

Una aproximación a la Homofobia desde la Psicología. Propuestas de Intervención

Rocío Garrido Muñoz de Arenillas, Zaira Morales Domínguez
Autor referente: rocioga@us.es

Facultad de Psicología, Universidad de Huelva, España

Historia editorial

Recibido: 27/01/2013

Aceptado: 23/05/2014

RESUMEN

A pesar del avance en las actitudes hacia la diversidad sexual por parte de la ciudadanía, aún siguen existiendo prejuicios hacia las personas homosexuales, ocasionando consecuentemente sufrimiento personal, familiar y social. Por este motivo, el objetivo de este artículo es reflexionar críticamente sobre el estado actual de la homofobia y sobre posibles

intervenciones desde una perspectiva psicológica y psicosocial. Se pretende exponer diferentes conceptos relativos a la homofobia, indagar posibles causas en función de diferentes teorías psicológicas sobre el prejuicio, analizar las posibles consecuencias de la misma y presentar algunas orientaciones para su intervención.

Palabras clave: Homofobia; Homosexualidad; Intervención.

ABSTRACT

Despite progress in people's attitudes toward sexual diversity, there is still prejudice against homosexuals, consequently causing personal, family and social suffering. Therefore, the aim of this article is to reflect critically on the current state of homophobia and possible interventions from a psychological and psychosocial

perspective. In this paper we try to expose different concepts relative to homophobia, investigate possible causes based on different psychological theories of prejudice, analyze the possible consequences of it, and present some guidelines for intervention.

Keywords: Homophobia; Homosexuality; Intervention.

Hace más de cuatro décadas la Asociación Americana de Psicología (American Psychiatric Association, 1973) eliminó la homosexualidad de su clasificación de enfermedades mentales (DSM-III). Desde entonces, este hecho, unido a los crecientes movimientos sociales a favor de la igualdad y la defensa de los derechos de las personas homosexuales, han logrado sociedades más inclusivas (Costa, Peroni, Bandeira, & Nardi, 2013). Sin embargo, no por ello las personas homosexuales han dejado de sufrir situaciones de rechazo, discriminación y violencia, además de seguir existiendo en numerosos países concepciones morales y religiosas que censuran la homosexualidad e incluso leyes que la penalizan.

A finales del siglo XX, las investigaciones e intervenciones, que antes se focalizaban en la curación de la homosexualidad o la búsqueda de sus causas fisiológicas, comienzan a plantearse como objetivo la protección de los derechos humanos y la comprensión y reducción de la homofobia (Ahmad, & Bhugra, 2010). Ya en 1981, en el parlamento del Consejo de Europa, se dijo que “el problema de fondo de la discriminación hacia los homosexuales va mucho más allá de aspectos jurídicos: es un problema de mentalidad y de sociedad” (Mirabet i Mullol, 1985). Por tanto, la Psicología debe jugar un papel fundamental en su erradicación.

El objetivo de este artículo es conocer y analizar la homofobia para poder ofrecer posibles líneas de intervención desde una perspectiva psicológica y psicosocial. El documento se estructura de la siguiente forma: primero se define la homofobia y se detallan sus características principales. Segundo, se exploran sus posibles causas atendiendo a diferentes teorías psicológicas sobre el prejuicio. Finalmente, se proponen orientaciones para su intervención a diferentes niveles y escenarios.

Cuando la diversidad sexual se convierte en una amenaza: la homofobia

La homofobia es una actitud hostil hacia la homosexualidad que se expresa en diferentes formas activas de violencia física y verbal y en un rechazo silencioso e institucionalizado hacia las personas identificadas como homosexuales, que limita su acceso a derechos, espacios, reconocimiento, prestigio o poder (Pichardo, 2009a). El origen etimológico de la palabra homofobia proviene de las palabras griegas fobia ('miedo') y homo ('sexo con lo igual'). La palabra fue utilizada por vez primera por el psicólogo estadounidense Weinberg y se popularizó gracias a su libro publicado en 1972 *Society and the Healthy Homosexual*. Desde entonces se ha producido un extenso debate sobre dicho concepto y se han desarrollado otros similares. Entre ellos, destacan el heterosexismo y el prejuicio sexual. El primero se refiere al hecho de privilegiar la heterosexualidad frente a la homosexualidad, mientras que el segundo incluye las actitudes negativas basadas en la orientación sexual, tanto si el objetivo es el homosexual, el bisexual o el heterosexual (Herek, 2000). En este trabajo, con el término homofobia se engloban todos estos conceptos similares.

Características de la homofobia

Antes de abordar otras cuestiones, consideramos importante conocer las dimensiones del problema. Dado que la homofobia tiene mucho que ver con el contexto en el que aparece, resulta necesario considerar los resultados de los estudios transnacionales. Hadler (2012) realiza un estudio comparativo sobre distintos tipos de prejuicio en 32 países, según las respuestas de 130.000 personas a la *World Value Survey* y la *European Value Survey* durante el periodo comprendido entre 1989 y 2010. En la Tabla 1 se ofrece un resumen de los resultados relativos a la homofobia, señalando la proporción de personas que tienen respuestas homofóbicas. Se puede observar una reducción en todos los países con el tiempo, con una fuerte resistencia en los países donde ha liderado un régimen político comunista o autoritario.

Tabla 1. Proporción de respuestas homófobas por país (adaptado de Hadler, 2012)

País	1989-1993	1999-2004	2005-2010
Argentina	.45	.25	.18
Chile	.65	.42	.38
México	.71	.49	.35
Canadá	.35	.22	.20
Estados Unidos	.46	.28	.31
Austria	.51	.32	.34
Francia	.28	.18	.38
Italia	.51	.39	.39
Portugal	.61	.36	.34
España	.38	.26	.19
Gran Bretaña	.40	.32	.21
Rusia	.86	.69	.76
Turquía	.94	.92	.92
China	.81	.83	.84
Media de los 32 países estudiados	.59 (DT=0.24)	.44 (DT=0.22)	.42 (DT=0.23)

Por otra parte, es de señalar que la expresión de la homofobia puede ser muy variada. Adoptando un modelo tridimensional (Dovidio, 2001), la homofobia se define a través de tres componentes interrelacionados: (a) el estereotipo o aspecto cognitivo, relacionado con creencias sobre la homosexualidad como algo antinatural o libidinoso (b) el prejuicio o aspecto emocional, que aparece cuando se evalúa negativamente al colectivo homosexual y se siente miedo o incomodidad ante él y (c) la discriminación o aspecto conductual, que se expresa en conductas negativas hacia las personas homosexuales como la agresión, el insulto o la burla. No obstante, al igual que otros tipos de prejuicio, la homofobia está sufriendo cambios para sobrevivir en sociedades democráticas y más tolerantes. De esta forma, aparecen expresiones sutiles, donde prevalecen ciertos sentimientos negativos hacia los/as homosexuales y la explicación de la discriminación apeladas a causas no biológicas como la violación de determinados valores o la consideración de conductas como no normativas o desadaptadas (Meertens, & Pettigrew, 1997). En este sentido, Borrilo (2001) propone la existencia de una homofobia liberal, por la que se permite la expresión de la

homosexualidad en la esfera privada pero no en la pública (por ejemplo, interpretar el beso de homosexuales en la calle como un acto de provocación). Esta forma sutil presenta una naturaleza ambigua o contradictoria y aparece frecuentemente de forma no consciente, por lo que es aún más difícil de erradicar.

Asimismo, pueden diferenciarse varios tipos de homofobia en función del objeto del prejuicio (Pichardo, 2009b; López, 2006), que plantean especificidades necesarias de resaltar. Por ejemplo, la “lesbofobia” implica una doble discriminación (por ser mujer y por ser homosexual) que lleva a muchas lesbianas a una invisibilización extrema o una imagen social más negativa. La “bifobia”, por su parte, lleva implícita la idea de que todas las personas deben posicionarse como heterosexuales u homosexuales, sin respetar ninguna otra posibilidad.

En cuanto a las variables asociadas a la homofobia, existe un cierto consenso en que ésta se relaciona positivamente con: (a) ser hombre frente a ser mujer, (b) tener una edad avanzada frente a ser joven, (c) vivir en zonas rurales frente a urbanas, (d) tener bajo nivel de estudios frente a universitarios, (e) tener otro tipo de prejuicios, como ser racista, (f) no haber tenido contacto con personas homosexuales y (g) encontrarse en un contexto donde se tolera la expresión de la homofobia (Costa, Peroni, Bandeira, & Nardi, 2013; Herek, 2000). Dentro de estas relaciones, está especialmente estudiada las diferencias de género, dado que los hombres presentan un nivel mayor de homofobia, especialmente hacia homosexuales varones (Cárdenas, y Barrientos, 2008; España, Guerrero, Farré, Canella-Soler, y Abós, 2001). Algunos autores proponen como explicación que los hombres han construido su identidad de género en oposición a la identidad femenina (Acuña-Ruiz, y Oyuela, 2006), constituyendo así la homofobia uno de los principales instrumentos de control de la masculinidad tradicional y del patriarcado (Schongut, 2012; Welzer-Lang, 2001).

Teorías explicativas de la homofobia

El prejuicio ha sido un tema que ha interesado a la Psicología prácticamente desde sus inicios, por lo que hay numerosas teorías explicativas al respecto. En este apartado se referencian algunas de las más importantes. No se pretende hacer una revisión exhaustiva de las causas del prejuicio, pero sí entender el origen de los procesos psicológicos y psicosociales que pueden llevar a una persona a tener actitudes negativas hacia otros grupos, en particular hacia el colectivo homosexual.

A finales de los años 30 y a lo largo de los 40 surgieron una serie de teorías de corte individual influidas por la perspectiva psicoanalítica. Éstas conciben el prejuicio como el resultado de la utilización de mecanismos de defensas inconscientes y universales que permiten al individuo desviar y descargar cualquier conflicto interno hacia los exogrupos y minorías. Sobre esta base aparecen, por ejemplo, la *teoría del chivo expiatorio* (Allport, 1954) o la *teoría de la personalidad autoritaria* (Adorno, Frenkel-Brunswik, Levinson, & Sanford, 1950). Estas propuestas fueron sometidas a numerosas críticas, especialmente por la infravaloración del papel de los factores sociales y culturales. Estos aspectos, precisamente, fueron los centrales en las teorías propuestas en la década de los 60 y 70, que localizan la raíz del prejuicio en las interacciones inter-grupales. Entre ellas, destacan la *teoría del conflicto realista* (Sherif, 1966) y la *teoría del aprendizaje social* de Bandura (1997). Según la primera, la homofobia aparece como consecuencia del conflicto de intereses (esto ha podido verse en la batalla por la posesión de la palabra “matrimonio” entre familias tradicionales-religiosas y homosexuales en los países donde se ha legalizado el matrimonio entre personas del mismo sexo). Siguiendo la segunda, la homofobia procede de la influencia de numerosos agentes sociales (i.e. padres, escuela, iguales, medios de comunicación) que intervienen en el proceso de socialización del individuo y que se encargan de transmitir valores y de reforzarlos. En este sentido, la televisión

ha jugado un importante rol en la visibilización y definición de la homosexualidad, lo cual ha roto algunos estereotipos y generado otros (Ahmad, & Bhugra, 2010).

Otra orientación explicativa es la sociocognitiva, que propone que los mecanismos de procesamiento de información están estructurados de tal forma que pueden, por sí mismos, dar lugar a la percepción estereotipada de los grupos. Por ejemplo, Tajfel (1984) defiende que los estereotipos surgen del proceso de categorización e introducen simplicidad y orden donde hay complejidad y variación. Así, en el momento en que categorizamos a una persona como “homosexual” aumentará su parecido con los otros miembros de dicha categoría y las diferencias entre esa persona y las de la categoría “heterosexual”. Una línea de investigación muy prolífica dentro de esta orientación es el estudio del *sesgo de correlación ilusoria* (Hamilton, 1981), mecanismo cognitivo por el cual aparece una correlación entre la pertenencia a un grupo y un atributo determinado. Así, los aspectos llamativos de ambos fenómenos se asocian con fuerza y quedan fuertemente fijados en la memoria, de tal manera que la segunda o tercera vez que oigamos una noticia parecida generará un efecto de correlación ilusoria. Un ejemplo de este fenómeno se observa en la sobrevaloración de la relación entre VIH y el colectivo homosexual, tal y como pone de manifiesto el estudio de Meneghin (1996) con estudiantes universitarios de Brasil.

Posteriormente surgen algunos intentos de integración de las teorías. La más destacada es la *Teoría de la Identidad Social* (TIS) (Tajfel, 1984). Ésta plantea que no es necesario el conflicto de intereses para que se produzca una asimetría en la evaluación de los grupos y la discriminación intergrupala, puesto que la mera categorización en grupos distintos producirá una acentuación de las diferencias, de modo que aparece el favoritismo endogrupal y los prejuicios negativos hacia el exogrupo. El contenido del estereotipo sirve para apoyar la creencia en la superioridad del propio grupo y sus valores, así como para justificar la agresión hacia el exogrupo o su situación de desventaja. Esto podría explicar la homofobia hacia familias

homoparentales por parte de personas tradicionales-religiosas, dado que implicaría un cambio en sus valores fundamentales sobre la familia y la moralidad. En esta línea aparece la *teoría de la dominancia social* (Sidanius, Levin, Liu, y Pratto, 2000), que postula que toda sociedad se organiza en torno al principio de ordenación jerárquica entre los grupos que la constituyen. Así, la homofobia justificaría la desigualdad social y los grupos dominantes heterosexuales disfrutarían de los privilegios que le ofrece su posición “dominante”.

Una vez señaladas las teorías explicativas de la homofobia, hay que resaltar que estas explicaciones no son una forma posible de justificar su existencia, sino la base para comprenderla y erradicarla, dado que la homofobia tiene serias consecuencias para aquellas personas que las sufren, para su entorno y para la sociedad en general (Gastelum, 2005; Ortiz, 2004).

Principales escenarios de discriminación y propuestas para la intervención

En palabras de López (2006) “los homosexuales sólo tendrán dificultades si la familia, la escuela y la sociedad se las crea” (p. 25). Esta afirmación es quizá demasiado arriesgada, pero es cierto es que encuentran numerosas barreras y dificultades en niveles que superan al individual. Por ello, a continuación se hará un recorrido por todos aquellos contextos o niveles ecológicos en los que aparece la homofobia, señalando sus consecuencias y las posibles líneas de acción que el campo de la Psicología ofrece para combatirla.

Nivel individual: De la homofobia internalizada a la resiliencia

La investigación sugiere que las personas lesbianas, gays y bisexuales tienen un mayor riesgo de presentar problemas de salud mental en comparación con sus homólogos heterosexuales (Cochran, Sullivan, & Mays, 2003), encontrando como causas principales la internalización de la homofobia (Newcomb, & Mustanski, 2010).

La homofobia internalizada puede definirse como la integración de las actitudes homofóbicas de la sociedad en el individuo no heterosexual (Meyer, 2003). Esta no solo implica tener actitudes negativas hacia la propia orientación sexual, sino mantener actitudes globales negativas hacia la homosexualidad, la incomodidad con la divulgación de la orientación sexual de los demás, la desconexión de otras personas homosexuales y el malestar con la actividad sexual entre personas del mismo sexo (Newcomb, & Mustanski, 2010). A través de estas ideas, se genera una disonancia entre lo que la persona es y lo que cree que debería ser, que lleva a las personas homosexuales a desarrollar un autoconcepto negativo y una baja autoestima (Ortiz-Hernández, 2005).

La homofobia internalizada puede entenderse dentro de la conceptualización del “estigma” de Allport (1954), definido como reacciones defensivas ante el prejuicio que la persona expresa de forma externa (i.e. preocupación obsesiva por la característica estigmatizante, rebelión contra el estigma) o interna (i.e. auto-denigración, identificación con las creencias del agresor). Este marco podría explicar comportamientos como reprimir o negar la orientación homosexual, el llevar una doble vida o la ocultación de la orientación sexual. En este sentido, la ocultación puede conllevar impactos psicológicos negativos como un elevado nivel de ansiedad, un estado de alerta constante y un sentimiento de aislamiento y malestar por el encubrimiento de la identidad (Goffman, 1998). El ocultamiento no permite la expresión natural y libre de las personas y reafirma su concepción de que la homosexualidad es una condición inferior a la heterosexual que debe mantenerse en secreto por el propio bien o el de los demás (de la familia, sobre todo), dañando así su autoestima y su calidad de vida (Ceará, & Dalgarrondo, 2010).

Por todo ello, la expresión de la homofobia internalizada es una consideración importante, especialmente, para los profesionales socio-sanitarios que trabajan con población no heterosexual, dado que las estrategias terapéuticas son las más

utilizadas en estos casos. Safren y Rogers (2001) señalan, entre sus directrices para la terapia cognitivo-conductual con dicha población, que las actitudes negativas de la sociedad pueden afectar tanto el contenido de las distorsiones cognitivas como el refuerzo negativo de las conductas desadaptativas (por ejemplo, el aislamiento social y las expectativas de rechazo).

No obstante, se debe señalar que, aunque las personas homosexuales pueden sufrir daños derivados de la homofobia, la mayoría son un ejemplo de resiliencia y superación, dado que afrontan esta situación de una forma positiva (Gómez, 2009). Muchas personas ofrecen respuestas resilientes, manteniendo un equilibrio estable sin que la homofobia afecte a su rendimiento y a su vida cotidiana; otras sufren sus consecuencias negativas y se recuperan con el tiempo de forma natural y positiva, aprendiendo de lo negativo, haciéndose fuertes y mejorando como personas, lo que se conoce como florecimiento postraumático (Vera, Carbelo, y Vecina, 2006). En este sentido, desde el campo de la psicología se debe ampliar y reconducir el estudio de la respuesta ante la homofobia desde modelos positivos, centrados en la salud y la prevención, que faciliten la recuperación y el crecimiento personal.

Por otra parte, como ya se ha mencionado, la homofobia no sólo afecta negativamente a las personas que la padecen, sino también a las que la generan. Gómez (2009) recoge como principales consecuencias: (a) la limitación de los roles de género para muchas personas, disminuyendo su capacidad de expresión y creatividad, (b) el impedimento del desarrollo de vínculos de mayor intimidad entre personas del mismo sexo (especialmente entre varones), (c) la inhibición de la capacidad de apreciar la riqueza de la diversidad y (d) la desacreditación de los logros de los grupos marginados. Esto, por tanto, se extiende a la sociedad en su conjunto y limita el desarrollo de sus ciudadanos. Pettijohn y Walzer (2008) señalan algunas estrategias útiles para que las personas homofóbicas logren reducir este tipo de prejuicio. Primero las de corte terapéutico basadas en el reconocimiento de las contradicciones e ideas

irracionales. Segundo, los enfoques inter-grupales basados en el contacto y el conocimiento de otros grupos para aceptar y valorar la diversidad. Tercero, las técnicas que trabajan sobre la hipocresía, asociando la homofobia a sentimientos desagradables y de culpabilidad. Y finalmente, las técnicas educativas que amplían el registro cognitivo y comportamental de las personas, alejándolos de actitudes extremistas. Concretamente, en su estudio se corrobora la eficacia de un programa educativo a través de un curso sobre prejuicio en estudiantes universitarios.

La familia: un obstáculo o un apoyo

Es habitual que los padres y madres se sientan mal y tengan miedo ante la posibilidad de que sus hijos/as sean homosexuales o bisexuales (López, 2006). La Asociación de mares i pares de gais y lesbianas (AMPIL) recoge un planteamiento que ayuda a comprender la posición de estos. Señalan que las familias dan por hecho la heterosexualidad de sus hijos/as, por lo que es frecuente que se desconcierten al descubrir que no es así, entrando en un estado de confusión y culpabilidad (AMPIL, cit. en Platero, y Gómez, 2007). Una vez se acepta la realidad, lo habitual y positivo es que vuelvan a ver su hijo/a como tal, pues no cambia nada en ellos/as a parte de la etiqueta que le pongan. La AMPIL también expone algunas de las principales preocupaciones de los padres y madres de adolescentes homosexuales y bisexuales, como son (Platero, y Gómez, 2007): (a) pensar que el desarrollo de sus hijos/as será diferente al de sus compañeros/as y que serán rechazados/as; (b) no saber si hablar de ello, pues por una parte tienen la necesidad de hacerlo, pero por otra, prefieren mantenerlo oculto - al menos al inicio-; (c) el temor a que cambie la familia y no saber cómo tratar ahora a sus hijos/as; (d) no saber cómo ayudar a sus hijos/as en su desarrollo, agravándose miedos como los tipos de amistades o ambientes donde se moverán; (e) sentimientos de inseguridad o decepción con respecto a los hijos/as dado que no seguirán sus expectativas.

El primer trabajo que habría que hacer en las familias es analizar por qué aparecen esos miedos o el rechazo. López (2006) señala como posibles causas: (a) la propia homofobia de los padres, (b) el temor a las consecuencias negativas que puedan sufrir sus hijos/as y su familia, (c) la renuncia a las expectativas que tenían respecto a sus hijos/as y a su proyecto de descendencia y (d) el miedo al rechazo social. El paso posterior que deberán dar es comprender que el rechazo hacia la homosexualidad no es una opción, pues implica el rechazo de sus hijos como personas y puede conllevarles graves consecuencias (López, 2006). Para trabajar todo ello es fundamental que los padres y madres interioricen que su familia puede convertirse en el principal factor de protección con el que pueden contar sus hijos/as ante los problemas que encuentren. Igualmente, deben asumir que sus hijos/as se definen en muchas dimensiones, no sólo según su orientación sexual. Especialmente, que al desvelar su orientación sexual lo único que debería cambiar en la familia es el grado de intimidad y confianza, que pasa a ser mayor. En este sentido, muchos chicos/as ocultan su homosexualidad a su familia y cabría explorar por qué. Pichardo (2009b) propone que con los valores dominantes socialmente no es suficiente con que una persona homosexual en su casa no escuche comentarios homófobos, pues tenderá a pensar que lo rechazarán, aunque no sea real. Esta es la consecuencia de la opresión internalizada, por ello, es recomendable que se haga explícita la aceptación y el respeto hacia cualquier orientación sexual.

Asimismo, una vez que los padres integren la noticia, habría que apoyar el bienestar familiar, dando pautas para que mantengan y mejoren sus relaciones, potenciando la comunicación y las actividades comunes (especialmente de ocio). López (2006) propone para ello (a) la aceptación incondicional de sus hijos/as, valorándolos positivamente y dándole afecto; (b) el mantenimiento de relaciones cálidas y vías de comunicación abiertas; (c) estar disponibles y accesibles; (d) no mostrar actitudes de rechazo o disgusto; (e) no manifestar la preferencia porque sean heterosexuales; (f) no

poner en duda su orientación e intentar cambiarla; (g) no pedirles que lo oculten y (h) aceptar a sus parejas.

Un sitio idóneo para trabajar todas estas cuestiones sería en escuelas de padres y madres o en asociaciones, donde no sólo se trabajaría de forma individual con los padres, sino que se potenciaría el desarrollo de una red informal de apoyo entre ellos, con la que poder compartir preocupaciones y experiencias.

Los contextos educativos: la educación contra el bullying homofóbico

A pesar de que entre los fines del sistema educativo se encuentran el ejercicio de la tolerancia y de la libertad, las expresiones de homofobia son frecuentes en los contextos educativos (Gómez, 2009). Tanto es así, que se ha conceptualizado el bullying homofóbico (Rivers, 2001), que describe el ejercicio de poder físico o psicológico que ejerce un igual sobre el otro, rompiendo el equilibrio de la relación entre ellos y convirtiendo al que lo sufre en una víctima habitual. Se produce así una situación de violencia física y/o psicológica que afecta a todas las personas que la viven. La homofobia en el contexto escolar presenta una serie de especificidades frente a otros tipos de acoso escolar que la hacen más peligrosa si cabe y difícil de combatir. Aquí se hace invisible y está normalizada, lo que deriva en situaciones de exclusión y violencia, la opresión y pérdida de apoyo de las víctimas y la legitimación de las desigualdades (Pichardo, 2009b). La relevancia de atender a este escenario se debe también a la extrema vulnerabilidad de las víctimas, que en su mayoría aún no han consolidado su identidad y son muy dependientes del grupo y de la aceptación social, a lo que se une que a veces no tienen el apoyo parental. Es más, los agresores están también en un periodo de desarrollo, por lo que aún no han integrado suficientemente los prejuicios y la intervención sobre ellos puede ser más efectiva.

En España, el grupo de Pichardo y colaboradores (Generelo, y Pichardo, 2005; Pichardo, 2009a; Pichardo 2009b; Gallofré, Generelo, y Pichardo, 2008) ha estudiado

el bullying homofóbico, encontrando los siguientes resultados: (a) los centros educativos no son lugares seguros para los/as adolescentes homosexuales o que no responden a las expectativas de género; (b) la mayor parte de los/as adolescentes homosexuales han vivido situaciones de agresión o marginación a causa de su orientación sexual o su identidad de género; (c) en torno a un 30% de alumnos varones presentan actitudes homófobas, siendo la respuesta femenina ante la diversidad afectivo-sexual más positiva; (d) las adolescentes lesbianas son especialmente vulnerables al acoso sexual.; (e) existen muy pocos referentes de figuras públicas de orientación sexual no heterosexual; (f) los jóvenes que tienen referentes directos de personas no heterosexuales tienen actitudes mucho más abiertas y respetuosas con esa realidad y (g) la diversidad sexual está invisibilizada en los centros educativos y el lenguaje que se emplea en es totalmente heteronormativo. Además, encuentran en el alumnado numerosos estereotipos, especialmente relacionados con la normalización de la homofobia (i.e. “Lo más común es que la gente mayor no lo vea bien”), la censura de la visibilización (i.e. “Están de moda, hay más que antes. Como sigamos así, hasta yo...”), los roles de género (“Los gays son más comprensivos, sensibles, tolerantes”; “Se les nota, tienen Pluma”) o el miedo al contagio del estigma (i.e. “Si empiezan a insultar a tu amiga, te separas de ella porque si no te insultan a ti”; “No iría con un amigo con mucha pluma porque pensarían que sería gay”).

Por otra parte, algo que también es alarmante es la prevalencia de actitudes homófobas en estudiantes universitarios (Campo-Arias, y Herazo, 2008; Cárdenas y Barrientos, 2008; España y otros, 2001), dado que representan parte de la sociedad y los profesionales del futuro. Es ilusorio pensar que por ser universitarios deben tener una mentalidad abierta alejada de prejuicios. Por ello, se debe trabajar para combatir la homofobia del alumnado en todos los niveles educativos.

Ante este panorama, la mejor herramienta para combatir la homofobia en contextos educativos, además de los programas preventivos contra el bullying homofóbico, es una educación general basada en fomentar valores como la tolerancia, apoyada por programas de educación afectivo-sexual integrales que respondan las necesidades de todo el alumnado el profesorado, las entidades educativas y la sociedad en general. Gil y Alcocer (1999) consideran que la educación en valores que promuevan la tolerancia y la diversidad debe abarcar cuestiones fundamentales tales como (a) saber asumir las diferencias, en lugar de buscar similitudes; (b) hacer énfasis en la descripción, en vez de en valoraciones; (c) aceptar los valores ajenos, en lugar de imponer los propios; (d) establecer un trato personalizado, en lugar de sobregeneralizar y (e) fomentar una relación espontánea, en lugar de emplear estereotipos y prejuicios. El problema es que estas cuestiones aparecen en los planes de estudio como contenido transversal, quedando condicionada al resto de contenidos específicos de cada materia, al tiempo o a la arbitrariedad del centro o la motivación del docente. Por su parte, la educación afectivo-sexual, en muchos casos, aparece en forma de charla informativa -más que formativa- sobre sexualidad heteronormativa, muy centrada en la fisiología del acto reproductor y en el uso de anticonceptivos. De esta forma, se invisibiliza la diversidad sexual y puede favorecer la homofobia internalizada o no ofrecer respuestas específicas a los/as adolescentes homosexuales. Por tanto, se hace necesaria una educación afectivo-sexual integral, adaptada y útil, que reconozca la diversidad y fomente las relaciones y la empatía entre personas con diferentes orientaciones sexuales (Platero, y Gómez, 2007), que partiera de los colegios, institutos y universidades pero que llegara también al resto de la sociedad. Una inestimable labor en este sentido, es desarrollada por la *Fundación Todo Mejora (Chile)* (2013). Esta fue constituida en Chile en 2011 como una forma de llevar el mensaje de esperanza transmitido por *Gets Better Project* en lengua española, ampliando su foco a de actuación a Latino América, España y Portugal. *Todo Mejora*

tiene como objetivos prevenir el bullying homofóbico y el suicidio de los/as adolescentes lesbianas, gays, bisexuales y trans. Para ello, lleva a cabo programas preventivos contra la homofobia y ofrece apoyo y ayuda a jóvenes con dificultades debido a su orientación sexual a través de su página web.

El contacto intergrupual y el empoderamiento como bases de actuación

Rescatando algunas teorías psicológicas sobre el prejuicio, encontramos propuestas para modificarlo como la famosa “hipótesis de contacto” (Allport, 1954), según la cual el contacto reduce la tensión entre los grupos porque posibilita un mejor conocimiento y una mutua comprensión y aceptación. Sin embargo, Stephan (1978) detectó que, aunque el contacto es una condición necesaria, no era suficiente para producir la disminución del prejuicio y discriminación: el contacto debe ser frecuente, prologando y cercano, orientado hacia la cooperación o logro de una meta común, con el apoyo explícito de autoridades e instituciones y entre grupos de igual o parecido estatus y poder. Estas indicaciones, especialmente la última, suele no aparecer en muchas sociedades, donde el colectivo homosexual viven en una situación de desigualdad, más o menos manifiesta.

En pro de la recuperación del poder y la igualdad sociopolítica, se pueden realizar intervenciones comunitarias basadas en el empoderamiento de los colectivos discriminados (junto con la alianza del resto de la comunidad). El empoderamiento implica que las personas en situaciones de opresión tomen el poder de decisión sobre sus propias vidas y la capacidad de participación democrática en las sociedades en las que viven (Rappaport, 1987). El empoderamiento del colectivo homosexual se centraría, por una parte, en ganar autoconfianza y autodeterminación y, por otra, en el fortalecimiento de la organización del colectivo para que luche democráticamente contra la discriminación. Lo sustancial de este tipo de intervenciones es que se confía en los propios recursos y potencialidades de las personas y colectivos, potenciándolos

de manera que puedan afrontar y enfrentarse a problemas venideros por sí mismos (Garrido, Luque, y García-Ramírez, 2013). Además, es reconocido que el grupo minoritario puede fortalecerse para combatir las agresiones del grupo mayoritario. En palabras de (1989, p. 5), “cada grupo minoritario deberá implicarse activamente en una lucha que le lleve a afirmar y a recibir reconocimiento de su propia identidad (...) los grupos privados de derechos fundamentales deben confiar antes que nada en sus propios recursos y luchar por sí mismos para demostrar su determinación y no caer en posturas de subordinación”.

El colectivo homosexual ha avanzado bastante en las últimas décadas en los procesos de empoderamiento grupal. De hecho, el concepto “gay” surgió a partir de los años sesenta en EEUU dentro de una conducta reivindicativa y una disposición a expresarse más abiertamente en la sociedad, donde este grupo se identificaba ya a sí mismo como una poderosa minoría capaz de actuar colectivamente en favor de sus derechos. La década de los setenta, conocida como época de la revolución sexual, estuvo caracterizada por grandes avances, donde destacan la derogación de leyes discriminatorias y la visibilización del colectivo homosexual (Gastelum, 2005). Actualmente, existen numerosas asociaciones o entidades que continúan con este trabajo. Uno de los ejemplos más representativos es la *International Lesbian, Gay, Bisexual, Trans and Intersexual Association [ILGA]* (2009), una federación fundada en 1978 en Inglaterra dedicada a promover la defensa de la igualdad de derecho para lesbianas, gays, bisexuales y transgéneros de todo el mundo. La ILGA reúne entre sus miembros a más de 650 organizaciones de alrededor de 90 países oriundos de todos los continentes.

Nivel macrosocial: leyes, medios de comunicación y otros entes influyentes

Según un informe presentado por la Asociación Internacional de Gays y Lesbianas (ILGA) en 2009 (Ottosson), la homosexualidad es ilegal en 76 países y castigada con

pena de muerte en Irán, Mauritania, Arabia Saudí, Sudán y Yemen y en algunos lugares de Nigeria y Somalia. En contraposición, actualmente son catorce en todo el mundo los países que reconocen el matrimonio homosexual. Estos son Holanda, (2001), Bélgica (2003), España y Canadá (2005), Sudáfrica (2006), Noruega (2009), Suecia (2009), Portugal y Argentina y México D. F. (2010), Dinamarca (2012) y Uruguay, Nueva Zelanda y Francia (2013); además de algunos estados de Estados Unidos. Si se observase un mapa sobre el estado de los derechos LGTB, se apreciaría que hay más derechos reconocidos en Europa y menos reconocimiento unido a mayor persecución homofóbica en África (Ottosson, 2009). Por lo que la labor de cooperación internacional y proyectos internacionales cobran una especial relevancia en este tema. Asimismo, las políticas y discursos estatales juegan un rol fundamental en la normalización de la vida del colectivo homosexual. Pereira, Monteiro y Camino (2009) analizaron la influencia de normas sociales anti-homofóbicas en la expresión del prejuicio contra los homosexuales, encontrando que en condiciones donde la presión de la norma era directa y mayor, los participantes mostraban menos emociones negativas y más emociones positivas hacia homosexuales. Por otra parte, Schongut (2012) propone el estudio de la sociedad desde una perspectiva de género como forma de análisis de las desigualdades sociales, de sus procesos y prácticas, que continúan reproduciendo el modelo de dominación machista y –añadimos- heteronormativo. Una buena práctica al respecto es el programa *Brasil sin homofobia* (BSH) que el gobierno brasileño de Lula da Silva instauró en 2004, todo un reflejo de la consolidación de avances políticos, sociales y legales (Brasil. Consejo Nacional de Combate a la Discriminación, 2004). BSH tiene cuatro objetivos principales: (a) fortalecer instituciones no gubernamentales públicas que promueven la ciudadanía homosexual y el combate a la homofobia; (b) capacitar a profesionales y representantes del movimiento homosexual; (c) divulgar información para fomentar la

autoestima en personas LGBT y (d) promover denuncias por violaciones de derechos humanos contra personas de este colectivo.

En la integración de las políticas y normas sociales los medios de comunicación juegan un papel fundamental, especialmente en la visibilización del colectivo y el fomento de la igualdad (Ahmand, y Bhugra, 2010). Cada vez es más habitual encontrar personas o personajes homosexuales en la televisión o el cine, lo que hace familiarizarse a los espectadores, aunque a veces son visiones estereotipadas de la homosexualidad. Sería muy positivo si se realizasen campañas televisivas que dibujasen la diversidad sexual de las sociedades actuales, favoreciendo la empatía y desmitificando ideas erróneas.

Como indican Generelo y Gimeno (1999), mientras en la sociedad no se reconozca explícitamente la existencia de esta realidad no sólo se estará fustigando miserablemente a una parte importante de la población –en España tal vez unos 4 millones de ciudadanos-, sino que la sociedad entera seguirá fomentando en su interior valores injustos, incompatibles a la larga con un Estado de Derecho, con una democracia, con una sociedad en la que se reconozca realmente la igualdad de todos y todas.

Conclusión

Como se ha expuesto en este artículo, la Psicología tiene una larga tradición en el estudio del prejuicio, ofreciendo un marco idóneo para comprender, prevenir y erradicar la homofobia en los diferentes escenarios donde aparece. Asimismo, la homofobia es un problema multifacético, por lo que se debe intervenir a través de diferentes orientaciones y a distintos niveles. En este artículo se han ofrecido desde estrategias a nivel individual y/o familiar con aquellas personas que hayan sufrido las consecuencias negativas de la homofobia -en su mayoría homosexuales o familiares. Para ello destacan estrategias terapéuticas o de orientación psicológica, así como de

prevención terciaria y secundaria, especialmente para combatir la homofobia internalizada. Por otra parte, podría trabajarse a un nivel de corte más psicosocial, a través de estrategias preventivas del prejuicio sexual o del bullying homofóbico, así como de promoción de la igualdad y la tolerancia hacia la diversidad sexual. En este sentido, destacan la educación en valores, la educación afectivo-sexual y las campañas de sensibilización, prevención y promoción. La sensibilización es fundamental en este campo, ya que el discurso homofóbico circula en la cotidianeidad, formando parte del sentido común de muchas personas y de los mensajes habituales de los medios de comunicación, por lo que todos formamos parte de esas estructuras que producen el discurso y que también lo reproducen (Sevilla, y Álvarez, 2006). Asimismo, es necesario adoptar una perspectiva comunitaria para fomentar el empoderamiento y el trabajo conjunto de los colectivos homosexuales. Finalmente, el Estado determina las leyes y las políticas que regulan la vida de las personas homosexuales, estableciendo las normas sociales que regulan la expresión de la homofobia (Pereira *et al.*, 2009).

De la complejidad del asunto y la multiplicidad de estrategias de intervención se deduce la necesidad de trabajar de manera interdisciplinar y conjuntamente con todos los agentes sociales para conseguir demoler la homofobia. Y para ello, el primer paso es, necesariamente, revisar y eliminar los propios prejuicios, puesto que, como indica Pichardo (2009a), la tolerancia hacia la diversidad sexual que predomina en el discurso de muchas sociedades actuales, es más una apariencia que una interiorización del respeto hacia lo diferente, pues todas las personas estamos socializadas en la homofobia y en el sexismo. Por ello, es fundamental que, antes de actuar reconozcamos los restos de estas actitudes en nosotros y nosotras para desprendernos de ellos.

En definitiva, ante la situación descrita en este artículo, se hace fundamental realizar intervenciones interdisciplinares y a diferentes niveles que impliquen no sólo a los

afectados y afectadas, sus familias y al profesorado, sino también a las instituciones, a las autoridades, a los medios de comunicación y, en definitiva, a la sociedad en su conjunto. Pues la lucha contra la homofobia es una responsabilidad social y sólo trabajando conjuntamente se podrá conseguir una sociedad justa y libre para toda la ciudadanía.

Referencias

- Acuña-Ruiz, A. y Oyuela, R. (2006). Diferencias en los prejuicios frente a la homosexualidad masculina en tres rangos de edad en una muestra de hombres y mujeres heterosexuales. *Psicología desde el Caribe*, 18, 58-88.
- Adorno, T., Frenkel-Brunswik, E., Levinson, D. & Sanford, R. (1950). *The Authoritarian Personality*. Nueva York: Norton.
- Ahmad, S. & Bhugra, D. (2010). Homophobia: an updated review of the literature. *Sexual and Relationship Therapy*, 25(4), 447-455.
- Allport, G. (1954). *The nature of prejudice*. Cambridge: Addison-Wesley.
- American Psychiatric Association (Arlington). (1973). *Homosexuality and Sexual Orientation Disturbance: Proposed Change in DSM-II* (6th ed.). Arlington: American Psychiatry Association
- Apfelbaum, E. (1989). Relaciones de dominación y movimientos de liberación. Un análisis del poder entre los grupos. En J. Morales y C. Huici (Eds.), *Lecturas de Psicología Social*. Madrid: UNED.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy. The exercise of control*. New York: Freeman.
- Borrilo, D. (2001). *Homofobia*. Barcelona: Ballatuerca.
- Brasil. Ministerio de Salud. Consejo Nacional de Combate a la Discriminación. (2004). *Brasil Sin Homofobia: Programa de combate a la violencia y la discriminación contra GLTB y promoción de la ciudadanía homosexual*. Brasilia: Ministerio de Salud.

- Campo-Arias, A. y Herazo, E. (2008). Homofobia en estudiantes de medicina: una revisión de los diez últimos años. *Medicina UNAB*, 11(2), 120-123.
- Cárdenas, M. y Barrientos, J. (2008). Actitudes Explícitas e Implícitas hacia los Hombres Homosexuales en una Muestra de Estudiantes Universitarios en Chile. *Psyche*, 17(2), 17-25.
- Ceará, A. & Dalgarrondo, P. (2010). Mental disorders, quality of life and identity in middle-age and older homosexual adults. *Revista de Psiquiatría Clínica*, 37, 118-123.
- Cochran, S., Sullivan, J., & Mays, V. (2003). Prevalence of mental disorders, psychological distress, and mental health services use among LGB adults in the United States. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 71, 53–61.
- Costa, A., Peroni, R., Bandeira, D. & Nardi, H. (2013). Homophobia or sexism? A systematic review of prejudice against nonheterosexual orientation in Brazil. *International Journal of Psychology*, 48(5), 900-909.
- Dovidio, J. F. (2001). On the nature of contemporary prejudice: The third wave. *Journal of Social Issues*, 57, 829-849.
- España, A., Guerrero, J., Farré, J., Canella-Soler, R., y Abós, A. (2001). La homofobia en el medio universitario. Un estudio empírico. *Cuadernos de Medicina Psicosomática y Psiquiatría de Enlace*, 57, 41-55.
- Gallofré, G., Generelo, J. y Pichardo, J. (2008). *Adolescencia y sexualidades minoritarias: voces desde la exclusión*. Madrid: Alcalá.
- Garrido, R., Luque, V. y García-Ramírez, M. (2013). La Investigación Acción Participativa como Estrategia de Intervención Psicosocial. En J. Buadés (Ed). *Manual de intervención comunitaria en barrios* (pp. 102-122). Valencia: Centro de Estudios para la Integración Social y Formación de Inmigrantes (CeIMigra).
- Recuperado de

http://www.ceimigra.net/observatorio/images/stories/luis_pdf/Manual_de_intervencion_comunitaria_en_barrios_2.pdf

Gastelum, I. (2005). Una aproximación a la homofobia desde un recorrido histórico.

Revista d'estudis de la violencia, 1.

Generelo, J. y Gimeno, B (1999). *La orientación sexual en el sistema educativo español : la problemática de las jóvenes lesbianas y los jóvenes gays en los centros de enseñanza*. Madrid: Colectivo de Gays y Lesbianas de Madrid.

Recuperado

de

http://www.cogam.org/_cogam/archivos/1437_es_La%20orientaci%C3%B3n%20sexual%20en%20el%20Sistema%20Educativo%20Espa%C3%B1ol.pdf

Generelo, J. y Pichardo, J. (2005). *Homofobia en el sistema educativo*. Madrid: COGAM.

Gil, F. y Alcocer, C. (1999). *Introducción a la Psicología de los Grupos*. Madrid: Pirámide.

Goffman, E. (1998). *Estigma: la identidad deteriorada*. México: Amorrortu.

Gómez, A. (2009). Adolescentes gays y lesbianas frente a la homofobia. En J. Pichardo (Ed.), *Adolescentes ante la diversidad sexual. Homofobia en los centros educativos*. Madrid: Catarata.

Hadler, M. (2012). The influence of world societal forces on social tolerance. A time comparative study of prejudices in 32 countries. *The sociological Quarter*, 53(2), 211-237.

Hamilton, D. (1981). Stereotyping and intergroup behavior: Some thoughts on the cognitive approach. En D. Hamilton (Ed.), *Cognitive processes in stereotyping and intergroup behavior* (pp. 333-353). New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.

Herek, G. (2000). The Psychology of Sexual Prejudice. *Current Directions in Psychological Science*, 9(1), 19-22.

- López, F. (2006). *Homosexualidad y familia. Lo que los padres, madres, homosexuales y profesionales deben saber y hacer*. Barcelona: GRAÓ.
- Meertens, R., & Pettigrew, T. (1997). Is subtle prejudice really prejudice? *Public Opinion Quarterly*, 61, 54-71.
- Meneghin, P. (1996). Living between fear of contagion and the symbolic meanings of HIV/AIDS: The shadow of contemporary hopelessness. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 30, 399–415.
- Meyer, I. (2003). Prejudice, social stress, and mental health in lesbian, gay, and bisexual populations: Conceptual issues and research evidence. *Psychological Bulletin*, 129, 674–697.
- Mirabet i Mollol, A. (1985). *Homosexualidad hoy*. Barcelona: Herder.
- Newcomb, M. & Mustanski, B. (2010). Internalized homophobia and internalizing mental health problems: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, 30, 1019–1029.
- Ortiz, L. (2004). La opresión de minorías sexuales desde la inequidad de género. *Política y Cultura*, 22, 161-82.
- Ortiz-Hernández, A. (2005). Influencia de la opresión internalizada sobre la salud mental de bisexuales, lesbianas y homosexuales de la Ciudad de México. *Salud Mental*, 28(4), 49-65.
- Ottosson, D. (2009). *Homofobia de Estado. Un informe mundial sobre las leyes que prohíben la actividad sexual con consentimiento entre personas adultas*. Recuperado de http://www.feim.org.ar/strategiesfromthesouth/pdf/ILGA_Homofobia_de_estado_Mayo_2009.pdf
- Pereira, A., Monteiro, M. & Camino, L. (2009). Social norms and prejudice against homosexuals. *Spanish Journal of Psychology*, 12(2), 576-584.

- Pettijohn, T. , & Walzer, A. (2008). Reducing racism, sexism, and homophobia in college students by completing a psychology prejudice course. *College Student Journal, 42*, 459-468.
- Pichardo, J. (2009a). (Homo)sexualidad y familia: cambios y continuidades al inicio del tercer milenio. *Política y Sociedad, 46(1,2)*, 143-160.
- Pichardo, J. (2009b). Homofobia y acoso escolar. En J. Pichardo (Ed.). *Adolescentes ante la diversidad sexual. Homofobia en los centros educativos*. Madrid: Catarata.
- Platero, R. y Gómez, E. (2007). *Herramientas para combatir el bullying homofóbico*. Madrid: Talasa.
- Rappaport, J. (1987). Terms of Empowerment/Exemplars of Prevention: Toward a Theory for Community Psychology. *American Journal of Community Psychology, 15(2)*, 121-147.
- Rivers, I. (2001). The bullying of sexual minorities at school: Its nature and long-term correlates. *Educational and Child Psychology, 18*, 32-46.
- Safren, S., y Rogers, T. (2001). Cognitive-behavioral therapy with gay, lesbian, and bisexual clients. *Journal of Clinical Psychology, 57*, 629–643.
- Schongut, N. (2012). La construcción social de la masculinidad: poder, hegemonía y violencia. *Psicología, Conocimiento y Sociedad, 2(2)*, 27-65.
- Sevilla, M., y Álvarez, N. (2006). Normalización del discurso homofóbico: Aspectos bioéticos. *Acta Bioética, 12(2)*, 211-217.
- Sherif, M. (1966). *Group conflict and cooperation: The Robber's cave experiment*. London: Routledge y Kegan Paul.
- Sidanius, J., Levin, S., Liu, J., y Pratto, F. (2000). Social dominance orientation, antiegalitarianism, and the political psychology of gender: An extension and cross-cultural replication. *European Journal of Social Psychology, 30*, 41-67.

- Stephan, W. (1978). School desegregation: An evaluation of predictions made in Brown vs. Board of Education. *Psychological Bulletin*, 85, 217-238.
- Tajfel, H. (1984). *Grupos humanos y categorías sociales*. Barcelona: Herder.
- Todo Mejora (Chile). (2013). *Todo Mejora*. Recuperado de <http://www.todomejora.org/que-es-todo-mejora/>
- Vera, B., Carbelo, B. y Vecina, M. (2006). La experiencia traumática desde la psicología positiva: resiliencia y crecimiento postraumático. *Papeles del Psicólogo*, 1(27).
- Weinberg, G. (1972). *Society and the healthy homosexual*. New York: St. Martin's.
- Welzer-Lang, D. (2001). A construção do masculino: dominação das mulheres e homofobia. *Revista Estudos Feministas*, 9(2), 460-482.

Formato de citación

- Garrido, R., Morales, Z., (2014). Una aproximación a la Homofobia desde la Psicología. Propuestas de Intervención. *Psicología, Conocimiento y Sociedad*, 4(1), 90 - 115. Recuperado de <http://revista.psico.edu.uy/index.php/revpsicologia>
-