

PSICOLOGÍA CLÍNICA DE LA HOMOFOBIA

María del Mar González Giraldo

Camila Suárez Márquez¹

Resumen

Los prejuicios sobre la homosexualidad han existido y se mantienen a pesar de los actuales cambios sociales que posibilitan la visibilización de las personas con orientaciones sexuales diversas; por esta razón aún pueden verse diferentes actitudes y comportamientos que afectan y vulneran a la población LGBT. El presente artículo pretende hacer una revisión teórica sobre la homofobia, sus tipos, causas e implicaciones; y las alternativas existentes para su posible prevención desde la psicología clínica.

Palabras clave

Homofobia; homosexualidad; psicología clínica; salud mental; prevención.

Introducción

La psicología clínica actual, plantea como objeto de estudio la salud mental en diversos contextos. La salud mental se refiere a los recursos y potencialidades con las que cuenta una persona o colectivo en tres ámbitos: conductual, cognitivo y emocional-relacional, en relación al afrontamiento de los cambios y problemas de la cotidianidad; existen

¹ Estudiantes de pregrado en Psicología de la Universidad de Antioquia. Correos electrónicos: delmar.gonzalez@udea.edu.co camila.suarezm@udea.edu.co



diferentes modelos psicológicos desde los cuales se puede abordar la salud mental, entre ellos se encuentra la evaluación de los procesos psicológicos básicos y superiores, que dan cuenta de los niveles de funcionamiento cognitivo que a su vez influyen en los recursos mentales de cada persona o colectivo (Ley. 1616, 2013).

Por otro lado, la homofobia puede entenderse como la hostilidad conductual, cognitiva y/o afectiva hacia la orientación sexual de tipo homosexual, porque se concibe como contraria, anormal o inferior. Las personas que se sienten atraídas o tienen prácticas sexuales con individuos de su mismo sexo, son consideradas pecadoras, enfermas o desequilibradas; y en ocasiones se despojan de su condición de seres humanos (Garrido & Morales, 2014; Penna & Mateos, 2014).

En los últimos años los contextos socioculturales se han modificado de manera tal que se ha dado un avance en torno a las actitudes y percepciones de la diversidad sexual, sin embargo, siguen existiendo constructos prejuiciosos en torno a la comunidad LGBT (Lesbiana, gay, bisexuales y trans), los cuales tienen implicaciones en el ámbito personal, familiar y social de las personas con una orientación sexual diversa. Del mismo modo la psicología ha tenido una modificación en su concepción de las diversidades sexuales; desde 1973 la Asociación Americana de Psiquiatría eliminó la homosexualidad del Manual de Diagnóstico de los Trastornos Mentales (DSM-III) y a partir de esta modificación, las investigaciones e intervenciones psicológicas se han enfocado en la reducción de la homofobia y la protección de los derechos humanos, dejando de lado los enfoques dirigidos a la búsqueda de causas fisiológicas y psicológicas de la homosexualidad, que pretendían curarla o erradicarla (Garrido & Morales, 2014).



Teniendo en cuenta el cambio en las concepciones de la homosexualidad, la psicología clínica debe desarrollar métodos de evaluación, promoción y prevención enfocados en el fenómeno de la homofobia, con el fin de reducir su incidencia y sus posibles consecuencias.

En el presente artículo se pretende hacer una revisión sistemática de diferentes investigaciones y conceptualizaciones sobre la homofobia, con el fin de conocer aspectos relevantes de la problemática; esto permitirá evidenciar las causas del fenómeno de la homofobia, para planear procesos de evaluación y prevención adecuados y que tengan en cuenta tanto las limitaciones como las fortalezas que ofrecen los diferentes contextos en los que se percibe hostilidad hacia la diversidad sexual.

Definición, categorías y causas de la homofobia.

La homofobia se define como una actitud hostil hacia las personas homosexuales, que puede expresarse en formas de rechazo, violencia verbal o física; lo que limita el acceso de los homosexuales a sus derechos, reconocimientos, poder o prestigio (Garrido & Morales, 2014).

Algunos autores plantean que la homofobia también se manifiesta ante la confusión o trasgresión del constructo de género. Su función es legitimar la forma de relación y los roles de género dominantes en la sociedad, pues la homosexualidad se percibe como una amenaza a la concepción tradicional del mundo, según la cual, la heterosexualidad se representa como ordenada y estructurada, en contraste con la homosexualidad percibida como ambigua, incierta y anormal. Por tanto, la homofobia es planteada como una



estrategia cognitiva que busca reducir la ambigüedad y la incertidumbre, que son percibidas como amenazantes por el homofóbico (Rottenbacher, Espinosa & Magallanes, 2011).

Aunque se viene definiendo la homofobia como un concepto general, cabe hacer una categorización que permita especificar tipos, niveles y manifestaciones de la homofobia (Tabla 1). Los tipos de homofobia se refieren a los sujetos a quienes se dirigen los prejuicios, y tienen diferentes denominaciones; la gayfobia, se refiere a discriminación de los hombres homosexuales; la lesbofobia es el rechazo de las mujeres homosexuales; el término de transfobia, tiene que ver con la no aceptación de personas transexuales, transgénero o travestis; finalmente, la bifobia es la discriminación de personas que sienten atracción por ambos sexos; este último tipo de discriminación pone en evidencia la idea arraigada de que las personas deben elegir una única orientación sexual, bien sea la homosexual o heterosexual (Cornejo, 2012).

Además de tipos, la homofobia tiene niveles, que son: la homofobia personal u homofobia cognitiva, que se refiere a las ideas y conceptos con respecto a la homosexualidad, es decir, prejuicios y creencias irracionales que surgen de la concepción de que las personas homosexuales merecen odio por el supuesto de que no poseen control de sus deseos; otro nivel descrito es la homofobia afectiva, que se manifiesta a través de sentimientos negativos, como miedo e incomodidad hacia la homosexualidad; además, está el nivel de la homofobia conductual o la homofobia interpersonal, hacen referencia a conductas, tanto verbales como físicas, que van en contra de la homosexualidad y surgen cuando el prejuicio personal pasa a acciones discriminatorias; finalmente está la homofobia institucional, en la cual las instituciones educativas, religiosas, profesionales,



empresariales y/o legales permiten que se ejerza presión sobre las personas homosexuales (Penna & Mateos, 2014; Ruiz, 2009; Toro-Alfonso, 2012).

Por último hay una categoría de manifestaciones de la homofobia; autores como Cornejo (2012) y Penna y Mateos (2014) plantean la manifestación liberal de la homofobia, que limita la expresión de la homosexualidad únicamente a lugares privados; una segunda manifestación es la simbólica, se refiere a una expresión sutil de la agresión como burla, ridiculización y uso de términos peyorativos; esta agresión sutil es legitimada y validada a nivel social, a tal punto que los homosexuales también pueden manifestarla; por último, está la manifestación más evidente y condenada, que se presenta como violencia física, intentos de exterminio y los crímenes homofóbicos.

Tabla 1

Categorización de la homofobia

Categorías		
Tipo	Nivel	Manifestación
Gayfobia	Personal o cognitiva	Liberal
Lesbofobia	Afectiva	Simbólica
Bifobia	Conductual o interpersonal	Crímenes homofóbicos
Transfobia	Institucional	



Después de describir las manifestaciones de la homofobia, se hace necesario conocer las diferentes teorías que buscan explicar este fenómeno. Uno de los enfoques teóricos es el del aprendizaje social de Bandura (1997) (como se cita en Garrido & Morales, 2014), en el que se concibe que la homofobia resulta de la influencia de agentes sociales como la familia, las instituciones y los medios de comunicación, al intervenir en el proceso de aprendizaje y socialización del individuo, mediante la transmisión de valores y reforzamiento de estos. Otro enfoque es la teoría socio-cognitiva, ésta propone que los mecanismos de procesamiento de información pueden dar lugar a una percepción estereotipada de los grupos, aumentando la similitud con miembros de la misma categoría (heterosexual) y la diferencia con la categoría percibida como contraria (homosexual) (González & Carrasco, 2006).

Además de las teorías psicológicas clásicas, hay enfoques sociales que buscan explicar el fenómeno de la homofobia; en primer lugar, la teoría de la identidad social, plantea que la categorización en grupos distintos acentúa las diferencias, dando lugar a prejuicios negativos hacia el exogrupo y favoritismo endogrupal; esto hace que se justifique la agresión hacia el grupo opuesto en la creencia de superioridad del endogrupo. En segundo lugar, la teoría de la dominancia social postula que hay un principio de ordenación jerárquica entre los grupos que constituyen la sociedad; de esta manera, la población heterosexual es representada como dominante, por lo que podría disfrutar de mayores privilegios. Dicha desigualdad social, estaría justificada por la homofobia (Garrido & Morales, 2014).

Algunas teorizaciones se basan en estudios modernos sobre las ideologías de los individuos e indican que las personas con actitudes tradicionales sobre los roles de género,



ideas políticas conservadoras, asistencia regular al culto religioso, mayor edad y menor nivel de educación, manifiestan más actitudes negativas hacia la homosexualidad. Otros estudios señalan que la homofobia tiene relación con los modelos de atribución, es decir, con la percepción del control que la persona tiene de su homosexualidad (Toro-Alonso, 2012); en relación a los modelos de atribución, Garrido & Morales (2014) señalan que los hombres presentan un mayor nivel de homofobia, sobre todo hacia homosexuales varones, debido a que los hombres construyen su identidad de género en oposición a la femenina, de esta manera, la homofobia constituye una herramienta de control del patriarcado y la masculinidad tradicional.

Consecuencias de la homofobia.

La homofobia tiene implicaciones en los diferentes ámbitos de la vida de las personas homosexuales. A nivel personal, Garrido y Morales (2014) hablan de investigaciones que sugieren que las personas homosexuales y bisexuales tienen mayor riesgo en presentar problemas de salud mental; uno de estos problemas se define como la “integración de las actitudes homofóbicas de la sociedad en el individuo no heterosexual” (Garrido & Morales, 2014, p.98). La homofobia internalizada implica una actitud negativa tanto hacia la propia orientación sexual como a la homosexualidad en los otros; a partir de esto, se genera un conflicto entre lo que la persona debería ser y lo que realmente es, desencadenando reacciones de negación, represión y ocultar la orientación sexual; estas reacciones pueden tener impactos negativos a nivel psicológico que se manifiestan en alto grado de ansiedad, malestar o aislamiento relacionado con baja autoestima y autoconcepto negativo. En el ámbito social, las personas homosexuales o bisexuales, son víctimas de atropellos asociados al prejuicio homofóbico; entre las formas de violencia

más evidentes se encuentran los insultos verbales, las agresiones físicas, y en casos más extremos, los crímenes de odio por homofobia; manifestaciones que tienen como agravante la poca presencia de organizaciones e instituciones que atienden estos casos específicos (Toro-Alfonso, 2012).

En el contexto escolar las personas homosexuales también se ven afectadas por los comportamientos homofóbicos; el bullying homofóbico se ha descrito como “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” (Garrido & Morales, 2014, p.102); las conductas de bullying se caracterizan por la intención de hacer daño físico o psicológico a una víctima, de manera reiterada por su orientación sexual, ya sea real o percibida, o por la orientación sexual de algún amigo o familiar de ésta. Dentro del bullying homofóbico existe el temor a la transferencia del estigma; esto se refiere a que si un compañero heterosexual defiende a uno homosexual, el primero puede también ser tomado como homosexual, lo que dificulta que los compañeros se solidaricen con la víctima, empeorando así la situación (Ruíz, 2009); otro factor que puede impedir la protección de la víctima es que a menudo en los entornos de estudiantes homosexuales se carece de iguales con quienes aliarse (Penna & Mateos, 2014). Las consecuencias para la víctima de bullying homofóbico son múltiples; en el contexto educativo se observa disminución del rendimiento académico y el abandono escolar; a nivel psicológico se presenta depresión, ansiedad, baja autoestima, deseos de cambiar la orientación sexual, desvalorización de la autoimagen, rechazo a personas LGBT, síndrome de estrés postraumático y por último, mayor posibilidad de presentar conductas suicidas (Penna & Mateos, 2014).

Finalmente, debe tenerse en cuenta que la homofobia no sólo afecta de forma negativa a la persona homosexual, sino también a la persona que la genera; se ha visto que la persona homofóbica tiene impedimentos para el desarrollo de vínculos de mayor intimidad con personas del mismo sexo, además, hay inhibición de la capacidad para apreciar la diversidad y sus riquezas, y por último, estas personas presentan disminución de la capacidad de expresión y creatividad, por las limitaciones en su concepción de los roles de género (Garrido & Morales, 2014).

Promoción de la salud mental y prevención de la homofobia.

Desde la psicología clínica es importante ampliar el estudio de la homofobia desde modelos de promoción de la salud mental y prevención de este fenómeno, que faciliten la recuperación y el crecimiento personal. Hay estrategias útiles para la reducción del prejuicio; entre ellas se encuentran las de corte terapéutico, que se basan en el reconocimiento de ideas irracionales y contradicciones; los enfoques intergrupales, que se basan en el conocimiento de otros grupos para promover la aceptación de la diversidad; otra estrategia tiene que ver con las técnicas que trabajan sobre la hipocresía y la asociación de la homofobia con sentimientos desagradables; y por último, las técnicas educativas, que buscan ampliar el registro cognitivo y comportamental de las personas, con el fin de alejarlos de pensamientos y actitudes extremistas (Garrido & Morales, 2014).

Uno de los lugares más apropiados para desarrollar programas de promoción y prevención es el contexto educativo; además de los programas preventivos contra el bullying homofóbico, es posible implementar estrategias de promoción basadas en la educación,



que en primer lugar, fomenten el valor de la tolerancia, y en segundo lugar, se apoyen en programas integrales de educación afectivo-sexual, en los cuales se reconozca la diversidad y se fomenten las relaciones empáticas entre personas con diferentes orientaciones sexuales; esto con el fin de extender la cultura de la aceptación de la diversidad a toda la sociedad (Garrido & Morales, 2014; Penna & Mateos, 2014).

Con respecto al bullying homofóbico, Ruiz (2009) propone tres estrategias para combatirlo: la primera, es incluir la diversidad sexual en los reglamentos y planes de convivencia, igualando el bullying homofóbico con situaciones de igual gravedad como el racismo; la segunda, son programas de entrenamiento antibullying para el profesorado, formación que debe ser práctica, incluyendo dinámicas que pongan a prueba las habilidades de los docentes para que luego se les facilite enfrentarse a una situación real; y la tercera, son programas de educación sexual que abarquen temas como el concepto de sexualidad, sexo y género, diversidad sexual, roles sexuales, desarrollo evolutivo y anatomía de la sexualidad, multiculturalidad, planificación y estrategias prácticas para educar las sexualidades. Estos programas deben aplicarse de manera cuidadosa, para no agravar los problemas ni crear otros nuevos, deben ser planificados para enviar el mensaje adecuado.

En el momento de trabajar, especialmente con adolescentes, es importante recurrir a dinámicas grupales, uso de videos, comics, series y otros materiales didácticos que llamen la atención del grupo a trabajar. Deben ser contenidos actuales, para facilitar la identificación con los personajes. Además, en estos contenidos, las personas LGBT no debe aparecer como víctimas o como versiones estereotipadas; por el contrario, deben ser contenidos que normalicen esta población y que tengan dificultades iguales al resto de

personas, desmitificando ideas erróneas y favoreciendo la empatía de los espectadores. El objetivo de dichos talleres y programas, más allá de frenar las agresiones o la exclusión, es trabajar los prejuicios que favorecen dichas agresiones, ir directamente a la raíz del problema, generando conciencia de este en el público al que se dirige (Garrido & Morales, 2014; Ruiz, 2009).

González y Carrasco (2006) proponen algunos programas de promoción y prevención diseñados para implementarse en aulas: el primero se llama PATHS (Promoting Alternative Thinking Strategies) pretende promover competencias sociales y emocionales, incluyendo el manejo de la ira, habilidades de autorregulación emocional, solución de problemas sociales y empatía. El segundo se llama SPS (Social Problem Solving), consta de entrenamiento en habilidades cognitivas, afectivas y conductuales enfocándose en la resolución de problemas sociales, manejo del estrés y toma de decisiones, el programa hace énfasis en la aceptación del otro, el desarrollo de habilidades socio-cognitivas, la reducción del impulso y/o conducta agresiva.

Las leyes y la política tienen un papel fundamental en la normalización de la vida del colectivo homosexual, desde las instituciones gubernamentales públicas se deben promover los derechos de la ciudadanía homosexual, divulgar información que fomente la autoestima de las personas LGTB, promover denuncias por violaciones de derechos humanos y capacitar a los representantes del movimiento homosexual. Por otro lado, los medios de comunicación deben integrar las políticas y normas sociales, para fomentar la igualdad de derechos aceptando la diversidad sexual y promoviendo la empatía. Todo esto con el fin de explicitar la realidad actual, sin ignorar ni violentar a ningún integrante de la misma (Garrido & Morales, 2014).

Para erradicar y combatir la homofobia se requiere un cambio en el patrón cultural, que concibe la heterosexualidad como la única forma de amar y ejercer la sexualidad. Se debe reconocer la homosexualidad como otra opción, para contrarrestar las consecuencias que trae seguir ignorando el problema, sin tomar acciones de carácter urgente (Toro-Alfonso, 2012)

Conclusiones

La homofobia es un problema real, que surge por múltiples factores y que acarrea consecuencias tanto para las personas que son víctimas de sus manifestaciones como para el conjunto social permeado por los prejuicios y las falsas creencias, que restan importancia y oportunidades a las diversidades sexuales.

A lo largo del artículo se evidencia que la salud mental de la población LGBT y de los participantes en las conductas de tipo homofóbico, se pone en riesgo; por esta razón, es necesario la implementación de programas que promuevan la inclusión, las competencias sociales y emocionales, encaminadas a la solución de problemas, la prevalencia de la empatía y la prevención de actitudes hostiles, rechazos o comportamientos violentos, con el fin de disminuir los impactos negativos a nivel psicológico y social.

De esta manera, podemos concluir que la visibilización del fenómeno de la homofobia permite acceder desde la investigación y teorización a su origen multicausal y explicativo, con el fin de tener un punto de partida para la comprensión del problema, y de esta manera, emprender formas adecuadas de solución y prevención en contextos generales y aquellos que puedan representar un nivel de riesgo. Todo lo anterior con el objetivo de

reconocer la multiculturalidad y las diferentes posibilidades que la diversidad sexual puede representar para una sociedad.

Recomendaciones

Diversos estudios e investigaciones arrojan resultados que evidencian la homofobia como una problemática que requiere modificación en diferentes contextos de la sociedad, puesto que está arraigada a patrones culturales que van de la mano de creencias religiosas e ideas políticas conservadoras; por esta razón, se recomienda continuar con un proceso investigativo y preventivo para generar un cambio que tenga su punto de partida en la educación, y desde allí, pueda expandirse al resto de la sociedad; fomentando un cambio cognitivo evidente en lo conductual, caracterizado por la equidad de derechos para todos, sin influencia de la preferencia sexual.

Referencias bibliográficas

- Congreso de la República de Colombia (2013) Ley 1616 de 2013 por la cual se reglamenta la Ley de Salud Mental en Colombia. Recuperado de: <http://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Norma1.jsp?i=51292>
- Cornejo-Espejo, J. (2012). Componentes ideológicos de la homofobia. *Revista de Filosofía y Psicología*, 7(26), 85-106. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/html/836/83625847006/a>
- Garrido, Rocío., & 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://www.redalyc.org/articulo.oa?id=475847268005>
- González-Brignardello, M., & Carrasco, M. (2006). Intervención psicológica en agresión: técnicas, programas y prevención *Acción Psicológica*, 4(2), 83-105. doi:<https://doi.org/10.5944/ap.4.2.481>



- Penna, M., & Mateos, C (2014). Los niveles de homofobia de los futuros docentes: una cuestión de derechos, salud mental y educación. *Revista Iberoamericana de Educación*, 1(66), 123-142. Recuperado de: <http://eprints.ucm.es/39011/1/rie66a08-5.pdf>
- Rottenbacher, J; Espinosa, A., & Magallanes, J (2011). Analizando el prejuicio: bases ideológicas del racismo, el sexismo y la homofobia en una muestra de habitantes de la ciudad de Lima- Perú. *Revista de Psicología política*, 11(22), 225 - 246. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3898832>
- Ruíz, S. (2009) *Diversidad sexual en las aulas. Evitar el bullying o acoso homofóbico*. Recuperado de: http://ceip.edu.uy/IFS/documentos/2015/sexual/materiales/Aula_PLURAL.pdf
- Toro-Alfonso, José. (2012). El Estado Actual de la Investigación Sobre la Discriminación Sexual. *Terapia psicológica*, 30(2), 71-76. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=78523006007>