudes que son de apoyo para la resolución de los conflictos sociales presentes y futuros, así como la creación de acciones dirigidas al cambio social, tal como lo menciona Hernández Romano (2016), “de ahí la importancia de educar para la paz para visibilizar y rechazar a violencia, para transformar los conflictos en oportunidades de crecimiento, para trabajar por la justicia y el respeto a los derechos humanos y para que cada individuo asuma su responsabilidad en la construcción de estas condiciones” (P. 85). Dentro de la presente intervención, la Educación para la Paz servirá para favorecer en los participantes un crecimiento ante la resolución de los conflictos y el darse cuenta de las estrategias de afrontamiento positivas que han desarrollado de acuerdo con aquellos conflictos que los marcan.

Es necesario realizar esta intervención para el fortalecimiento personal del participante, Barrientos Delgado y Cárdenas Castro (2013) mencionan que “se debe ahondar en las situaciones psicosociales y la calidad de vida de esta minoría, generando investigaciones que posibiliten contribuir a las políticas sociales” (p.9). Es por ello, por lo que se pretende realizar una innovación sobre la Educación para la Paz respecto a las problemáticas sociales que viven los hombres homosexuales, ya que como Arufe Flores (2001) describió: “es necesario reconocer que la enseñanza para la paz no tiene límites y que sus contenidos no solo pueden limitarse a programas escolares” (p.106). Así mismo, la Educación para la Paz debe avanzar en diversas generaciones de la sociedad, como lo son los

adultos, “la violencia de la que es capaz un adulto tiende a ser mayor, más constante y más peligrosa que aquella de la que es capaz un niño” (Montiel, 2013, p.7).

La psicoeducación desarrolla diversas prácticas, tanto grupales como individuales, y al entender las estrategias de afrontamiento como parte de la resolución de los problemas, el presente estudio deja en claro la factibilidad de las técnicas para la cambiar aquellas estrategias que sumen a la resolución de los conflictos futuros de las personas homosexuales. Es por ello, que un programa psicoeducativo con perspectiva de Educación para la Paz debe aportar

A la conciencia y a la inteligencia de los participantes (...) enfatizar que la meta es el camino, es decir, las decisiones que se toman para resolver los conflictos que ocurren en el mundo externo (...) determina la evolución pacífica o violenta que tendrá, no sólo el conflicto en sí mismo, sino, más importante todavía, la vida de las personas que se ven afectadas por el (Montiel, 2013, p.9).

La factibilidad de dar a los adultos un mensaje desde la educación para la paz, afecta en la vida personal de los participantes, en sus relaciones y en los conflictos venideros de su vida cotidiana, sobre todo en aquellos conflictos que llegan a sufrir los hombres homosexuales, solo por su orientación sexual, “las personas gais (...) afrontan desde un inicio su homosexualidad como un problema a resolver (...) tienen una consideración negativa de la homosexualidad (...) esto por el enorme contexto de homofobia social y familiar en que se desenvuelven” (Silva Luévanos, 2018, p. 79). Centrarse en atender las problemáticas como un todo, ayuda a analizar variables no vistas de los conflictos, “adoptar una perspectiva psicosocial implica centrarse en la articulación de niveles de análisis (en este caso, niveles individual y social) y en el conflicto que surge en el encuentro entre el individuo y la sociedad” (Barrientos Delgado y Cárdenas Castro, 2013, p. 9)

Considerando lo anterior, la culpa que se generan los hombres homosexuales afecta en su salud biopsicosocial, debido a que la sociedad se ha encargado de desarrollar en todos los ámbitos la heterosexualidad y normalizar conductas discriminatorias a todo aquello que no resulta dentro de los parámetros acordados, “las personas LG han tenido que realizar un serio trabajo de psicoeducación para crearse un lugar social en un contexto particularmente adverso. Se tienen que volver cotidianos y ganarse en la vida pública el [derecho a la

individualidad]” (Jiménez Solórzano y Romero Mendoza, 2015, p. 396). Es por ello, que la presente investigación considera que la Educación para la Paz es imperativa en el desarrollo y crecimiento personal de la población, así como en la identificación de las estrategias de afrontamiento ante los conflictos y la resolución de estos.

Objetivos del estudio

El objetivo general del estudio es conocer los cambios de las estrategias de afrontamiento por medio de un programa psicoeducativo con perspectiva de Educación para la Paz en un hombre con orientación homosexual como estudio de caso. Por lo que se generaron los siguientes objetivos específicos:

- (1) Identificar las estrategias de afrontamiento que posee el participante con orientación homosexual.
- (2) Implementar un programa psicoeducativo con enfoque de Educación para la Paz para el cambio de estrategias de afrontamiento en el participante con orientación homosexual.
- (3) Analizar los cambios de las estrategias de afrontamiento pre-post intervención del programa psicoeducativo con enfoque de Educación para la Paz en un participante con orientación homosexual.

Panorama de la Tesina

El trabajo de intervención inicia con una introducción con la formulación del problema, contextualizando la situación de los hombres homosexuales a la luz de estudios científicos como antecedentes en el estado de la cuestión y planteando los objetivos del proyecto. En el capítulo I, se expone la perspectiva de la educación para la paz, de las estrategias de afrontamiento y la orientación sexual. Dentro del capítulo II, se describe la metodología del estudio cualitativa con un método de estudio de caso y con un marco interpretativo fenomenológico.

El capítulo III se centra en la perspectiva diagnóstica y se describen las actividades para la recolección de datos, así como los resultados de estas. Como continuidad sobre la

intervención, en el capítulo IV se desarrolla el proceso de educación para la paz, las actividades para el cambio de las estrategias de afrontamiento y la factibilidad de dichas estrategias según diversos autores desde una perspectiva de Educación para la Paz, así como los resultados. Finalizando, el capítulo V se centra en las conclusiones y recomendaciones de la investigación.

Capítulo I. Soporte Teórico

En el presente capítulo se abordan las teorías sobre las variables, como lo son la Educación para la Paz y la resolución no violenta de conflictos. Se aborda las estrategias de afrontamiento y la orientación sexual identificando diversos elementos como identidad de género, rol social, sexo biológico y homosexualidad.

Educación para la paz y psicoeducación

La educación para la paz se define como “un proceso educativo, dinámico, continuo y permanente, fundamentado en los conceptos de paz positiva y en la perspectiva creativa del conflicto” (Jares en Gómez Collado, 2010, p.128). Las personas crecen, desarrollando habilidades constantes con respecto a la resolución de los conflictos de manera pacífica para fomentar una cultura de paz la cual se define como una “construcción de la justicia social (...) un estado de armonía y de equilibrio personal” (Tuvilla Rayo, 2004, p.25). La educación para la paz permite una transformación para contribuir al dialogo, al encuentro entre personas, a las alternativas de solución de los problemas, así como a la provención y prevención de estos. Se manifiesta con el fin de “velar por la dignidad de los seres humanos, de evitar los conflictos y, si éstos surgen, resolverlos de forma pacífica de modo que se eviten situaciones de violencia, y, en definitiva, de promover la paz en el mundo” (Martínez Lirola y Rodríguez-Lifante, 2016, p.99). Aunque esta ideología que se plantea de paz puede ser inverosímil, la educación para la paz tiene fundamentos consistentes que refuerzan la ideología de la responsabilidad, la empatía y las acciones de cambio en pro de la sociedad y de la cultura de paz.

Para Fisas (1998), un proceso psicoeducativo incluye cierta información específica enfocada en fortalecer factores psicológicos y “dota al individuo de la autonomía suficiente para que pueda razonar y decidir con toda libertad (...) proporcionar los criterios que nos permiten defender nuestras diferencias y divergencias sin violencia” (p.372). La psicoeducación es un elemento de la educación que puede llegar a ser amplia y se va desarrollando en cada etapa de la vida, es por ello por lo que el razonamiento es más complejo de lo que parece, “la educación tiene la misión de capacitar a cada persona sin excepciones

en desarrollar todos sus talentos al máximo y a realizar su potencial creativo, incluyendo la responsabilidad de sus propias vidas y el cumplimiento de objetivos personales” (Delors en Ibíd., 1998, p.371). Dicho de otra manera, la educación es parte fundamental del crecimiento de todo ser humano y debe proveer conocimiento, no solo académico, sino también habilidades que desarrollen la expresión de los cuatro ejes de la educación “aprender a conocer, aprender a hacer, aprender a vivir juntos y cooperar y aprender a ser” (Ibíd., 1988, p.372). Mayor Zaragoza (2003) estableció que:

“La educación tiene que proporcionar herramientas para que los ciudadanos entiendan el complejo mundo en el que viven, lo gestionen democráticamente, usen equilibradamente los recursos naturales y construyan y defiendan un sistema de valores en el que esté integrada la tolerancia, la justicia y el respeto a las diferencias” (p.20).

Como se ha dicho, la psicoeducación desde este enfoque constituye un medio para el crecimiento de la tolerancia, la empatía, el desarrollo de habilidades fundamentales para la resolución de conflictos y la creatividad, “la psicoeducación es un medio para eliminar la sospecha, la ignorancia, los estereotipos, las imágenes del enemigo, y al mismo tiempo, promover los ideales de paz, tolerancia y no violencia, la apreciación mutua entre los individuos, grupos y naciones” (Fisas, 1998, p.274). La idea central, es que la educación forma parte de todas las etapas del ser humano y en cada ámbito de su vida cotidiana, proporciona herramientas para la construcción del razonamiento y de la libertad de sentir y pensar, siempre ante el respeto de los límites individuales y sociales sin olvidar la responsabilidad que se detenta como parte de una sociedad en busca de una paz positiva.

Aunque el constructo paz se suele limitar cuando se refiere a su antónimo guerra, el término es mucho más complejo, “la noción de paz se tiende a ver desde una perspectiva negativa y externa (...) se define generalmente por referencia a su estado opuesto, por referencia a la guerra y el conflicto, ignorándose las dimensiones positivas de la paz” (Tuvilla Rayo, 2004, p.26). La paz se puede caracterizar por acciones diarias que van desde distintos enfoques. Fisas (1998) mencionó la existencia de tres tipos de paz, la directa, la estructural y la cultural, las cuales son la disminución o la ausencia de cualquier violencia (p.19). Se suele pensar que dentro de la paz no existe la violencia, los problemas o los conflictos, pero la paz es un medio para un fin, “la paz es también la condición para que los conflictos puedan ser

transformados creativamente y de forma no violenta, de tal manera que creamos paz en la medida que somos capaces de transformar los conflictos en cooperación” (Ibíd., 1998, p.19).

La educación para la paz constituye un proceso en donde su principal actor, el conflicto, es una oportunidad única para desarrollar y transformar la realidad de las personas que viven este actuar. Debido a que la educación para la paz se suele relacionar con los niños y jóvenes, los adultos suelen quedar relegados en este enfoque, debido a que la provención, la prevención y la resolución no violenta de conflictos son parte de la educación para la paz se desarrollan más talleres, programas, textos científicos o investigaciones en un proceso por y para los niños, los adolescentes y los jóvenes. Montiel (2013) señaló la importancia de trabajar con los adultos el tema de la educación para la paz y la resolución de conflictos y ha creado una propuesta de psicoeducación, en la cual presenta los constructos básicos del proceso que se deben de tomar en cuenta:

Los adultos participan en los procesos educativos de forma consciente, buscan conocer nueva información, aprender nuevas formas de entender la realidad (...)
El bagaje cultural que aportan consigo las personas (...) La necesidad de tomar decisiones para atender conflictos existe una realidad externa y una interna que interactúan y con frecuencia entran en conflicto (p.7).

La psicoeducación enfocada a los adultos puede ser beneficiosa, ya que, al educar sobre el proceso de un conflicto, se llegarán a ejecutar acciones conscientes de cambio. El conflicto está caracterizado por convicciones que dependen del problema inicial en donde se originó el conflicto y por ende tendrá una significación diversa de acuerdo con cada contexto en que las partes viven, es por ello que la resolución no violenta de los conflictos forma parte indispensable de cualquier educación, en cualquier momento.

Históricamente, se encuentran “los movimientos de renovación pedagógica tales como la Nueva Escuela, que fue un movimiento revolucionario en los estudios para la paz con investigaciones innovadoras en torno a la paz en el terreno educativo” (Herrera Rico, 2003). Esta primera etapa se desarrolló durante 1930 a 1950, se comenzaron a abrir los primeros centros de investigación para la paz y se iniciaron las primeras publicaciones. Después de la I Guerra Mundial, los estudios para la paz se hicieron relevantes, esto con el objetivo de prevenir guerras en el futuro, Quincy Wright y Lewis Richardson se dedicaron a analizar las

causas de las guerras con el fin de poder controlarlas, haciendo un análisis cuantitativo de las mismas (p.130).

Resolución pacífica de conflictos

La educación para la paz es un planteamiento que ha llamado la atención desde hace unas décadas, gracias a la mediación, la prevención, provención de conflictos y la resolución no violenta de los mismos. Los conflictos son parte natural del ser humano y se encuentran en todo momento de la vida cotidiana, lo que diferencia los conflictos es la magnitud en la que se presentan. Ander-Egg en Fuquen Alvarado (2003), menciona “que el conflicto es un proceso social en el cual dos o más personas o grupos contienden, unos contra otros, en razón de tener intereses, objetos y modalidades diferentes, con lo que se procura excluir al contrincante considerado como adversario” (p.267). En esta definición, el conflicto se considera social, debido a que se suele dar en las relaciones y se menciona que una de las partes considera que su opuesto debe perder ante él o ante el grupo o sociedad, país, etcétera. Considerando lo anterior, el conflicto se ve negativo y se considera en todo momento que alguna de las partes va a ceder o en su caso a perder. Sin embargo, Parra Rosales (2016), mencionó que “el conflicto nos proporciona a todos (...) una constante oportunidad de aprendizaje y una enorme responsabilidad para canalizarlo de forma creativa y constructiva” (p.48).

Jares en Herrera Rico (2003), menciona que el “conflicto es un tipo de situación en la que las personas o grupos sociales buscan o perciben metas opuestas, valores antagónicos o intereses distintos” (p.290), como se ha mencionado, en el conflicto se puede derivar de objetivos contrarios en cualquier situación de la vida diaria, ya sea con una persona, un grupo, una comunidad, en una empresa, escuela o ya sea consigo mismo. El autor menciona esta última premisa, ya que para Jean Paul Lederach, “el conflicto no es positivo ni negativo por sí solo, sino que está en función de la manera en que lo regulemos, puede ser por medios pacíficos o violentos” (p. 290), y uno de los medios que se enseñan en la vida cotidiana es de evitar el conflicto, “hemos sido educados para evitar el conflicto porque generalmente lo asociamos con concepciones negativas como lucha, enfrentamiento, pugna y disgusto” (Parra Rosales, 2016, p. 49).

Las teorías sobre los conflictos se han ido desarrollando en las últimas décadas, debido a la importancia de generar una cultura de paz. Dentro de la presente investigación se revisarán dos modelos distintos sobre la resolución de los conflictos, la teoría del conflicto de John Burton y la de Johan Galtung. Los dos modelos que se presentaran son las bases de la educación para la paz en materia de cultura de paz sobre la resolución apta y apropiada para que todas las personas implicadas puedan redefinir el conflicto.

La teoría del conflicto de John Burton nace en los años 60, junto con otros colegas, realizó trabajos y aportaciones muy importantes para las investigaciones sobre la paz y los conflictos (París, 2005, p.34). Una de las aportaciones importantes que realizó, fue el desarrollo de la provención, se refiere a los medios por los cuales se anticipa y maneja una situación, eliminando las posibles causas del conflicto, sin la reserva de una amenaza del uso de la fuerza. El australiano John Burton manejó que los conflictos pueden no solo prevenirse, también anticiparse y es por medio de la provención por la cual se puede disponer de una preparación completa ante los posibles conflictos y las posibles resoluciones de estos.

Para John Burton, las necesidades humanas son fundamentales en la resolución de los conflictos y son la base de estos, “el énfasis de Burton y sus seguidores recaería en la explicación del fenómeno a partir de las profundas necesidades humanas y valores no palpables, principalmente de reconocimiento e identidad, que constituyen la causa de los conflictos” (Peña de Sola, 1999, p.7). El conflicto está caracterizado por convicciones que dependen del problema inicial en donde se originó el conflicto y por ende tendrá una significación diversa de acuerdo a cada contexto en que las partes viven y dependerá de las necesidades de cada uno de los participantes activos del conflicto.

Para Burton en *Ibíd.*, (1999), los conflictos no se resolverán con el autoritarismo de cualquier institución, debido a que se deben de satisfacer las necesidades que se plantean las personas que viven el conflicto y partir de la resolución unánime de las partes, la “satisfacción no puede recaer en compromisos ni mecanismos institucionales de tipo autoritario, concebidos para eliminar conflictos, o por el ejercicio de políticas de poder por la autoridad, dentro de un Estado o por las grandes potencias en el sistema internacional” (p.7). Para la satisfacción de las necesidades es imperativa la comunicación efectiva, debido a que cuando

las necesidades están cubiertas se puede llegar a la resolución del conflicto y cuando solo se ve la meta y no la necesidad, el conflicto seguirá latente.

Al no existir una resolución del conflicto, debido a que siguen latentes las necesidades, Burton en París (2005), menciona la factibilidad de que una persona externa, “la tercera parte actúa como un facilitador, que no persuade, verifica o juzga. Su función, únicamente, es el de ayudar a explicar el origen y el proceso del conflicto a través de un análisis y una comparación con otros conflictos” (p.36). La persona facilitadora, debe de poseer conocimientos que auxilien a las partes en la resolución de estos, pero debe limitarse a resolver el conflicto desde su visión, no debe de impulsar sus ideales hacia las partes, ya que el proceso se verá afectado. Burton menciona diversos elementos en su método “*Controlled Communication*”, el cual trata de “abordar la naturaleza subjetiva del conflicto como un medio para la resolución” (Fisher en *Ibíd.*, 2005, p. 36). Es decir, que en el conflicto existen diversos elementos, como se ha planteado anteriormente, en donde es imperativa:

La percepción de las partes y, a las metas, los valores y los costes que el conflicto tiene para cada uno de los grupos afectados. Finalmente, aparece la responsabilidad (...) Con ello se refiere a la responsabilidad de las partes y del facilitador. El llevar a cabo esta actitud tiene como consecuencia una reducción de la ansiedad durante el proceso, una revalorización de las partes para indagar sobre sus propios costes, y la presencia de ayuda entre los afectados (...) Se considera la comunicación como un factor imprescindible, en la que deben participar todos los miembros de la sociedad, y no solo los altos cargos o dirigentes (*Ibíd.*, 2005, p.36).

Para comprender la teoría del Burton, se debe ahondar en las necesidades del conflicto, desarrollar la comunicación efectiva y explicar el origen del problema, realizando un análisis por un tercero externo, debido a que “los conflictos, se producen en torno a cuestiones no negociables, la resolución debe ir más allá, y comprender la satisfacción de las necesidades, de las cuales los grupos humanos han sido desprovistos como resultado de la dinámica del conflicto” (Peña de Sola, 1999, p.8), así como desarrollar la responsabilidad entre las partes y entre el facilitador que apoya el proceso de resolución del conflicto a tratar.

La segunda teoría del conflicto a analizar será la de Johan Galtung, quien es un sociólogo y matemático noruego, el cual ha realizado importantes aportes al tema de la Paz y la resolución de conflictos. Galtung ve los conflictos como “inherentes a todos los sistemas

vivos en cuanto portadores de objetivos” (Calderón Concha, 2009, p.61). La transformación es la base principal de la teoría de los conflictos y se le debe a Galtung análisis importantes sobre la paz positiva y la paz negativa (Galtung, 1969, p.183) y como la relación entre la paz, la violencia y la humanidad forman el conjunto de la evolución de los conflictos. Galtung fundamenta su teoría de los conflictos de acuerdo con diversas teorías de la evolución y se hace la cuestión sobre si el ser humano es bueno o malo por naturaleza y recoge lo que para él cree que es la evolución de acuerdo a su análisis y las teorías evolutivas de otros autores. Esta propuesta le da consistencia a su teoría, en donde se puede expresar que el ser humano es capaz de resolver sus conflictos desde una perspectiva diferente a la impuesta por la sociedad.

La teoría del conflicto de Galtung maneja un modelo sobre la resolución de los conflictos y como estos van escalando. Se manejan en el conflicto, desde esta visión, tres elementos: actitudes/presunciones, comportamiento y contradicción. Las actitudes “se refiere a como se sienten y piensan las partes de un conflicto, cómo percibe el otro y cómo ven sus propias metas y al conflicto en sí mismo” (p.69), es decir, en cada conflicto existen emociones y sentimientos de las partes involucradas con respecto a la naturaleza del conflicto. Mattelart en Laca Arocena (2005) menciona que la actitud es entendida como “un estado de ánimo individual respecto de un valor” (p.118).

El segundo elemento es el comportamiento, “alude a cómo actúan las partes durante el conflicto, si buscan intereses comunes y acción creativa y constructivista o si tratan de perjudicar y causar dolor al otro” (Calderón Concha, 2009, p.69). En un conflicto, el comportamiento se suele ver o incluso conocer, sin necesidad de entender las actitudes y necesidades de las partes. Como último elemento, se encuentra la contradicción, “tiene que ver con el tema o temas reales del conflicto y con como este se manifiesta. Las partes muchas veces difieren en su percepción de cuál es la contradicción o la raíz del conflicto” (Ibidem., 2009, p. 69).

Se deben de observar todos los elementos del conflicto, ya que al tener una visión acotada del mismo puede hacer que la resolución no se efectúe. Cuando se habla de conflicto se manifiesta una reacción negativa, debido a que en nuestra sociedad la palabra conflicto se

desarrolla de manera dañina, pero los estudios para la paz, como el de Galtung, proponen entender y reflexionar “el carácter activo, científico, factible y práctico de la deseada paz (...) No hay nada más práctico que contar con una buena teoría. Una teoría que permita observar (...) la posibilidad de justicia y de paz” (Calderón Concha, 2009, pp.64-65).

Estrategias de afrontamiento

Las estrategias de afrontamiento son reacciones al ambiente ante situaciones que llegan a vivir las personas que suelen ser diferentes de acuerdo con el sentir de cada individuo. Debido a una situación de estrés se desarrollan elementos necesarios para la resistencia del proceso, estos elementos se conocen como estrategias de afrontamiento. “El afrontamiento es un proceso dinámico, que involucra la evaluación y reevaluación constante de las personas ante situaciones demandantes y su función está en consonancia con las estrategias que los individuos llevan a cabo para la consecución de objetivos específicos” (Vega Valero, Villagrán Velazco, Nava Quiroz y Soria Trujo, 2013, p.94), las personas, ante problemáticas que suelen vivir comienzan un proceso de adaptación, este proceso puede influir dentro de distintos parámetros las respuestas de las personas ante los conflictos vividos, las estrategias de afrontamiento son respuestas ante situaciones demandantes que viven las personas y ninguna estrategia es universal ante un conflicto o problemática específica.

Las estrategias de afrontamiento se desarrollan de acuerdo con las experiencias de situaciones vividas. Las habilidades que se desarrollan ante una problemática preparan para lo que venga después, sea positivo o negativo. Debido a que ningún problema, ya sea de ámbito social, familiar, laboral, etc., tiene las mismas causas ni los mismos efectos, cada individuo actúa y siente diferente a otro a pesar de haber pasado por una situación similar. Para Felipe Castaño y León del Barco (2010), las estrategias de afrontamiento son “los procesos concretos que se utilizan en cada contexto y pueden ser altamente cambiantes dependiendo de las situaciones desencadenantes” (p.246).

Lo anterior indica, que las estrategias dependen de las demandas del ambiente y del individuo. Las estrategias de afrontamiento pueden auxiliar a la socialización y a la relación con el ambiente, son primordiales para la vida, ya que “una buena adaptación al medio (...) ”

adecuadas relaciones interpersonales y apoyo social, se considera como un factor básico de salud mental” (solís Manrique y Vidal Miranda, 2006, p.35). Lazarus y Folkman en Amarís Macías, Madariaga Orozco, Valle Amarís y Zambrano (2013) mencionan que las estrategias de afrontamiento “son esfuerzos cognitivos y conductuales cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo” (p.127), estos esfuerzos que crea el ser humano pueden ser beneficiosos para el desarrollo de conductas y pensamientos creativos para la resolución de estas demandas.

Orientación sexual

Durante el desarrollo de un individuo, la orientación sexual es de gran importancia para la construcción de las relaciones sociales, siendo está definida como una “tendencia o atracción que una persona muestra, en sus sentimientos, deseos, fantasías y pensamientos, hacia uno de los sexos o ambos. La tendencia puede ser de tipo heterosexual, homosexual y bisexual” (Rodríguez González, 2008, p.332). Moral de la Rubia (2011), refiere que este deseo se da también en tendencias como la ambigua (p.114), circunstancia de la persona que tiene rasgos propios de los dos sexos (Rodríguez González, 2008, p.12), término que ha evolucionado y se refiere a las personas intersexuales. En cambio, la American Psychological Association [APA] define la orientación sexual como “una atracción emocional, romántica, sexual o afectiva duradera hacia otros. Se distingue de otros componentes de la sexualidad” (APA, 2018). La orientación sexual no solo se trata de las relaciones sexuales que subyacen de la penetración o del tocamiento consensual, “la orientación sexual es diferente de la conducta sexual porque se refiere a los sentimientos y al concepto de uno mismo” (APA, 2018). Por otro lado, la Organización de las Naciones Unidas [ONU], menciona que la orientación sexual no es paralela al sexo biológico, así como la identidad de género, es por ello que la orientación sexual:

Se refiere a la capacidad de cada persona de sentir una profunda atracción emocional, afectiva y sexual por personas de un género diferente al suyo, de su mismo género o de más de un género, así como a la capacidad de mantener relaciones íntimas y sexuales con personas (ONU, 2013, p.3).

La ONU menciona el término género, así como otros términos como la identidad de género y el rol social, los cuales tienen un significado distinto a la orientación sexual y se suelen confundir. El sexo, como lo maneja o el sexo biológico, se refiere “a la configuración de las corporalidades debido a tres características principales: lo cromosómico, lo gonadal y lo genital” (MEN y UNFPA, 2016, p.15). Al referirse a lo cromosómico, se habla de la carga genética de una persona puede ser de cromosomas XX, XY o a quienes tienen una trisomía en estas (XXY, XXX, XYY o una expresión genital de difícil clasificación) (p.15). También, Vargas Barrantes (2013), menciona que el sexo es el “conjunto de características biológicas que definen el espectro de seres humanos como machos o hembras (...) permite diferenciar a los organismos como portadores de uno u otro tipo de células reproductoras o gametos (ovulo o espermatozoides), o de ambos” (p.143).

De modo que, cuando se habla de sexo biológico o sexo asignado al momento del nacimiento, se refiere al hecho de haber nacido con un determinado cromosoma. Conforme las personas van creciendo, habitualmente se desarrollan de acuerdo con los roles asignados por la sociedad en el caso de ser hombres o mujeres de acuerdo con su sexo biológico, es cuando se forma la identidad de género y los roles sociales. El sexo define a las personas en solo un aspecto de las diferentes formas en que se pueden identificar, por otro lado, la identidad de género se define como:

La vivencia interna e individual del género tal como la persona la experimenta profundamente, la cual podría corresponder o no al sexo asignado al momento del nacimiento, incluyendo la vivencia personal del cuerpo (que podría involucrar la modificación de la apariencia o la función corporal a través de técnicas médicas, quirúrgicas o de otra índole, siempre que la misma sea libremente escogida) y otras expresiones de género, incluyendo la vestimenta, el modo de hablar y los modales (ONU, 2013, p.3).

Considerando lo anterior, la identidad de género es la manera de existir propia de cada persona de acuerdo con su ideología de lo que quiere ser. En cambio, la orientación sexual es la atracción emocional, sentimental, física y espiritual hacia una determinada persona. La identidad de género es una construcción individual, es la “forma en que cada persona se siente identificada a sí misma” (MEN y UNFPA, 2016, p.20), no tiene relación con el sexo biológico, ya que el género es una reconstrucción a lo largo de la vida de cada persona, se

relaciona con cómo vivimos y sentimos nuestro cuerpo desde la experiencia personal y cómo lo llevamos al ámbito público, es decir, con el resto de las personas.

El rol social se refiere a aquellas conductas que la sociedad espera de uno como persona, en este caso, de lo que se espera de una mujer u hombre de acuerdo con la ideología que se tiene de ello en la sociedad, en la cultura o en el seno familiar, incluso en otros entornos en los que las personas se desenvuelven, como el trabajo, la escuela o en la socialización. El rol social puede ser modificado de diversas maneras, puede ser de acuerdo con la orientación sexual, con la identidad de género o de acuerdo con el sexo biológico; incluso el rol social se puede modificar de acuerdo con el ámbito en el que se encuentra el individuo. Existen tres tipos de preferencia sexual, la heterosexual, la homosexual y la bisexual, sin embargo, la primera suele ser la orientación que se designa al individuo desde el nacimiento, la comunidad avala un rol social y una identidad heteronormativa y cualquier individuo con una preferencia que se encuentre fuera de este estatuto suele abnegarse a su orientación, tal como lo menciona Castañeda (2014):

El heterosexual se ha formado como tal, ha sido educado desde la más tierna infancia para asumir el papel que le permitirá tener éxito en un mundo heterosexual. No así el homosexual (...) No creció como tal, no fue educado para la homosexualidad; por lo tanto, le faltó aprender mucho de los hábitos y códigos sociales que necesitara en sus relaciones adultas (p. 23).

La orientación heterosexual es aquella que define a una persona que se siente atraída tanto afectiva como eróticamente por gente del otro sexo, dicha preferencia suele usarse como [única] dentro de diversas sociedades, la ideología de la diferencia sexual opera en nuestra cultura como una censura, en la medida que oculta la oposición que existe en el plano social entre los hombres y las mujeres poniendo a la naturaleza como su causa. La heteronormativa de los diferentes organismos que los individuos han formado a lo largo del tiempo, ha dado como resultado que la homosexualidad, desde hace siglos, sea vista desde la perversión, hasta una patología. Se debe agregar que, la medicina iba evolucionando y la psiquiatría tenía un papel muy importante en las investigaciones sobre la salud mental, sin embargo, “la psiquiatría naciente veía en la homosexualidad un síntoma de <degeneración> genética –a veces exacerbada por la masturbación-, similar a otras enfermedades, como el alcoholismo, el retraso mental y la locura; esta concepción sigue vigente en algunos medios”

(Ibíd., 2014, p.32). Fue gracias a Sigmund Freud que la ideología de que la homosexualidad fuese una patología se descartó, “Freud tuvo el enorme mérito de deslindarse de la teoría de la degeneración en esta y otras áreas del comportamiento humano. Consideró que, si bien la homosexualidad implicaba inmadurez psicosexual, no era una enfermedad mental” (Ibíd., 2016, p.32).

Las personas con una orientación homosexual eran perseguidas hasta hace unas décadas, e incluso en algunos países aún existe la pena de muerte para aquellos que no son heterosexuales. Las personas con una orientación homosexual son aquellas cuya atracción tanto afectiva como erótica es hacia personas de su mismo sexo. La ideología que la orientación sexual es solo una preferencia va más allá, es la vivencia de la sexualidad y el afecto, “es muy común la idea de que ser homosexual, heterosexual o bisexual es una acción; esto es un gran error, pues la orientación sexual tiene que ver con un sentimiento de atracción erótica, sexual, romántica y afectiva para con otros” (p.38). La orientación homosexual “se trata de una identidad que no está dada desde un principio, sino que se construye poco a poco (...) Esto hace que el homosexual no sea homosexual de la misma manera en que el heterosexual es heterosexual” (Castañeda, 2014, p.24). La vivencia de una persona que acepta plenamente su orientación homosexual se ve envuelta en distintas experiencias, como lo menciona Wittig en Ibid., 2014):

Los discursos que nos oprimen muy en particular a las lesbianas, mujeres y a los hombres homosexuales dan por sentado que lo que funda la sociedad, cualquier sociedad, es la heterosexualidad (...) Estos discursos de heterosexualidad nos oprimen en la medida en que nos niegan toda posibilidad de hablar si no es en sus propios términos y todo aquello que los pone en cuestión es enseguida considerado como [primario] (p. 49).

Considerando lo anterior mencionado por Wittig, la sociedad divide las situaciones por normales y anormales, fundamentando que la homosexualidad e inclusive la bisexualidad se puede referir a algo [anormal] dentro de un mundo donde por siglos la ideología de una pareja [normal] es de una mujer y un hombre, dado que pueden procrear y por lo tanto formar una familia nuclear. En el caso de la población con orientación homosexual, frecuentemente deben esconder sus emociones, sentimientos, su personalidad y gustos, e incluso es rechazada la idea de que las personas con esta orientación puedan ser aptos para formar una familia:

El homosexual no se desplaza en el mundo con una identidad constante. Sus actitudes, gestos y forma de relacionarse cambian según las circunstancias. En su trabajo puede parecer heterosexual, en su familia asexual, y solo expresar su orientación sexual cuando está con ciertos amigos. O bien puede negar su homosexualidad y aparentar ser todo lo contrario (...) Su relación con los demás y consigo mismo es muy diferente, el homosexual vive una subjetividad muy distinta, aunque esto no se perciba a simple vista desde afuera (Castañeda, 2014, p.23).

Considerando lo anterior, en el diccionario gay-lésbico de Rodríguez González (2008), se menciona que el termino homosexual se refiere “a la persona (hombre o mujer) atraída por el mismo sexo (para el concepto femenino, el término general es lesbiana)” (p.210). Para Castañeda (2014), la homosexualidad va más allá de designar a las personas con una orientación sexual, la cual puede verse como negativa e incluso, como algo [anormal y no natural], la homosexualidad:

Representa una posición frente a la vida y la sociedad. Los homosexuales siguen siendo, en casi todo el mundo una minoría discriminada y marginada. Pertenecen a todas las etnias, clases sociales, a todas las religiones y profesiones, a todos los países y todas las ciudades (...) En ningún país se ha dado una plena aceptación social, aún en los países más liberales siguen registrándose una homofobia explícita y a veces asesina” (p.20-111).

Con lo anterior, se deja entrever que la homosexualidad ha pasado por distintos periodos a lo largo de la historia, se ha visto como una patología, una enfermedad curable, hasta la aceptación, sin embargo, en distintos países esta aceptación se ve anulada por distintas ideológicas religiosas y políticas, hasta finalizar en la muerte de los individuos que aceptan plenamente su orientación sexual. La historia deja ver la barbarie que se puede llegar a cometer debido a los conceptos de lo normal y lo factible, dejando a un lado los derechos humanos y las historias de vida de las personas que quieren pronunciar ante la sociedad, su familia y sus amigos parte de su ser.

Capítulo II. Metodología del estudio

En el presente estudio, se utiliza un enfoque cualitativo, con una metodología de estudio de caso y con un marco interpretativo fenomenológico con un hombre que se identifica con una orientación homosexual, siendo la intervención de ocho sesiones de dos horas cada una. Se realizó en tres etapas: psicodiagnóstico, intervención y evaluación. Se utilizaron dos instrumentos distintos para la realización del psicodiagnóstico: Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI) y una entrevista semiestructurada para conocer el cómo han vivido y afrontado la discriminación debido a su orientación sexual y las estrategias de afrontamiento que identifican. Durante el proceso de intervención se utilizó el diario de campo como técnica de registro de la información, así como fotografías de los resultados de las actividades de las sesiones.

Tipo de estudio

El presente estudio se realiza desde el enfoque cualitativo, partiendo de una metodología de estudio de caso, con el objetivo de recuperar la fenomenología de los participantes, ya que está es la base de las vivencias, los sentimientos y los pensamientos de los hombres homosexuales. Hernández Sampieri, Fernández Collado y Baptista Lucio (2014) mencionan que el objetivo de dicho enfoque es “examinar la forma en que los individuos perciben y experimentan los fenómenos que los rodean, profundizando en sus puntos de vista, interpretaciones y significados. Se utiliza para comprender fenómenos explorándolos desde la perspectiva de los participantes” (p.358). Es decir, los hombres que se identifican con una orientación homosexual expresarán desde sus vivencias los sentimientos, emociones y acciones, profundizarán y se interpretarán desde el punto de vista de los participantes.

En el enfoque cualitativo, la experiencia de los participantes y sus vivencias son las cualidades del estudio. Álvarez-Gayou (2013) reconoce que “en la investigación cualitativa, lo que se espera al final es una descripción tersa, una comprensión experiencial y múltiples realidades” (p.29). Con descripción, se representan confiable y consistentemente los resultados según la realidad de los participantes. Al hablar de la comprensión experiencial y las múltiples realidades, se debe ser inclusivo con toda la información que los participantes

proporcionen para que la investigación sea válida y la fenomenología de cada persona se vea reflejada.

El enfoque cualitativo, es una actividad basada en los participantes de la investigación, en su ambiente, sus situaciones cotidianas y como se expresan. El objetivo de este enfoque es “obtener una comprensión profunda de los significados y definiciones de la situación tal como nos la presentan las personas, más que la medida cuantitativa de sus características o conducta” (Salgado Lévano, 2007, p.71). La investigación cualitativa da un panorama complejo, debido a que cada persona que se encuentra participando en el estudio, tiene realidades distintas y en cada realidad existe un significado concreto. En el estudio cualitativo no se ven las perspectivas del autor de la investigación, si no las perspectivas de las personas, “quien investiga construye una imagen completa y holística, analiza palabras, presenta detalladas perspectivas de los informantes y conduce el estudio en una situación natural” (Vasiliachis de Gialdino, 2006, p.24).

Las características de la metodología cualitativa son diversas y resaltan, como su nombre lo dice, las cualidades de las personas inmersas en el estudio, para captar dichas cualidades, “el investigador hace preguntas más abiertas, recaba datos expresados a través del lenguaje escrito, verbal y no verbal, así como visual, los cuales describe, analiza y convierte en temas que vincula” (Hernández Sampieri et. al., 2014, p. 8). Los estudios cualitativos recaban información más allá de las estadísticas, ya que revelan información detallada de cada individuo y al mismo tiempo de un grupo, colectivo o sociedad; en el caso del presente estudio, la metodología presentada sirve como canal para analizar de forma más amplia las estrategias de afrontamiento de los participantes, siendo único cada estudio.

Las ideas, los pensamientos, incluso las creencias y las vivencias de los participantes son importantes, ya que es la realidad subjetiva la que se quiere rescatar. Cada investigación cualitativa se va desarrollando de diversas maneras y eso es lo valioso de los estudios desde este enfoque. La presente investigación tendrá una mirada objetiva, estableciendo límites en cuanto a su propia subjetividad. El proceso del enfoque cualitativo es “la inmersión en la vida cotidiana de la situación seleccionada para el estudio” (Vasiliachis de Gialdino, 2006, p.26), que en este caso es la vida cotidiana de una persona que se vive con una orientación

homosexual y que problemáticas se han desarrollado debido a su orientación sexual y cómo estos conflictos han desarrollado en ellos estrategias de afrontamiento.

La exploración exhaustiva aporta herramientas y conocimientos fundamentales para la inmersión en la realidad de los participantes. La realidad de los participantes de la investigación es máspreciada de lo que puede parecer, ya que dejan ver cada sentimiento y emoción que les ha causado las situaciones o problemáticas de las cuales interesa plasmar en el trabajo. Para la exploración se utilizan técnicas profundas, las cuales dan al investigador material suficiente para analizar los cambios de una intervención, algunas de las técnicas son “la observación no estructurada, entrevistas abiertas, revisión de documentos, discusión en grupo, evaluación de experiencias personales, registro de historias de vida, e interacción e introspección con grupos o comunidades” (Hernández Sampieri et. al., 2014, p.9), estas técnicas son fundamentales para la recolección de toda la información necesaria sobre la vivencia de las personas que viven aquellas situaciones que a los investigadores les interesa estudiar.

Estudio de caso

El estudio de caso es un método utilizado para la investigación cualitativa, son “estudios que utilizan procesos de investigación cualitativa que analizan profundamente una unidad holística para responder al planteamiento del problema y desarrollar alguna teoría” (Hernández Sampieri et. al., 2014, p.164). Para los estudios de caso, los participantes pueden ser distintos, depende del tema a investigar y de los objetivos del estudio, “puede tratarse de un individuo, una pareja, una familia, un objeto (...) un sistema (...) una organización (...) un hecho histórico, un desastre natural, un proceso de manufactura, una comunidad, un municipio, un departamento o estado, una nación, etc.” (p.164).

Stake (2007) menciona, que al estudiar un caso “buscamos el detalle de su interacción con su contexto. El estudio de casos es el estudio de la particularidad y de la complejidad de un caso singular, para llegar a comprender se actividad en circunstancias importantes” (p.11). Es decir que, al momento de investigar un estudio de caso, se realiza porque se considera que tiene un interés en sí mismo, se trata de encontrar como, un caso en particular interactúa con

su contexto, y como su particularidad y complejidad permite comprender su importancia en diversas circunstancias.

Así mismo, Yin citado por Martínez Carazo (2006) hace énfasis en la importancia de los estudios de caso, mencionando que “es una herramienta valiosa de investigación, y su mayor fortaleza radica en que a través de este se mide y registra la conducta de las personas involucradas en el fenómeno estudiado, mientras los métodos cuantitativos sólo se centran en información verbal obtenida a través de encuestas por cuestionarios” (p.167). La diferencia entre la investigación cualitativa y la cuantitativa, es que los casos solo se centran en obtener información verbal por medio de encuestas y los estudios de caso registran y analizan, no solo la información, sino también la fenomenología y el contexto como un todo de los participantes.

Participantes del estudio

Los participantes, según Hernández Sampieri, et al (2014), son el “grupo de personas, eventos, sucesos, comunidad, etcétera, sobre la cual se habrá de recolectar datos, sin que necesariamente sea estadísticamente representativo del universo o población que se estudia” (p.384). Los participantes de la investigación cualitativa son el centro de la intervención, ya que se depende de ellos para analizar su realidad y su subjetividad.

En el presente estudio, se llevaron a cabo tres convocatorias en redes sociales y en diversos institutos universitarios, los criterios de inclusión tuvieron las siguientes características: participantes voluntarios, hombres que se identificaran con una orientación homosexual abiertamente en sus diversas áreas sociales, que radicarán permanentemente en Cd. Juárez, Chihuahua, con una edad de entre 18 a 34 años. Se excluyeron mujeres homosexuales, hombres y mujeres heterosexuales, transgénero, travesti e intersexuales, debido a que se quiere conocer las estrategias de afrontamiento de una parte de la población LGBT.

Los resultados de las convocatorias fueron tres participantes voluntarios, sin embargo, solo uno de ellos decidió continuar con el programa. Se realizó con el participante A la perspectiva diagnóstica, el instrumento y la entrevista semiestructurada, finalizando con la

aceptación de realizar el programa en una futura ocasión debido a compromisos académicos. El participante B, realizó el instrumento, sin embargo, no finalizó la segunda sesión debido a que mencionó tener que abandonar el proyecto debido a problemáticas personales. El participante C aceptó realizar el programa completo, iniciando con el instrumento, la entrevista semiestructurada y finalizando las actividades de las sesiones, así como la evaluación. Para asegurar el anonimato y la confidencialidad de los participantes se llevó a cabo el consentimiento informado, en donde acordó que toda la información recabada durante el programa es para fines de investigación y análisis académico.

Supuesto esperado

El presente estudio se basa en que una intervención basada en un programa psicoeducativo con enfoque de Educación para la Paz en un estudio de caso es adecuada para el cambio de las estrategias de afrontamiento en una persona con orientación homosexual. La identificación de las estrategias de afrontamiento se complementa con el Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI) adaptado Nava Quiroz et al, 2010).

Instrumentos de registro

En el presente estudio se utilizó el diario de campo como instrumento de registro y análisis de los resultados, al finalizar las sesiones se describieron en el diario de campo, complementado con observaciones profesionales y analíticas. Como segundo instrumento de registro se utilizó el Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI), el cual fue replicado en México, debido a que originalmente fue tomado de la versión española de Cano, Rodríguez y García en el año 2007. Consta de 40 ítems en escala Likert de cinco puntos y un ítem adicional. Posee un Alfa de Cronbach de .8125. Para la replicación participaron un total de 219 de personas voluntarias, de las cuales 31% (68) fueron hombres y 69% (151) fueron mujeres, con un rango de 17 a 34 años (Nava Quiroz et al., 2010, p.215). El instrumento mide ocho escalas, las cuales son resolución de conflictos, reestructuración cognitiva, apoyo social, expresión emocional, evitación de problemas, pensamiento desiderativo, retirada social y autocrítica. Las escalas se miden del 0 al 20 y se comienza relatando un conflicto que se ha vivido en el último mes de aplicar el inventario y en base a ello se responden los ítems.

Capítulo III. Perspectiva diagnóstica

El proceso para obtener el diagnóstico constó de dos sesiones, de dos horas cada una y se utilizan dos instrumentos de recolección de datos: el inventario de estrategias de afrontamiento (CSI) y una entrevista semiestructurada. Estas técnicas tienen el objetivo de conocer las estrategias de afrontamiento de una situación estresante en particular del participante con orientación homosexual con respecto a su orientación y conocer las vivencias sobre su vida cotidiana. El estudio se realizó con base al método de estudio de caso con un participante hombre que se identifica con una orientación homosexual y que reside en Cd. Juárez, Chihuahua. Dentro de la primera sesión se llevaron a cabo cuatro actividades (cuadro 1). La primera actividad se desarrolló presentando el proyecto de intervención, el participante conoció la preparación de la facilitadora, se presentó el objetivo de la investigación y el proceso de esta, con la finalidad de que el participante pueda conocer el propósito y la importancia de su colaboración. Como siguiente actividad se explicó los instrumentos para la realización del diagnóstico y en que consiste cada uno de ellos, como lo es el Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI), su utilidad y las escalas que mide, así como la importancia de conocer las estrategias de afrontamiento que logran identificar en los conflictos que han vivido, dicho instrumento fue aplicado por un Licenciado en Psicología con Cedula Profesional.

Cuadro 1:
Primera sesión: Diagnóstico

No.	Técnica / Actividad	Objetivo	Implementación
1	Presentación del proyecto	Dar a conocer la preparación de la facilitadora, el objetivo de la intervención y los instrumentos a utilizar	Presentarse a la sesión
			Presentar a la facilitadora
			Explicar el objetivo de la intervención
			Explicar los instrumentos para la realización del diagnóstico
	Consentimiento informado	Asegurar la participación permanente del voluntario, la protección de la identidad y la confidencialidad de la información durante la intervención	Explicar la importancia del consentimiento informado
			Presentar el consentimiento informado para su ¿?
	Presentación del participante	Conocimiento de datos sociodemográficos	Recabar los datos del voluntario
	Escala psicométrica	Conocer las estrategias de afrontamiento del voluntario sobre cómo ha vivido un hecho estresante debido a su orientación sexual	Presentar al psicólogo encargado de la implementación de la escala psicométrica
			Explicar la factibilidad de la escala psicométrica
			Implementar la escala psicométrica

Fuente: elaboración propia

La segunda sesión (cuadro 2) se realizó en base a una actividad, una entrevista semiestructurada, está “se basan en una guía de asuntos o preguntas y el entrevistador tiene la libertad de introducir preguntas adicionales para precisar conceptos u obtener mayor información” (Hernández Sampieri et. al., 2014, p. 403). La finalidad fue conocer los procesos vivenciales de los participantes, comenzando por su infancia y las relaciones con sus familiares y amistades, las vivencias en las áreas en donde se desenvuelve, así como las problemáticas que han pasado desde que expresaron su orientación sexual, y qué conflictos han tenido en su vida cotidiana.

Cuadro 2:
Segunda sesión: Diagnóstico

No.	Técnica	Objetivo	Implementación
2	Entrevista semiestructurada	Conocer la experiencia subjetiva del participante sobre cómo ha vivido, resuelto los conflictos y afrontado la discriminación debido a su orientación sexual	Explicar en qué consiste la entrevista semiestructurada y su relación con la <u>intervención</u>
			Realizar una entrevista semiestructurada

Fuente: elaboración propia

Identificación de estrategias de afrontamiento

Para conocer la factibilidad del Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI), se identificaron las estrategias de afrontamiento en tres participantes voluntarios y se realizó la entrevista semiestructurada para conocer el contexto general. De los tres participantes voluntarios, solo uno de ellos decidió continuar en el programa. Para la elaboración de la perspectiva diagnóstica son necesarias dos sesiones de una hora por cada sesión, trabajando actividades para la recolección de los datos. El participante A tiene 25 años al momento de realizar el estudio, vive en concubinato desde hace aproximadamente 5 meses, se identifica con una orientación homosexual, su último nivel de estudios es la licenciatura, graduado desde hace dos años y actualmente se desempeña como capacitador en una mediana empresa de la localidad y estudia su segunda licenciatura. El participante B tiene 27 años al momento de realizar el estudio, su estado civil es soltero, se identifica con una orientación homosexual, su último nivel de estudios es medio superior y actualmente se desempeña como operador en una maquiladora de la localidad. El participante C tiene 24 años al momento de realizar el estudio, vive con su madre y su padre, se encuentra soltero, se identifica con una orientación homosexual, su último nivel de estudios es medio superior y se encuentra realizando sus

estudios universitarios, actualmente se desempeña como administrativo en el área de Recursos Humanos en una maquiladora de la localidad.

Estrategias de afrontamiento del participante A

La primera sesión se llevó a cabo en el hogar del participante, debido a que no se podía trasladar a las instalaciones de la Universidad Autónoma de Ciudad Juárez (UACJ), se le agradeció la hospitalidad y la confianza de realizar esta sesión y las siguientes en su domicilio. Se inició la sesión presentando el proyecto y dando a conocer la preparación de la facilitadora, los objetivos del proyecto y de la intervención, así como los instrumentos que se utilizarían para realizar el primer acercamiento al psicodiagnóstico por medio de una prueba piloto. El participante A estuvo de acuerdo en ser parte del proyecto y se le presentó el consentimiento informado, el cual leyó y firmó. Se comenzó recolectando los datos sociodemográficos del participante y al finalizar se le preguntó sobre las estrategias de afrontamiento, a lo cual mencionó que para él son respuestas que uno posee ante los problemas. Como siguiente actividad se le presentó al Licenciado en Psicología para la aplicación del Inventario. Se le explicó al participante A el test y la finalidad, la cual era obtener un escala para conocer las estrategias de afrontamiento que utiliza y se le dio una explicación sobre las ocho escalas que mide el instrumento. El participante A accedió a realizarlo.

La escala psicométrica Inventario de Estrategias de Afrontamiento del participante A, muestran relación con su discurso. El participante A de 25 años de edad llegó a mencionar que las estrategias de afrontamiento para él son “respuestas que uno tiene ante los problemas”. Los resultados de la escala psicométrica del participante comenzaron con una redacción sobre una situación que ocurrió en el último mes de haber aplicado el inventario, con lo cual se observó en el participante A, por su discurso, que fue víctima de burlas y comentarios homofóbicos.

Los resultados del participante A, dan cuenta de que vivió una situación de burlas y críticas en el ámbito social, al momento de hablar sobre el discurso en la primera sesión, el participante menciona que “últimamente le ha dado mucho coraje los comentarios que hacen las personas” respecto a su orientación sexual, y su discurso dentro del Inventario de

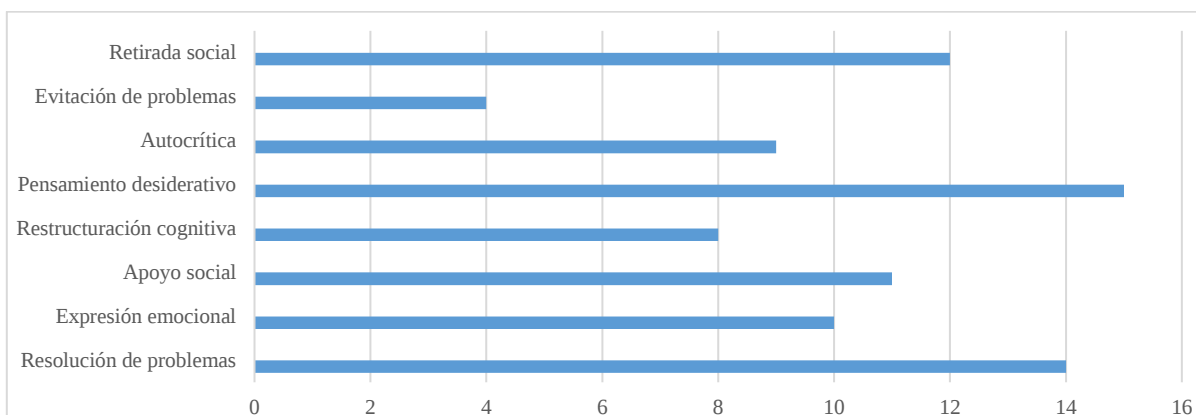
Estrategias de Afrontamiento deja en claro el “coraje” que sintió debido a la problemática ocurrida:

Saliendo de un bar íbamos algo borrachos saliendo de un evento uno de mis amigos tenía su color de cabello pintado con mechones grises, y entre el furor y la risa, entre nosotros el joto y palabras es común, sin embargo al caminar hacia el auto unas personas comenzaron a reírse y hacer comentarios, sin embargo había oficiales y nadie decía nada. Salimos con coraje y no dirigimos a cenar unos tacos al llegar seguimos en risas nosotros en nuestro rollo y al ordenar el mesero comienzo a hacer comentarios homofóbicos y ya cuando reaccione y le dije tienes algún problema, el mesero siguió con risas y cantando una canción hasta que le paramos sus burlas y no dijo nada después de eso (Participante A, 2018).

Como segundo paso del inventario, el participante A respondió a 40 ítems en escala Likert de cinco puntos y un ítem adicional, siendo 0 = En absoluto y 4 = Totalmente. Las respuestas estaban relacionadas al discurso que expreso con anterioridad. Los resultados se evaluaron de acuerdo con ocho factores de la escala, siendo 0 la puntuación más baja y 20 la puntuación más alta, los factores fueron la resolución de problemas, la autocrítica, la expresión emocional, el pensamiento desiderativo, el apoyo social, la reestructuración cognitiva, la evitación de problemas y la retirada social.

Los resultados del participante A, según los factores del Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI), fueron dos factores favorables, tres factores en la media y tres factores desfavorables (Gráfico 1). Las estrategias sobre la resolución de problemas fueron de 14 puntos, siendo este resultado favorable, ya que entre más alta la puntuación, sus estrategias se definen a la resolución de los conflictos. El segundo factor favorable fueron las estrategias a la evitación del problema, ya que fue un resultado de cuatro puntos, muy por debajo de la media, el participante A suele buscar soluciones creativas ante los problemas que se le presentan.

Gráfica 1:
Resultados participante A



Fuente: elaboración propia

Los siguientes tres factores que estuvieron en la media, siendo el apoyo social, la expresión emocional y la autocrítica. El primero tuvo un resultado de 11 puntos, siendo la media favorable, con lo cual se desarrollarán técnicas y reflexión para elevar y fortalecer este factor. El segundo factor en la media, la expresión emocional, tuvo un resultado de 10 puntos, para este resultado se debe de intervenir para elevar el resultado o fortalecer el mismo. El último factor en la media fue la autocrítica, en la cual se debe de intervenir para bajar el puntaje, ya que deseamos trabajar los límites y la responsabilidad.

Como factores desfavorables, se encuentran el pensamiento desiderativo, la retirada social y la reestructuración cognitiva. El pensamiento desiderativo tuvo una puntuación 15, siendo el factor más alto de todo el inventario, con cual se debe de intervenir para bajar la puntuación con técnicas que desarrollen la realidad y no la fantasía. El segundo factor fue la retirada social, la cual tuvo 12 puntos, es dos puntos más alto que la media, aunque se debe de trabajar para bajar lo más posible este factor. Como última estrategia, está la reestructuración cognitiva, la cual obtuvo ocho puntos, dos puntos menos que la media, se debe de intervenir para que suba el factor.

La segunda sesión para el análisis del diagnóstico se realizó con el objetivo de conocer la subjetividad del participante desde antes y después de la aceptación de su orientación sexual. La sesión se realizó en el hogar del participante A y se comenzó realizando *rapport*, se le explicó la sesión y el objetivo de una entrevista semiestructurada, por lo cual accedió a compartir la información requerida.

El participante A mencionó haber nacido en Ciudad Juárez y vivido en dicha ciudad sus 25 años. Al nacer habitaba su vivienda con su madre biológica y su hermana, quien es producto de una relación pasada de su madre. Debido a la relación de sus padres, su padre vivía en otra casa, hasta que cumplió los 7 años, su padre volvió a la casa con su madre, su hermana y él. Relató que, a la edad de 6 años, debieron de hospitalizarlo por salud y casi fallece. Después de recuperarse, a los 8 años, se fue a vivir con sus abuelos debido a los problemas que tenía con su padre.

El participante A, alude a que su infancia la vivió jugando con sus amigos de la colonia y cuando tenía entre 9 y 10 años, se encontraba jugando con sus amigos a las escondidas, cuando fue violado por estos mientras jugaban, mencionó haberse sentido confundido y no haberle dicho a nadie la situación y debido a esto se distanció de sus vecinos. Fue hasta los 15 años cuando se tuvo que cambiar de casa, ya que falleció su abuela. El participante A mencionó que debido a que no habitaba mucha gente en la nueva colonia donde vivía, se la pasaba jugando videojuegos, tiempo después conoció a quien sería su mejor amigo, quien era dos años mayor que él, mencionó que siempre andaban juntos. Cuando se dio la oportunidad de entrar a la preparatoria él se negó, así que sus padres lo obligaron a estudiar. El participante se comenzó a dar cuenta de su gusto por personas de su mismo sexo cuando se encontraba en la preparatoria y mencionó haberse enamorado de su entonces mejor amigo, con quien tenía una relación secreta. Cuando se encontraba en tercer semestre de preparatoria, la relación con él se desgastó debido a las diferencias entre ambos. Cuando el participante A se encontraba en quinto semestre de preparatoria conoció a una de sus mejores amigas, con quien salía a fiestas y comenzó a beber alcohol y se alejó más de su anterior mejor amigo. Cuando tenía 18 años tuvo su primera experiencia sexual con el que era su mejor amigo.

Cuando salió de la preparatoria, entró a la universidad a estudiar historia, pero decidió abandonar la escuela para comenzar a trabajar en la maquiladora y tiempo después decidió volver a estudiar una carrera, durante ese tiempo, decidió salir con una mujer, de la cual se enamoró, pero debido a las diferentes creencias religiosas, tuvieron que separarse. A los 20 años tuvo una relación amorosa con un hombre, el cual falleció tiempo después, mencionó que seguía hablando con su anterior mejor amigo, pero ya no eran tan cercanos. Cuando se

encontraba estudiando la licenciatura, el participante A relató que decidió salirse de la casa de sus padres y se fue a vivir con su mejor amigo durante cinco meses, alude que esos meses fueron muy difíciles, debido a que era incomodo vivir con su familia, ya que tenían muchas problemáticas. Su mejor amigo y él se enojaron y decidió vivir solo. Durante esa etapa mencionó que sintió que no había reglas, debido a la autonomía que estaba viviendo, fue entonces que a los 20 años probó la mariguana y la cocaína.

A los 22 años, el participante A mencionó que tuvo una relación amorosa pública con otro hombre y comenzó a ir a terapia. Relató que la terapeuta le comento la importancia de ser heterosexual o homosexual, pero no debía de ser una persona bisexual y eso lo dejo pensando en lo que quería en sus relaciones amorosas. Fue entonces que se declaró abiertamente homosexual con sus amigos, pero no con sus padres. Al salir de la universidad, ya graduado, comenzó a buscar oportunidad para entrar a un posgrado, sin éxito alguno, comenzó a salir con un hombre, quien le ayudaba económicamente, y a la vez se encontraba en su segunda relación amorosa pública, sin embargo, decidieron separase. A los 23 años conoció a un hombre que lo adentro a trabajar en la prostitución. Ya sin pareja sentimental, comenzó a salir con distintas personas, hasta que conoció a un hombre, el cual lo apoyaba económicamente, sin mantener relaciones sexuales, mencionó que esta persona no le gustaba. Hasta que tiempo después conoció a su tercer novio, en una fiesta y comenzaron a salir, en ese tiempo él se encontraba viviendo con otras personas en una casa, sin embargo, los dueños le comentaron que debía de salirse por un tiempo ya que la casa se ocuparía, así que decidió seguir trabajando en el ámbito de la prostitución, su relación amorosa no funciono y decidió dejarlo, sin embargo, aún veía al hombre el cual lo apoyaba económicamente.

Cuando cumplió 24 años, decidió salir de fiesta y conoció a un hombre con el cual comenzó a salir y tener una relación amorosa, fue su cuarto novio, su pareja lo ayudo a dejar las drogas, pero a pesar del apoyo, el participante A siguió consumiendo mariguana y cocaína. Su relación termino debido al consumo de drogas y se fue a vivir con la persona que lo ayudaba económicamente durante siete meses. Sin embargo, la relación con su cuarto novio se volvió a dar, y decidió hablar con el hombre que lo apoyaba económicamente y decidió terminarlo. Hasta que se dio cuenta que su novio lo engaño y decidió terminar la relación.

Tiempo después decidió buscar trabajo con un conocido, el cual le dio la oportunidad. En febrero de 2018 conoció a su pareja actual, en un bar de la ciudad y se fueron a vivir juntos tiempo después. El participante A mencionó que hace un año les comentó a sus padres su orientación sexual, relató que su madre le dio todo su apoyo, pero su padre no le hablaba desde el fallecimiento de su abuela debido a que el participante A no fue al funeral. Tres semanas después de encontrarse en una relación con su pareja actual, decidió presentárselo a sus padres, a sus hermanas y a sus sobrinos como su novio. Mencionó que sus padres son amables con su actual pareja y siente que se ha quitado un peso de encima. Sin embargo, el participante A comentó que no ha visto a nadie de la familia de sus padres debido a que no quiere se hagan comentarios negativos sobre él.

Resultados estrategias de afrontamiento del participante B

La primera sesión se llevó a cabo en las instalaciones de la UACJ, se le agradeció al participante B la colaboración en el proyecto. Se inició la sesión presentando el proyecto y dando a conocer la preparación de la facilitadora, a lo que participante agradeció por tomarlo en cuenta en el proyecto. Se le mencionaron los objetivos y las actividades de la perspectiva diagnóstica y del programa en general, se le explicó los instrumentos que se utilizarían y la participación de un licenciado en psicología para la aplicación de uno de los instrumentos. El participante B comentó sus dudas con respecto al licenciado en Psicología, sobre si sería parte del proyecto como facilitador, a lo que se le respondió con una negativa, dejando en claro que solo sería parte de la primera sesión para la aplicación del instrumento, el participante B mencionó estar de acuerdo y querer participar en el proyecto, por lo cual se le presentó el consentimiento informado y firmó.

La sesión comenzó recolectando datos sociodemográficos del participante y se le cuestionó sobre las estrategias de afrontamiento y el significado de estas para él, el participante B menciona que para él, serían estrategias para enfrentar algún problema o inclusive la misma discriminación que él suele recibir por ser gay. Como siguiente actividad se le presentó al Licenciado en Psicología para la aplicación del instrumento y se le explicó el test y la finalidad del mismo, se le mencionó las ocho escalas y el significado de cada una de ellas, el participante B accedió a realizar el instrumento.

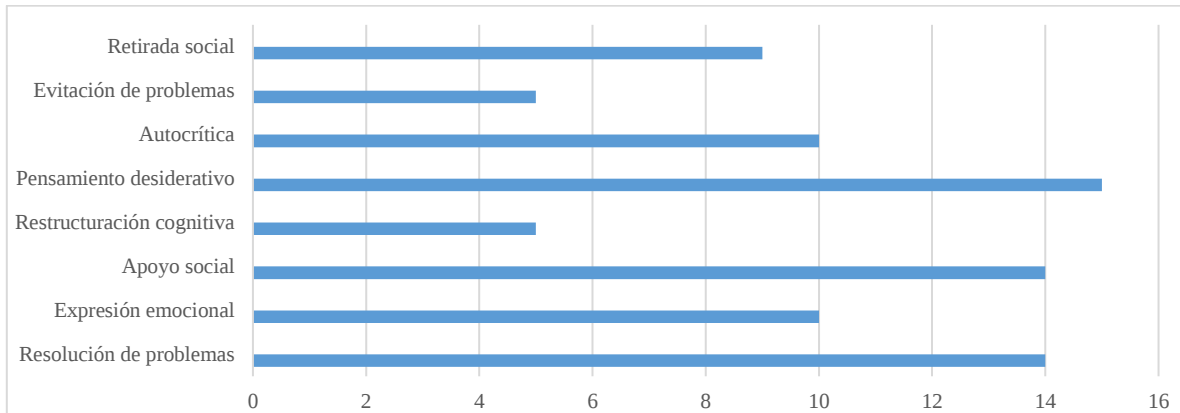
Los resultados del Inventario de Estrategias de Afrontamiento del participante B y su discurso dejan en claro que sufrió discriminación en su área laboral por sus mismos compañeros de trabajo, siendo una de sus amigas su apoyo social, como lo mencionó durante la aplicación del inventario, “si no hubiera sido por mi amiga, si voy y los golpeo porque me enoje mucho cuando me dijeron esas cosas, me dolio y no podia hacer nada y capaz que me corrian si los golpeaba”. El participante B mencionó en su discurso dentro del inventario las amenazas que vivio por parte de sus compañeros de trabajo:

Hace unos dias me encontraba en mi lugar de trabajo platicando con una amiga cuando llegaron unos muchachos y me empesaron a decir de cosas. Yo me moleste mucho porque me digeron joto, puto, maricon y que no deberia de trabajar alli porque soy raro. Claro que no me deje y les dije que si me tenían coraje que no vinieran a mi lugar y los queria golpear pero amiga me dijo que no les hiciera caso y que fuera a Recursos humanos a quejarme y me amenasaron con hacerme algo si iva a Recursos humanos (Participante B, 2018)

Como segundo paso del inventario, el participante B repondio a 40 ítems en escala Likert de cinco puntos y un ítem adicional, siendo 0 = En absoluto y 4 = Totalmente. Las respuestas estaban relacionadas al discurso que expreso con anterioridad. Los resultados se evaluaron de acuerdo con ocho factores de la escala, siendo 0 la puntuación más baja y 20 la puntuación más alta, los factores fueron la resolución de problemas, la autocrítica, la expresión emocional, el pensamiento desiderativo, el apoyo social, la restructuración cognitiva, la evitación de problemas y la retirada social.

Los resultados del participante B, según la escala psicometrica Invetario de Estrategias de Afrontamiento (CSI), tuvieron un resultado de tres factores favorables, tres factores en la media y dos factores desfavorables (Gráfico 2). Entre las estrategias favorables se encuentra la resolución de problemas, con una putuación de 14 puntos. El segundo factor, son las estrategias del apoyo social, con lo cual el participante B cuenta con redes de apoyo valiosas para él. La última estrategia favorable fue la evitación de problemas, siendo esta de cinco puntos. Para estas tres estrategias favorables, se debe de intervenir en fortalecer las cualidades de cada factor.

Gráfica 2:
Resultados participante B



Fuente: elaboración propia

Los factores que se encuentran en la media son las estrategias de retirada social, la cual posee una puntuación de nueve, un punto menos que la media, aunque debe de seguir baja, la intervención funcionara con técnicas para el apoyo y la expresión de las redes sociales del participante. La segunda estrategia que se encuentra en la media es la autocrítica y la expresión emocional, ambas con 10 puntos. La autocrítica debe de bajar, y se tiene que trabajar la culpa, mientras tanto la expresión emocional debe elevarse. Los tres factores deben de trabajarse ya sea elevando o bajando el puntaje, según sea el caso, o fortaleciendo la puntuación actual.

Para finalizar, los dos factores que salieron desfavorables son, la reestructuración cognitiva y el pensamiento desiderativo. La primera con un puntaje de 5, se debe de intervenir en subir el resultado, ya que estas estrategias estan encaminadas a tener otra perspectiva del conflicto. Sobre el pensamiento desiderativo, se obtuvieron 15 puntos, cinco puntos más altos que la puntuación media. La fantasía en esta estrategia se debe de trabajar, ya que para la resolución de los conflictos se debe de tomar en cuenta la realidad.

Para la segunda sesión, el participante B mencionó que debía de dejar el proyecto, debido a problemas económicos, con cual debía de trabajar doble turno en donde labora para percibir más salario. Se le recomendo volver al proyecto si así lo deseara y seguir con el proceso. De igual manera, se le recomendo acudir a sesiones psicológicas semanales y se le mencionó la importancia de la salud mental en todos los ámbitos de la vida diaria.

Resultados estrategias de afrontamiento del participante C

La primera sesión se llevó a cabo en las instalaciones de la UACJ, dando inicio al proyecto con un agradecimiento por querer participar en las sesiones. Para comenzar se presento el proyecto en general, se le brindaron datos de la facilitadora y la razón del por qué quería realizar la presente investigación, se le mencionaron los objetivos del proyecto y las actividades que se realizarían, a lo que el participante C menciona encontrarse en la disponibilidad de participar, ya que él comprende la dificultad que puede ser conseguir personal para realizar una tesis. Se le explico los instrumentos que se utilizarían y la participación de un Licenciado en Psicología para la aplicación de un instrumento, a lo cual el participante C estuvo de acuerdo. Se le comento el objetivo de realizar una perspectiva diagnóstica y se le explico la entrevista estructurada de la segunda sesión, el participante C menciona estar en disposición de brindar cualquier información que sea necesaria. Se le presento el consentimiento informado, mencionándole la importancia de proteger sus datos y de utilizar su información solo con fines académicos, el cual el participante C firmo.

Como tercera actividad de la primera sesión se comenzaron a recolectar datos sociodemográficos. El participante A comenta que tiene tres hermanos, dos de ellas mujeres y un hombre el cual falleció hace unos años. Actualmente vive con sus padres, los cuales dependen económicamente de él. Mencionó que sus planes para el futuro con respecto a sus estudios es realizar una Maestría en Recursos Humanos, ya que actualmente se desempeña como parte de esta área en una maquiladora de la localidad, como segundo ingreso económico menciona realizar trabajos independientes en el ámbito del estilismo. Al finalizar la recolección de los datos sociodemográficos, se le presento al participante C el Licenciado en Psicología, el cual aplicaría el instrumento, se le mencionó la importancia de conocer las estrategias de afrontamiento que posee por medio del test y se le explico cada una de las ocho escalas. El participante se encontró de acuerdo en realizar el instrumento.

El Inventario de Estrategias de Afrontamiento del participante C y su discurso, muestran el mismo resultado. El participante C menciona ser discriminado en su área de trabajo actual, en donde comenta que labora desde hace 7 años y debido a su orientación sexual se le han negado variadas oportunidades para ascender en la empresa. El participante

C relata en la primera parte del psicométrico la problemática que se dio en su área laboral, sin embargo, en su discurso durante la entrevista el menciona que el “karma¹” es muy importante para él, así como la religión y es por ello que Dios lo ha ayudado a seguir adelante, se le preguntó que significado le daba a la palabra “karma”, mencionó que es el pago que da la vida por las acciones que haces, sean positivas o negativas. Menciona que las estrategias de afrontamiento son aquellos recursos para enfrentar de buena manera la discriminación por homosexualidad.

En la empresa donde trabajo se abrió una vacante como entrenador, para cubrir esta vacante se les pregunto a los demás entrenadores que a quien proponían, y ellos o más bien la mayoría me propusieron a mí. Cuando el encargado del departamento se enteró que era yo a quien le querían dar la oportunidad de estar en el departamento él dijo que no porque no le gustaba trabajar con personas homosexuales que buscara otro candidato. Cuando me enteré de este sí me molestó pero no le reclamé nada solo dije el Karma, cuando a los pocos días lo corrieron (Participante C, 2018).

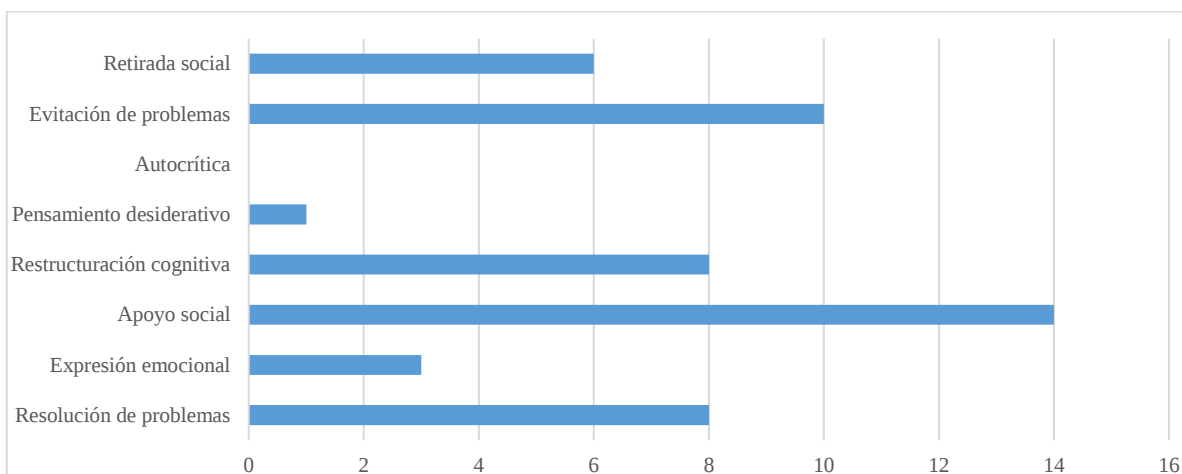
Como segundo paso del inventario, el participante B respondió a 40 ítems en escala Likert de cinco puntos y un ítem adicional, siendo 0 = En absoluto y 4 = Totalmente. Las respuestas estaban relacionadas al discurso que expresó con anterioridad. Los resultados se evaluaron de acuerdo con ocho factores de la escala, siendo 0 la puntuación más baja y 20 la puntuación más alta, los factores fueron la resolución de problemas, la autocrítica, la expresión emocional, el pensamiento desiderativo, el apoyo social, la reestructuración cognitiva, la evitación de problemas y la retirada social.

Los resultados del participante C, según la escala psicométrica, tuvieron un resultado de tres factores favorables, dos factores en la media y tres factores desfavorables (Gráfico 3). Entre las estrategias favorables se encuentran la autocrítica, en donde tuvo un resultado de 0, siendo esto positivo, debido a que comprende que su orientación sexual no debería ser un factor para la discriminación. El segundo factor es el pensamiento desiderativo, con una puntuación de 1, siendo el segundo factor mejor valorado en la escala, el participante C menciona hacer frente a las situaciones que le molestan y le causan problemáticas hablado con las personas de una manera proactiva. El tercer valor favorable es el apoyo social con 14

¹ Karma: En algunas religiones de la India, energía derivada de los actos de un individuo durante su vida, que condiciona cada una de sus sucesivas reencarnaciones, hasta que alcanza la perfección (Real Academia Española, 2019)

puntos, el participante C hace alusión a sus amistades y a su familia, la cual lo apoyan en su orientación sexual.

Gráfica 3:
Resultados participante C



Fuente: elaboración propia

Los factores que se encuentran en la media del participante C son la evitación de problemas y la retirada social. Ambos factores poseen una puntuación de 10. El primer factor, evitación de problemas, debe bajar, sin embargo, este factor debido a la puntuación puede ser favorable, debido al discurso que da el participante C, sobre lo importante que es para él decir lo que piensa cuando existe una problemática y saber en qué momento puede mencionarlo. EL segundo factor, retirada social, aunque se encuentra en la media, se debe de reforzar con técnicas para el apoyo y la expresión de redes sociales.

Los tres factores que salieron desfavorables fueron la expresión emocional, resultado con un 3 de puntuación, este factor se debe de trabajar para subir, ya que el participante C menciona que su vida ha sido muy complicada y ha aprendido a no expresar sus sentimientos. El segundo y tercer factor desfavorables son la resolución de problemas y la reestructuración cognitiva, ambas con una puntuación de 8. Ambos factores se deben de trabajar reestructurando el significado del conflicto.

La segunda sesión para el análisis del diagnóstico se realizó con el objetivo de conocer la experiencia del participante desde antes y después de la aceptación de su orientación sexual

por medio de una entrevista semiestructurada. La sesión se realizó en las instalaciones de la UACJ y se inició estableciendo *rapport*, para después explicar la actividad programada. Se le comento la finalidad de la entrevista semiestructurada y el participante C se encontró de acuerdo en las preguntas que se le realizarían. Comento que le era difícil recordar datos de su niñez debido a que no posee una buena memoria, sin embargo, trataría de dar la mayor información posible.

El participante C menciona haber nacido en Ciudad Juárez y vivido en dicha ciudad sus 24 años, sus padres se encontraban casados cuando él nació y con tres hijos, a parte de él, dos mujeres y un hombre. Su hermano falleció cuando el participante A tenía 12 años, con quien menciona, era muy cercano. Actualmente el participante C vive solo con sus padres. Su infancia la recuerda como disciplinada, siendo su padre el más “blando” en cuestión de la educación. A la edad de 5 años menciona que era un niño extremadamente tranquilo. Menciona tener buena relación con sus hermanas y sus padres siempre, teniéndoles confianza. El participante C comenta que siempre, desde la infancia ha sido una persona selectiva al tratarse de sus amigos, ya que no le gusta salir o estar rodeado de gente. Le gustaba ver la televisión y jugar videojuegos. Las relaciones con sus hermanos y sus padres eran satisfactorias, mencionando que no recuerda que se haya presentado algún conflicto entre sus padres. La relación con su hermano era estrecha y pasaban tiempo juntos, menciona que su hermano tenía problemáticas con las drogas y producía y vendía sustancias ilícitas, por tal motivo, cuando el participante C tenía 10 años, la policía allano la casa de sus padres buscando pruebas sobre su hermano, él comenta que fue la primera vez que sintió miedo excesivo, ya que comenzaron a revisar todo en la casa, pero su hermano no vivía con sus padres, por ese motivo había temporadas que él participante C se quedaba en casa de su hermano, para convivir con él.

Los momentos que pasaba con su hermano, los menciona como buenos, sin embargo, reconoce que se tuvo que volver fuerte y controlar sus emociones, ya que había momentos en donde él veía a personas morir frente a sus ojos por una sobredosis y no podía ayudarlos de ninguna manera. Esas situaciones lo marcaron, mencionando que cuando él ve una situación de la vida real no suele llorar o sentir emoción alguna, sin embargo, cuando se encuentra viendo o escuchando alguna situación ficticia, comenta que suele llorar o sentir

emociones que en la vida cotidiana no suele sentir. Debido a todas estas situaciones que llegó a vivir con su hermano, reconoce que se volvió una persona “dura” y alguien a quien le gusta seguir las reglas.

A la edad de 12 años, cuando entro a la secundaria, reconoció sentir atracción por hombres, debido a esto, comenzó a creer que estaba mal y decidió entablar amistad con personas de su mismo sexo para tratar de cambiar su orientación sexual y que le comenzaran a gustar las niñas. No obstante, menciona que sus compañeros eran problemáticos y eso le molestaba, ya que él se consideraba una persona disciplinada; sus calificaciones comenzaron a bajar, a pesar de que a él le gustaba la escuela, realizar sus tareas y acudir a clases. Menciona que durante su primer año de secundaria sus profesores lo reconocían como un alumno problema. Cuando entro al segundo año de secundaria, se dio cuenta que no quería tener problemas y que no valía la pena tener conflictos en su escuela y decidió ser un estudiante dedicado, teniendo como recompensa la aparición en el cuadro de honor de su escuela. Debido a que decidió dejar de juntarse con personas de su mismo sexo, comenzó a ser solitario, hasta que decidió tener amigas del sexo opuesto, con quienes se sentía más identificado. Menciona que durante la secundaria no recibió insultos sobre su orientación sexual, la cual comenzó a reconocer.

Al entrar a la preparatoria, cuando tenía 15 años, menciona que su vida dio un giro, debido a que compañeros de su mismo sexo se burlaban de él por su orientación sexual, recibía insultos e insinuaciones sexuales por parte de ellos. Comenzó a sentirse mal y con miedo, decidiendo enfrentar la problemática. Menciona que él sabía que era un adolescente pequeño de estatura y temía que lo violentaran físicamente, a pesar de esto comenta que afrontaba a sus compañeros, siguiendo las burlas para que lo dejaran de molestar. Comenta que en una ocasión un grupo de compañeros le estaban gritando obscenidades y le realizaban insinuaciones sexuales, él decidió acercarse a ellos y comentarles que aceptaba las insinuaciones, uno de sus compañeros lo llevo a un cuarto de la escuela y cerró la puerta, al momento de que él participante lo confrontó, el compañero, quien se burlaba de él, decidió declinar la incitación y salir corriendo. Después del incidente menciona que sus compañeros dejaron de burlarse de él, haciendo bromas ocasionales las cuales él aceptaba y seguía con gracia.

A los 17 años decidió comenzar a trabajar como operador de una maquiladora, con la finalidad de ayudar a sus padres económicamente. Al cumplir los 18 años y salir de la preparatoria, decidió entrar a la universidad a estudiar contabilidad, mencionando que le gustaba acudir a sus clases, sin embargo, en su primer año de estudios universitarios, a su padre, quien proveía el sustento económico en su casa, lo despidieron de su trabajo. Menciona que debido a esta situación decidió abandonar sus estudios y dedicarse solamente a trabajar doble turno en su trabajo. El participante C quiere reconocer que fue una época difícil en el aspecto económico.

El participante C menciona que a los 18 años tuvo su primera relación amorosa y sexual con un hombre, el cual no se reconocía con una orientación homosexual abiertamente ante su familia. Menciona que lo conoció en un viaje visitando a una de sus tías en otra ciudad. Menciona que a los días de haberlo conocido tuvieron relaciones sexuales consensuales. Cuando finalizaron las vacaciones y el participante C volvió a su residencia en Ciudad Juárez, reconoció que existía la posibilidad de no establecer ninguna relación con el hombre, sin embargo, en una ocasión, menciona que se pusieron en contacto y le comentó que se encontraba en la misma ciudad que el participante C, cuando se reencontraron le menciona que él quería una relación amorosa con él, a lo cual el participante C aceptó. La relación duró cuatro años, sin embargo, el participante C decidió finalizarla debido a que descubrió por parte de su pareja una infidelidad. Menciona que se sintió muy mal, debido a que tenían planes de vivir juntos. Después de su primera relación, menciona que solo tuvo encuentros ocasionales con distintas personas, a los cuales no considera importantes.

A los 21 años decide volver a estudiar una carrera universitaria, debido a que trabajaba en segundo turno decide entrar a una universidad que da clases los sábados, en donde conoce a una de sus mejores amigas. Menciona no haber tenido problemáticas con sus compañeros por su orientación sexual, sin embargo, en su trabajo comienza a ser discriminado por ello. El participante C relata que, en varias ocasiones, uno de sus supervisores de la maquila en donde labora le negaba los asensos debido a su orientación sexual, De igual manera, le comentaba a los compañeros que el participante C era un excelente empleado, sin embargo era gay y eso estaba mal. Actualmente trabaja en el departamento de recursos humanos y

menciona que toda la discriminación que ha recibido debido a su homosexualidad le ha hecho aprender a defender sus ideales y sus opiniones, así como valorar su trabajo.

Capítulo IV. Programa psicoeducativo con perspectiva de Educación para la Paz

La intervención es la segunda etapa del presente estudio, la cual se realizó en cinco sesiones con duración de dos horas por cada sesión y la evaluación, siendo la etapa final, en una sesión de dos horas. Se realizó una intervención con perspectiva de la Educación para la Paz en el cambio de las estrategias de afrontamiento, estas dadas por los resultados del Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI) del participante, así como intervenciones para fortalecer aquellas estrategias positivas que resultaran en el inventario. Las sesiones comenzaron afianzando las estrategias con alto rango, aquellas de las cuales son positivas. Se finaliza con aquellas estrategias, las cuales existe posibilidad de bajar o subir su puntaje de acuerdo, para modificar favorablemente las estrategias de afrontamiento.

Considerando los resultados del Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI), se realizaron actividades de acuerdo con lo relacionado, partiendo de los dos primeros factores, resolución de problemas y evitación de problemas, después, se realizó una sesión con los factores de apoyo social, expresión emocional y retirada social. Como quinta sesión se realizó una actividad para el factor de la autocrítica y después, en la sexta sesión, para el factor de reestructuración cognitiva. Así mismo, en la séptima sesión se intervino en el factor del pensamiento desiderativo, trabajando la fantasía y la realidad. Para finalizar, se realizó una evaluación en donde se exploraron las estrategias de afrontamiento en conjunto, se realizó el Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI) como pos-test y una evaluación final por medio de una entrevista, todo esto, con la finalidad de fortalecer la puntuación que resulto de la escala del participante y analizar los resultados

Resolución de problemas y evitación de problemas

Para iniciar la intervención, en la tercera sesión se realizaron tres actividades (cuadro 3), con la finalidad de trabajar en los factores de resolución de problemas y evitación de problemas. El primer factor, son las estrategias de afrontamiento “cognitivas y conductuales encaminadas a eliminar el estrés modificando la situación que lo produce” (Nava Quiroz, Ollua Méndez, Vega Valero y Soria Trujano, 2010, p. 215). Para la Educación para la Paz, la resolución de los conflictos “es una oportunidad educativa, una oportunidad para aprender

a construir otro tipo de relaciones, así como para prepararnos para la vida, aprendiendo a hacer valer y respetar nuestros derechos de una manera no violenta” (Cascón Soriano, 2004, p. 2).

El segundo factor en el que se interviene es el de la evitación de problemas, las cuales son “estrategias que incluyen la negación y evitación de pensamientos o actos relacionados con el acontecimiento estresante” (Nava Quiroz et al., 2010, p. 215). Herrera Rico (2003) menciona, la negatividad que la sociedad le ha dado al termino conflicto, “derivada de la ideología tecnocrática conservadora que lo asocia a algo negativo, no deseable, necesario de corregir, solucionar y, sobre todo, evitar” (p. 289). Siendo la evasión, una forma común de resolución de conflictos.

Cuadro 3:
Tercera sesión: Resolución de problemas y evitación de problemas

No.	Técnica	Objetivo	Implementación
3	Análisis de la perspectiva diagnóstica	Comunicarle al participante los resultados del Inventario de Estrategias de Afrontamiento y analizar y reflexionar los resultados en conjunto	Preparar material visual
			Comunicarle al participante los resultados
			Analizar y reflexionar los resultados en conjunto
			Responder dudas existentes
	Instrumento Thomas – Kilmann	Conocer la conducta del participante en situaciones de conflicto y resolución o evitación de problemas	Explicar el instrumento
			Aplicar el instrumento
			Evaluar el instrumento
			Explicar los resultados obtenidos
	Línea del tiempo	Identificar y reflexionar la secuencia de las vivencias del participante de acuerdo a los conflictos en los cuales se ha visto inmerso y la resolución de los problemas o la evitación de los mismo, para fortalecer las estrategias de afrontamiento y el aprendizaje de cada problemática vivida por el participante	Explicar la técnica
			Implementar la técnica
			Conocer los conflictos vividos del participante
			Conocer la forma de resolución de los conflictos del participante
			Reflexionar sobre la manera en resolver los conflictos
			Fortalecer las estrategias de afrontamiento mediante la reflexión
			Reflexionar sobre la importancia del tema tratado en sesión

Fuente: elaboración propia

Teniendo en cuenta lo anterior descrito, la primera actividad de la tercera sesión fue el análisis de la perspectiva diagnóstica en conjunto con el participante. Se comunicaron al participante los resultados del Inventario de Estrategias de Afrontamiento y se reflexionó sobre los resultados. La tercera actividad fue la realización del Instrumento Thomas – Kilmann por el participante, el cual “evalúa la conducta del individuo en situaciones de conflicto (...) en la que los intereses de dos personas parecen ser incompatibles” (Thomas y

Kilman, 2008, p. 2). El instrumento se determina en base a dos áreas, la primera es la “asertividad, la medida en que una persona intenta solucionar sus propios problemas” (p. 2), esta medida es importante, ya que como lo menciona Galtung en Calderón Concha (2009), “si quieres la paz prepárate para la paz” (p. 65).

La segunda área es la cooperación, la cual es “la medida en que una persona intenta solucionar los problemas de otras personas” (Thomas y Kilman, 2008, p. 2). Cascón Soriano (2004) menciona la cooperación como “una fuente de crecimiento y enriquecimiento mutuo (p. 3) y por lo tanto al ser cada persona distinta, existen problemas, los cuales la Educación para la Paz está preparada para resolverlos, y pone de manifiesto que la cooperación es sinónimo de que la relación importa, “es un modelo en el que sólo sirven soluciones ganoganas, se trata de que todos y todas ganemos. Cooperar no es acomodarse, no puede ser renunciar a aquello que nos es fundamental” (Ibíd., 2004, p. 9). Y para ello, el instrumento revela cinco alternativas de solución al momento de manejar los conflictos, competidor, colaborador, compromiso, eludir y complaciente (Thomas y Kilman, 2008, p. 3). El instrumento consta de 30 reactivos de dos opciones, A o B, y el puntaje más alto en cada alternativa es de 12 puntos.

La tercera actividad de la tercera sesión fue la “línea del tiempo”, la cual se basó en reconocer los conflictos que el participante ha vivido y cómo ha resuelto estos, fortaleciendo las estrategias de afrontamiento positivas que han desarrollado a lo largo de las problemáticas descritas y el aprendizaje que resultó de estas vivencias. La línea de vida refuerza los procesos de resolución de conflictos y de acuerdo con el Instrumento Thomas – Kilman, en que alternativa de solución se han encontrado a lo largo de su vida. Montiel (2013) refiere la importancia de las vivencias de los participantes, ya que: “independientemente de qué tanto empeño se ponga en la tarea, es inevitable que los conocimientos y experiencias adquiridos previamente “filtren” la nueva información o el nuevo aprendizaje, particularmente cuando se trata de conocimientos adquiridos por vía de experiencias fuertes –como suelen ser las experiencias en conflicto o violencia– o convicciones profundas” (p. 7).

Las actividades que se desarrollaron en la primera sesión recabaron información necesaria para la auto comprensión y la diversidad de las resoluciones de problemas en la

vida cotidiana del participante. El instrumento y la técnica “línea de vida”, aportaron conocimientos con respecto a la importancia de la resolución de conflictos por medio de la Educación para la Paz y la reflexión del participante sobre la creatividad de resolver los conflictos.

La tercera sesión, se inició con el programa de Educación para la Paz y se llevó a cabo en las instalaciones de la UACJ. Para comenzar las actividades se prepararon los materiales que se utilizarían en la sesión: proyector, computadora, instrumento impreso Thomas – Kilmann, rota folios, marcadores, hojas de colores y pegamento. Se inició con la exposición de los resultados del Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI) del participante en formato Power Point y se le explico las estrategias de afrontamiento que se querían subir o bajar de nivel. Se pudo observar que el participante se mostró de acuerdo con los resultados, mencionando que se sentía identificado en algunos puntos, como lo son la expresión emocional, comentando que sus padres nunca han sido expresivos emocionalmente y el no expresa sus sentimientos con todas las personas, sin embargo, si suele sentirlos y saber qué tipo de emoción está sintiendo. Al ver los resultados de la estrategia de autocrítica, comento que esta consiente que su orientación sexual no debe de ser razón de discriminación en su trabajo y por ello no se culpa cuando existe un conflicto o problemática con respecto a esto, al igual menciona que cuando existe una problemática en su vida cotidiana él suele analizar el conflicto e intentar ser creativo en diversas formas para resolverlo. Se le mencionó al participante que las estrategias de afrontamiento suelen ser cambiantes de acuerdo con cada situación que se presente.

Se le menciono la importancia de las estrategias de afrontamiento en los conflictos y se le explico la relación con la Educación para la Paz según la hipótesis formulada en el presente estudio. Como segunda actividad se comenzó una presentación sobre el instrumento Thomas – Kilmann, se le expuso al participante, por medio de diapositivas de Power Point, las conductas en situaciones de conflicto que menciona el instrumento, las cuales son la cooperación y la asertividad, el participante menciona ser una persona cooperativa, relatando que cuando se encontraba como operador en la maquiladora donde labora, solía proporcionarle ayuda a sus compañeros de trabajo, aun cuando no fuera su responsabilidad, ya que tenía más experiencia en ciertos procesos, menciona que esto le causaba problemas,

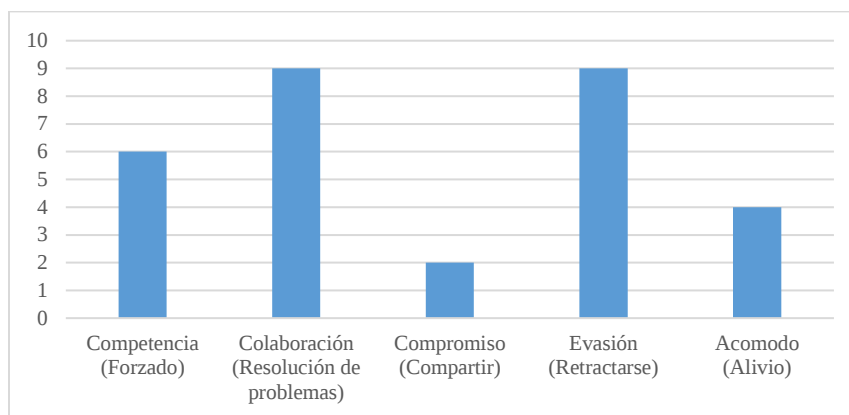
ya que las personas que supervisaban los trabajos lo reprendían por llegar a colaborar con sus compañeros, sin embargo, el participante seguía brindando la ayuda, se le pregunto el por qué brindaba la ayuda sabiendo que lo reprenderían y menciono que le gustaba que otras personas aprendieran y crecieran en su área laboral, ya que muchas personas no suelen ser de esta manera y prefieren ver a la gente caer en vez de avanzar.

Se le presento al participante el esquema de Thomas – Kilmann sobre los distintos tipos de resolver un conflicto (competir, colaborar, comprometido, eludir y acomodadizo), se le explico cada uno de ellos y se le pregunto con cuál de los cinco tipos se relaciona y por qué, el participante menciona que se reconoce entre el colaborador y el eludir, ya que en ciertos momentos de su vida ha preferido evitar los conflictos debido a que piensa que no merecen importancia. Esto se puede ver reflejado en los resultados del Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI), ya que su puntuación fue media (10 puntos), negando los conflictos. Se le pregunto al participante cual era la razón por la que se identifica con el tipo colaborador y menciona que suele ser la clase de persona que cuando decide resolver un conflicto o una situación de su vida personal, en su área laboral o escolar suele tener en cuenta la necesidad de las personas que se encuentran en la situación o conflicto, aunque de vez en cuando la solución al conflicto no se encuentre en concordancia con sus necesidades o lo que él desea, comenta que siempre analiza los conflictos a fondo antes de tomar una decisión y suele ver todas las variables del problema, lo mencionado hace relación al primer instrumento aplicado, siendo una puntuación de 8, dos puntos menos que la media.

Para tener más fundamentos sobre lo mencionado por el participante, se le aplico, como primera actividad el instrumento de Thomas – Kilmann, el cual contiene 30 reactivos de dos opciones (A o B). Los resultados arrojaron lo mencionado por el participante en su discurso (Gráfica 4) y los resultados del Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI) (Gráfica 3), ya que las dos categorías más altas fueron la colaboración, la cual se encuentra en relación a la resolución de conflictos, siendo esta también una estrategia de afrontamiento y la evasión, la cual está relacionada con la retracción y negación del conflicto, de igual manera, la evitación de problemas, teniendo ambas un resultado de 9 puntos, siendo 12 puntos lo más alto; seguido por la competencia con 6 puntos, el acomodo con 4 puntos y el compromiso con 2 puntos. Se le muestran los resultados al participante y se le menciona el

objetivo del instrumento, el cual es el conocimiento de su conducta ante los conflictos y la relación con las estrategias de afrontamiento.

Gráfica 4:
Resultados instrumento Thomas - Kilmann



Fuente: elaboración propia

La segunda actividad de la sesión se llevó a cabo por medio de la técnica “línea de vida”, se le explico al participante el objetivo, tratando de identificar y reflexionar la secuencia de las vivencias de acuerdo con las problemáticas y los conflictos que ha vivido y cómo ha resuelto estos mismos, así como las estrategias de afrontamiento que reconoce y el aprendizaje de las mismas. Se comenzó proporcionándole el material (rotafolios, marcadores, hojas de colores y pegamento) y se le indicaron las instrucciones para comenzar la técnica.

Se le pidió que recordara los conflictos que ha vivido a lo largo de su vida, desde su primer recuerdo y anotara en el rotafolio la edad, el conflicto que vivió, las emociones que sintió en el momento del conflicto, cómo fue que resolvió la problemática, que estrategia de afrontamiento reconoce, que personas lo apoyaron en esos momentos y cuál fue el aprendizaje que le dejó el conflicto en su vida. Se observó que el participante tuvo problemas para recordar situaciones de conflicto y relata que su recuerdo más temprano es cuando tenía 5 años, mencionó que su primer conflicto fue cuando su madre no fue por él a la escuela debido a que se encontraba realizando tareas del hogar, esto lo llevó a sentir miedo y tristeza, debido a que todos sus compañeros se fueron de las instalaciones, mencionó haber llorado debido a la situación, reconoce que hubo otras ocasiones donde su madre lo olvidó, sin embargo, relata que ya se encontraba acostumbrado, ya que dice que su madre es una persona

bastante distraída. Se le indico al participante que describiera la forma en que resolvió el conflicto, mencionó que decidió hablar con ella y pedirle que no lo olvidara cuando saliera de la escuela. La estrategia de afrontamiento que identificó es la confrontación.

La segunda situación de conflicto que vivió fue a la edad de 10 años, relata que la situación comenzó cuando se encontraba arreglándose para la escuela y tocaron la puerta de su casa, mencionó que al abrir, del otro lado, se encontraban diversos oficiales, aludiendo que tenían una orden para entrar a la casa y buscar a su hermano mayor, debido a la venta de sustancias ilícitas que este realizaba, mencionó que se sintió confundido debido a la revisión de los policías en su casa, relató que por la edad que tenía no comprendía estas acciones, sintió miedo y comenzó a temblar. Al momento de preguntarle sobre cómo resolvió la situación, mencionó que su infancia fue formativa y debía seguir las indicaciones de su madre, y en esa situación en concreto su madre comenzó a decirle que debía de estar tranquilo, a lo cual él intentaba tranquilizarse. El participante reconoció como estrategia de afrontamiento el aprender a saber cómo responder ante situaciones similares, siguiendo las indicaciones de su madre, ya que, debido al ritmo de vida de su hermano, él sabía que esta problemática volvería a suceder. Las personas con las que el participante se sentía apoyado fueron su madre y sus hermanos, debido al apoyo moral que recibió de ellos, mencionó que aprendió a tener control de sus emociones. Se le pregunto cómo ve reflejado el control de sus emociones en estos momentos de su vida, comentó que en ciertas situaciones puede controlar sus emociones, sin embargo, existen otros escenarios donde no puede tranquilizarse y comienza a bloquearse. Se le observo abierto a hablar del tema y se le preguntó sobre la diferencia de controlar sus emociones en esa situación y por qué en otras distintas no, por lo que mencionó que cuando controla sus emociones son situaciones que suele vivir diariamente y las situaciones estresantes en las cuales no puede controlar sus emociones son aquellas que no vive diariamente, expuso varios ejemplos, como lo son los exámenes, las exposiciones, etcétera, las cuales le causan conflicto debido a que no son situaciones diarias.

Lo siguiente en su línea fue a la edad de 12 años, comenzó a darse cuenta de su orientación sexual, sintiendo atracción por personas de su mismo sexo. El participante comentó que se dio cuenta que no le gustaban las personas del sexo opuesto, debido a la forma en la que observaba a sus compañeros y compañeras, mencionó que sentía que estaba

mal y era algo pasajero, debido a eso comenzó a tener amistad con personas de su mismo sexo para tratar de cambiar sus gustos, sin embargo, relató que la experiencia fue horrible, ya que debía de salirse de clases y debido a esto reprobó distintas materias, esto le ocasiono un conflicto, debido a su forma de ser formativa. Comenzó a buscar en sitios web y foros sobre la homosexualidad y comenzó a darse cuenta de que el gusto que sentía era normal. Al preguntarle sobre las emociones, reconoció que sintió desagrado debido a que hacía algo que no le agradaba solo para intentar cambiar. Comentó que resolvió la situación analizando lo que podía pasarle si seguía con la misma actitud, después de esta problemática tuvo una actitud neutral y comenzó a juntarse con sus compañeras en vez de con los hombres de su salón de clases. Las estrategias de afrontamiento que reconoció fueron la consciencia y ser responsable sobre sus acciones. La persona que más lo apoyo en esta situación fue su madre. Al preguntarle qué fue lo que aprendió, mencionó que aprendió a no hacer las cosas sin pensar, analizar las situaciones y conocer que es lo que puede llegar a pasar. Se le preguntó sobre qué reconoce que hace hoy en su vida diaria debido al conflicto que paso, y mencionó que tiene en cuenta sus metas diarias, relató que, si va a la escuela, solamente va a estudiar. Se le reconoció al participante su tenacidad, debido a que cuando quiere algo, lo consigue, se sintió agradecido y mencionó que sabe que puede conseguir lo que él desea si se esfuerza y tiene en mente sus metas.

A los 15 años mencionó que su conflicto comenzó al entrar a la preparatoria, debido a que sus compañeros le hacían *bullying* por su orientación sexual. Comentó que los adolescentes de su escuela eran crueles y le gritaban obscenidades, esto hizo que sintiera desesperación, miedo e impotencia, debido a que no sabía cómo manejar la situación, de igual manera, mencionó que no podía defenderse, ya que si alguien lo quería agredir físicamente él no podría responder a la agravante debido a su tamaño. Se le preguntó sobre cómo resolvió la situación y mencionó que debió de afrontar la problemática, comenzó a perder el miedo y afronto a las personas que le hacían *bullying* por su orientación sexual, a pesar de tener miedo, menciona que su madre le comentaba que, si llegaba llorando debido a que le pegaron, ella lo iba a golpear por no defenderse. Relató que cuando entro a segundo de preparatoria decidió responderles a los hombres que le comentaban obscenidades. Mencionó que pensaba que aunque era una persona gay no iba a dejar que se burlaran de él. Reconoció que la estrategia de afrontamiento fue enfrentar sus miedos, a pesar de lo que le

pudieran hacer. Las personas que lo apoyaron en esta situación fueron sus amistades y aprendió a no dejar que nadie lo haga sentir mal por ser como era, hoy en su vida diaria, reconoció que sigue pensando en que nadie lo debe de hacer sentir mal debido a la persona que es, comentó que es una persona que defiende lo que piensa y hace en todas las áreas de su vida, sin embargo, en su trabajo siempre sigue jerarquías, y suele dialogar cuando algo le molesta.

Cuando el participante tenía 18 años tomo la decisión de salirse de la escuela debido a problemas económicos, su padre se quedó sin trabajo y el participante debió de trabajar doble turno para sostener a su familia. Esta problemática hizo que sintiera coraje, impotencia y tristeza, debido a que la situación de desempleo de su padre lo afectó directamente, mencionó que debía de comprender la situación, ya que en esos momentos él era el sostén económico de la casa y esa responsabilidad le hacía sentir mucha presión, debido a que trabajaba todos los días de la semana. Relató que la impotencia que sintió fue por el poco sueldo que recibía en su trabajo, ya que debía de sostener a sus padres y a una de sus hermanas. El participante mencionó que sintió tristeza debido a que le gusta la escuela y quería seguir sus estudios, relató que le gusta aprender cosas nuevas y es por ello que quiere seguir sus estudios con un posgrado en el futuro. Se le preguntó cómo fue que resolvió la problemática, mencionando que tuvo que resignarse ante la situación, sus padres fueron las personas que lo apoyaron y reconoció la resignación como una estrategia de afrontamiento ante esta problemática. Se le preguntó sobre qué aprendió en esos momentos y que sigue teniendo en cuenta de ese aprendizaje hoy en día, el participante comprendió que aunque no le gustaba la situación por la que estaba viviendo debió de afrontarlo y hacerle frente a los sucesos de la vida cotidiana, mencionó que hoy en día, si no le gusta alguna dirección que le dan o tiene alguna diferencia de pensamiento, lo hace y se acopla a las reglas. Se le preguntó sobre qué es lo que hace cuando no se encuentra de acuerdo con una regla, contestó que expresa su inconformidad y encuentra otras maneras de ser flexible ante otras posibilidades.

Relató algunas situaciones en su área de trabajo y mencionó que la manipulación ha sido muy eficaz para él, se le preguntó en qué momento aprendió a manipular y mencionó que la experiencia en el trabajo se la dio, ya que debe de ingeniárselas en su área laboral debido a su puesto como jefe de grupo, sabiendo cómo ser un líder en diversas situaciones.

Comentó que eso le ha ayudado a crecer en su trabajo, conociendo a sus compañeros para sacar lo mejor de ellos y avanzar en equipo. Por el discurso del participante, se observa que es una persona extremadamente independiente y creativa al momento de resolver conflictos, debido a las acciones que llegó a realizar en su área laboral como operador, buscando soluciones a distintas problemáticas cuando sus supervisores no se encontraban en sus puestos.

El participante relató su primera decepción amorosa como un conflicto, a la edad de 20 años. El participante hace mención que tiene la confianza para contar algo extremadamente privado, relató que su primera experiencia sexual fue a los 18 años, siendo con una persona de su mismo sexo, con quien terminaría teniendo una relación amorosa. Relata que acudió a los 18 años a vacacionar con una de sus tías más cercanas a un pueblo cerca del estado de Chihuahua, ahí conoció a un hombre el cual le comentó que quería tener una relación formal con él, el participante le mencionó que no podría ser posible debido a la distancia, sin embargo, el hombre fue muy insistente. Relató que en las vacaciones se quedó a dormir con este hombre, en donde tuvo su primera experiencia sexual, dos días después el participante tuvo que regresar a la ciudad, a lo cual el hombre que había conocido era insistente sobre la relación formal que él quería con el participante.

Mencionó que al pasar una semana el hombre que había conocido no se había puesto en contacto con él, a la cual se dio cuenta que había tenido relaciones sexuales con un hombre que no volvería a ver. Dos semanas después del encuentro, el hombre y el participante comenzaron a contactarse y aceptaron tener una relación. Mencionó que este hombre lo apoyaba económicamente, debido a la situación por la que pasaba con su familia, en donde el participante debía de trabajar doble turno. A la edad de 20 años, su pareja le comentó la posibilidad de vivir juntos, por lo cual, el participante mencionó, él debía de irse a vivir al pueblo donde habitaba su pareja, mencionó que fue una decisión difícil ya que debía de dejar su trabajo y a su familia. El participante le pidió tiempo para pensar en una decisión y después de un tiempo el participante se da cuenta, por medio de mensajes de texto, que su pareja le fue infiel. Mencionó que se molestó y le gritó a su pareja, ya que fue su primera relación formal y fue una decepción, comentó que al salir del lugar comenzó a llorar.

Al pasar los días, su expareja lo seguía buscando, pero el participante se negaba a verlo. Comentó que se encontraba muy mal emocionalmente, y que aún conserva un anillo que este le obsequio, cuando le preguntan por qué lo tiene, el comentó que es un recuerdo lindo que tiene. Al pasar el tiempo, el participante comenzó a salir con una de sus mejores amigas y empezaron a conocer a distintos hombres y tener relaciones pasajeras con ellos. Comentó que después de los 21 años decidió dejar de ir a fiestas y tener relaciones amorosas pasajeras. El participante mencionó que sintió depresión, coraje e ira debido a la infidelidad y al preguntarle cómo resolvió la situación, comentó que con resignación. El participante relató que sus amigas fueron quienes lo apoyaron y mencionó que su estrategia de afrontamiento fue no confiar en los hombres de nuevo. Relató que aprendió a ser más cauteloso sobre la confianza que deposita en las personas.

La siguiente vivencia del participante que refirió fue a los 21 años y fue cuando decidió estudiar una carrera profesional, lo mencionó como un suceso importante, la razón por la que retoma sus estudios fue por la superación personal. El participante mencionó que la experiencia le dio miedo, debido a la modalidad que manejaba la institución y también sintió alegría, comentó que le emocionaba finalizar una carrera universitaria. Se le preguntó la razón de volver a retomar sus estudios y relata que una de sus compañeras de trabajo le comentó sobre la universidad a la que ella acudía, las instalaciones y las carreras que ofertaban, comenzó a analizar lo que le gustaba y fue cuando decidió inscribirse para superarse profesionalmente. Las estrategias de afrontamiento que el participante reconoció son el enfoque en sus estudios y la planeación, comentó que para él es importante la planeación económica y encontrarse enfocado en seguir sus estudios y no abandonarlos. Mencionó que sus padres lo apoyaron en su decisión de seguir estudiando y su madre siempre le recuerda sobre las tareas de la escuela para seguir apoyándolo. Al preguntarle sobre lo aprendido de esa situación y qué utiliza de ese aprendizaje en su vida cotidiana, el participante mencionó que aprendió a administrar su tiempo, ya que trabaja y estudia, de igual manera, comentó que ha desarrollado habilidades y valores beneficiosas para su vida personal y su trabajo, como lo son el expresarse adecuadamente y que hoy en día, lo que ha aprendido lo sigue desarrollando en su vida cotidiana.

La siguiente problemática que el participante describió fue debido a su orientación sexual a los 24 años. El participante refirió que existía una propuesta de ascenso laboral en su área de trabajo, sin embargo, un compañero llegó a comentar que él no debía de recibir el ascenso debido a su orientación sexual, los directivos, al observar y analizar el trabajo que realizaba decidieron ascenderlo al departamento de recursos humanos, ya que poseía los conocimientos y habilidades para realizar el trabajo en el área. Mencionó que se sintió emocionado, alegre y con miedo, debido a que no sabía si podría con todo el nuevo trabajo que debía de realizar, mencionó que tuvo que enfrentar la situación a pesar de las emociones negativas que sintiera. Las estrategias de afrontamiento que mencionó el participante es el afrontar las situaciones y seguir, mencionó que las personas que lo han apoyado en su nueva área laboral son su supervisor y su jefe directo. Al preguntarle sobre lo que ha aprendido de esa situación, el participante mencionó que ha aprendido a tener autocontrol de sí mismo y de las situaciones que se le presentan en su área laboral, de igual manera, comentó que ha aprendido a tener confianza en el mismo y en sus habilidades y conocimientos, también mencionó que ha aprendido a afrontar miedos, sobre todo la pena de hablarle a sus superiores en su trabajo.

La sesión finalizó con el análisis de la línea del tiempo completa, se le preguntó al participante sobre qué emociones siente al ver los acontecimientos vividos y que a pesar de haber experimentado conflictos, han existido personas que lo han apoyado, refirió que las personas que más lo apoyan son sus padres, sus hermanos y sus amistades cercanas, reconoció que su madre se ha encontrado en sus buenos y malos momentos. Se le mencionó sobre los sentimientos que existían en su línea del tiempo y que le hacía sentir, el participante reconoció que le da alegría, debido a que la mayoría de sus miedos los superó y sigue superándolos, y a pesar de saber que el miedo es una emoción que seguirá sintiendo, mencionó que quiere seguir adelante. Se le comentó que cuando una persona tiene miedo puede quedarse en shock o realizar alguna acción para enfrentar el miedo, se le preguntó qué es lo que él hace y el participante respondió que él enfrenta las situaciones. Se le agradeció el acudir a la sesión y el participante mencionó acudir con gusto, finalizando la sesión.

Apoyo social, expresión emocional y retirada social

La cuarta sesión se llevó a cabo de acuerdo con los factores de apoyo social, expresión emocional y retirada social, realizando una actividad multifacética, la técnica “árbol de la vida” (cuadro 4), la cual consiste en identificar diversas áreas que fortalecen las estrategias de afrontamiento del participante. El primer factor que se consideró es el apoyo social, el cual Nava Quiroz et al. (2010), menciona que son aquellas “estrategias referidas a la búsqueda de apoyo emocional” (p. 215), para Arufe Flores (2001), “el conflicto representa un fenómeno continuo y constante de la interacción humana, en el que la comunicación posibilita los acuerdos (...) busca la forma en que todo el mundo sea escuchado” (p. 100). Es por ello, que el apoyo social dentro de los conflictos es importante, el ser humano es un ser social por naturaleza y los hombres homosexuales suelen reprimir el factor del apoyo social, como lo menciona Novales Armenteros (2015), “pues condiciona que muchos vivan casi al margen de la sociedad, auto segregándose o socializando en guetos (...) el rechazo perpetúa la brecha comunicativa y vincular de estas personas son sus familias y comunidades de origen” (p. 77).

La expresión emocional, es el segundo factor en el que se intervino. La expresión emocional es aquellas “estrategias encaminadas a liberar las emociones que acontecen en el proceso de estrés” (Nava Quiroz et al., 2010, p. 215). Al expresar las emociones que nos hacen sentir las problemáticas, podremos tener otra perspectiva del conflicto, ya que cómo menciona Parra Rosales (2016), las “percepciones incompletas o segadas de la realidad, prejuicios (estereotipos), mala comunicación y manejo inadecuado de las emociones” (p. 62) son “algunos de los principales obstáculos para la transformación creativa del conflicto” (Ibíd., 2016, p. 62). La expresión de las emociones es fundamental en la Educación para la Paz y la técnica del “árbol de la vida”, intenta que los participantes reconozcan las emociones que les hace sentir cada área del árbol, los participantes deben de “reconocerlas y expresarlas de forma sincera y constructiva (...) utilizando el mensaje Yo” (Ibíd., 2016, p. 70).

El último factor que se abordó en la cuarta sesión es el de la retirada social. Son “estrategias de retirada de amigos, familiares, compañeros y personas significativas asociadas con la reacción emocional en el proceso estresante” (Nava Quiroz et al., 2010,

p.215). El alejarse de las personas que pueden brindar apoyo resulta perjudicial, en cambio, Barrientos Delgado y Cárdenas Castro (2013) mencionan “que [salir del closet], sumado a adecuados niveles de soporte social real y/o percibido (redes sociales disponibles), tiene efectos positivos en el ajuste psicológico y la autoestima” (p. 8). Entonces, los conflictos pueden ser resueltos de una manera creativa, si existen redes de apoyo sentidas por los hombres homosexuales.

Cuadro 4:
Cuarta sesión: Apoyo social, expresión emocional y retirada social

No.	Técnica	Objetivo	Implementación
4	Árbol de la vida	Identificar las áreas del apoyo social, la expresión emocional y las fortalezas del participante en diversos aspectos de su vida, así como valorar la retirada social como una estrategia de afrontamiento funcional o disfuncional en diversos momentos.	Explicar la técnica
			Implementar la técnica
			Conocer las diversas áreas del participante y las fortalezas de las mismas
			Determinar las estrategias de afrontamiento funcionales y disfuncionales de acuerdo a los diversos aspectos del árbol del participante
			Fortalecer las estrategias de afrontamiento mediante la reflexión
			Reflexionar sobre la importancia del tema tratado en sesión

Fuente: elaboración propia

La actividad “árbol de la vida” se llevó a cabo para identificar las fortalezas del participante en las distintas áreas de su vida cotidiana, en lo social, lo familiar y lo personal, esto con el objetivo de fortalecer las estrategias de afrontamiento sobre el apoyo social, la expresión emocional y la retirada social, como parte fundamental al momento de la resolución de los conflictos. El participante realizó un árbol con distintos elementos y se realizaron preguntas de reflexión para identificar aquellas potencialidades positivas en la vida del participante.

La cuarta sesión se llevó a cabo en las instalaciones de la UACJ, y se dio inicio preguntándole sobre su semana, para crear *rappport*. Se llevó a cabo la primera actividad mencionando el objetivo de la técnica “árbol de la vida”, el cual fue identificar las áreas del apoyo social, la expresión emocional y las fortalezas que posee el participante. Se le describieron las instrucciones de la técnica y se le proporcionó el material requerido (rotafolio y marcadores), se le indico que dibujara un árbol con raíces, ramas, flores, frutos, pájaros y

bichos, para después escribir en cada uno de los elementos distintos factores y reflexionar acerca de cada uno. El participante comenzó a dibujar y al finalizar se le menciono la importancia del apoyo social, la expresión emocional y la retirada social como estrategias de afrontamiento, a lo cual el participante llegó a mencionar que se le dificulta expresar sus sentimientos, se le comentó que pensará a qué se debía esta situación y respondió que podría ser parte de sus padres, ya que es extraña la situación en que sus padres son cariñosos, y no suelen expresar sus emociones, sin embargo, menciona que sus padres suelen ser atentos de diferentes maneras. Se le explicó al participante la importancia de la expresión emocional en la vida cotidiana y se le pregunto si querría realizar un ejercicio en la semana, a lo que él acepto. Se le comentó que durante una semana debería de expresar las emociones que estuviera sintiendo en esos momentos a las personas con las que estuviera, para que comenzara a darse cuenta de lo que siente, ya sea que estuviera feliz o triste, se lo comunicara a las personas importantes para él, el participante acepto y se siguió con la sesión.

El primer elemento que se le mencionó fueron las raíces del árbol, se le preguntó al participante sobre cuál era su origen, de donde venía y se le pidió que apuntara su respuesta en las raíces. El participante mencionó que venía de Ciudad Juárez y de su madre, relata que tiene mayor similitud con su madre debido a que poseen el mismo carácter, por ello comentó que su madre es una persona respetuosa, estricta y debido a que no es una madre amorosa con palabras, lo es con acciones, a pesar de que se encuentre molesta, ella está pendiente de él en todo momento. Como segundo elemento se le preguntó qué era lo que lo sostenía en la vida y se le indico apuntarlo en el tronco, debido a que el tronco es lo que sostiene los frutos, las ramas y las flores del árbol. El participante mencionó a sus padres, los cuales siempre se encuentran con él, mencionó que, a pesar de no llevar una relación muy estrecha con su padre, este lo procura con acciones, preocupándose de su alimentación y que se encuentre siempre bien. El participante comentó que no sabía que más anotar, debido a esto se le mencionó si quería realizar un ejercicio, a lo cual acepto. Se le pidió que se pusiera de pie y cerrara los ojos, se parara de una manera derecha y se le empezó a describir un escenario, se le comento que imaginara que era un árbol y se encontraba en una pradera tranquila, a pesar de que era un día soleado, el cielo comenzó a oscurecer y el aire empezó a soplar fuerte, tan fuerte que existía la posibilidad de que él (el árbol) se cayera, pero debido a que tenía un tronco fuerte el aire no podría derrumbarlo, se le preguntó al participante que

es aquello personal que hace que no se derrumbe por los conflictos que se le presentan, el participante abrió los ojos y comentó que sus valores son parte importante de su fortaleza, comentó que suele pensar que es lo que pasara cuando hace una acción, comentó que es una persona agradecida y mencionó que es una persona que da los buenos días y las gracias debido a que esto siempre hace sentir bien a las personas. Se observó al participante sonriente debido a la respuesta que generó el ejercicio.

El tercer elemento fueron las ramas, las cuales son las metas a las que el participante aspira, se le indicó que anotara aquellas metas personales y profesionales, el participante mencionó que su primera meta era tener estabilidad emocional, mencionando que no puede controlarlas al 100 %, a lo cual se le preguntó para él qué era el 100 %, a lo cual relató que le gustaría saber que decir en aquellas situaciones cuando se encuentra molesto y no hablar solo por hacerlo. Se le mencionó que la estabilidad emocional plena se puede dar si se tiene en cuenta que todas las emociones, sean positivas o negativas, van a surgir en algún momento, debido a que siempre habrá situaciones por las que debamos pasar, sin embargo, el saber que emociones se están sintiendo puede ayudar a comprender más los sentimientos, se le comentó la importancia de reconocer las emociones, sean positivas o negativas y no “tragar” el sentimiento, sin analizarlo, sentirlo y vivirlo. Comentó que comprendía que siempre se sentiría de diversas maneras, sin embargo, se le dificultaba llorar, y se le preguntó la razón, el participante mencionó que llegó del trabajo a su casa y empezó a ver un video, con el cual lloro, mencionó que sintió tristeza, a lo cual su madre le preguntó si se encontraba bien, él no sabía porque lloraba. Debido a esta situación que relató, se le explicaron los ciclos de la experiencia según Joseph Zinker que maneja la psicoterapia Gestalt, el participante mencionó que después de escuchar lo que se le dijo, él cree que tiene sentimientos reprimidos y por eso no suele llorar con acciones de la vida real, pero cuando ve algo en lo que se puede proyectar, aun cuando sea ficticio, es cuando sus sentimientos salen y comienza a llorar, mencionó que suele bloquear sus sentimientos, comentando que en el funeral de su hermano no lloró, mencionó que si no puede resolver un problema trata de enfocarse en otras cosas y lo olvida, esto concuerda con los resultados de la sesión anterior debido a que evita algunas problemáticas. El participante mencionó que si el problema no le perjudica en el momento, lo desplaza hasta que llega el momento en el que le afecta y lo resuelve, comenta que en el caso de su hermano sintió un bloqueo debido a que su madre lloraba demasiado y comenta

que él no sentía nada cuando su madre lloraba, diciéndole a su madre que lo dejara descansar en paz, mencionó que se da cuenta que es de esa manera debido a la educación formativa que recibió y esto le afectó, también a todo lo que llegó a vivir con su hermano. Se le comentó que se observa que no tiene un bloqueo en reconocer los sentimientos, debido al reconocimiento de las emociones en los ejercicios previos, sin embargo se observa un bloqueo al momento de expresarlos, a lo cual el participante estuvo de acuerdo, mencionando que está acostumbrado a no expresar sus emociones debido a que son suyas, siente las emociones, sin embargo son emociones personales, se le mencionó la importancia de asistir a psicoterapia finalizando el proceso, debido a que puede tener la expresión emocional como objetivo terapéutico, se le recordó el ejercicio previo que aceptó llevar a cabo, con la finalidad de expresar sus emociones, a lo cual se encontró de acuerdo, se le reiteró la importancia del apoyo social, a lo cual mencionó que iba a expresar sus emociones seguido con las personas que lo apoyan.

El cuarto elemento fueron las flores, se le comentó al participante que las flores son las cosas bonitas (valores, capacidades, etcétera) que tiene para dar al mundo, a lo cual el participante mencionó que la primera flor es la alegría, a pesar de que a veces puede ser un mal día, él siempre está alegre. La segunda flor fue el respeto, mencionando que en su trabajo le cuestionaron el por qué no habla con groserías, a lo cual él les contestó que no le gusta decir groserías en su área laboral y sobre todo cuando se tienen personas a cargo, debido a que en una ocasión una de sus subordinadas se quejó ante recursos humanos por decir una grosería, menciona que va aprendiendo donde decir groserías y donde no, debido a esto respeta a sus compañeros de trabajo, se le comentó la importancia de ser él mismo en su área laboral y si a él le funciona no comentar groserías en su área de trabajo, no tiene que ser un problema con sus superiores, con lo cual el participante estuvo de acuerdo. La tercera flor fue la amistad y la cuarta la atención, mencionó que es atento con las personas que aprecia, y se preocupa por ellos, tal como sus padres son con él y sus hermanas.

Se le comentó el quinto elemento, el cual son los frutos, los cuales son los logros del participante en sus diversas áreas, comentó que sus logros han sido su puesto laboral, las amistades que ha construido, la confianza que tiene en sí mismo y en lo que puede lograr y el control en todo, sus emociones, su forma de hablar y expresarse, hasta del sentir, mencionó

que él solía ser una persona que se estresaba demasiado. El siguiente elemento fueron los pájaros, los cuales son las personas importantes en la vida del participante, el participante mencionó a sus tres mejores amigas, a sus padres, a su primer amor y a su último jefe de producción, del cual recibió apoyo en la decisión de su ascenso laboral, el cual llegó a mencionar que su orientación sexual no era relevante en su área laboral.

El último elemento son los bichos, los cuales son aquellas cosas, personas, situaciones o conductas de las cuales el participante se quiere desprender, el participante comentó que quisiera dejar de ser una persona vulnerable, menciona que existen situaciones en las cuales él quiere ayudar, sobre todo en su área laboral, sin embargo, no lo puede hacer, menciona que es una buena persona. Otra conducta de la cual el participante menciona que se quiere desprender es de ser una persona egoísta, se le preguntó sobre la palabra egoísta y menciono que a raíz de lo que le paso, hay gente con la que ha convivido y quieren una amistad con él o una relación formal y él se niega, mencionando que, si ya no le sirve, ya no le importa, menciona que, si le molesta alguna actitud de sus parejas amorosas, se la comenta y le deja de hablar a la persona.

Para finalizar la actividad se le reconoció la creatividad en las respuestas sobre su árbol de vida, mencionándole la importancia de conocerse a sí mismo y reconociendo sus logros, sus metas, sus virtudes y las personas que lo apoyan en su día a día. Comentó que está satisfecho con las respuestas y que el ejercicio le hizo ver cosas de él que a lo mejor sabe que las tiene, pero que no suele decírselas a menudo, mencionó que es una persona que le gusta celebrar sus logros internamente y no le gusta presumir lo que tiene o lo que le pasa, ya que sabe que puede ser pasajero, sin embargo, sus habilidades, capacidades y metas siempre las tendrá. Se le preguntó sobre la sesión y mencionó que le gusto la actividad, comentó que les contó a sus amistades la alegría que le da asistir a las sesiones, mencionó que ha aprendido a reconocerse y analizarse a él mismo, comentó que seguiría colaborando en el proyecto. Se le agradeció la apertura que ha tenido en las sesiones y se reiteró que este proyecto es para él y para beneficio de su crecimiento personal.

Autocrítica

La quinta sesión se llevó de acuerdo con el factor de la autocrítica (cuadro 5), siendo definida como aquellas “estrategias basadas en la autoinculpación y la autocrítica por la ocurrencia de la situación estresante o su inadecuado manejo” (Nava Quiroz et al., 2010, p. 215). Es por ello por lo que se llevó a cabo en una sesión, con una actividad para desarrollar la autoconfianza y la exploración de los límites, así como la reflexión sobre la responsabilidad, ya que, según Rosenberg citado en Arboleda, Herrera y Prada Ramírez, (2017) “hemos sido condicionados a pensar que cuando nuestras necesidades no están satisfechas es culpa del otro. Cuando pensamos así, surge en nosotros un sentimiento de coraje. Queremos castigar al otro y disfrutamos la violencia del castigo porque pensamos que <se lo merece>” (p. 21). Es por ello, que la culpa y la crítica destructiva dentro de los conflictos va más allá de la responsabilidad, tal como lo menciona Montiel (2013) en el ámbito del derecho, “la visión legal es absolutista (...) una de las partes es declarada inocente y otra culpable como si en la inmensa mayoría de los conflictos no existiera un ángulo de corresponsabilidad” (p. 16).

Cuadro 5:
Quinta sesión: Autocrítica

No.	Técnica	Objetivo	Implementación
5	Derechos asertivos	Desarrollar la autoconfianza y la exploración de los límites y la responsabilidad desde diversos núcleos de la vida: sociedad, familiar, amistades, laboral y personal	Presentación del tema
			Explicar la técnica
			Implementar la técnica
			Distinguir los límites y la responsabilidad de cada actor dentro de la vida del participante
			Reflexionar la importancia de los límites y tomar o dejar la responsabilidad en ciertas circunstancias
			Fortalecer las estrategias de afrontamiento mediante la reflexión
			Reflexionar sobre la importancia del tema tratado en sesión

Fuente: elaboración propia

La actividad que se desarrolló en la quinta sesión se realizó en base a una presentación, en la cual se explicó la definición de asertividad y la importancia de esta, se reflexionó sobre los conceptos y se le explicó la técnica al participante y su finalidad, la cual

fue distinguir los límites de los distintos núcleos de su vida y sobre la responsabilidad, así como la reflexión sobre la autocrítica basándose en la inculpación del mismo participante

La sesión se llevó a cabo en las instalaciones de la UACJ, y se inició preguntándole al participante sobre sus actividades cotidianas de la semana, el participante relató las actividades que realizó en su nueva área laboral y comentó que una vez concluidos sus estudios de licenciatura se irá de vacaciones a Miami, Florida, con lo cual se observó emocionado por la posibilidad de cumplir una de sus metas, la cual es viajar. Se le preguntó sobre el ejercicio que había aceptado realizar, a lo cual respondió que no pudo aplicarlo en variadas ocasiones, debido a que no se encontraba acostumbrado a hacerlo, mencionó que lo llevó a cabo en su trabajo y en su casa, y con sus amistades fueron pocas veces, se le preguntó sobre cómo se llegó a sentir, a lo cual mencionó que se sintió extraño, debido a que no se encontraba acostumbrado a hacerlo, se le comentó que fue normal su reacción, debido a que es una actividad que no se suele realizar. Comentó que las personas le preguntaban por qué hacía esos comentarios y lo observaban extrañados, a lo cual él respondía que eso era lo que sentía, mencionó que se le dificultó saber en qué momento hacerlo o decirlo, ya que no se está acostumbrado a hablar sobre las emociones y de igual manera, las personas a su alrededor no están acostumbrados a escuchar este tipo de expresiones, comentó que cuando la persona dice cómo se siente es juzgada. Se le comentó que ahora el ejercicio cambiaría, esta vez solo debía de sentir las emociones, sin necesidad de decirlas, se le mencionó que esto le ayudaría a reconocer los sentimientos que diversas situaciones le generaran.

Se le recordó al participante la sesión anterior, sobre la expresión emocional, la retirada social y el apoyo social y su importancia en la resolución de conflictos. Se le comentó que en dicha sesión se vería la autocrítica y se le recordó la puntuación que obtuvo en el Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI), a lo cual el participante relató una problemática que se suscitó en su área laboral, comentó que su supervisor directo no tenía consigo su celular, y el coordinador se encontraba buscándolo, al no obtener respuesta, el coordinador se comunicó con el participante por medio de mensajes de texto, pidiéndole que le comunique al supervisor directo que en un área de la maquiladora se necesitaban papeles importantes y que al finalizar el supervisor se pusiera en contacto con el coordinador, el participante le comentó que él se lo comunicaría a su supervisor directo, unos segundos

después llegó el supervisor y el participante le mostro los mensajes de texto, a lo que el supervisor se encontró de acuerdo. Pasadas las horas, el coordinador le mando un mensaje de texto al participante refiriendo que aún se encontraba esperando la respuesta, el participante le comentó que ya le había comunicado los mensajes de texto al supervisor y que él no tenía el conocimiento de que debía de emitir alguna respuesta al coordinador, el participante mencionó que no le agrado la respuesta y le comento al coordinador que para la próxima ocasión le hiciera saber que necesitaba una respuesta. Una hora después, el supervisor y el participante se encontraban hablando y llegó el coordinador, a lo cual comenzó a amonestar al participante por no responderle el mensaje del texto. El participante se sintió molesto y le comentó que él solamente le entrego los mensajes de texto a su supervisor, sin embargo, le pidió disculpas debido a que no leyó atentamente los mensajes, le comentó que no volvería a pasar la situación. El participante mencionó que él no se sentía culpable por la situación, sin embargo, acepto su error de no haber leído correctamente el mensaje y se disculpó por ello. Se le agradeció por haber comentado la situación y se le reitero la autocrítica como una estrategia de afrontamiento y sus posibles funciones en los conflictos.

Se le comentó la finalidad de la técnica de la sesión y se le expuso el objetivo el cuál fue explorar los límites y la responsabilidad. Se comenzó por preguntarle al participante sobre el significado que le daba a la palabra derechos, a lo que respondió que son obligaciones que él posee en general, de igual manera, se le preguntó sobre el signfico de asertividad y comentó que para él es saber cómo decir las cosas sin lastimar u ofender, decir las cosas de la mejor manera sin que se malinterpreten. Se le mostró al participante una presentación de Power Point sobre el tema, en donde se le expuso el significado de derecho y de asertividad, se le mencionó que el asertividad es una habilidad que se va desarrollando con el tiempo la cual puede desenvolver la autoconfianza y autoafirmación. Se le mencionó que las personas que no poseen la habilidad de ser asertivos suelen culpar o sentir ira en los conflictos que se les presenten. El participante comentó que eso lo vio con su coordinador, y mencionó que a lo largo del tiempo, él ha aprendido a escuchar y callar, relató que le comentó al coordinador que él es una persona que analiza los problemas, él mientras se encuentra trabajando, reflexiona sobre el conflicto para buscar soluciones optimas, analiza las situaciones desde el por qué, visualizando a quienes afectaron, qué sucedió, etcétera con la finalidad de saber de

dónde provino el conflicto. Se le mencionó que el reflexionarlo y aprender de los conflictos es una parte positiva que la Educación para la Paz enseña.

El participante relató otra problemática que sucedió en la empresa donde labora. Mencionó que tuvo que salir de su oficina para dejar unos documentos en el área de laborales y al salir se encontró con una persona del área de transportes, esta persona le hablo y le comentó que hacía mucho revuelto en el transporte que lo llevaba a casa, le preguntó al participante la razón por la que no se iba en el camión designado, a lo que el participante le comentó que ese transporte lo deja lejos de su casa y en el que se va lo deja a una cuadra de esta, le comentó que es ilógico que se fuera en un transporte donde lo deja más lejos. La persona del área de transportes le comentó que la gente se quejó, a lo que el participante le preguntó cuáles eran las quejas y si el camión que tenía designado se acercaría a su casa, ya que lo deja 10 cuadras atrás, la persona de transportes le respondió que investigaría el caso. Tiempo después, se acercó con el personal de transportes y les comentó que sabía cuales personas se habían quejado, argumentando que discutieron debido a su orientación sexual, a lo que el personal de transportes asintió. El participante mencionó que reflexiono el problema, tal como comentó y analizó las posibles soluciones, acudió con su supervisor y le comentó la situación y le expresó que él tenía el derecho de subirse a un camión que lo dejara más cerca de su casa, a lo que su supervisor hablo con el área de transportes y les comentó que dejaran que el participante se fuera en el camión que le quedara más cerca a su hogar. Se le comentó al participante que se observó que fue asertivo, ya que expreso de la mejor manera su inconformidad y estableció sus derechos, mencionó que si los empleados caminan más de 6 cuadras es responsabilidad de los choferes acercarlos a puntos cercanos. El participante menciona que se defiende cuando algo es injusto, sin embargo, no suele ser grosero, ya que sabe que esa no es una opción para solucionar la problemática y se encuentra consiente de que no debe sentir culpa por su preferencia sexual.

Se siguió presentando el tema del asertividad y el participante comentó que se deben de reconocer y aceptar los errores que se tienen. Comento que en su área laboral hay tres varones, y uno de sus compañeros es abiertamente homosexual, sin embargo, comentó que puede observar que es una persona aferrada, al preguntarle si había alguna situación de conflicto entre él y esta persona, el participante lo afirmo y relató la situación. Comentó que

se encontraba realizando altas y bajas del seguro, cuando comenzó a revisar documentación de la cual no sabía de dónde provenía, el participante se acercó a su compañero y le preguntó qué era la documentación, a lo cual su compañero le respondió de una manera agresiva mencionando que eran documentos para baja y alta del seguro, el participante le comentó que él ya tenía conocimiento de esto, pero que no sabía de qué área de la empresa eran, el compañero le respondió. Al hablar con su supervisor, este le preguntó si se ha sentido cómodo en su nueva área de trabajo, a lo cual el participante le respondió que se ha sentido bien, sin embargo, la actitud de su compañero no le agradó y entiende que él es nuevo en el área y se encuentra aprendiendo, se pudo analizar por el discurso del participante que no sintió culpa alguna por el accidente ya que llegó a una nueva área de trabajo donde cada día aprende.

Se le explicó sobre ser una persona pasiva y una persona agresiva y cómo la asertividad genera un ganar – ganar, el participante mencionó que él solía ser una persona pasiva, la cual ponía a todos por encima de él y dejaba de lado sus necesidades. Comentó que con el paso del tiempo ha aprendido a pensar antes de hablar, mencionó que ahora mientras le hablan, él está pensando en lo que dirá, ya que no quiere decir una grosería o algo que pueda empeorar la situación y que agrede a la otra persona. Se le mencionó que se realizaría una técnica llamada “derechos asertivos”, se le dio la indicación que en el pizarrón frente a él debía de anotar los derechos que él cree y siente que tiene en su familia, en su trabajo y en la sociedad. Comentó que tenía derecho al respeto, al descanso, a un clima agradable y no encontrarse peleando todo el día, a ser escuchado y ser valorado. Se le pidió que respondiera que derechos asertivos tiene o quiere en su trabajo, el participante comentó que tenía derecho a un buen clima laboral, organizacional, a ser respetado y ser escuchado. Se le indicó que ahora pensara y anotara los derechos asertivos que él siente y cree que posee en la sociedad, con sus amigos, en los espacios públicos y en su vida cotidiana, el participante comentó que tiene derecho a la libertad de expresión y al ser respetado. Llegó a referir que el ser respetado lo anotaba en las tres áreas debido a que merece ser respetado por su orientación sexual y muchas de las veces ni en la familia, en el trabajo y en la sociedad lo respetan por tener la orientación que tiene.

Al participante se le dificultó responder que otros derechos asertivos posee, por lo que se le mencionó que había una lista de derechos y se le preguntó si quería escucharla, a lo

que el participante acepto. Al finalizar, el participante mencionó como derechos asertivos en su familia el respeto, descanso, un ambiente agradable, ser escuchado, ser valorado, derecho a ser el único juez de su vida, derecho a detenerse y pensar antes de actuar, derecho a pedir lo que se quiere, derecho a ser independiente, derecho a decidir en mi vida y derecho a ser o no asertivo. En el trabajo, el participante comentó que tiene derecho a un buen clima laboral, buen clima organizacional, ser respetado, ser escuchado, derecho a equivocarse, derecho a cambiar de opinión, derecho a ser tratado de una manera justa, derecho a cambiar lo que no te gusta, derecho a detenerse y pensar antes de actuar, derecho a pedir lo que se quiere, derecho a decir no, no justificarse ante los demás, derecho a adquirir o no problemas ajenos y derecho a ser o no asertivo. Finalizando la lista, el participante comentó que el cree que en la sociedad tiene que tener libertad de expresión, ser respetado, hacerse responsable de sus errores, tener sus propios valores, tener sus propias necesidades, derecho a ser el único juez de su vida, derecho a detenerse y pensar antes de actuar, derecho a pedir lo que se quiere, derecho a ser independiente, derecho a decidir en su vida, derecho a ignorar los consejos, a estar solo si así lo desea, derecho a adquirir o no problemas ajenos y derecho a ser o no asertivo.

Se le preguntó al participante de qué se daba cuenta después de haber escrito los derechos que él tiene o quiere de las tres áreas, el participante comentó que en su familia si tiene el respeto, el descanso, el ambiente agradable el ser escuchado y valorado, mencionó que el ser el único juez de su vida es intermedio, debido a que él toma las decisiones de su vida, pero de cierta manera sus padres le dicen el sí o el no, si eso es lo correcto o no. Mencionó que el derecho a pensar antes de actuar si lo posee en él personalmente, pero en su familia no se detienen a hacerlo, inclusive tampoco en su trabajo y mucho menos en la sociedad, mencionó que el derecho a pedir lo que él quiere si lo tiene en su familia y en su trabajo, sin embargo en la sociedad no mucho, ya que mencionó que la sociedad es chapada a la antigua y no es completamente abierta y existe gente se educó de la manera antigua. Mencionó que el derecho a ser independiente en su familia si lo tiene, de igual manera, el ser asertivo o no si lo posee en su núcleo familiar, mencionó que cuando debe de pedirles algo a sus padres sabe cómo hacerlo cómo hacerlo y el ser asertivo le ayuda.

El participante mencionó que, en el trabajo, el buen clima laboral y el clima organizacional lo tiene, ya que si no posee una buena percepción de lo laboral, donde realiza sus actividades, no puede desarrollarse correctamente. Comentó que el ser respetado si lo obtiene, sin embargo, siente que de un 100 %, solo tiene un 80 %, mencionó que si posee el derecho de ser escuchado, ya que si le molesta alguna situación en su trabajo lo toman en cuenta, comentó que a su jefe le llegó a mandar un mensaje de texto un día en el que el participante se quedó tiempo extra, y este le comentó que había estado trabajando muy bien, comentándole al participante que tuviera la confianza de decirle si falla en algo. Mencionó que su jefe ha sido abierto a la posibilidad de que el participante se exprese en su área laboral, el derecho a equivocarse si lo tiene y puede aceptar cuando sabe que él fallo en alguna situación, de igual manera tiene derecho a cambiar de opinión, ya que suele escuchar los argumentos de sus compañeros y puede cambiar de parecer. Comentó que si es tratado de manera justa y si posee el derecho de cambiar lo que no le gusta, ya que su jefe le comentó que en el área existen diversos procesos ya establecidos, sin embargo, si él encuentra un proceso diferente que lo lleve al mismo resultado, puede continuar con ese proceso, solamente debe avisarle a su superior. Comentó que los derechos faltantes los posee, sobre todo la asertividad, ya que debe de saber cómo comunicarse con su jefe, mencionó que la comunicación es difícil en todas las áreas.

Al preguntarle sobre el área de lo social, el participante mencionó que la libertad expresión no la posee, ya que si él se encuentra en algún lugar público con su pareja, no puede expresar su amor con gestos cariñosos como tomarse de la mano o besarlo frente a las personas, comentó que no es porque no se lo pueda dar, es porque la sociedad no lo ve bien y lo juzgan por la educación familiar que tiene la sociedad, al que hay niños en la calle y las personas no saben cómo explicarles el por qué dos hombres se están besando. Mencionó que él se siente con el derecho de aceptar sus errores y se hace responsable de ellos ante la sociedad. Comentó que el derecho a ser el único juez de tu vida nadie lo tiene, debido a que la gente siempre juzga y ve lo malo en vez de lo bueno. Se le preguntó si él vive su vida haciendo lo que le gusta, a lo que el participante comentó que vive su vida sin pensar en el que dirán siempre respetando y sin afectar a terceros, sin embargo, si afecta a terceros se detiene a pensar en lo que hace. Comentó que también posee el derecho de estar solo, ya que necesita de su tranquilidad y descanso, al igual mencionó que el derecho a adquirir problemas

ajenos o no, lo llegaba a hacer, adjudicándose problemas que no le competían solo por ayudar a otras personas.

Se le preguntó qué es lo que pensaba de los derechos que había anotado o si quería cambiar algunos, a lo que el participante mencionó que si se sentía bien, sin embargo comentó que en su trabajo cambiaría el clima laboral y organizacional, comentó que más que cambiarlo, ayudar a modificarlo, ya que el clima laboral lo hacen todos, el clima organizacional sería difícil de cambiar, debido a que es más global, así que podría comenzar con el clima laboral de su área, mencionando el dicho, el que es buen juez por su casa empieza. Se le preguntó qué haría para realizar ese cambio en estos momentos o en un momento futuro según las posibilidades que él pudiera tener, mencionó que él contribuiría a que si existen problemas no se generaran más, si no resolverlos los que ya están y que exista una comunicación para razonar y evolucionar. Se le mencionó la importancia de la provención desde la Educación para la Paz, de la comunicación y del desarrollo de herramientas.

El participante comentó que existía una persona en su área a la cual le gustaba crear conflictos, él mencionó que era por su edad, comentó que es abiertamente gay, sin embargo, le molesta que las personas gay tengan ademanes, mencionado que no sabe el por qué no le gusta, sabiendo que él también lo hace. Se le preguntó cuál creía que era la razón por la que su compañero se comportaba de esa manera, a lo que el participante mencionó que lo que él siente que se encuentra reprimido en lo familiar y en lo laboral, mencionando que observa que no tiene confianza en el mismo, debido a que no acepta y no valora su trabajo, mencionó que no se valora como persona laboral y comentó que debido a la evolución de las organizaciones, todos deben de mejorar, sin embargo, su compañero no se actualiza y siente que es una persona conformista. Se le realizó la observación sobre si le molestaba las acciones de su compañero debido a que él no se permite ser de esa manera, a lo que estuvo de acuerdo, ya que él es completamente distinto a su compañero, mencionando que él siempre es positivo y alegre y se encuentra seguro de su trabajo, mientras que su compañero siempre hace comentarios negativos. Se le preguntó sobre si opina algo más sobre los derechos que anotó, el participante comentó que, sobre el derecho de expresarse con libertad en todas las

áreas, ya que lo hace, debido a que superó la idea de que la gente lo juzgara si hace o no ciertas cosas.

Como segunda parte de la técnica, se le comentó que se verían los derechos asertivos que el participante da en las tres áreas, lo familiar, el trabajo y en lo social. Comentó que el cree que da los mismos derechos que el recibe o le gustaría recibir en sus tres áreas, mencionando que al analizar su propia persona comentó que en su trabajo si hace el esfuerzo de que exista un buen clima laboral, mencionó que no busca procrear alguna problemática y cree en la frase “no hagas lo que no quieres que te hagan”.

Se le preguntó sobre su área social y si le daba derecho a las personas de expresarse libremente, a lo cual el participante tuvo una respuesta afirmativa, comentando que si a él no le afecta lo que las personas hacen, ellos pueden hacer las cosas en la forma que ellos quieren, también mencionó que respeta a todas las personas y que para él el respeto y la educación van de la mano, con lo cual siempre da los buenos días y existe gente que no dice nada, comentó que esa era su educación y que respeta los derechos de las personas. Mencionó que el da lo que recibe, y aun cuando no recibe lo que da, él hace saber su inconformidad para que el respeto sea mutuo.

Se le pregunto su opinión sobre la técnica, a lo cual mencionó que le gusto, debido a que se pudo dar cuenta de ciertas cosas que él no veía que daba o que recibía. Se le preguntó sobre cómo puede llevar el ejercicio a su vida cotidiana, menciono que existen derechos que si puede llevar a la realidad como ser más auditivo, el derecho a equivocarse y el derecho a decir no, siendo que si no le gusta algo tiene el derecho de no hacerlo, el derecho a adquirir o no problemas ajenos, mencionó que lo pone en práctica, el derecho a ser juez de su propia vida, lo práctica y comentó una situación que se dio con su compañero el cual comentó que tiene una orientación homosexual, en la cual se encontraban en la oficina y su compañero le mostro fotografías de su pareja, a lo cual le preguntó al participante si le parecía bien, él le contestó que si a él le gustaba todo estaba bien, ya que si él era feliz con su pareja no debía de preguntarle a las personas.

Se observó que la técnica “derechos asertivos”, llevó al participante a la reflexión sobre la asertividad y la autocrítica, así como la responsabilidad y los derechos de cada

persona en la sociedad. Se observó que esta actividad aportó en el participante las distintas interpretaciones de un conflicto y la responsabilidad positiva que se debe asumir y aquella culpa que le ocasiona la autocrítica dejarla ir si no es su responsabilidad.

Reestructuración cognitiva

La reestructuración cognitiva se trabajó en la sexta sesión (cuadro 6), la cual dentro de este factor se llevan a cabo aquellas “estrategias cognitivas que modifican el significado de la situación estresante” (Nava Quiroz et al., 2010, p. 215). Es decir, el conflicto se transforma por la persona, ya que es una estrategia para cambiar la problemática, con lo cual, la Educación para la Paz da una metodología para la transformación de los conflictos y por ende la reflexión de los mismos, ya que está promueve una enseñanza en donde los participantes fundamentan y construyen sus aprendizajes, toma en cuenta el contexto de las personas en todas las áreas de la vida y esta enseñanza promueve el cambio cognitivo (Padilla Nieto, 2016, p. 40).

Con respecto a lo anterior, la metodología que fundamenta este aprendizaje es la socioafectiva, la cual “consiste en experimentar de primera mano las situaciones que se quieren trabajar, para así aprender desde la vivencia en primera persona y no desde la teoría como proceso externo” (Arboleda, Herrera y Prada Ramírez, 2017, p. 37). Esta es una “metodología lúdica, participativa, cooperativa socioafectiva, que fomente la reflexión y el espíritu crítico” (Cascón Soriano, p. 24). La Educación para la Paz, al utilizar el enfoque socioafectivo, fundamenta su aprendizaje con otros enfoques, como la andragogía, la cual es “un método usado para la educación de adultos, en el que la persona lidera su proceso de aprendizaje” (Arboleda, Herrera y Prada Ramírez, 2017, p. 37) y el ciclo de aprendizaje, dentro del cual se llevan distintos elementos para la reflexión, “dichas etapas construyen métodos cognitivos para generar aprendizajes. Estos métodos hacen alusión a los diferentes abordajes de las personas para entender el mundo y generar un análisis de ello” (Ibíd., 2017, p. 37)

Cuadro 6:
Sexta sesión: Reestructuración cognitiva

No.	Técnica	Objetivo	Implementación
6	Triángulo del conflicto	Reflexionar sobre las actitudes, los comportamientos y las contradicciones dentro de los conflictos e identificar cada aspecto para diferenciar los actores y las acciones del conflicto	Explicar el triángulo del conflicto de Johan Galtung
			Implementar la técnica
			Reflexionar sobre cada uno de los elementos del conflicto
			Determinar las partes de los conflictos del participante
			Fortalecer las estrategias de afrontamiento para transformar las situaciones de conflicto
			Reflexionar sobre la importancia del tema tratado en sesión

Fuente: elaboración propia

Por lo anterior mencionado, se llevó a cabo una actividad, siendo esta llamada “triángulo del conflicto”, metodología usada por Johan Galtung en donde se reflexiona sobre las actitudes, las contradicciones y las conductas de cada actor involucrado en el conflicto (Calderón Concha, 2009, p. 69). La actividad se realizó por medio de la reflexión del dialogo, se le explicó al participante cada parte del triángulo y su finalidad, se identificaron las partes del triángulo de acuerdo con diversos conflictos y con ello se fortaleció la reestructuración cognitiva, identificando el conflicto desde una perspectiva de la Educación para la Paz.

La sesión sexta sesión se llevó a cabo en las instalaciones de la UACJ, se le preguntó al participante sobre su semana, a lo cual comentó que se había encontrado muy emocionado debido a que le estaba gustando su nueva área laboral, sin embargo, no logra adaptarse a su nuevo horario, ya que trabajo por más de 6 años en el segundo turno y este nuevo puesto laboral era en el primer turno. Se le comentó sobre la viabilidad de del proyecto en su vida cotidiana y comentó que se ha sentido mejor con respecto a sentir sus emociones y ha reflexionado sobre aprender de los conflictos y el apoyo social que tiene. Se le comentó sobre la actividad de la sesión, la cual es la reflexión del triángulo del conflicto de Johan Galtung y se le recordó sobre la estrategia de afrontamiento a trabajar, la cual fue la reestructuración cognitiva, se le comentó la puntuación que obtuvo en el Inventario de Estrategias de Afrontamiento y la importancia de la misma, se le explicó que el objetivo es analizar las actitudes, los comportamientos y las contradicciones de un conflicto según la teoría con la

finalidad de utilizar la creatividad para la resolución no violenta de los conflictos. El participante preguntó los datos del autor de dicha teoría y se le explicó los hallazgos del autor, de dónde provenía y la razón de su teoría.

La actividad se llevó a cabo por medio de una presentación de Power Point, en donde se le explicó al participante el triángulo del conflicto y las definiciones que el autor da con respecto a las actitudes, al comportamiento y a la contradicción, de igual manera, se le presentaron algunos problemas psicológicos que se manejan en la mediación de conflictos como lo son la percepción, las emociones y la comunicación y cómo estos elementos se encuentran presentes en los conflictos. Se le realizó la observación al participante, según al discurso dado por él mismo, sobre cómo reestructura los conflictos que le suceden y los lleva a la reflexión para encontrar soluciones creativas, a lo que el participante asintió y comentó que de esa manera suele resolver los conflictos.

Se le presentó las diapositivas al participante y se le preguntó sobre algún conflicto que se haya suscitado, con la finalidad de explorarlo según la teoría presentada, el participante comentó que tuvo un conflicto con un compañero suyo debido a que esta persona pensó que el participante le había quitado un puesto laboral. Se le comentó que se le pondría un nombre ficticio a su compañero, el cual fue Javier y se le preguntó qué era que había hecho Javier cuando supo que le dieron al participante el puesto, comentó que Javier solo vio por fuera la situación, se cegó y comenzó a expresarle al participante palabras negativas. Se le preguntó qué fue lo que había hecho él y comentó que quiso afrontar el conflicto, mencionando que le explico la situación a Javier, ya que ese puesto se lo habían dado al participante debido a sus conocimientos, sin embargo, comentó que no entendió lo que el participante le decía. Se le explicó que esos son los comportamientos de las personas, los cuales se suelen observar a simple vista y que ahora se verían las actitudes. Se le preguntó qué sintió al momento que paso el conflicto, a lo cual mencionó que sintió temor y miedo debido a que Javier era una persona impulsiva, no razonaba sus acciones y le podría ocasionar varios conflictos más graves. Se le pregunto cómo creía que Javier se había sentido y comento que él creía que se sintió defraudado, decepcionado y desmotivado debido a que él pensaba que el participante no tenía las habilidades o la capacidad para tomar el puesto laboral y que él si las poseía.

Se le explicó al participante la importancia de la contradicción y sobre cómo las personas culpan al otro, sin conocer la verdadera necesidad, a lo que el participante comentó que le dijo a Javier que el puesto se lo darían estando él o no si así lo merecía y si no se lo daban es por algo, le comentó que él no tenía la culpa. Se le comentó al participante que Javier se encontraba culpando al participante por el puesto, a lo que el participante asintió y señaló que la problemática era que Javier podría no encontrarse capacitado para el puesto laboral, mencionó que ignoró a Javier y decidió realizar su trabajo, al pasar los meses, mencionó que Javier se pudo dar cuenta de que el participante poseía las habilidades para tener el puesto laboral, mencionó que le dijo a Javier la importancia de seguir sus órdenes, ya que él era el jefe de grupo y Javier el subordinado y debido a esto se tenía que trabajar en equipo, a lo que Javier estuvo de acuerdo.

Se le presentaron al participante los problemas psicológicos que se pueden dar en los conflictos, el participante comentó que él trato de resolver el conflicto mencionándole a Javier lo que él sintió y pensaba de una manera asertiva, sin embargo Javier hizo acciones que le dificultaron el trabajo al participante, comentó que Javier realizó una junta con las demás personas que el participante tenía a su cargo, con la finalidad de comentarles que no acataran las órdenes de él, mencionándoles que el participante no era nadie y que Javier seguía siendo el que se encontraba a cargo, mencionó que por esta razón debió de hablar con su supervisor para resolver la problemática. Comentó que su supervisor evadía la problemática, y el participante solía expresarle los problemas que estaban ocurriendo con Javier, a pesar de que su supervisor no le prestara atención, comentándole que, si no los resolvía él, el participante lo haría como pudiera. Se le preguntó cómo fue que resolvió el conflicto y relató que con el tiempo Javier comenzó a seguir órdenes y a tener una actitud diferente.

Se le comentó que se realizaría un ejercicio con el triángulo del conflicto, con la finalidad de conocer las tres vertientes del problema de cada actor, se le preguntó si quería seguir con el mismo conflicto que venía relatando, a lo cual el participante se negó, mencionando otro conflicto, el cual comentó que era parecido al anterior. El participante relató el conflicto, comentó que su compañero el cual ya tenía una edad avanzada tuvo problemas para aceptar que el participante fuera su nuevo jefe. Se le comentó que se le

pondría un nombre ficticio, a lo cual el participante acepto llamarlo Oscar. Relató que Oscar le llegó a comentar que el participante no era su jefe, él solo tenía un jefe y era el supervisor. El participante en esos momentos se encontraba en el puesto de jefe de grupo.

Se le pregunto al participante quienes eran los actores del conflicto, a lo cual mencionó que era Oscar y el segundo, era él mismo. Se le preguntó cómo se sintió y que pensó del conflicto, a lo que mencionó que se sintió molesto y enojado y pensó que Oscar era una persona mamona. Comentó que este tipo de conflictos los propician los encargados del área, a lo que se le pregunto la razón de este pensamiento y comentó que el supervisor propiciaba el conflicto en las áreas debido a que no sabía resolver los conflictos del área, es por ello, que se le comentó al participante que se observaba la existencia de un tercer actor dentro del conflicto el cual es el supervisor; el participante estuvo de acuerdo con la observación.

El participante comenzó relatando que él se encontraba como jefe de grupo en un área de la maquiladora, junto con otras dos personas, sin embargo, tiempo después una de ellas decide renunciar, dejando una vacante disponible, a lo que el supervisor le comento al participante que debían de ocupar el puesto mientras conseguían un remplazo, por lo cual el supervisor le comentó que él cubriría el puesto, debido a los conocimientos y las habilidades que poseían y el participante debió de ser jefe de grupo de dos áreas diferentes.

El supervisor le comentó a la operadora universal del grupo que el participante de ahora en adelante sería el nuevo jefe de grupo. Comentó que la operadora lo aceptó con gusto y le mencionó que ella le podría ayudar, el participante le expuso su forma de trabajo y lo que él espera de ella, le comentó que él solo era un apoyo y un soporte para ella y él sería el encargo de resolver problemáticas que ella no pudiera resolver fuera de la línea de trabajo, sin embargo, ella tendría que prestar atención, ya que el participante quería enseñarle como hacer su trabajo por si algún día él se ausentaba. Comentó que decidió realizar una junta con todos los trabajadores del área, dentro de la cual se encontraba Oscar, les comentó que él se incorporaría al área, mencionando que el supervisor debía de haber realizado la junta y explicado las razones por las que el participante se estaba incorporando y no él, ya que es

responsabilidad del supervisor, sin embargo, el participante realizó la junta para que comenzaran a seguir sus instrucciones.

El participante comentó que de esa situación se suscitó el conflicto con Oscar, ya que a su ver, Oscar pensó que cómo puede ser posible que una persona que se acaba de incorporar le dé ordenes, comentó que el supervisor sabía que Oscar tenía problemas para seguir ordenes de los jefes de grupo, sin embargo, ignora esta situación y dejó al participante que se presentara solo. Comentó que después de la junta, Oscar le hizo comentarios retándolo, a lo cual el participante le comentó que debía de acatar las instrucciones ya que él era el nuevo jefe de grupo hasta que consiguieran una nueva persona, le comentó al grupo de operadores que se sintieran con la confianza de hacerle saber las inseguridades, necesidades o dudas que tuvieran. Con el tiempo, el participante se dio cuenta de que Oscar no seguía las instrucciones, mencionando que era como si le hablara a la pared, la operadora universal le comentaba a Oscar que hiciera lo que el participante dijera, sin embargo, no acataba las órdenes. Comentó que fue con el supervisor para explicarle la situación sobre Oscar, sin embargo, el supervisor no lo amonestaba o hablaba con él, a lo que el participante le comentaba al supervisor que debía de hacerle ver que tenía que acatar las instrucciones de él, de otra manera nunca avanzarían.

El participante comentó diversos problemas que se suscitaron debido a que Oscar no acataba las instrucciones no solo del participante, si no de la operado universal y de las personas encargadas del área de calidad. El participante fue cambiado de área después de que contrataron al jefe de grupo, sin embargo, Oscar seguía sin seguir instrucciones de su nuevo jefe, a lo que el participante tuvo que tomar medidas y hablar con el área de recursos humanos para que fuera amonestado al respecto, ya que el supervisor se había ido de vacaciones y le dejó encargo el puesto al participante.

El participante comentó que después de la intervención que realizó con recursos humanos, Oscar comenzó a seguir órdenes. Comentó que la problemática llegó a oídos del coordinador, el cual le habló al participante para conocer la situación. Mencionó que el coordinador lo apoyó en la decisión de haber ido a recursos humanos, mencionándoles que

si el supervisor no haría nada para resolver los conflictos, él si lo haría, el participante comentó que sintió que el resolvió el conflicto.

Después de que el participante compartiera el conflicto, se le realizó la reflexión sobre la problemática según el triángulo del conflicto, se le comentó que existían tres actores en el conflicto, Oscar, el participante y el supervisor, se le pregunto cómo creía que se había sentido Oscar, tomando en cuenta que es una persona que forma parte del grupo de la tercera edad y que el participante llegó a realizar la junta sin el supervisor, el participante comentó que él podía deducir que se sintió molesto, ya que pudo pensar que cómo una persona más joven que él le puede dar direcciones, siendo que el supervisor es el único que tiene experiencia. Se le preguntó al participante cómo creía que se sintió el supervisor y llegó a mencionar que él no sintió nada, debido a que siente que no le importo y cree que es una persona que evade los conflictos. Comento que él se sintió molesto por la actitud de Oscar y de su supervisor.

Se le comento sobre lo que se observó en la vertiente del comportamiento ya que se observó que Oscar decidió seguir con la misma actitud sin seguir instrucciones, el supervisor decidió evitar el conflicto y el participante analizó la situación y busco diferentes soluciones. El participante comentó que el supervisor sabía que él tendría que resolver las situaciones, él sentía que esperaba que él resolviera los conflictos que se suscitaban en el trabajo. Menciona que esa es la razón por la que decidió hacerlo jefe de grupo mientras buscaba un remplazo.

Se le comento al participante sobre cómo se observó la contradicción, mencionándole que Oscar veía el conflicto como el participante, el supervisor veía que no había conflicto y el participante veía el conflicto en la falta de jerarquía del área, a lo que el participante estuvo de acuerdo, mencionó que de una situación se da un conflicto y luego un problema grave, si la situación ya esta se debe de arreglar para que no empeore la problemática. Se le comentó que de igual manera se puede prever situación por medio de la provención, el participante se encontró de acuerdo con lo mencionado, comentando que, si el supervisor ya sabía de la existencia de quejas sobre Oscar, debió de resolverlo antes de que llegara él al puesto, para que la situación problemática entre el participante y óscar no se diera.

Menciono que ha llevado cursos sobre la comunicación asertiva y el manejo de personal, sin embargo, los supervisores no suelen tomar dichos cursos, con lo cual mencionó que era importante que los tomaran debido a que tienen la responsabilidad de liderar diferentes grupos dentro de la maquiladora. Se le preguntó al participante sobre lo que observa después de analizar el conflicto con el triángulo y sus vertientes, comentó que comprende a Oscar y al supervisor, mencionando que Oscar llegó a tener personal a su cargo en su anterior trabajo y posiblemente le afectó que hubiera personas dándole instrucciones. Para finalizar la sesión, se le preguntó sobre que se llevaba del ejercicio a su vida cotidiana, a lo que respondió que se dio cuenta que no es bueno meterse en asuntos ajenos, mencionó que se encontró más perjudicado siendo que no eran asuntos de su área, comentó que se dio cuenta de la importancia de dejarle la responsabilidad a las personas que les corresponde y soltar las riendas para que las personas que deben de resolver sus conflictos aprendan y crezcan. Se le hizo la observación sobre un comentario que realizó en una de las sesiones, relatando que a él no le gustaba dejarles la responsabilidad a sus compañeros de clase en los trabajos importantes, ya que prefiere hacerlo él solo para que todo salga bien. Comentó que eso lo hace debido a que no confía en sus compañeros, sin embargo, comentó que de ahora en adelante dejara la responsabilidad a las personas que le corresponden. Se le preguntó sobre lo positivo del conflicto que vivió y comentó que aprendió a ser asertivo y responder de una manera correcta y saber cómo son y cómo se comportan las personas en su área laboral, esto le ayudó en su nueva área de trabajo, ya que comentó que él se encarga del ausentismo de la maquiladora. Se finalizó la sesión reiterándole la importancia de la resolución no violenta de conflictos y de la educación para la paz, así como las estrategias de afrontamiento en cada conflicto que se llegue a suscitar, se le preguntó sobre qué fue lo que le gustó de la sesión y comentó que le gustó analizar los conflictos a fondo y ver cada conflicto como una forma de aprender lo hace crecer como persona. Se le dio las gracias por seguir participando en el proyecto.

Pensamiento desiderativo

En la séptima sesión se trabajó el pensamiento desiderativo (cuadro 7), el último factor a modificar, según Nava Quiroz et al. (2010), son “estrategias cognitivas que reflejan el deseo de que la realidad no fuera estresante” (p. 215). Dicho lo anterior, la Educación para

la Paz fomenta la evolución de los conflictos, “en este sentido, el análisis consiste en examinar y entender la realidad del conflicto desde una variedad de perspectivas” (Parra Rosales, 2016 p. 56). En la Educación para la Paz, la fantasía se utiliza para que los participantes sean creativos y transformen el conflicto o las problemáticas en soluciones vivenciales, es por ello que se “trata de desarrollar habilidades para entender la realidad y, al hacerlo, buscar mejorarla y transformarla” (Hernández Romano, 2016, p. 86).

Cuadro 7:
Séptima sesión: Pensamiento desiderativo

No.	Técnica	Objetivo	Implementación
7	Lo que me define	Conocer la realidad del participante desde las distintas perspectivas de su vida diaria, unificando las estrategias de afrontamiento para llevarlas a la realidad y la fantasía sea para la creatividad	Explicar la técnica
			Analizar cada estrategia de afrontamiento
			Realizar cartelones de acuerdo a cada estrategia de afrontamiento
			Reflexionar sobre la intervención

Fuente: elaboración propia

La actividad para trabajar con el pensamiento desiderativo fue la técnica “lo que me define”, en donde se exploraron las estrategias de afrontamiento vistas a lo largo del proceso, trabajando la realidad y observando la fantasía como una manera de ser creativos ante los conflictos, el participante comenzó a definir las diversas estrategias de afrontamiento de acuerdo con diferentes frases, personas y palabras. La autocrítica se definió con los valores que el participante creía poseer; el apoyo social y la retirada social se definió con fotografías de sus amistades y familiares que lo apoyaban; la resolución de conflictos y evitación de problemas se trató con otras estrategias de afrontamiento que el participante reconocía haber utilizado anteriormente; la expresión emocional se definió en base a las emociones que él ha sentido a lo largo de su vida, cuales emociones se permite sentir y cuales le gustaría sentir; la reestructuración cognitiva se realizó en base a sus metas a corto y largo plazo; el pensamiento desiderativo se trabajó buscando una frase que para el participante fuera importante y lo llevara a la realidad, finalizando con la reflexión sobre esta estrategia de afrontamiento

La sesión se llevó a cabo en las instalaciones de la UACJ. Se le preguntó al participante cómo había ido su semana, a lo que comentó que se ha acostumbrado un poco más al primer turno en la maquiladora, comentó que está por finalizar su tesis, para

presentarla y graduarse. Se le felicitó por el logro y se le comentó que en la sesión se vería el pensamiento desiderativo, se le comentó al participante la puntuación que obtuvo, siendo un resultado favorable, por lo cual se realizaría la técnica “lo que me define”, con el objetivo de conocer su realidad desde distintas áreas y fomentando la creatividad para la reflexión.

Se le presentaron al participante distintos materiales, marcadores, cartulinas, revistas, pegamento, tijeras, calcomanías, escarcha, impresora y computadora. Se le explicó al participante que se proporcionarían diversas cartulinas en donde expondría diversos elementos que le recordaran su realidad. Se le comentó que la primera área serían los valores que lo definen como persona, debido al discurso que dio el participante en la técnica “el árbol de la vida”, sus valores son su fortaleza, se le mencionó la autocrítica como estrategia de afrontamiento, y la importancia de conocerse a sí mismo, el participante comentó que reconoce que no debe de sentir culpa por su orientación sexual, por sus gustos o deseos. Se le preguntó cómo lleva sus valores a la realidad y comentó que los lleva en su trabajo, con su familia y sus amistades. Se le pidió que escribiera los valores que lo definieran. El participante al encontrarse realizando la actividad, comentó que él se considera una persona paciente, no se acelera en hacer las cosas, sin embargo, cuando sabe que algo tiene que ser rápido lo hace. El participante decidió utilizar la computadora, para imprimir todo lo que se necesitase y utilizar su creatividad en la computadora, decorando las palabras a su gusto.

El participante señaló como valores que lo identifican la amistad, igualdad, sinceridad, honestidad, respeto y equidad, mencionó que él es una persona muy sociable y que sus profesores en la universidad lo han notado, mencionó que se considera una persona honesta debido a que plantea las cosas como él las visualiza, siempre pensando en lo que dirá. Se le explicó que, como segunda área, debía de pensar en emociones que a él le gustaría sentir día con día o expresarlas, esto con la finalidad de recordar la expresión emocional y llevarlas a la realidad, el participante mencionó que le gusta el sentimiento de amor, mencionó que le gustaría expresar más a menudo el afecto. Comentó que la tolerancia debía de practicarla más en su área laboral. Se le preguntó qué otras emociones desearían colocar en las cartulinas y comentó la felicidad, aceptación, compasión, soledad, vergüenza, satisfacción, entusiasmo, miedo e ira, mencionó que todas esas emociones son importantes para crecer, aprender y mejorar como persona.

Como siguiente área se le pidió que anotara las metas en su vida, a corto o largo plazo, esto con la finalidad de que tomara acciones para cumplirlas, se le comentó que ya había mencionado algunas en la técnica “el árbol de la vida” y en su discurso en las sesiones, comentó que sus metas eran entrar a hacer un posgrado, estudiar inglés, tener un mejor puesto laboral, viajar, ser padre, mencionó que le gustaría ser padre soltero debido a que no le gustaría que alguien regañara a su hijo, comentando que él sería una persona mamona, ya que suele ser muy protector. La tercer área que se le comentó que debía de analizar fue la del pensamiento desiderativo, se le mencionó que debía de anotar en la cartulina alguna frase que le guste y que lo lleve a ser realista y creativo en la forma en que afronta la vida, el participante comentó una frase que lo motiva la cual es “no eres lo que logras, eres lo que superas”, mencionó que para él esa frase significa que no te tienes que dar a conocer por lo que ya lograste, si no por lo que has superado, como los miedos.

La siguiente área fue el apoyo social, en el cual se le pidió que buscara en sus redes sociales fotografías de las personas que eran importantes para él, personas de las que sintiera un soporte y a las que podría acudir por apoyo, se le comentó que inclusive podría poner una foto suya. El participante comentó que no tenía fotos con sus padres y sus hermanos, sin embargo, si tenía fotos con sus amistades más cercanas. La última área fueron las estrategias de afrontamiento que el participante reconoció a lo largo de las sesiones, esto con la finalidad de que reflexionara sobre la importancia de reconocer la manera en que puede transformar sus conflictos, el participante comentó que la primera estrategia que reconoció es la resiliencia, mencionó que se dio cuenta en las sesiones que es una persona resiliente y para él esta palabra es muy importante, comentó que ser una persona auditiva es una estrategia de afrontamiento, ya que para resolver un problema tiene que escuchar, de igual manera la tolerancia y el ser consciente de lo que dice y hace, reflexionar y analizar los problemas para resolverlos de la mejor manera. Comentó que la confianza en sí mismo es otra estrategia que reconoce, así como el control de sus emociones, mencionando que sabe que puede llegar a sentir miedo o tristeza pero que ahora los puede expresar y reconocerlas, saber en qué momento puede sacar esos sentimientos.

Se imprimió el documento con las palabras y las fotografías que el participante decidió poner en las cartulinas. Para finalizar la actividad, el participante colocó las palabras,

las fotos y la frase impresa en las cartulinas y se le preguntó sobre de que se daba cuenta al verlo, el participante comentó que todo lo que puso en las cartulinas lo representaban completamente, sobre todo los valores y las personas que lo apoyan, mencionó que sus valores los practica todos los días y las personas con las que se encuentra en las fotografías han estado con él siempre, apoyándolo en las decisiones que toma y ayudándolo a crecer como persona. Sobre los valores comentó que siempre ha sido una persona respetuosa con los demás, relató que siempre dice lo que piensa y siempre es una persona amigable y cree en la equidad y todos los valores lo representan.

Se le pregunto sobre las estrategias de afrontamiento, a lo que comento que sin saber cómo se llamaba la palabra, él era una persona resiliente, la confianza la fue creando poco a poco, así como el control de sus emociones y la escuela le ayudo a ser más consciente y tolerante. Mencionó que el ser autentico lo ha aprendido día con día y comentó que siempre trata de ser mejor persona. Se le pregunto sobre la resiliencia y cómo la maneja en su vida diaria como una estrategia de afrontamiento y comentó que para él los conflictos lo llegan a estresa sin embargo trata de saber que debe de existir una solución y afronta las problemáticas de la mejor manera que le es posible.

Se le pregunto sobre que pensaba de sus metas y sus sentimientos, a lo que comentó que desea sentir más amor y quitarse la vergüenza de hacer ciertas cosas. Comentó que la soledad muchas de las veces no son buenas y el suele ser una persona sumamente solitaria. Mencionó que él tiene aceptación y confianza en sí mismo y pudo lograr lo que se proponga, comentó que siempre siente entusiasmo y satisfacción, ya que es una persona que celebra sus logros. Al preguntarle sobre lo que opinaba de la ira y la felicidad, comentó que siempre sentirá esas emociones, sin embargo, trata de ser una persona positiva y comentó que es selectivo con respecto a quien le cuenta sus problemas y en las sesiones ha entendido que existen familiares y amigos que lo apoyan. Comentó que quiere dejar de compararse con los demás, ya que todos poseen habilidades diferentes.

Se le pregunto cuál era para él la conclusión de la sesión, comentó que tiene personas que lo apoyan y sus valores lo respaldan, sus estrategias de afrontamiento son buenas, mencionó que conoce sus emociones y sus metas y esto le ayuda a su crecimiento personal.

Comentó que es centrado y a pesar de que tiene dudas, trata de tener en claro lo que quiere y a dónde quiere llegar. Se le pregunto si le gusto la técnica y comento que sí, ya que ha aprendido mucho en las sesiones sobre él y su crecimiento.

Evaluación

Para finalizar la intervención, se llevaron a cabo dos actividades de evaluación (cuadro 8). La primera actividad se basó en realizar la escala psicométrica Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI), aplicada por un psicólogo, mencionándole al participante que respondiera basándose en los aprendizajes de las sesiones. La segunda actividad fue la evaluación del participante sobre la intervención, las actividades que se realizaron y que se puede mejorar en el proyecto, esta se llevó a cabo por medio de una entrevista con ayuda visual, en donde el participante relató lo que más le gustó, lo que cambiaría, lo que aprendió, lo que desearía haber visto y cómo llegó y cómo se va después de la intervención. Por medio de estas actividades, se realizó la evaluación de los resultados de la intervención.

Cuadro 8:
Octava sesión: Evaluación

No.	Técnica	Objetivo	Implementación
8	Escala psicométrica	Conocer las modificaciones en las estrategias de afrontamiento del participante después de la intervención	Presentar al psicólogo que aplicara la escala psicométrica
			Implementar la escala psicométrica
			Reflexionar sobre los cambios cualitativos en base a la implementaciones de la escala
	Evaluación	Conocer la evaluación del participante respecto a la intervención y las actividades de la misma	Explicar la evaluación
			Implementar la evaluación
			Explicar sobre el posible seguimiento al participante para futuros resultados

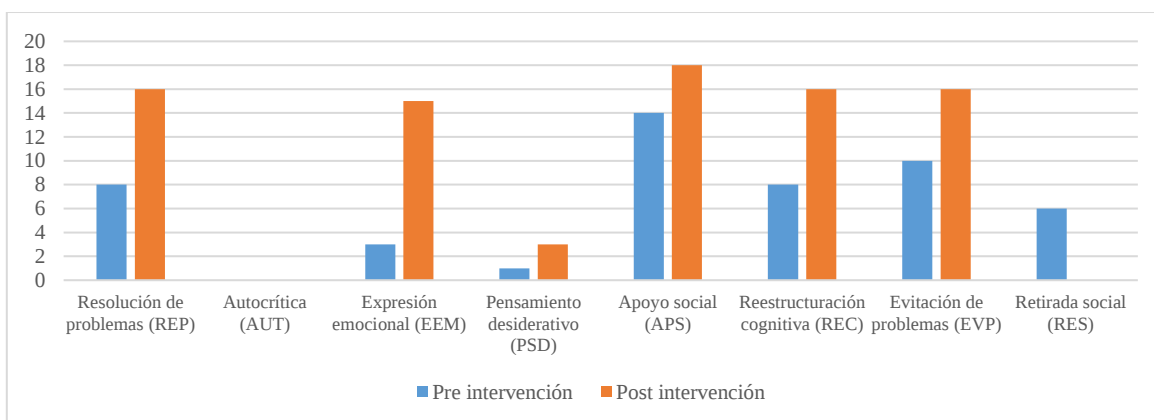
Fuente: elaboración propia

La octava sesión se llevó a cabo en las instalaciones de la UACJ. Para comenzar la sesión se preparó el material que se utilizaría para realizar la evaluación, se imprimió la escala psicométrica que aplicaría el Lic. en Psicología y se utilizaron marcadores para pizarrón blanco y un pizarrón, en el cual se anotaron diversas frases para que el participante llenara los espacios. El participante llegó al cubículo y se inició la sesión comentándole sobre las actividades, las cuales serían el Inventario de Estrategias de Afrontamiento y un ejercicio

para que evalué la intervención. El participante estuvo de acuerdo, comentando que le gustó mucho participar en el proyecto, le llegó a comentar a sus amistades que iba debido a que podía conocer más a fondo sobre él mismo y reflexionar. Se le agradeció al participante la flexibilidad que tuvo sobre el tiempo y los temas que se abordaron y se le comentó que un Lic. en Psicología realizaría la primera actividad, por lo cual el participante estuvo de acuerdo. El Lic. en Psicología le comentó al participante que debía de llenar el mismo test que había realizado en la primera sesión, solo que ahora contestaría del 0 al 4 las frases según como él hubiera querido resolver el conflicto que había mencionado en el primer test, tomando en cuenta los conocimientos que llegó a obtener durante la sesión. El participante estuvo de acuerdo en llenar el test.

Los resultados del participante muestran una mejoría en diversas áreas (Gráfica 5), las estrategias de afrontamiento positivas que deben de tener una puntuación de 20 son la resolución de problemas (REP), expresión emocional (EEM), apoyo social (APS) y reestructuración cognitiva (REC), en estas áreas se puede observar un incremento considerable, siendo la estrategia de la expresión emocional la más alta, subiendo 12 puntos, dando un total de 15 puntos. Las siguientes dos estrategias fueron la resolución de problemas y la reestructuración cognitiva, las cuales subieron 8 puntos, dando un total de 16 puntos ambas estrategias. La última estrategia positiva fue la del apoyo social, subiendo 4 puntos, dando un total de 18 puntos.

Gráfica 5:
Resultados pre – post intervención participante C



Fuente: elaboración propia

Los resultados de las cuatro estrategias que se encontraban consideradas a bajar son la autocrítica (AUT), el pensamiento desiderativo (PSD), la evitación de problemas (EVP) y la retirada social (ES). La estrategia de la autocrítica resulto estática, obteniendo en ambos resultados 0 puntos, sin embargo, la estrategia de retirada social bajo 6 puntos, resultado en una puntuación de 0. Las dos últimas estrategias subieron, siendo la estrategia de evitación de problemas con la puntuación más alta, subiendo 6 puntos, dando un total de 16 puntos, siguiendo la estrategia del pensamiento desiderativo, la cual subió 2 puntos, dando un resultado de 3 puntos.

Se puede observar que el programa de Educación para la Paz planteado en la presente investigación pudo subir el puntaje de todas las estrategias de afrontamiento benéficas para el participante. Sin embargo, dos de las estrategias de afrontamiento que estaban planteadas a reducir su puntaje, subieron, a lo cual se puede concluir que el participante reafirmo con las actividades propuestas las estrategias de afrontamiento de evitación de problemas y pensamiento desiderativo, sin embargo, se toma en cuenta que la resolución de problemas posee la misma puntuación que la estrategia de evitación de problemas, a lo cual se puede observar por el discurso del participante sobre la resolución de sus conflictos, en donde hace mención que si puede resolver las problemáticas que se le presentan lo hará, sin embargo, habrá otros conflictos en los cuales no pueda hacer algo para resolver y los evitara, esto de acuerdo con lo encontrado por Aguilera, Cascón, Vázquez, González, Grasa, Iglesias, Jares, Martínez y Poleo (2000).

La expresión emocional fue la estrategia de afrontamiento que tuvo más modificaciones, subiendo de 3 puntos a 15 puntos, esto se puede observar en el discurso del participante, refiriendo que desea expresar su afecto de manera frecuente a su familia y a sus amistades y comprendiendo sus emociones. De igual manera, la retirada social fue la cuarta estrategia de afrontamiento en modificarse, ya que, de 6 puntos bajo a 0 puntos, se observa en el discurso del participante que reflexiono sobre las personas que se encuentran apoyándolo como su familia, sus amistades y su jefe directo en su área laboral.

Cómo segunda actividad para finalizar el programa de Educación para la Paz, se le comentó al participante la importancia de la evaluación, la cual consistía en que debía de

responder una serie de frases en el pizarrón de la manera más honesta, se le reitero la importancia de su opinión y su evaluación para mejorar el programa y las habilidades de la practicante. El participante comentó que sería 100 % honesto al contestar las frases.

Se comenzó por preguntarle al participante que fue lo que más le gusto de las sesiones, comentó que lo que más le gusto fueron las dinámicas que se trabajaron, las sesiones en sí, ya que en todas se sintió bien y las pláticas que se dieron en las sesiones, comentó que le gustaron los temas que se platicaban. Se le preguntó sobre lo que cambiar del programa, a lo que refirió que no cambiara nada, ya que le parecieron buenas y entretenidas, se le preguntó qué aprendió en las sesiones y comentó que aprendió a analizar los valores que lo definen y que de cierta manera lo sabía pero no se había puesto a plasmarlos y analizarlos a fondo, cuando se le preguntó sobre lo que le hubiera gustado haber visto en el programa, comentó que no aplicaba para él, ya que todo lo que se vio en las sesiones fue bueno y le dejo un aprendizaje.

Se le preguntó al participante sobre el cómo llego y cómo se va ahora, a lo que respondió que no contaba ciertas situaciones de su vida, como lo de su hermano, de su muerte y de las drogas y de lo que llegó a vivir y si llegaba a contar sus problemáticas nunca las contaba con tanto detalle como lo hizo en las sesiones, mencionó que tenía la confianza para hablar de los problemas y de lo que ha vivida y se iba con mayor confianza en él mismo, aprendió a confiar y que si el cree en él, el puede lograr todo. Se le pregunto sobre qué opinaba de las estrategias de afrontamiento y cuál era su pensamiento después de las sesiones, a lo que comentó que nosotros las desarrollamos sin querer, conforme nuestra vida va transcurriendo y se van desarrollando, pero cuando se comenzó a analizarlas pudo ver cuáles son las que más le han servido o cuales pone más en práctica desde su infancia hasta la actualidad. Se le preguntó cuál estrategia de afrontamiento el consideraba la más importante y respondió que para él fue la resiliencia, debido a todo lo que ha vivido, se sobrepone a las problemáticas, comentó que sentía que no se quedaba estancado en los problemas y los enfrentaba.

Se le agradeció al participante por acudir a todas las sesiones y finalizar el programa, se le comentó que es una gran persona y que, a pesar de haber vivido problemáticas muy

fuertes, el sigue adelante y aprende de ellas, se le agradeció por la información compartida y se le reitero que todo lo que se llegó a decir en las sesiones solo se usaría para fines académicos, se le dejó apertura para seguir trabajando en el futuro. El participante dio las gracias y comentó que le gustó mucho, comentó que cuando a él no le gusta algo lo deja, sin embargo acepto a ir a las sesiones debido a que el comprende la dificultad que existe en conseguir personas de la comunidad LGB para algún proyecto o inclusive gente para otro tipo de proyectos, comentó que las actividades le gustaron e iba a las sesiones con gusto, mencionó que cuando la gente le preguntaba a donde iba él les comentaba con gusto que iba a sesiones donde aprendía de él mismo. Se volvió a agradecer por el tiempo dado al programa.

Capítulo V. Conclusiones y recomendaciones

El presente trabajo de investigación se apoyó en el supuesto de que una intervención basada en un programa de Educación para la Paz en un estudio de caso es adecuada para el cambio de las estrategias de afrontamiento en una persona con orientación homosexual. Con base en los resultados obtenidos, se puede concluir que el programa modificó en gran medida las estrategias de afrontamiento, las cuales fueron basadas en el Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI) estandarizado para población mexicana por Nava Quiroz, Ollua Méndez, Vega Valero y Soria Trujano.

Lo anterior mencionado se esclarece en los resultados del post test del participante, así como en su discurso. Las primeras estrategias de afrontamiento que se trabajaron, dieron como resultado en el post test la misma puntuación, siendo la resolución de problemas y la evitación de problemas un resultado de 16 puntos, de igual modo se refleja en los argumentos, ya que analizando el discurso, el participante establece que cuando se encuentra en una situación de conflicto suele reflexionar y analizar cada parte de este con la finalidad de encontrar una solución, por el contrario, comentó que si no puede resolver el conflicto lo pospone y lo trata de olvidar para resolverlo más adelante. Se concluye que el participante suele utilizar ambas estrategias de afrontamiento de la misma manera, esto pudiera verse reflejado en el post test, así como en el instrumento Thomas – Kilmann, aplicado en la tercera sesión.

El apoyo social es otra estrategia de afrontamiento que tuvo un cambio de 4 puntos, al analizar el discurso del participante, se puede concluir que su familia y sus amistades cercanas fueron importantes para el análisis, la reflexión, el aprendizaje y/o la resolución de las problemáticas. Jiménez Solórzano y Romero Mendoza (2014), mencionan en su artículo “salir del clóset” en la Ciudad de México, que “la relación de los participantes con su familia de origen es un referente afectivo fundamental y su red de apoyo social e instrumental más importante (...) Otras redes de apoyo social son la pareja y las amistades cercanas” (p. 396), lo mencionado se ve reflejado en lo comentado por el participante, ya que sus amistades lo han hecho crecer como persona.

El cambio más notorio que se puede observar en los resultados del participante es la estrategia de expresión emocional, dando como resultado una puntuación en el post test de 15, iniciando con 3 puntos en el pre test. La expresión emocional es fundamental en el trabajo de la Educación para la Paz, así lo propone Abrego Franco (2009), mencionando que “es tiempo pues, de educar para una cultura de paz (...) es hora de tomar conciencia de la importancia que tiene educar las emociones y también que se eduque al ser humano para que no le avergüence mostrarlas o hablar de ellas” (p. 192). Con lo anterior, se concluye que el participante tomo en consideración la expresión emocional como un medio para crecer ante los conflictos, mencionando que una de sus metas era el control de las emociones.

El factor del pensamiento desiderativo subió dos puntos, dando un total de tres puntos, se concluye que en el programa se deben de realizar cambios en la sesión que aborda esta estrategia, ya que la Educación para la Paz solo utiliza la fantasía para la creatividad en la resolución de conflictos y no como una estrategia para no reconocer las problemáticas, tal como lo menciona Hernández Romano (2016), la Educación para la Paz “trata de desarrollar habilidades para entender la realidad y, al hacerlo, buscar mejorarla y transformarla” (p. 86).

Las habilidades profesionales utilizadas por la facilitadora en la sesión fueron imperativas para el desarrollo de la confianza y los canales de comunicación entre el participante, es por esto, que se concluye que una intervención con un profesional que tenga habilidades de escucha activa, empatía, flexibilidad, observación a profundidad y sensibilidad ante los conflictos de los participantes, podrá crear un ambiente adecuado y de seguridad para el participante.

Se recomienda incorporar programas psicoeducativos con perspectiva de Educación para la Paz para la resolución pacífica de los conflictos con atención especializada, focalizada y profesional en grupos vulnerables, como lo es la población LGBT. Así como realizar estudios que visibilicen los esfuerzos que realiza la población en la atención de las problemáticas sociales y conflictos personales que viven diariamente por su orientación sexual.

Se aprecia en la presente investigación que el estudio de caso puede brindar información completa con respecto a los conflictos que vive una persona que forma parte de

la población LGBT, por ello, se recomienda realizar estudios de caso para el conocimiento de la subjetividad de dicha población, ya que a lo largo del estudio se encontró dificultad para la realización de una intervención grupal.

Se recomienda realizar diversas investigaciones con población de otro sexo y/o preferencia sexual y realizar una comparativa de resultados, con la finalidad de indagar a profundidad sobre las estrategias de afrontamiento que cada persona utiliza en los conflictos, así como las problemáticas que se pueden enfrentar por la orientación sexual. Las intervenciones en pro del conocimiento de los derechos humanos son beneficiosas para el desarrollo del respeto de las personas en la sociedad.

Referencias documentales

Referencias bibliográficas

- Aguilera, B., Cascón, P., Vázquez, A.G., González, M., Grasa R., Iglesias, C., Jares, X., Martínez, M. y Poleo, A. (2000). *La alternativa del juego II, juegos y dinámicas de educación para la paz*. Madrid: Los Libros de la Catarata.
- Álvarez-Gayou, J. L. (2013). *Cómo hacer investigación cualitativa, fundamentos y metodología*. México: Paidós.
- Amarís Macías, M., Madariaga Orozco, C., Valle Amarís, 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. En línea: <http://www.redalyc.org/pdf/213/21328600007.pdf>
- APA American Psychological Association. (2018). *Sexual orientation and gender identity*. Recuperado de: <http://www.apa.org/centrodeapoyo/sexual.aspx>
- Arboleda, Z., Herrera, M. M. y Prada Ramírez, M. P. (2017). *¿Qué es educar y formar para la paz y cómo hacerlo?* Bogotá, Colombia: ARKO Consult S.A.S.
- Aristegui Noticias. (17 de mayo de 2016). *México, segundo país con más violencia por homofobia*. Aristegui Noticias. México. Recuperado de: <https://aristeguinoticias.com/1705/mexico/mexico-segundo-pais-con-mas-violencia-por-homofobia/>
- Arufe Flores, C. (2001). Enseñanza para la paz, un reto para la educación del Siglo XXI. *Sinéctica Revista Electrónica de Educación*, (19), 97-106. En línea: <http://www.redalyc.org/pdf/998/99817935010.pdf>
- Barrientos Delgado, J. y Cárdenas Castro, M. (2013). Homofobia y Calidad de Vida de Gay y Lesbianas: Una Mirada Psicosocial. *Revista Psykhe*, 22 (1), 3-14. En línea: <http://www.psykhe.cl/index.php/psykhe/article/view/553>
- Calderón Concha, P. (2009). Teoría de Conflictos de Johan Galtung. *Revista Paz y Conflictos*, (2), 60-81. En línea: http://redcimas.org/wordpress/wp-content/uploads/2012/08/m_JGaltung_LAteoria.pdf
- Cascón Soriano, P. (2004). *Educación en y para el conflicto*. Cátedra UNESCO sobre Paz y Derechos Humanos de la Universidad Autónoma de Barcelona.
- Castañeda, M. (2014). *La nueva homosexualidad*. México: PAIDÓS.
- CEAV Comisión Ejecutiva de Atención a Víctimas. (2015). *Comité de Violencia Sexual. Investigación sobre la atención de personas LGBT en México*. México: CEAV. Recuperado de: <http://www.ceav.gob.mx/wp-content/uploads/2016/06/Investigaci%C3%83%C2%B3n-LGBT-Documento-Completo.pdf>
- CNB Comisión Nacional de Bioética. (2007). *Homofobia y salud*. México: Secretaría de Salud. Recuperado de: <http://www.conbioetica-mexico.salud.gob.mx/descargas/pdf/publicaciones/memorias/homofobia.pdf>
- CNDH Comisión Nacional de los Derechos Humanos. (2017). *¿Cuáles son los derechos humanos?* México: CNDH. Recuperado de: <http://www.cndh.org.mx/Cuales son Derechos Humanos>
- CONAPRED Consejo Nacional Para Prevenir La Discriminación. (2011). *Encuesta Nacional sobre Discriminación en México 2010 Resultados sobre diversidad sexual*.

- México: CONAPRED. Recuperado de: <http://www.conapred.org.mx/userfiles/files/Enadis-2010-DS-Accss-001.pdf>
- CONAPRED Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación. (2014). *Programa Nacional para la Igualdad y No Discriminación 2014-2018*. México: CONAPRED. Recuperado de: <http://www.conapred.org.mx/userfiles/files/Pronaind%202014-2018 WEB ACCSS.pdf>
- CONAPRED Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación. (2017). *Campaña nacional contra la homofobia*. México: CONAPRED. Recuperado de: http://www.conapred.org.mx/documentos_cedoc/CNCH-Folleto.pdf
- Cravioto, C. (2019). *Lunes por la Educación para la Paz*. El Heraldo de México. México. Recuperado de: <https://heraldodemexico.com.mx/opinion/lunes-por-la-educacion-para-la-paz/>
- DW. (02 de febrero de 2018). *¿Un Goya para denunciar la homofobia y la transfobia en México?* DW. Recuperado de: <http://www.dw.com/es/un-goya-para-denunciar-la-homofobia-y-la-transfobia-en-m%C3%A9xico/a-42433333>
- El Nacional de Santo Domingo (2016). *La comunidad gay representa entre 1% y 6% de la población mundial*. El Nacional. Santo Domingo, República Dominicana. Recuperado de: <http://elnacional.com.do/la-comunidad-gay-representa-entre-1-y-6-de-la-poblacion-mundial/>
- El País. (13 de junio de 2016). *50 muertos en la peor matanza en EE UU desde el 11-S*. Elpais.com. Orlando. Recuperado de: https://elpais.com/internacional/2016/06/12/actualidad/1465717811_688793.html
- Entelman, R. F. (2002). *Teoría de conflictos, hacia un nuevo paradigma*. Barcelona, España: Editorial Gedisa.
- Felipe Castaño, E. y León del Barco, B. (2010). Estrategias de afrontamiento del estrés y estilos de conducta interpersonal. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 10 (2), 245-257. En línea: <http://www.ijpsy.com/volumen10/num2/260/estrategias-de-afrontamiento-del-estr-Es.pdf>
- Fisas, V. (1998). *Cultura de paz y gestión de conflictos*. Barcelona: Icaria Editorial.
- Fonseca Freitas, D., Coimbra, S. & Fontaine, A. M. (2017). Resilience in LGB youths: a systematic review of protection mechanisms. *Paidéia*, 27 (66), 69-79. En línea: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-863X2017000100069
- Fuquen Alvarado, M. E. (2003). Los conflictos y las formas alternativas de resolución. *Revista Tabula Rasa*, 1, 265-278. En línea: <http://dev.revistatabularasa.org/numero-1/Mfuquen.pdf>
- Galtung, J. (1969). Violence, Peace, and Peace Research. *Journal of Peace Research*, 6 (3), 167-191. Recuperado de: http://www2.kobe-u.ac.jp/~alexroni/IPD%202015%20readings/IPD%202015_7/Galtung_Violence,%20Peace,%20and%20Peace%20Research.pdf
- Garrido Muñoz de Arenillas, R. y Morales Domínguez, Z. (2014). Una aproximación a la homofobia desde la psicología, propuestas de intervención. *Revista Psicología, Conocimiento y sociedad*, 4 (1), 90-115. En línea: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=475847268005>

- Glenna Álvarez, H. (2015). Percepción social de la homosexualidad. *Revista de ciencias médicas*, 21 (1), 75-83. En línea: <http://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=58387>
- Gómez Collado, M. E. (2010). La Educación para la Paz aplicada a la Tutoría Académica en la Facultad de Ciencias Políticas y Sociales de la Universidad Autónoma del Estado de México. *Revista Paz y Conflictos*, 3, 123-139. En línea: <http://ri.uaemex.mx/handle/20.500.11799/40166>
- Grupo Milenio Digital. (17 de mayo de 2017). *¿Por qué se celebra hoy el Día Internacional contra la Homofobia?* Milenio.com. Ciudad de México. Recuperado de: http://www.milenio.com/tendencias/dia_internacional_homofobia-historia-origen-por_que-17_mayo-milenio-noticias_0_957504622.html
- Hernández Romano, A. P. (2016). Educar para la paz y asambleas de grupo. En V. Ocejo y A. P. Hernández Romano (Comp.) *Derechos Humanos y Educación para la Paz*. México: Universidad Iberoamericana.
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, R. y Baptista Lucio, M. P. (2014). *Metodología de la Investigación*. México, D.F.: Mc Graw Hill.
- Herrera Rico, S. (2003). Reseña de “Educación para la Paz. Su teoría y su práctica” de Xesús R. Jares. *Convergencia. Revista de Ciencias Sociales*, 10 (33), 285-298. En línea: <http://www.redalyc.org/pdf/105/10503313.pdf>
- ILGA International Lesbian, Gay, Bisexual, Trans and Intersex Association (2016). *Sexual orientation laws in the world – overview*. Ginebra: ILGA. Recuperado de: <http://ilga.org/maps-sexual-orientation-laws>
- ILGA International Lesbian, Gay, Bisexual, Trans and Intersex Association (2017). *Homofobia de Estado, estudio jurídico mundial sobre la orientación sexual en el derecho: criminalización, protección y reconocimiento*. Ginebra: ILGA.
- Infobae. (28 de marzo de 2018). *Logros, retrocesos y desafíos de la comunidad LGBT: por qué importan a toda la sociedad*. Argentina. Recuperado de: <https://www.infobae.com/america/mundo/2018/03/28/logros-retrocesos-y-desafios-de-la-comunidad-lgbt-por-que-importan-a-toda-la-sociedad/>
- Jiménez Solórzano, A. y Romero Mendoza, M. (2014). “Salir del closet” en la Ciudad de México. *Salud Mental*, 37 (4), 391-397. En línea: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-33252014000500005
- La Silla Rota (09 de agosto de 2018). *Crimen de odio en Veracruz: 17 asesinatos a integrantes LGBT en 2018*. México. Recuperado de: <https://lasillarota.com/crimen-de-odio-veracruz-comunidad-lgtb/240349>
- Laca Arocena, F. A., (2005). Actitudes y comportamientos en las situaciones de conflicto. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 10 (1), 117-126. En línea: <http://www.redalyc.org/pdf/292/29210108.pdf>
- LetraS. (2016). *Informe Crímenes de Odio por Homofobia*. LetraS. México, D.F. Recuperado de: <http://www.letraese.org.mx/proyectos/proyecto-1-2/>
- Martínez Carazo, P. (2006). El método de estudio de caso: estrategia metodológica de la investigación. *Pensamiento y Gestión*, 20, 165-193. En línea: <http://www.redalyc.org/html/646/64602005/>
- Martínez Lirola, M. y Rodríguez-Lifante, A. (2016). Propuesta para potenciar la educación para la paz en la enseñanza superior por medio de actividades orales cooperativas.

- Revista Iberoamericana de Educación*, 71 (1), 91-112. En línea: <https://rua.ua.es/dspace/handle/10045/54971>
- Mayor Zaragoza, F. (2003). Educación para la paz. *Educación XXI*, (6), 17-24. En línea: <http://www.redalyc.org/pdf/706/70600601.pdf>
- MEN y UNFPA Ministerio de Educación Nacional y Fondo de las Naciones Unidas (2016). *Ambientes escolares libres de discriminación*. Bogotá: MEN y UNFPA. Recuperado de: https://unicef.org.co/sites/default/files/informes/Ambientes%20escolares%20Libres%20de%20Discriminacion%20May%202016_0.pdf
- Mesquida González, J.M., Quiroga Raimúndez, V. y Boixadós Porquet, A. (2014). Trabajo social, diversidad sexual y envejecimiento, una investigación a través de una experiencia de aprendizaje-servicio. *Cuadernos de Trabajo Social*, 21, 177-196. En línea: <https://rua.ua.es/dspace/handle/10045/43717>
- Montiel, F. (2013). *Perspectivas progresistas, Educación para la Paz una propuesta en cinco pasos*. México: Friedrich Ebert Stiftung.
- Moral de la Rubia, J. (2011). Orientación sexual en adolescentes y jóvenes de 12 a 29 años de edad. *Psicología desde el caribe*, (27), 112-135. En línea: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21320708006>
- Nava Quiroz, C., Ollua Méndez, P., Vega Valero, C.Z. y Soriano Trujano, R. (2010). Inventario de Estrategias de Afrontamiento: una replicación. *Psicología y Salud*, 20 (2), 213-210. En línea: <https://www.uv.mx/psicysalud/psicysalud-20-2/20-2/Carlos-Nava-Quiroz.pdf>
- Netnoticias. (17 de mayo de 2018). *Se han registrado 4 crímenes en 2018 por homofobia, informa asociación*. Netnoticias. Ciudad Juárez. Recuperado de: <http://netnoticias.mx/2018-05-17-3ba80f85/se-han-registrado-4-crmenes-en-2018-por-homofobia-informa-asociacion/>
- Novales Armenteros, J. M. (2015). Parejas de hoy, familias del mañana... Estudio de la resiliencia en parejas homosexuales masculinas de La Habana. *Revista Sexología y Sociedad*, 21 (1), 68-85. En línea: <http://revsexologiaysociedad.sld.cu/index.php/sexologiaysociedad/article/view/514>
- ONU Organización de las Naciones Unidas (2013) *Orientación sexual e identidad de género en el derecho internacional de los derechos humanos*. América del Sur: ONU. Recuperado de: <http://acnudh.org/wp-content/uploads/2013/11/orentaci%C3%B3n-sexual-e-identidad-de-g%C3%A9nero2.pdf>
- Padilla Nieto, J. E. (2016). Derechos humanos y educación en y para los derechos humanos. En V. Ocejo y A. P. Hernández Romano (Comp.) *Derechos Humanos y Educación para la Paz*. México: Universidad Iberoamericana.
- París, A.S. (2005). La transformación de los conflictos desde la filosofía para la paz. *Tesis Doctoral*. Dr. D. Vicent Martínez Guzmán. (03/07/2005) Castellon de la Plana: Universidad Jaume I de Castellon de Plana. En línea: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=6906>
- Parra Rosales, L. P. (2016). Transformación creativa de los conflictos. En V. Ocejo y A. P. Hernández Romano (Comp.) *Derechos Humanos y Educación para la Paz*. México: Universidad Iberoamericana.
- Peña de Sola, S. (1999). La resolución de conflictos. De la teoría a los nuevos énfasis. *Temas*, (18), 4-12. Recuperado de:

- http://www.temas.cult.cu/sites/default/files/articulos_academicos_en_pdf/Descargar%20art%C3%ADculo%20en_159.pdf
- Plan Estratégico de Juárez, A. C. (2017). *Informe Así Estamos Juárez 2017*. México: Plan Estratégico de Juárez, A. C.
- Rodríguez González, F. (2008). *Diccionario gay-lésbico*. Madrid: Editorial Gredos, S.A.
- Rodríguez Otero, L. M., Mancinas Espinoza, S. E. y Carrera Aguilar, A. B. (2017). Percepción de la homofobia y lesbofobia por parte de una muestra de gays y lesbianas de la provincia de Ourense, España. *Revista Psicología y Salud*, 27 (1), 89-102. En línea: <http://revistas.uv.mx/index.php/psicysalud/article/view/2440/0>
- Romero González, J. A.; Rey Riveros, Á. M.; Fonseca Fonseca, J. C. (2013). Construcción narrativa de relatos identitarios que favorecen la resiliencia en jóvenes con orientación homosexual. *Hallazgos* 19 (10), 133 – 148. En línea: <http://www.redalyc.org/pdf/4138/413835217008.pdf>
- Salgado Lévano, A. C. (2007). Investigación cualitativa: Diseños, evaluación del rigor metodológico y retos. *Liberabit*, 13 (13), 71-78. En línea: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-48272007000100009
- Sánchez Medina, R.; Muñoz Maldonado, S. I.; Gómez Lamont, M. F. (2018). Diferencias en estrés, afrontamiento y emociones entre dos grupos etarios de hombres que tienen sexo con hombres. *Revista Puertorriqueña de Psicología*, 20 (1), 70-85. En línea: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6496523.pdf>
- Sayas Contreras, R. (2015). Conflicto. *Eunomía Revista en Cultura de la Legalidad*, (8), 212-221. En línea: <https://e-revistas.uc3m.es/index.php/EUNOM/article/download/2487/1371>
- Silva Luévanos, B. E. (2018). Efectos en el afrontamiento y soporte social ante la revelación de la homosexualidad a la familia: estudio comparativo en gays y lesbianas. *Psicogente*, 21 (40), 67-82. En línea: <http://revistas.unisimon.edu.co/index.php/psicogente/article/view/3077>
- Solís Manrique, C. y Vidal Miranda, A. (2006). Estilos y estrategias de afrontamiento en adolescentes. *Revista de psiquiatría y salud mental Hermilio Valdizan*, 7 (1), 33-39. En línea: <http://www.hhv.gob.pe/revista/2006/3%20ESTILOS%20Y%20ESTRATEGIAS%20DE%20AFRONTAMIENTO.pdf>
- Stake, R. E. (2007). *Investigación con estudios de caso*. Madrid, España: Ediciones Morata
- Thomas, K. W. & Kilmann, R. H. (2008). Thomas – Kilmann modos de conflicto e informe interpretativo. En C. García. Estados Unidos de América: CPP, Inc.
- Tuvilla Rayo, J. (2004). *Cultura de paz: fundamentos y claves educativas*. España: Editorial Desclée De Brouwer.
- Vargas Barrantes, E. (2013). Bases de la diferenciación sexual y aspectos éticos de los estados intersexuales. *Revista Reflexiones*, 92 (1), 141-157. En línea: <http://www.redalyc.org/pdf/729/72927050008.pdf>
- Vasiliachis de Gialdino, I. (2006). *Estrategias de intervención cualitativa*. Barcelona España: Editorial Gedisa S.A.
- Vega Valero, C. Z., Villagrán Velazco, M. G., Nava Quiroz, C. y Soria Trujo, R. (2013). Estrategias de afrontamiento, estrés y alteración psicológica en niños. *Alternativas en psicología*, (28), 92-105. En línea: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/alpsi/v17n28/n28a08.pdf>

- Wagner, G. J., Aunon, F. M., Kaplan, R. L., Karam, R., Khouri, D., Tohme, J. & Mokhbat J. (2013). Sexual stigma, psychological well-being and social engagement among men who have sex with men in Beirut, Lebanon. *Culture, Health & Sexuality*, 15 (5), 570-582. En línea: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23730919>
- Yo Ciudadano. (2017). *Arranca campaña 'Juárez Sin Discriminación'; Municipio atenderá quejas*. Yo Ciudadano. Ciudad Juárez, Chihuahua. Recuperado de: <https://yociudadano.com.mx/index.php/gobierno/574-arranca-campana-juarez-sin-discriminacion-municipio-atendera-quejas>
- Zurbano Díaz de Cerio, J. L. (1999). *Bases de una Educación para la Paz y la convivencia*. España: Gobierno de Navarra.

Anexo 1. Formato de consentimiento informado



Cd. Juárez, Chih. a ____ de _____ del 2018.

Estimado candidato a participante:

Mi nombre es Paola Seañez Arreola y soy estudiante del programa de Maestría en Psicoterapia Humanista y Educación para la Paz de la Universidad Autónoma de Ciudad Juárez. Como requisito para obtener el grado de Maestra me encuentro realizando la investigación **“Programa psicoeducativo de estrategias de afrontamiento en hombres homosexuales con perspectiva de la educación para la paz”**. El objetivo es analizar los cambios de las estrategias de afrontamiento por medio de un programa de Educación para la Paz en hombres homosexuales en un estudio de caso múltiple.

Su participación consistirá en asistir a diversas sesiones en las cuales se realizarán actividades de análisis, comenzando con la aplicación del Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI), para después realizar una entrevista semiestructurada. En las siguientes sesiones se realizarán diversas técnicas para cumplir con el objetivo, estás de acuerdo al diagnóstico realizado.

Su participación será voluntaria y libre de riesgos, la cual puede dejar de asistir se así lo desea. Para fines académicos y de investigación las sesiones serán registradas en un diario de campo, y los productos que usted realice serán fotografiados, serán evaluados para la investigación, cualquier información proporcionada por estos medios será confidencial y no se proporcionará a ninguna persona/institución/autoridad, y su nombre e información personal serán cambiados para proteger el anonimato. Su participación en esta investigación será muy valiosa, ya que gracias a este proceso usted nos puede ayudar a seguir aportando información en pro de los derechos humanos y la investigación científica, así como posibles políticas públicas que se puedan generar de esto. Si usted acepta participar y durante el proceso surgen dudas y/o comentarios puede comunicarse conmigo por medio de mi correo electrónico: paolaseanez@gmail.com o por medio de mi teléfono celular: (656) 131-5057, o personalmente en las sesiones. Si por cuestiones personales ya no desea participar puede expresarlo en cualquier momento del proceso y declinar su colaboración.

Acepto participar
Firma

L.T.S. Paola Seañez Arreola
Correo electrónico: paolaseanez@gmail.com
Teléfono celular: (656) 131-5057

Anexo 2. Formato de Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI)

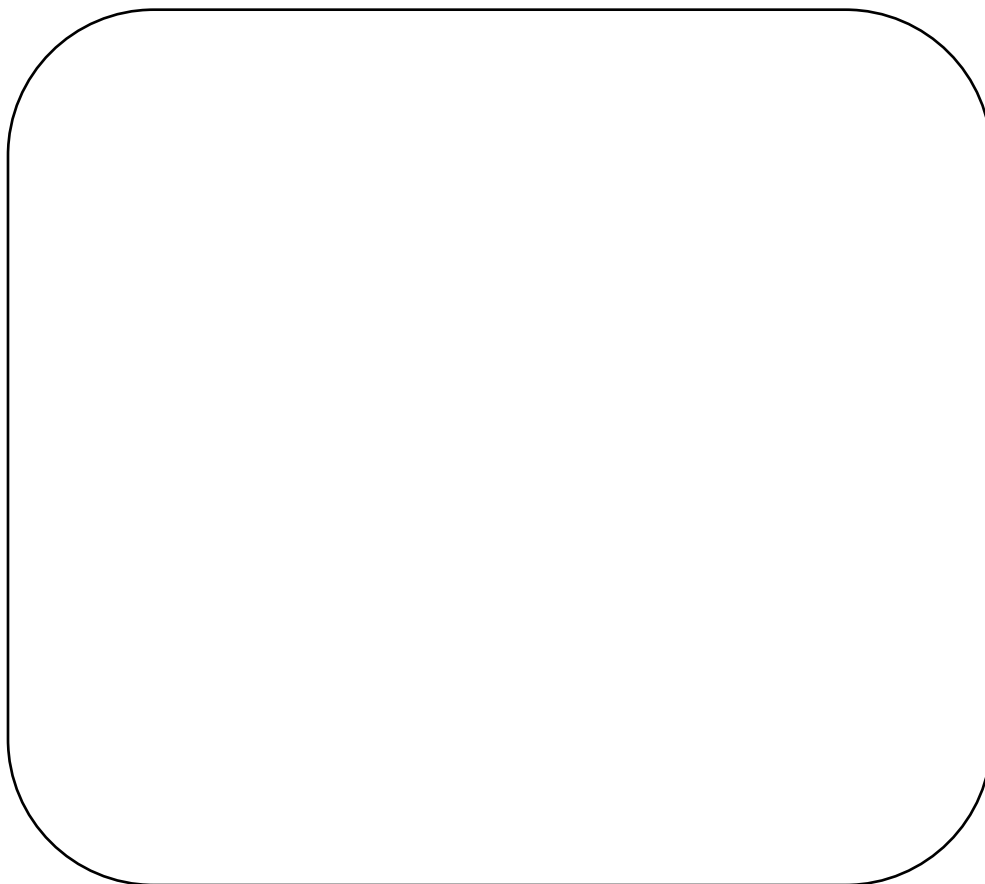
Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI)

(Adaptado por Cano, Rodríguez y García y reevaluado por Nava Quiroz, Ollua Méndez, Vega Valero y Soria Trujano, 2010)

El propósito de este cuestionario es encontrar el tipo de situaciones que causa problemas a las personas en su vida cotidiana y cómo éstas se enfrentan a estos problemas. Piense durante unos minutos en el hecho o situación que ha sido muy estresante para usted en el último mes.

Por estresante entendemos una situación que causa problemas, hace sentirse a uno mal o que cuesta mucho enfrentarse a ella. Puede ser con su familia, en la escuela, en el trabajo, con amigos, etc. Describa esta situación en el espacio en blanco de esta página.

Escriba cómo ocurrió e incluya detalles cómo el lugar, quién o quienes estaban implicados, por qué le dio importancia y qué hizo usted. La situación puede estar sucediendo ahora o puede haber sucedido ya. No se preocupe por si está mejor o peor escrito o mejor o peor organizado, sólo escríbala tal y como se le ocurra. Continúe escribiendo por detrás si es necesario.



De nuevo piense unos minutos en la situación o hecho que haya elegido. Responda a la siguiente lista de afirmaciones basándose en cómo manejó usted la situación. Lea cada frase y determine el grado en que usted hizo lo que cada frase indica en la situación que antes eligió marcado el número que corresponda:

0 = En absoluto	1 = Un poco	2 = Bastante	3 = Mucho	4 = Totalmente
-----------------	-------------	--------------	-----------	----------------

Esté seguro de que responde a todas las frases y de que marca sólo un número en cada una de ellas. No hay respuestas correctas o incorrectas; sólo se evalúa lo que usted hizo, pensó o sintió en ese momento.

Edad:					
1	Luché para resolver el problema	0	1	2	3 4
2	Me culpé a mí mismo	0	1	2	3 4
3	Dejé salir mis sentimientos para reducir mi estrés	0	1	2	3 4
4	Deseé que la situación nunca hubiera empezado	0	1	2	3 4
5	Encontré a alguien que escucho mi problema	0	1	2	3 4
6	Repasé el problema una y otra vez en mi mente y al final vi las cosas de una manera diferente	0	1	2	3 4
7	No dejé que me afectara, evité pensar en ella demasiado	0	1	2	3 4
8	Pasé algún tiempo solo	0	1	2	3 4
9	Me esforcé para resolver los problemas de la situación	0	1	2	3 4
10	Me di cuenta de que era personalmente responsable de mis dificultades y me lo reproché	0	1	2	3 4
11	Expresé mis emociones, lo que sentía	0	1	2	3 4
12	Deseé que la situación no existiera o que de alguna manera terminase	0	1	2	3 4
13	Hablé con una persona de confianza	0	1	2	3 4
14	Cambié la forma en que veía la situación para que las cosas no parecieran tan malas	0	1	2	3 4
15	Traté de olvidar por completo el asunto	0	1	2	3 4
16	Evité estar con gente	0	1	2	3 4
17	Hice frente al problema	0	1	2	3 4
18	Me critique por lo ocurrido	0	1	2	3 4
19	Analice mis sentimientos y simplemente los dejé salir	0	1	2	3 4
20	Deseé no encontrarme nunca más en esa situación	0	1	2	3 4
21	Dejé que mis amigos me echaran una mano	0	1	2	3 4
22	Me convencí de que las cosas no eran tan malas como parecían	0	1	2	3 4
23	Quité importancia a la situación y no quise preocuparme más	0	1	2	3 4
24	Oculté lo que pensaba y sentía	0	1	2	3 4
25	Supe lo que había que hacer, así que doble mis esfuerzos y traté con más ímpetu de hacer que las cosas funcionaran	0	1	2	3 4
26	Me recriminé por permitir que eso ocurriera	0	1	2	3 4
27	Dejé desahogar mis emociones	0	1	2	3 4
28	Deseé poder cambiar lo que había sucedido	0	1	2	3 4
29	Pasé algún tiempo con mis amigos	0	1	2	3 4
30	Me pregunté qué era realmente importante y descubrí que las cosas no estaban tan mal después de todo	0	1	2	3 4
31	Me comporté como si nada hubiera pasado	0	1	2	3 4
32	No dejé que nadie supiera como me sentía	0	1	2	3 4
33	Mantuve mi postura y luché por lo que quería	0	1	2	3 4
34	Fue un error mío, así que tenía que sufrir las consecuencias	0	1	2	3 4
35	Mis sentimientos eran abrumadores y estallaron	0	1	2	3 4
36	Me imaginé que las cosas podrían ser diferentes	0	1	2	3 4
37	Pedí consejo a un amigo o familiar que respeto	0	1	2	3 4
38	Me fijé en el lado bueno de las cosas	0	1	2	3 4
39	Evité pensar en no hacer nada	0	1	2	3 4
40	Traté de ocultar mis sentimientos	0	1	2	3 4
	Me consideré capaz de afrontar la situación	0	1	2	3 4