



# **Resiliencia y comunidad LGTB+ ¿Tener derechos es suficiente?**

**Trabajo de Fin de Grado de Psicología  
Universidad de La Laguna  
Curso académico 2016/2017**

**Alumno: Marcos Hernández Cabrera**

**Tutora: M<sup>a</sup> Dolores García Hernández**

## Resumen

Este trabajo se plantea si, tras los avances sociales y legales que han proporcionado plena ciudadanía al colectivo LGTB+, sigue siendo útil entender el proceso de la identidad LGTB+ como un proceso de resiliencia. Para ello, se conversa con Gloria Gil (2010) autora de la tesis “Los procesos holísticos de *resiliencia* en el desarrollo de identidades *autoreferenciadas* en lesbianas, gay y bisexuales”. Se realizó un análisis inductivo del contenido de la conversación, del cual emergieron 48 códigos. Se destaca por su recurrencia *Tener derechos no es suficiente*, entendiendo que sigue siendo útil entender el proceso de la identidad LGTB+ como un proceso de resiliencia continuo y holístico. Una de las claves del proceso de resiliencia sigue siendo la propia comunidad LGTB+, organizada como una comunidad mundial que proporciona apoyo y energía para reivindicar una sociedad plural que acoge y celebra la diversidad. Se discuten los hallazgos con la intención de aportar conocimientos, reflexiones, cuestionamientos y propuestas que puedan ser inspiradoras para el colectivo LGTB+ y también para cualquier persona que tenga que vivir procesos de adversidad, así como para los psicólogos que les acompañen en el camino.

**Palabras clave:** Resiliencia, Comunidad LGTB+, Identidad, Derechos.

## Abstract

After the social and legal advances that have provided full citizenship to the LGTB+ community, we wonder if it is still useful to understand the process of LGTB+ identity as a process of resilience. For this, I talk with Gloria Gil (2010), the author of the thesis "Holistic processes of resilience in the development of self-referenced identities in lesbians, gay and bisexuals". We make an inductive analysis of the content of the conversation, from which we obtained 48 codes. It stands out for its recurrence *Having rights is not enough*, understanding that it is still useful to understand the process of LGTB + identity as a process of continuous and holistic resilience. One of the keys to the resilience process remains the LGTB + community itself, organized as a global community that provides support and energy to claim a plural society that welcomes and celebrates diversity. The findings are discussed with the intention of contributing knowledge, reflections, questionings and proposals that can be inspiring for the LGTB + collective and also for anyone who has to experience adversity processes, as well as for the psychologists who accompany them along the way.

**Keywords:** Resilience, LGTB + community, Identity, Rights.

## Introducción

La chispa que prende el inicio de este Trabajo de Final de Grado, fue la experiencia vivida durante las clases de la profesora Ángela Torbay sobre el enfoque de la *resiliencia*, en la asignatura optativa denominada “Programas y estrategias de intervención psicoeducativa” y que se imparte en el grado de psicología de la Universidad de la Laguna.

En esas clases descubrí con curiosidad que la resiliencia nos habla de cómo las personas y las comunidades que pasan por situaciones adversas, logran salir adelante e incluso transformadas, generando oportunidades para otorgar un sentido a lo vivido cargado de posibilidades (Grotberg, 1996).

Durante dichas clases, se desplegaron ante mí las diversas y complementarias miradas del concepto de la *resiliencia* (Gil, 2010). Conozco, así, las aportaciones iniciales de la escuela anglosajona que la describió como una capacidad individual basada en un conjunto de características personales (Werner y Smith, 1992, citado por Gil, 2010), para posteriormente entenderla como un proceso en el que entran en un juego dinámico tanto factores de riesgo como factores protectores (Rutter, 1987, citado por Gil, 2010). Encontré la potente conceptualización de la escuela europea, al entender la *resiliencia* como una fuerza generadora de desarrollo humano ante la adversidad, que se nutre de la relación acogedora de “los otros” y que logra que las personas se proyecten en un futuro más allá del dolor (Manciaux, Vanistendael, Lecomte y Cyrulnik, 2003, citado por Gil, 2010). Y admiré la mirada amplia que aportó la escuela latinoamericana, al incorporar la comunidad, además de como “sujeto” de la resiliencia, como fuente de energía para la promoción de la misma (Sarquís y Zacariño, 2004, citado por Gil, 2010).

De manera inexorable, a medida que conocía más del concepto de la *resiliencia*, me abordan multitud de preguntas tales como ¿de qué manera se puede promover? ¿es útil para cualquier colectivo que atravesase una adversidad? Y es en mitad de todos esos cuestionamientos, cuando encuentro en estas clases una metáfora que me fascina: “las tiritas” de la resiliencia, es decir, los factores del proceso de la resiliencia. Estuve muy atento no solo para conocer y profundizar en cada “tirita” sino, además, para aprender a tejerlas hasta crear tanto “la manta” que proteja, como “la alfombra” que ayude a deslizarse hacia el futuro deseado.

Mientras más aprendía sobre la *resiliencia*, más fascinación sentía hacia las posibilidades que abría este enfoque. Y una de las utilidades prácticas que me asaltaba una y otra vez, era su aplicación al colectivo LGTB+, debido al conocimiento experiencial de las adversidades que la norma *heterosexista* dominante en la sociedad les hace vivir. Me planteé cómo puede ser útil la metáfora de las “tiritas”, para que las personas que tienen una orientación afectivo-sexual minoritaria logren brillar desde la diversidad que despliega el enfoque de la *resiliencia*.

Los tópicos *resiliencia* y LGTB+ me llevan directamente a una tesis pionera en nuestro país titulada: “Los procesos holísticos de *resiliencia* en el desarrollo de identidades *autoreferenciadas* en lesbianas, gay y bisexuales” y a su autora Gloria Gil (2010). Su lectura me resultó de gran interés, respondió a alguna de mis inquietudes e hizo que surgieran otras nuevas.

La lectura de esta tesis me abrió un mundo de investigaciones y reflexiones que referenciaban como, en diversas ocasiones, las personas LGTB+ debían afrontar una serie de desavenencias que les sitúan en una situación de riesgo. En este sentido, Mark

Hatzenbuehler (2009), relata como los individuos con una orientación sexual minoritaria están expuestos a un estrés resultado del estigma, la discriminación y la exclusión. En relación con estos datos, traemos las palabras de los jóvenes participantes en el estudio de Gloria Difulvio (2011), en el que declaran ser blanco de violencia por mostrarse diferentes, estar fuera de la norma, actuar diferente o salir con alguien identificado como parte del colectivo LGTB+; además estos jóvenes confesaban los efectos devastadores que tenían esos comportamientos en su identidad y en su bienestar emocional.

Esta adversidad que deben afrontar las personas LGTB+ tiene un nombre evidente y es la *homofobia* (Gil, 2007). Entendiendo el término *homofobia* como un prejuicio ideológico fundamentado en unos estereotipos *heterosexistas* y en una estructura *heteropatriarcal*; y que promueve la discriminación sutil o violenta contra aquellos que no siguen la norma sexual mayoritaria, con el objetivo de expulsarlos del flujo social.

Gloria Difulvio (2011) también nos relata que algunos jóvenes lograron zafarse del estigma, dejaron de avergonzarse, aceptaron su identidad y desarrollaron un sentido de orgullo por haber transitado victoriosos a través de la adversidad. Estos jóvenes visibilizaron historias de resiliencia en las que una de las claves fue su conexión con la comunidad LGTB+, a través de la cual generaron una identidad colectiva que les hizo sentir que compartían experiencias y luchas, desarrollando un sentido de propósito compartido: desprenderse de la opresión y avanzar hacia una sociedad que acepte la diversidad.

Por su parte, Agnes Higgins, Danika Shrek y Michele Glacken (2016), conversaron con un grupo de ancianos LGTB+ que les relataron múltiples procesos de *resiliencia*, en la que el haberles hecho sentir fuera de la norma les obligó a desarrollar el coraje y el

optimismo, a ensayar múltiples estrategias de control emocional, a ser personas expertas en reformular momentos negativos del pasado o saberse alejar a tiempo de ambientes opresivos y negativos para ellos. Su actual situación de bienestar emocional lo atribuían a que habían aprendido durante su proceso de aceptación de la identidad LGTB+, a saber manejarse en las adversidades con sentido del humor y a buscar con constancia momentos para celebrar las cosas buenas que le iba regalando la vida.

El estudio de Joseph Kosciw, Neal Palmer y Ryan Kull (2015) identificó el acto de “salir del armario” como un factor de *resiliencia* en los jóvenes LGTB+, aun cuando en un primer momento estuviera acompañado de victimización, ya que con el tiempo producía una mejora considerable en su bienestar. Dicha victimización se ve reducida cuando se cuenta con el apoyo de la familia, los amigos y la pareja (Shilo, Antebi y Mor, 2015). También, recurrimos al modelo de “la mirada resiliente” de García, Martín y Torbay (2007) , citados en García y Torbay (2012), para entender que en el momento en que la comunidad y sus miembros abandonan esta *mirada victimizadora* y adoptan una *mirada resiliente* hacia su propio proceso, una mirada que mueve al optimismo, por transmitir esperanza hacia la posibilidad de cambio, y a la exigencia, al necesitar de la implicación y compromiso para lograr el cambio que se busca, se convertirán en los constructores de su propia resiliencia, de su propio bienestar.

Por su lado, la lectura de la tesis de Gloria Gil (2010) me regaló el concepto de resiliencia holística. Gloria no solo miró a la resiliencia desde una mirada compleja, en la que reconoce la interacción entre los distintos elementos y dimensiones de la vivencia humana y la transferencia que hay entre los procesos de resiliencia que se producen en diferentes niveles ( por ejemplo, el proceso de resiliencia individual influye en el de la comunidad, y viceversa), sino que aportó una manera de generar unos resultados que se manifiestan

en forma de mejora o bienestar, mediante la gestión de los factores de no resiliencia (los pensamientos, conductas y acciones que obstaculizan el proceso de afrontamiento positivo de la adversidad) y la promoción de los factores de resiliencia (pensamientos, conductas y acciones que impulsan el proceso de afrontamiento positivo de la adversidad).

Los resultados de la tesis presentan los procesos de *resiliencia* como muy diversos, donde entran en juego multitud de factores y fuerzas contextuales. Aun así, señala tres factores que compartían la mayoría de las historias de vida que analizó para su investigación.

Uno es la auto-referenciación como persona LGTB+, el darse un nombre e identificarse como perteneciente a algún grupo y a alguna orientación afectivo-sexual. Otro es visibilizar esta identidad, “salir del armario”, hasta llegar a sentir orgullo por haber vencido la estigmatización y la homofobia interiorizada. El tercer factor es el apoyo como elemento fundamental durante todo el proceso, pues sin el sustento de personas que reconocen tu identidad y te acompañan en el camino hacia la identidad auto-referenciada, es probable que dificulte el proceso de resiliencia.

En la tesis se discuten los resultados defendiendo que la comunidad LGTB+ ha cumplido un papel importante en proporcionar las vías para potenciar los tres factores antes señalados: la identidad, el “salir del armario” y el apoyo. La comunidad LGTB+ ha proporcionado además un aspecto recogido en la tesis y en la mayoría de las investigaciones sobre los procesos de resiliencia: el sentido del propósito que lleva a movilizarse para que los aprendizajes obtenidos en la lucha contra la adversidad, les sean útiles a otras personas y colectivos que están pasando por situaciones similares (Gil, 2010)

Leer en profundidad la tesis escrita en el 2010 me generó la curiosidad de la actualidad de los resultados presentados en la misma. Han pasado siete años desde la publicación de la tesis, siete años en los que en nuestro país han pasado cosas muy interesantes con respecto al colectivo LGTB+. En el año 2005 vivimos con admiración y orgullo la aprobación de la ley que regula el matrimonio entre personas del mismo sexo y además, los derechos de la adopción conjunta, la herencia, la pensión y el acceso a la reproducción humana asistida. De esta manera España se convierte en un país pionero en la defensa de los derechos de la comunidad LGTB+, reflejo de una actitud tolerante de nuestra sociedad. Me preguntaba si ahora, con todos esos avances legales y sociales que apoyan la ciudadanía plena de las personas LGTB+ ¿seguirá siendo útil entender el proceso de la identidad LGTB+ como un proceso de resiliencia?

He tenido la oportunidad de conversar sobre esa y otras cuestiones con Gloria Gil, autora de la tesis. Este Trabajo de Final de Grado desea compartir los conocimientos, reflexiones, cuestionamientos y propuestas que emergen de esa conversación, con el deseo de que sea inspirador para la gente que vive procesos de adversidad y para los psicólogos que las acompañan.

## **Método**

### **Participantes**

En este estudio hemos participado dos personas, Gloria Gil (autora de la tesis doctoral “Los procesos holísticos de resiliencia en el desarrollo de identidades autorreferenciadas en lesbianas, gays y bisexuales” presentada en 2010) y yo mismo, Marcos Hernández Cabrera.

## **Diseño**

Con este estudio hemos querido valorar aspectos que emergen en relación con los procesos de resiliencia en las personas LGTB+, siete años después de la publicación de la tesis doctoral. Para ello, hemos utilizado un diseño descriptivo de corte cualitativo que permite el análisis inductivo de los datos (San Martín, 2014).

## **Instrumento**

Para llevar a cabo la conversación con Gloria, se elabora una entrevista semiestructurada de 8 cuestiones, que surgen de la curiosidad que me genera la lectura de la tesis doctoral y mi propia experiencia como hombre gay.

Las preguntas fueron construidas desde un enfoque colaborativo. Eran preguntas abiertas, pues con ellas se buscaba generar una conversación reflexiva, estimular la curiosidad, cuestionar los supuestos asentados, traer la creatividad y la generación de nuevas posibilidades, tocar significados profundos que sacaran a la luz los ideales y las esperanzas, y mirar hacia el futuro (ver anexo 1).

Algunas de las cuestiones que iniciaron la conversación fueron: *¿Cómo describirías el desarrollo identitario de las personas LGBT ahora?, ¿Hacer visibles identidades líquidas, múltiples, podría considerarse un factor de resiliencia? o ¿Qué diferencias aprecias actualmente en las dificultades a las que se enfrentan lesbianas y gays?*

A parte de estas cuestiones, por las propias características de la conversación y del enfoque desde el que fue estructurada, se realizaron preguntas de manera improvisada, no recogidas en el instrumento, que iban surgiendo producto de la curiosidad que generaban las experiencias y los conocimientos compartidos.

## **Procedimiento**

Mi interés hacia la resiliencia comenzó en las clases que dedicó la profesora Ángela Torbay a este constructo en una de las asignaturas que he cursado en este último año del grado de Psicología. Siendo unas ideas que me resultaron sugerentes y muy interesantes, las quise llevar a la experiencia del colectivo LGTB+, del cual me siento parte, y que enfrenta aún en la actualidad algunas adversidades que hicieron que unir estos dos aspectos tuviera sentido desde un principio para mí. Tras compartir esta inquietud en la primera reunión dedicada al desarrollo de este trabajo, M<sup>a</sup> Dolores García Hernández, mi actual tutora del TFG, me comentó que ya había tutorizado antes una tesis doctoral sobre este mismo tema, y que podríamos recurrir a ella para dar respuesta a mi interés y como base para este procedimiento. Tras concretar juntos una pregunta y una metodología para darle respuesta, este estudio tiene su comienzo con la lectura completa de la tesis doctoral “Los procesos holísticos de resiliencia en el desarrollo de identidades autorreferenciadas en lesbianas, gays y bisexuales” publicada en 2010 por Gloria Gil Hernández. Una vez empapado del conocimiento que contenía y con la curiosidad despierta, se elaboró el corpus de la entrevista que guiaría la conversación con Gloria, una experta no solo de resiliencia y cuestiones LGTB+, sino que además consideró una experta de vida, como mujer lesbiana perteneciente a una generación anterior a la mía.

El primer encuentro con Gloria, en el que se llevó a cabo la citada conversación, tuvo lugar el día 30 de marzo de 2017, a través de una videollamada realizada por la aplicación informática Skype. El audio fue grabado para ser íntegramente transcrito siguiendo las normas propuestas por Silverman (2006).

Para el análisis de los textos nos inspiramos en las propuestas del programa para el análisis cualitativo de los datos Atlas-Ti, sin hacer uso de él directamente, pero siguiendo sus recomendaciones acerca de los pasos a seguir en cuanto a transcripción, segmentación del texto y tratamiento de los datos. En función de estas recomendaciones, tanto mi tutora, como Gloria y yo realizamos varias lecturas de esta transcripción por separado. En la primera de ellas abordábamos el texto de manera inductiva y sin consideraciones previas, intentando suspender lo pre-conocido. En la segunda lectura del documento, identificamos elementos significativos de la conversación (las citas) y realizamos de manera individual una primera codificación en categorías, cuyos nombres fueran lo más pegados posible a las palabras usadas por el emisor de la cita (enfoque emic). Tras tener esta tarea completa, realizamos dos conversaciones más que tuvieron lugar los días 18 y 19 de mayo de 2017, ambas con una duración estimada de 2 horas y cuarto, en las que hicimos una puesta en común de estas citas y categorías, con la que finalmente construimos un listado de 48 códigos consensuados. En el anexo 2 se encuentra el listado de códigos, por orden alfabético, con su definición y cita ilustrativa.

Además, se realiza un fundamentado de cada código, analizando el número de citas que los conforman, para conocer los temas conversacionales recurrentes. Por último, se realiza un análisis de co-ocurrencia con los 3 códigos más fundamentados; para ello se extraen las citas que comparten, analizando el sentido de las mismas para, de esta manera, llevar a cabo una red de relaciones entre los códigos.

### **Hallazgos**

Se presentan a continuación los hallazgos referidos a los procesos de resiliencia en el colectivo LGTB+. Comenzamos presentando el fundamentado de los códigos (número de

citas que forman cada código) y seguidamente, presentaremos el análisis de co-ocurrencia de los 3 códigos más fundamentados.

## Fundamentado de los códigos

En la figura 1 se presenta el índice de *fundamentado* de cada uno de los 48 códigos.

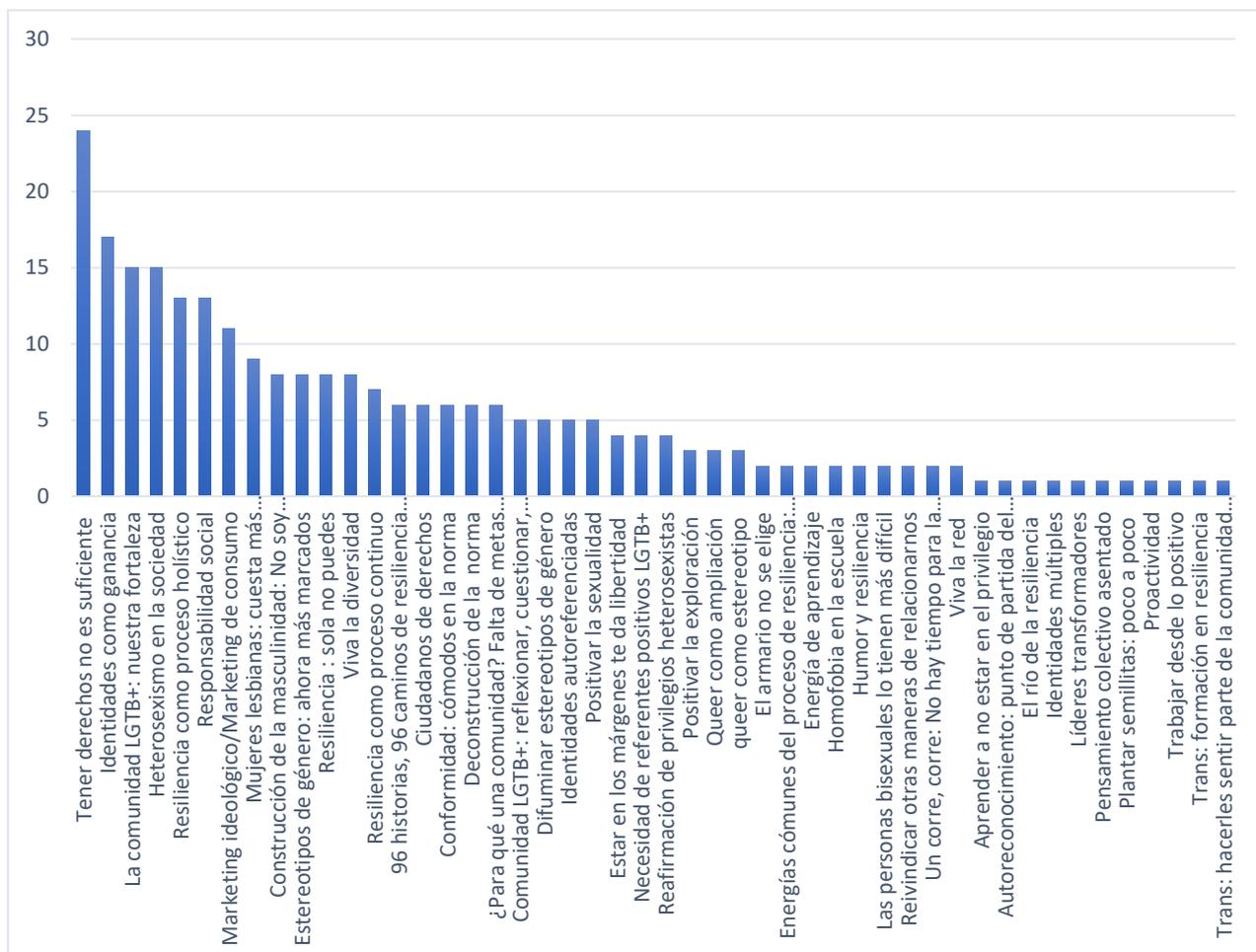


Figura 1. Códigos presentados por índice de fundamentado.

En un primer bloque encontramos aquellos códigos que tienen quince o más citas. Entre ellos está el tema conversacional más recurrente, *Tener derechos no es suficiente* (24): Las citas de este código recogen la idea de que, aunque conseguir los derechos ha sido un gran paso, aún hay cosas por las que seguir trabajando.

*“El factor de no resiliencia gordo era, pues, el que no había un reconocimiento legal de algo tan básico como un derecho al matrimonio y tal. Ese, eso se ha quitado, esa piedra se ha quitado, pero no quiere decir que no haya otras piedras que siguen estando ahí, y que dificultan para muchas personas sus procesos. Tanto desde lo personal como desde lo social. Porque, aunque es verdad que el derecho está ahí, pero a lo mejor no todo el mundo lo tiene integrado”.*

El siguiente tema conversacional con mayor número de citas se ha recogido en el código denominado *Identities como ganancia* (17):

*“(…) da lo mismo la identidad que tú te creas, que tú de alguna manera l^enes de contenido mientras la llenes de conten^idos [jum] y mientras esa identidad sea una fuente de satisfacción y mientras esa identidad la veas como una ganancia, importantísimo. Es una ganancia. Yo soy quien soy y he llegado a donde he llegado porque esta identidad me ha enriquecido, porque esta identidad me ap^orta, porque esta identidad me da una visión del mundo determinada, y entonces no es un detrimento, es una ganancia”.*

El contenido presente en las citas trata sobre que las diversas identidades LGTB+ construidas mediante los también diversos procesos de resiliencia holísticos, aportan a las personas en múltiples aspectos y por tanto pueden ser un valor en sí mismas. Además, a muchos les proporciona un sentido del propósito, es decir, ganas de ser gente consciente y activa que trabaja por la mejora y el desarrollo de su comunidad en particular y de la sociedad en general.

Aparecen también en este bloque con el mismo número de citas (15), los códigos *La comunidad LGTB+: nuestra fortaleza* y *Heterosexismo en la sociedad*.

El primero trata sobre como la comunidad LGTB+, una agrupación de personas con vivencias y objetivos comunes, es fuente de apoyo para sus miembros, transmite conocimiento y cultura sobre asuntos LGTB+, proporciona estrategias de afrontamiento, es una fuerza de cambio social y acción política que reivindica y cuestiona la norma, aporta riqueza, diversidad y herramientas a la sociedad y es un ejemplo de que se puede vivir de otras muchas formas diferentes. Ser parte de la comunidad es, por tanto, nuestra fortaleza:

*“(...) esa comunidad tiene que seguir sintiéndose comunidad y tiene que seguir reaccionando cuando sale el autobús, y tiene que seguir reaccionando cuando un país todavía mete a gente en la cárcel o cuando en Marruecos a dos niñas que estaban besándose en una azotea las denuncian. No, no, no, no. Eso nos tiene que tocar, eso nos tiene que doler y eso nos tiene que mover [jum]. Y esa es la fortaleza de la comunidad. Y entonces, yo creo que es muy importante, que es otra de las tendencias de hoy en día, es “¿para qué comunidad? Eso es un gueto”. No, un gueto no. Eso es un grupo de gente que tiene unas vivencias compartidas y que tienen objetivos comunes [jum], ¿vale?. Y eso hay que seguir cuidándolo y nutriéndolo, porque no lo podemos perder, porque es nuestra fortaleza”.*

El otro código (*Heterosexismo en la sociedad*), recoge la idea de que el heterosexismo sigue teniendo fuerza, influyendo en la infrarrepresentación de las personas y manifestaciones homosexuales, bisexuales, transexuales..., en multitud de actividades de la vida diaria, en las profesiones con prestigio social, o en la visibilización en los medios de comunicación, que utilizan y transmiten principalmente figuras LGTB+ fuertemente estereotipadas:

*“(…) viendo un documental en la tele y tal, sobre jóvenes adolescentes y una frase así como muy lapidaria decía “PORQUE LO QUE TODO JOVEN ADOLESCENTE QUIERE ES ATRAER AL SEXO OPUESTO”. °Digo, perfecto. O sea°, un heterosexismo bestial. O sea, todo joven heterosexual, digo yo, querrá, porque los jóvenes homosexuales no estaremos nada interesados en atraer al sexo opuesto [jum]. Entonces, pero eso todavía se dice así TAN A LA LIGERA, como... es lo más normal del mundo, somos, somos lo único. Y ese heterosexismo imperante en la sociedad está”.*

En un segundo bloque hemos agrupado aquellos códigos que tienen entre diez y catorce citas. Compartiendo el mismo número de citas (13), aparecen en la conversación los siguientes códigos, *Resiliencia como proceso holístico* y *Responsabilidad social*.

En *Resiliencia como proceso holístico* se explica como una identidad LGTB+ se forma mediante un proceso de resiliencia, entendido desde una perspectiva holística, el cual se apoya y coge fuerza de cualquier elemento, persona, situación o conocimiento que nos rodea. Hay múltiples y diversas fuentes de resiliencia, hay múltiples y diversos procesos de resiliencia, tantos posibles como personas hay en este mundo, que se influyen, que se conectan, que se empujan y se dirigen juntos hacia delante, hasta llegar a una diversidad de resultados:

*“Porque estamos tan interconectados [jum], todo está tan interconectado, que es un concepto vacío de sentido cuando plantemos, desde mi punto de vista, un modelo de resiliencia como “la persona extraordinaria que consigue hacer no sé cuánto y tal”. Esa persona sin apoyo, sin una estructura, sin un tal, no puede nunca ser nada. O nos damos cuenta que la resiliencia es algo global y que mi resiliencia influye en la del otro y la del otro en la mía, y que estamos todos, y que el colectivo LGTB que realiza un proceso de*

*resiliencia está dentro de una sociedad. Y que esa sociedad también absorbe esos elementos de resiliencia. Y al contrario también”.*

En cuanto al contenido del *código Responsabilidad social*, recoge que ser parte de una minoría con dificultades sociales innegables proporciona a los miembros de la comunidad LGTB+ mundial un compromiso de seguir trabajando por conseguir los derechos que se les niegan, de seguir cuestionando y criticando las realidades sociedades que les hacen daño, de cambiar y mejorar su situación, en definitiva, de ser gente consciente y activa: *“La idea de seguir construyendo comunidad [jum]. Necesitamos seguir construyendo mmm, sentido comunitario, seguir haciendo arte conjunto, seguir creando, seguir visibilizándonos, seguir compartiendo ¿vale?. Eh : , nos ha tocado un papel que : , no debemos estar callados, por conciencia social nada más, no debemos estar callados. Debemos estar ahí y ser gente consciente y activa dentro de la sociedad, y eso forma parte de pertenecer al colectivo”.*

El siguiente tema conversacional de este bloque ha sido *Marketing ideológico/ Marketing de consumo* (11 citas):

*“Estamos tragándonos todo lo que a la sociedad (.10) DE CONSUMO le interesa [exacto], porque le interesa tener gente que consuma unos productos estándar [ujum, sí], que estén dentro de una norma. Entonces, un poco dice... vale ok, ¿te tengo que tolerar?. TE TOLERO, PERO JUÉGAME A ESTOS JUEGOS, ¿VALE?. CÓMPRATE MAQUILLAJE, DÉJATE DE ROLLOS. TÚ CHICO, TE TIENES QUE DEPILAR, NO SÉ QUÉ, TIENES QUE TENER UN CULTO A LA ESTÉTICA, TIENES QUE IR AL GIMNASIO, TIENES QUE NO SÉ CUÁNTO, TIENES QUE SER GUAPÍSIMO DE LA*

*MUERTE, ¿VALE? Que otra vez es “vale, ok, te dejo tu diversidad pero entra en mis cánones (.10) de marketing”.*

Como se puede leer en la cita representativa que he escogido, aquí se trató la idea de que una de las principales razones por las que, aun con la concienciación que se ha llevado a cabo en estas últimas décadas, se mantienen (e incluso se agudizan) los estereotipos de género, es el marketing de consumo. Se nos venden unos ideales asociados a dichos estereotipos y unos productos para conseguirlos, alcanzarlos, tener éxito y hacernos más felices. Eso cala en la gente, cala en los niños y lleva a seguir estos modelos sin cuestionarlos. Pero esto no solo se limita a la publicidad de productos, el marketing esta tan presente en nuestras vidas que se usa para vendernos ideas, ideas de lo bueno, de lo deseable, y que tienen un profundo impacto en los comportamientos y en el devenir de nuestras sociedades.

A continuación, el tercer bloque, en el que encontramos códigos con un número de citas comprendido entre cinco (5) y nueve (9). Comenzamos con el código *Mujeres lesbianas: cuesta más autoreferenciarse* (9), en el que se toca como en el ámbito de la homosexualidad, las construcciones de identidad de los hombres gay y las mujeres lesbianas siguen caminos diferentes. En comparación con los hombres gay, las mujeres lesbianas se autorreferencian como LGTB+ más tarde, debido en gran parte a que durante la adolescencia no tienen aliados y apoyo de su entorno, y a los estereotipos y características asociadas tradicionalmente al género femenino, entre los que se encuentra un rol generalmente sumiso que trae múltiples dificultades a las mujeres a la hora “hacerse oír”:

“Los chicos, los adolescentes, que tienen una ventaja grande y es que se dan cuenta, normalmente, antes los chicos, desde ya en la pubertad, que a lo mejor su... para muchos, ¿eh?, estamos generalizando, pero para muchos ya esa es una edad donde ellos ya se dan cuenta, “ah vale, pues mi orientación del deseo va hacia otros chicos”. EN LAS CHICAS CUESTA MÁS, cuesta más porque eh :, socialmente, el modelo femenino se nos impone una desexualización, sobre todo (.20), ahora a lo mejor menos pero estamos hablando de hace unos cuantos años, pues claro, la mujer se enamoraba. Entonces, ese enamoramiento, como claro, la amistad entre las mujeres puede ser tan bonita, y tan bella y tan profunda, y tal, el que tu sintieras tilín por tu amiga casi casi eso no significada nada, ¿vale? [ujum]. Si eso lo unes a que parece ser que la sexualidad femenina es más fluida ¿vale?, no tan dicotómica, entonces ahí hay muchas mujeres que entran en “no, yo no soy, yo tal, yo cual, yo pa’rrriba, yo pa’abajo” y les cuesta mucho hasta que llegan a un proceso de aceptación”.

Los siguientes cuatro códigos tiene 8 citas cada uno. Son *Construcción de la masculinidad: No soy mujer y sobre todo no soy gay*, *Estereotipos de género: ahora más marcados*, *Resiliencia: sola no puedes* y *Viva la diversidad*.

En cuanto al código *Construcción de la masculinidad: No soy mujer y sobre todo no soy gay*, en sus citas se comenta como el hombre, que ocupa la cúspide de la jerarquía en nuestra sociedad, tiene que cumplir una serie de características y estereotipos, recogidos en el concepto de masculinidad, para ser incluido en la categoría hombre. Esta masculinidad se tiene que estar demostrando continuamente y esto se consigue diferenciándose de grupos que están “por debajo” socialmente, como son las mujeres y los hombres a los que tradicionalmente se les asumen características femeninas, los hombres gays:

*“Hay mucha homofobia en los institutos. Por ahí no hemos avanzado mucho. Todavía la construcción, por ejemplo, de la masculinidad se basa en un parámetro muy claro, que es “Yo soy hombre porque no soy marica” [ujum]. Entonces, obviamente, mientras eso siga en el subconsciente colectivo, me tengo que reafirmar como hombre porque no soy MUJER y sobre todo no soy gay”.*

En cuanto al código denominado *Estereotipos de género: ahora más marcados*, en la conversación se comentó como en las décadas anteriores hubo un esfuerzo por parte de las madres, los padres y de la sociedad de intentar cambiar la educación diferenciada entre niños y niñas, de dejar de transmitir unas formas estereotipadas y limitantes de actuar y de vivir según el género. Pero actualmente, por la influencia de múltiples factores, los estereotipos de género se encuentran más marcados.

*“Otros factores de no resiliencia clarísimos que nos afectan directamente que es toda esta distinción de los estereotipos hombre- mujer [sí]. Eso está incluso, te diría yo, que más marcado que nunca. O sea, para mí es un asombro Marcos, que en la época que yo era joven y yo criaba a mis hijas, parecía que había una consciencia grupal, de nosotras mujeres, de ser abiertas, de dar mmm... pues un poco, opciones diferentes, que no tal. O sea, yo a mis hijas no les imponía ponerse un lacito, ni un vestidito, ni un tal, ni un cual. Un poco, oye, pues cada uno se va construyendo y tal. Había más conciencia de “esto no es de niños y de niñas, sino vamos a proponer, pues tal”. Hoy en día, hoy en día tenemos pero el parámetro total y absoluto”.*

El código *Resiliencia: sola no puedes*, refiere al entender la resiliencia como un proceso holístico que coge fuerza de los elementos del contexto y de los procesos de resiliencia de los demás. Consecuentemente, el apoyo se considera como uno de los factores clave

durante el camino que seguimos para construir una identidad LGTB+. Es imposible “hacerse la resiliencia” uno solo, esa idea de persona extraordinaria que sale de la adversidad por su único esfuerzo y capacidades es imposible de contemplar desde esta perspectiva holística. Necesariamente es un proceso que se hace con los demás:

*“La resiliencia es la fuerza que hace. Realmente ya la resiliencia no solo como un proceso, sino como una fuerza dinamizadora del cambio, de la mejora, en todos los niveles, que va desde la naturaleza a las personas, a las comunidades, al planeta Tierra en su globalidad [jum], porque si no, no tiene sentido. O sea, el individualismo y resiliencia es algo totalmente cojo, desde mi perspectiva, ¿eh?, cojo. “Es que yo voy a hacerme la resiliencia yo sola”. Imposible, no puedes”.*

En cuanto el código *Viva la diversidad*, recoge el sentimiento de maravillarse ante la diversidad, celebrarla y conceptualizarla como lo que es, un valor, una fortaleza que deberíamos promover y respetar, ya que aporta y enriquece tanto a las personas como a las comunidades. Aplicada a la resiliencia, la podemos ver en los miles de caminos inimaginables para llevarla a cabo, con unos resultados tan diversos como los propios caminos, y que nos regala una infinita posibilidad de identidades positivas que son un verdadero tesoro:

*“Es que la diversidad tiene la manía de ser muy diversa” [jejejeje]. SOMOS TODOS TAN HIPERHIPERHIPERMEGADIVERSOS, y es la verdad, es la riqu^eza, pero de diversid^ad a punta pala. No te encuentras a gente igu^al ¿vale?, es muy diversa, muy diversa, y las maneras de construirse, y de pensar, y de elaborar el mundo de las relaciones y de elaborar prfrfr. Es inm^ensa y r^ica”.*

A continuación describimos el código *Resiliencia como proceso continuo*, cuyas siete (7) citas recogen la idea de resiliencia entendida como un proceso continuo y complejo, que se va desarrollando, transformando y evolucionando en el tiempo influido por múltiples y diversas causas, que llevan a resultados igual de múltiples y diversos:

*“La visión dicotómica [si]. Lo bueno lo malo, lo tal, lo cual, lo resiliente, lo no... eh, un momento, vamos a ver, aquí todo esto es un proceso fluido. Cosas que en un principio pueden ser no resilientes o que realmente te obstaculicen, en el momento en el que tú eso lo tomas y puedes, de alguna manera, crecer a través de ese obstáculo, se convierte en resiliencia”.*

A continuación presentaremos un grupo de códigos que contienen seis (6) citas cada uno. El primero lo hemos denominado *96 historias, 96 caminos de resiliencia diferentes*, cuyo contenido explicita que hay tantas maneras de llevar a cabo un proceso de resiliencia como personas, pues los factores de resiliencia son muy dependientes de aspectos personales y del contexto y, aunque es cierto que hay factores más o menos comunes, los factores específicos de la persona pueden ser determinantes en el desarrollo de este proceso:

*“Cuando yo me empiezo a leer esas historias y esas historias me ll^egan, y me emoc^ionan y veo la diversidad tan rica que hay, yo digo”yo no voy a sacar de aquí los quince factores más importantes, es que me importan un pito los quince más importantes”. Es que todos son importantes para cada una de las historias”.*

El contenido del código *Ciudadanos de derechos* intenta recoger la situación actual de las personas LGTB+ en nuestro país. Tras una lucha y un trabajo muy bien realizados durante décadas, se nos reconocieron unos derechos que nos equipararon a los ciudadanos

heterosexuales. Su influencia ha ido más allá de los propios derechos, pues han generado un ambiente de mayor aceptación y respeto hacia nuestro colectivo. Esto ha supuesto un cambio respecto a la situación anterior al reconocimiento muy grande, y estos derechos han pasado a convertirse en factores de resiliencia que facilitan la construcción de identidades LGTB+ en nuestro país y que facilitan vivirlas con todas las garantías:

*“Mira, la tesis se hace en un momento crucial, que es el momento en que estamos alrededor de la aprobación del matrimonio [sí, del matrimonio]. Entonces, eso tiene una presencia clara en la tesis. Porque es también yo creo que un momento para la comunidad LGTB muy importante porque de repente, de no estar reconocidos unos derechos básicos pasamos a tener reconocimiento al matrimonio y a la adopción, o sea, a la idea de formar familia. Es un cambio donde vemos algo que para la mayoría de las personas que llevábamos ya una trayectoria, pensábamos que eso iba a ocurrir, pero muchísimos años más tarde”.*

Otro de los códigos con seis (6) citas es el denominado *Conformidad: cómodos con la norma*. Desde que los derechos de las personas LGTB+ fueron reconocidos y nos sentimos parte de la norma, la comunidad ha ido perdiendo una de sus mayores fortalezas, la capacidad de reflexionar, cuestionar y criticar los supuestos que desde la sociedad se nos imponen como correctos o buenos. Nos hemos acomodado y nos hemos vuelto más vulnerables a ser influenciados por el marketing de consumo y por el ideológico:

*“Yo creo que hemos perdido un factor de resiliencia importantísimo =. = No perdido, pero aminorado, que es la capacidad reflexiva. La capacidad, porque antes, cuando estábamos al otro lado, de alguna manera te planteabas “esto que me están contando, esta historia que me están contando no es la verdadera”. Esta historia es una historia*

*que me están imponiendo. Y entonces uno lo miraba, de alguna manera te separabas de la norma, mirabas a la norma y la criticabas”.*

El código *Deconstrucción de la norma*, también con seis (6) citas, contiene a la dinámica mediante la cual transformamos aquellas creencias que recoge la norma, que marcan los límites entre lo que considerado como bueno y deseable en la sociedad y lo que no lo es, en algo totalmente nuevo. Así, lo que podría suponer un factor de no resiliencia lo volvemos a construir con un significado positivo que nos aporta. Es, en definitiva, crear nuevo conocimiento, reaprender:

*“Eso es lo que hicieron los queer también. Reivindicar, coger una palabra, quitarle el contenido [jum] tal, y asumirla como algo en positivo ¿vale? Eso es perfecto, eso es perfecto, eso son estrategias que la comunidad LGTB hemos ido aprendiendo y que serían extrapolables a más ámbitos ¿vale? Sería súper bueno también, y la verdad que es una pena que todo eso no se dé más a conocer porque yo creo que es importante”.*

El último código con seis (6) citas es el denominado *¿Para qué una comunidad?: falta de metas claras*, en el que se planteó que, tras luchar y conseguir los derechos legales, la comunidad LGTB+ presenta signos de debilidad a la hora de concebirnos como un colectivo diferenciado y útil, a la hora de darle sentido a nuestra existencia, y esto se extiende inevitablemente al abordaje de los retos por los que tenemos que trabajar. Algunas personas, tanto de fuera como de dentro del colectivo, consideran que después de conseguir los derechos legales ya no hay nada más que hacer, pero lo cierto es que aún hay metas que alcanzar, aunque estas sean más difusas, más difíciles de ser percibidas y de cambiar. Hay que cambiar a la sociedad y eso requiere más tiempo:

*“Las comunidades cada vez están como, ¡ts!, incluso los colectivos, como más desinflados porque “sí vale, tal, nos quedan pellizquitos, nos queda la homofobia, nos queda no sé qué”, pero ya no hay como antes, que había un objetivo claro. “¡Ua, vamos a por los derechos legales!”. Entonces, la falta de objetivos, que sí se tenía cuando lo de la tesis [jum], y que sí que era un elemento que en la tesis que se veía “hemos luchado por un objetivo y lo estamos consiguiendo”, ahora es como más desinflado. Ahora esto ya es más lento [claro]”.*

A continuación despliego un bloque de códigos que están conformados por cinco (5) citas. Comienzo con el código *Comunidad LGTB+*: *reflexionar, cuestionar, reivindicar*, cuyas citas expresan la idea de que la comunidad LGTB+ siempre ha tenido la capacidad de reflexionar sobre la norma, reivindicar que hay otras formas de hacer las cosas y criticar los atropellos que se han producido contra la propia comunidad LGTB+ y contra otras comunidades. Desde que se han conseguido los derechos, se ha perdido en parte esta capacidad, pero tenemos que volver a potenciarla. La comunidad tiene un papel social clave que no podemos dejar de lado, tenemos que usar nuestra fortaleza y seguir actuando como fuerza de cambio en beneficio de nosotros como comunidad y de la sociedad en general.

*“CREO QUE LA COMUNIDAD LGTB SIEMPRE TUVO LA COSA DE ANALIZAR, CUESTIONAR, REIVINDICAR Y QUE AHORA COMO SE NOS HAN CONCEDIDO UNOS CUANTOS DERECHITOS, YA ESTÁ, CÁLLATE. Pero no debemos perd<sup>er</sup> lo de val<sup>or</sup> que tenemos, que es continuar reivindicando, continuar pensando, continuar, de alguna manera, cuestionando una realidad que dista mucho, desde mi punto de vista, de ser una realidad integradora, [jum] ¿vale?. Entonces, ahí es donde para mí, vamos, vital”.*

Otro de los códigos con cinco (5) citas es *Difuminar estereotipos de género*, que recoge los aspectos de la conversación referidos a derribar los muros invisibles y crear nuevos caminos de desarrollo para las personas que les permitan ir más allá de los límites impuestos a su género:

*“Las estructuras básicas de fondo social no han cambiado [jum], no han cambiado. Entonces, eso o lo trabajamos y lo integramos en la cotidianidad con los niños y niñas Y CON LOS PADRES, porque es que habrá que trabajar con los padres también, porque los padres recibieron todo, como digo yo, MAMARON DISNEY”.*

En cuanto al código *Identidades autoreferenciadas* (5 citas), como concepto apareció en la conversación para hablar del producto de un proceso resiliente transformador, una identidad construida a lo largo del camino cuyo contenido aporta ganancias y satisfacción a quienes se identifican con ella, y que da sentido a su experiencia. Es, en definitiva, decir al mundo “yo soy”:

*“La necesidad de que esa identidad se positivice, ¿me entiendes? [si]. Y a lo mejor me va a dar sentido de propósito, precisamente para (.05) seguir intentando cambiar todas estas realidades sociales, pero la identidad autoconstruida, autoreconocida, yo creo que es el punto de partida para este tipo de procesos de resiliencia [vale]. Fluide, si tú quieres, todo lo que tú quieras [sí], pero tiene que estar, tiene que existir un constructo que yo diga “yo soy, yo me identifico, yo me creo” y ahí es el punto para mí importantísimo, el punto de partida de este tipo de procesos de resiliencia”.*

Y cerramos los códigos con cinco (5) citas con el denominado *Positivar la sexualidad*, que fundamenta que, desde nuestra cultura, enormemente influida por el catolicismo, se han considerado algunas partes del cuerpo, los actos sexuales que no conducían a la

procreación y las relaciones diferentes a las heterosexuales, como pecado. Eso, en menor o mayor medida, continúa existiendo en la sociedad en forma de valores y creencias sobre que es más aceptable, más natural, más puro y más bueno, y lo que no lo es. Por tanto, hay que trabajar para diluir estos componentes culturales y hacer entender que no hay nada malo en el sexo ni en nuestro cuerpo, y transmitir una visión positiva de la sexualidad, que favorezca experimentar con el propio cuerpo, experimentar con personas diferentes y prácticas diferentes:

“Vayamos a la verdadera sexualidad, a positivar la sexualidad, a positivar la exploración, a positivar el propio cuerpo”.

El cuarto bloque recoge aquellos códigos que integran entre cuatro (4) y tres (3) citas. Entre los códigos con cuatro (4) citas se encuentra *Estar en los márgenes te da libertad* y hace referencia al hecho de estar fuera de la norma, fuera de esos límites estrictos impuestos por la sociedad que se les aplican a los hombres y mujeres heterosexuales. Esta situación de ser LGTB+ te proporciona una libertad tanto para ser como quieras ser, como para criticar las presiones de los medios de comunicación y de la sociedad de consumo, que desean que te pliegues a la forma de estar en el mundo que quieren imponer:

*“El ser homosexual, al principio cuando estás en la primera fase y tal cual, es hhhhhhh, no resiliencia, < porque juau!, no sé qué, no sé cuánto, no has comunicado que si tal, que si cual >, y ya después empieza a ser... mira, es que me aporta un montón. Me aporta el yo ver una vida que no está dentro de unos márgenes tan estrechos, me aporta disfrutar mucho más de esa gama de diversidad que a veces cuando estamos metidos en un parámetro pues no vemos, me aporta también pues mucha riqueza por la cantidad de*

*contactos que he podido hacer, me aporta un sentido de compromiso, me aporta...yo que sé. Y entonces, te das cuenta que realmente ha habido un proceso de resiliencia”.*

También con cuatro (4) citas tenemos el código *Necesidad de referentes positivos LGTB+*. El tema conversacional se mueve alrededor de la cuestión de que siempre ha habido una falta de referentes en la comunidad homosexual. En los medios, cuando se nos visibiliza, aparecemos de manera preponderante como personajes muy pegados al estereotipo asociado al LGTB+, con un papel cómico que no aporta mucho más allá de nuestra orientación afectivo/sexual. No profundizan en estos personajes, en sus deseos, sentimientos o miedos y desde luego, no suelen realizar tareas importantes, nunca somos el héroe de la película. Esto ha producido que las personas LGTB+ siempre hayamos tenido que construir esta identidad sin una base, sin modelos de personas ni de relaciones. Si fuéramos abiertos con nuestra orientación sexual y la visibilizáramos sea cual sea el ámbito en el que nos movamos, podríamos actuar de referentes LGTB+ positivos, tanto para la sociedad en general, normalizándonos a sus ojos y demostrando que podemos llegar a tener éxito en cualquier campo, como para aquellas personas que están en proceso o que aún no han comenzado la construcción de su identidad LGTB+, y ser en definitiva, un factor de resiliencia más que energice y facilite estos procesos:

*“El mismo hecho de que tú puedas decirles a los niños con los que trabajas “mira, soy gay”. Quieras que no eso ya, si no tienen en la familia a alguien que también sea abierto y tal y cual, pues ya tienen un referente. “Ah mira, < pues mi profe que es tan divertido y que hace esto y lo otro, o el chico que nos viene tal, no sé qué >, pues es gay y a mí pues me parece tan guay”. ¡Genial!, porque eso es lo primero que quita los tabúes. Y también, porque es verdad que de alguna manera damos un modelo, un referente, a personas que están ahí y que a lo mejor van a iniciar el proceso ellos mismos”.*

En el código *Reafirmación de privilegios heterosexistas* (4 citas), se comparte como una posible causa del rechazo expresado por ciertos grupos ante la obtención de derechos por las personas del colectivo LGTB+, es que estos grupos perciben este hecho como un ataque a su posición privilegiada, como una disminución de aquellos beneficios que les hace diferenciarse positivamente de otros grupos de la sociedad:

*“Hay ese sustrato de gente homófoba, que va a lanzar esas cosas y que va a sentir esas ofensas, < porque encima se ofen^den >[sí, jeje] ¿pero qué te he hecho YO A TI?. “No, es que si tú te casas a mí me of^endes”. Pues mire, problema de ust^ed que se ofende ust^ed. Es que no entiendo, pero claro, < sí que lo entiendo, yo les digo que no lo entiendo pero sí que lo entiendo>, es que me estás quitando mis privilegios ¿vale? [exacto]. Es que algo que yo era el “number one”, ahora resulta que en el cotarro del matrimonio aquí entra todo el mundo y yo que me sent^ía tan maravilloso, y tan tal y tan no sé cuánto... ¿ahora cómo puedo decir “yo soy especial”?”.*

Con tres (3) citas aparecen los códigos *Positivar la exploración*, *Queer como ampliación* y *Queer como estereotipo*. El primero expresa la intención de entender la sexualidad desde una visión positiva, libre de pecado, que favorezca experimentar con el propio cuerpo, experimentar con personas diferentes y prácticas diferentes:

*“Yo creo que también estamos asistiendo en la juventud a abrir un poquito más la mente ¿vale?. Sí, es verdad que las generaciones más antiguas lo van a tener difícil, pero las generaciones jóvenes incl^uso, y a mí el otro día me pregunt^aron, y dice “no, es que yo veo que hay muchos chicos y chicas jóvenes que prueban a tener relaciones con gente de su mismo sexo y tal y cual”. Y a mí, digo, pues a mí me parece GENIAL, que prueben”.*

El siguiente código con tres (3) citas es el denominado *Queer como ampliación* y gira alrededor de como entendemos lo “queer”, como un constructo que habla de una diversidad sexual que no se conforma con la dicotomía de los términos tradicionales, que rechaza su esencialismo y la idea de una identidad sexual fija e invariable. Lo “queer” es en definitiva una etiqueta que intentar recoger la idea y la experiencia de construir y vivir una identidad afectivo-sexual fluida. Cuando alguien adopta la etiqueta “queer” con este significado, desde el sentido positivo, desde el sentido de ser un constructo que abarca más y que limita menos, decimos que lo hace desde la ampliación: *“Entiendo que me veas como lesbiana, pero soy qu^eer por esto, por esto y lo otro, porque además tenemos esta historia y además tenemos tal y además no sé cuánto. ¡Perfecto!, ¡chapó!, porque estás construyendo lo queer como una ampliación : ¿vale?, una ampliación de algo que no identificas como negat^ivo.*

Y con tres (3) citas también aparece el código *Queer como estereotipo*, que nos relata como lo “queer”, desde lo que reivindica, no puede escapar de los de las limitaciones del lenguaje. Siempre que usamos el lenguaje para expresar nuestras vivencias, sensaciones, pensamientos o como en este caso, nuestra identidad, usamos unas palabras rígidas, limitadas y cargadas de significados. Lo “queer” no puede evitar que se le asocie también a un estereotipo, a una manera de estar y de ser, lo que resulta paradójico en aquellos que asumen lo “queer” para escapar de los estereotipos negativos que existen sobre los términos LGTB tradicionales:

*“Hay una etiqueta social, pero también está la etiqueta < que por eso yo digo > autorreferenciada, donde yo me cojo y me empodero en una etiqueta, pero no me dejo que la etiqueta me la construya otro, la etiqueta me la construyo yo, ¿vale? Y entonces yo la lleno de contenido. Los queer también de alguna manera hacen eso, me quedo en*

*una etiqueta que al fin y al cabo es una etiqueta, porque no podemos escapar de la trampa del lenguaje. Pensamos, razonamos dentro de un parámetro que es obviamente el lenguaje, por mucho que tú quieras decir que el queer que no, que se sale, que tal, que cual, no deja de ser una etiqu^eta [jum], y al final acabamos por tener estéreo^tipos también”.*

En el quinto bloque, presentaremos nueve códigos, todos ellos conformados por dos (2) citas. Comenzamos con *El armario no se elige*, en el que se habla del uso del término armario como metáfora de la ocultación de una orientación afectivo/sexual LGTB+, a la que normalmente se ven obligados las personas del colectivo, tanto por la existencia en la sociedad de creencias negativas sobre su estilo de vida como por recibir comportamientos discriminatorios y sufrir incluso consecuencias penales:

*“El armario es un constructo que nos meten, no que uno se mete, nadie elige el armario. El armario es un constructo social, creado, bien fabricado, que en un momento determinado, a las personas homosexuales, enseguida se les dice eh, empiezas a descubrirte, esto, ocultación, ¿vale? Le hemos dado un nombre y además que está muy bien que le demos un nombre porque así funciona como metáfora”.*

Continuamos con el código *Energías comunes del proceso de resiliencia: energía de aprendizaje, energía creativa y energía de relación*, en el que se habló acerca de que, si se potencian y trabajan estas tres energías, se contribuyen al avance del proceso resiliente:

*“Si estamos dinamizando la energía de relación, si estamos dinamizando energía de aprendizaje y estamos dinamizando energía creativa, tenemos casi absoluta seguridad que estamos haciendo que el proceso de resiliencia avance”.*

Con dos (2) citas también se encuentra el código *Energía de aprendizaje*, en el que se habló específicamente de una de estas energías que podemos encontrar en los procesos holísticos resilientes:

*“No es casualidad ¿vale?, que esto se produzca porque claro, es que es un colectivo con una vivencia determinada y eso da lugar a una manifestación cultural. Pero la riqueza que también te puede dar a ti como persona LGTB imbuirte de ese mundo, de esa cultura también que ha llevado a otras personas pues, pues, pues a la literatura, a la pintura, al no sé qué, al no sé cuánto, a la música, me da lo mismo ¿vale?. Entonces, eso es energía de aprendizaje”.*

También con dos (2) citas están los códigos *Homofobia en la escuela* y *Humor y resiliencia*. El primero trata sobre la homofobia y el heterosexismo social que se ven reflejados en las conductas y verbalizaciones de los niños, niñas y adolescentes. Las actitudes y expresiones homófobas aún persisten en el contexto escolar, durante una época sensible donde ya de por sí se maximiza en los adolescentes una masculinidad y una feminidad que hacen un daño palpable y que retrasan los procesos de resiliencia de las personas que están empezando a construir su identidad LGTB+:

*“Hay mucha homofobia en los institutos. Por ahí no hemos avanzado mucho. Todavía la construcción, por ejemplo, de la masculinidad se basa en un parámetro muy claro, que es “Yo soy hombre porque no soy marica” [ujum]. Entonces, obviamente, mientras eso siga en el subconsciente colectivo, me tengo que reafirmar como hombre porque no soy MUJER y sobre todo no soy gay”.*

El segundo pone el énfasis en el humor como factor de resiliencia, como estrategia de afrontamiento y como un instrumento que disminuye las penas y nos empuja hacia

delante, el humor como una forma de llegar a la gente y ayudarles a de-construir los estereotipos que existen sobre nuestro colectivo:

*“Hay que tomarlo con humor, el humor sí que es un factor de resiliencia maravilloso [sí, lo sé, lo sé]. Ese es uno de los mejores y mayores factores de resiliencia, y otro de los factores de resiliencia de la comunidad LGTB maravillosos. Yo creo que de verdad el humor, el humor, el recurso del humor, el habernos reído hasta de nuestra s^ombra, es lo que nos ha dado también muchas alas resilientes, así que no hay que dejar de ejercitarlo, ja”.*

En el código *las personas bisexuales lo tienen más difícil* (2 citas) se explicita como la bisexualidad, debido a los estereotipos sobre ella que están presentes en la sociedad, no es una orientación que sea fácilmente entendida, ni siquiera por personas de la propia comunidad LGTB+, lo que complica más de por sí la construcción de una identidad bisexual:

*“La bisexualidad, que no hemos nombrado [sí] y que es muy importante ¿vale?, porque es otro constructo que es donde uhm, si las mujeres heterosex-, eh, las mujeres lesbianas lo tenían difícil, los hombres gay también, quien verdaderamente, y en la tesis sale [claro], lo tiene difícil son las personas que se identifican como bisexuales, que reciben codazos de todos los lados”.*

Así mismo con dos (2) citas, se habló de *Reivindicar otras maneras de relacionarnos*, ya que como agentes de cambio social que somos, podemos actuar para modificar esta manera individualista de vivir la vida que se nos impone y que nos hace sentirnos infelices y no apoyados. Nosotros somos el mejor ejemplo que vivir y trabajar en comunidad da

sus frutos. Podemos expandir la idea de un ser humano relacional que gana viviendo en sociedad, trabajando en sociedad y pensando en sociedad:

*“Creo que es tan importante las personas que tienen conciencia que actúen y que realmente reivindiquen otro modelo, otra forma de estar en la vida, otra forma de relacionarse, porque es la única, la única manera que tenemos de contrarrestar todos estos poderes, que además son poderes mediáticos [jum] y son poderes económicos, que lo que buscan es el divide y vencerás. Lo que buscan es meternos en el individualismo competitivo feroz que hace a la gente profundamente desgraciada”.*

El código al que hemos denominado *Un corre, corre. No hay tiempo para la reflexión* (2 citas), cuestiona como el estilo de vida actual, que está cargado de exigencias y obligaciones que ocupan gran parte de nuestro tiempo, nos deja sin apenas momentos para reflexionar y cuestionar sobre la norma que nos están vendiendo, y desde luego, menos aún para hacer algo por cambiarla. Solo aquellos que viven fuera de esta norma son los que están en la mejor disposición para no dejarse llevar por este ritmo y para cuestionar que esto que nos están proponiendo no nos está siendo ni útil para crecer como persona ni para disfrutar de todo lo bonito que tenemos en la vida:

*“La gente NO LO VE, NO LO VE, PERO POR FALTA DE ANÁLISIS, porque realmente estamos en una sociedad donde se ha perdido... o también nos hacen vivir en un tren de vida en que es difícil pararse a analizar, ¿vale? [si]. Y entonces, < tienes que hacer esto, y ahora lo otro, y ahora lo otro >. Ustedes jóvenes, < y la carrera, y cuando acabes la carrera no sé cuánto, y no sé qué tal. Y ahora, ¡corre! ¡corre!, porque tienes que buscar trabajo tú, ¿o quieres hacer máster?, ¿quieres hacer máster?, pues venga >. No tienes tiempo. Y entonces al final, entre las múltiples actividades, las múltiples obligaciones,*

*tiempo para uno decir, debatir y tal... es que son 4 y el de la guitarra [pff] los que, en este momento, están cuestionando las cosas".*

Y en el código *Viva la red* (2) nos maravillamos con el muy posible surgimiento de un nuevo modelo social, el modelo red, que traería consigo una sociedad más igualitaria y unida, sin estructuras de poder y sometimiento, en la que podríamos desarrollarnos de mil maneras diferentes, sin tantos límites. Nos moveríamos en un ambiente de apoyo y cooperación, y al estar todos los seres humanos tan interconectados, saldríamos reforzados de los avances y éxitos de los demás:

*"Empezar a reivindicar el modelo RED por encima del modelo jerárquico, y los jóvenes ya lo pueden entender, ya pueden pensar en modelo red, porque ya viven en red [jum], y eso es lo que necesitamos para crear una sociedad más igualitaria, un modelo red. No un modelo piramidal, no nos interesan las pirámides para nada, no nos interesan las jerarquías para nada, la red, es el marco natural donde el ser humano puede florecer, puede prosperar. Y ya tenemos medios para hacerlo posible, entonces antes cuando se hablaba del modelo r^ed y tal y cual, parecía algo como tal, pero hoy en día los jóvenes lo entienden y con eso yo ya me quedo encantada [jum]. ¡F^uera jerarquías, viva la red! Jajajajaaj".*

En el sexto y último bloque, presentaremos los códigos integrados por una (1) cita. El código *Aprender a no estar en el privilegio*, en el que hablamos de lo conveniente que sería enseñar a la sociedad a no acomodarse y aferrarse a una posición privilegiada, porque tarde o temprano y por un diverso abanico de causas, esta posición se pierde:

*"El privilegio se te acaba. Se te acaba cuando dejas de ser joven, se te acaba cuando dejas de ser más rico, se te acaba cuando te pones enfermo, se te acaba con tantísimas*

cosas en la vida. Es tan triste, sentirte que estás en el privilegio, porque la vida tarde o temprano te baja de él. Pues (1) aprende a no estar en el privilegio (.10) ¿vale? Esa sería una buena lección para la sociedad, aprende a no querer estar en esa cúspide de la ola porque es que es estúpido, es que no resiste, la ola baja señores, baja más tarde, baja más temprano, baja por un accidente, baja por tal, baja por cual, pero el privilegio se pierde. Y si no, lo vas a perder con la edad, por mucha cirugía, por mucho maquillaje, por mucho no sé qué, por mucho no sé cuánto, lo acabas perdiendo [jum]”.

En el código *Autoreconocimiento: punto de partida del proceso de resiliencia*, se identificó como el autoreconocerse como persona LGTB+ es el punto de arranque del proceso holístico de resiliencia que se lleva a cabo en la construcción de una identidad LGTB+, es el factor de resiliencia que sirve de impulso para la aparición y desarrollo de los demás factores: “*La necesidad de que esa identidad se positivice, ¿me entiendes? [si]. Y a lo mejor me va a dar sentido de propósito, precisamente para (.05) seguir intentando cambiar todas estas realidades sociales, pero la identidad autoconstruida, autoreconocida, yo creo que es el punto de part^ida para este tipo de procesos de resiliencia [vale]. Flu^ida, si tú quieres, todo lo que tú quieras [sí], pero tiene que estar, tiene que existir un constructo que yo diga “yo soy, yo me identifico, yo me creo” y ahí es el punto para mí importantísimo, el punto de partida de este tipo de procesos de resiliencia*”.

Otro código integrado por una (1) cita es el denominado *El río de la resiliencia*, donde jugamos con la metáfora del proceso de resiliencia como un río, compuesto de factores de resiliencia que se unen e influyen, que proporcionan fuerza al torrente y que lo hacen avanzar, lo hacen fluir y lo hacen continuar hacia adelante sobrepasando los obstáculos: “*La resiliencia como el agua, el río [sí], el fluir, y las piedras como obstáculos, pero en*

*la medida que uno tiene más factores de resiliencia [de resiliencia], esas piedritas influyen cada vez menos, porque el río es fuerte, y el río incluso las puede bordear, las puede pasar por encima, puede- . Entonces, lo importante es tener un flujo de factores resilientes en la vida, con lo cual esas piedras que te vienen, que te pueden venir por ser LGBTI, que te pueden venir por cualquier historia u otra, que te pueden venir por enfermedades, que te pueden venir por mil cosas. Obstáculos en la vida siempre vamos a tener, y de alguna manera los obstáculos en la vida a veces son los que nos hacen aprender, y desarrollar estrategias y desarrollar eh ::, factores de resiliencia que nos los llevamos puestos para el siguiente obstáculo".*

Otro de los códigos con una (1) cita es *Identidades múltiples*, en el que se entiende la identidad como un constructo producto de lo relacional, que deja de verse como algo individual, estable e inmodificable. Una misma persona puede transformar su identidad indefinidamente, variarla según los diferentes contextos, ser una cosa y ser otra a la vez, incluso aunque estas no parezcan coherentes. Una identidad múltiple también puede formar parte de un proceso de resiliencia mientras esté constituida por contenido positivo: *"Son factores de resiliencia las identidades múltiples"*.

La temática del código *líderes transformadores* (1 cita) trata de que hasta en la situación actual más favorable, necesitamos de líderes del colectivo que sean la cara de nuestras reivindicaciones, que transmitan la fuerza y la ilusión necesarias para que las personas LGTB+ no estemos dispuestos a dejar que nos empujen hacia atrás, solo podemos permitirnos ir hacia delante en la consecución de nuestros derechos:

*“Todavía es necesario que sigan -surgiendo líderes, que siga surgiendo gente que de alguna manera tenga este espíritu transformador y de cuestionamiento (.10) de la realidad”.*

El código *Pensamiento colectivo asentado* (1 cita) incluye la idea de que los avances logrados por la comunidad LGTB+, los derechos que tantos años de lucha nos ha costado conseguir, están asentados en gran parte del pensamiento colectivo de la sociedad. Se da por puesto que estos derechos son razonables, justos y que favorecen a la sociedad en general, y que no podemos permitir dar pasos atrás en este tema:

*“ya tenemos los derechos. Hoy en día, a pesar de que existen voces que tal, parece que esto se está consolidando, ya no solo en España sino a nivel mundial. Y entonces un poco la idea de somos ciudadanos de derechos [jum] y el matrimonio es una de las opciones que tenemos y formar familias, por supuesto, pues está ya asentada. Eso por un lado, en el pensamiento colectivo”.*

Con el código *Plantar semillitas: poco a poco* (1 cita) hicimos un paralelismo con la manera en que podemos favorecer los procesos de resiliencia de los demás, que es esparciendo factores de resiliencia por el mundo que puedan, en su momento, dar energía y fuerza en la construcción de nuevas identidades LGTB+:

*“Hay mucho todavía por hacer, pero hay que hacerlo. Hay que poner [sí] hay que empezar, hay que hacer [sí], aunque sea una semillita, aunque sea algo. El que tú estés con críos y que tú puedas hablarlo abiertamente, eso ya es una semillita =. = Yo siempre digo, vamos a no ser ambiciosos, vamos a simplemente plantearnos plantar semillitas. Que esa semillita después puede crecer. A lo mejor tú ya no la vas a ver, no importa, pero*

*ya has dejado la semillita plantada, ¿vale? Para mí ese es el trabajo con resiliencia. Plantar semillitas, ya está”.*

El código *Proactividad* (1 cita), en los procesos de resiliencia, se refiere a una actitud de no esperar a lo que te venga, sino de actuar con las herramientas que tengas:

*“Es una metáfora como, que me da más un sentido más proactivo [jum], ¿vale? Más proactividad, no “uy, y tengo que ir preparado por la que me pueda caer”, no, no. Es verdad, te pueden caer, pero vete, vete haciendo herramientas, vete disfrutando también del camino, vete aprendiendo de todo lo que te trae ese camino”.*

El código *Trabajar desde lo positivo* (1 cita), tiene como idea principal la importancia de trabajar en resiliencia desde lo que ya hay, desde los factores de resiliencia que están presentes, porque eso nos permitirá ir construyendo a partir de ellos, desarrollando el proceso a la vez que vamos creando sinergias con nuevos factores:

*“Entonces, a veces es simplemente dinamizar alguna de las cositas y trabajar siempre en positivo, desde lo que ya hay [jum], desde lo que ya está construido, de bueno, pues ahí vamos a ir siguiendo ahondando para crear sinergia, crear sinergias e ir apoyando esos procesos de resiliencia”.*

Y finalmente, los dos últimos códigos con una (1) cita, tienen que ver con el colectivo transexual. Uno es *Trans: formación en resiliencia* y la idea que recoge es que las personas transexuales tienen que realizar también un proceso de resiliencia para construir su identidad. Por tanto, especialmente desde su posición, tenemos que ofrecerles las herramientas y conocimientos necesarios para que no se dediquen solo a emular los estereotipos de género tradicionales, sino que aprovechen la posibilidad para romper con ellos y construir una identidad totalmente novedosa que les haga estar más a gusto consigo

mismos, que no sea un motivo de conflicto y dolor por no alcanzar unos ideales de masculinidad y feminidad y que demuestre que pueden ser el mejor ejemplo de que otra forma de ser es posible.

El otro código relacionado con el colectivo transexual es *Trans: hacerles sentir parte de la comunidad LGTB+* (1 cita), en el que expresamos como este colectivo incluido recientemente en las siglas LGTB+, es de los menos entendidos hoy por hoy por la sociedad. Por eso, como comunidad, debemos estar presentes, prestarles apoyos, darles formación, hacerlos sentir queridos e integrados, y luchar por los derechos que aún no le son reconocidos.

Ambos códigos comparten la misma cita: *“Inventa, crea tu manera de ser hombre, crea tu manera de ser mujer, fuera de unos estereotipos que te van a machacar siempre. Entonces, al propio colectivo trans hay que dotarlo de herramientas de resiliencia, hay que dotarlos de formación, hay que hacer que también sientan que son queridos y que son integrados dentro de la parte de la comunidad. Importantísimo. Y seguir trabajando pues, pues, para todos, sobre todo para los menores ¿eh?, los menores trans es algo que es importantísimo seguir trabajando para que se reconozcan los derechos pronto”*.

### **Análisis de las relaciones entre los códigos**

Se ha decidido hacer un análisis de las co-ocurrencias entre los tres códigos con mayor número de citas: *Tener derechos no es suficiente* (24), *Identidades como ganancia* (17) y *La comunidad LGTB+: nuestra fortaleza* (15). Ya no solo por ser los temas conversacionales que más han aparecido, sino también porque, desde las intenciones con las que inicié este trabajo, me parecen los de contenido más relevante.

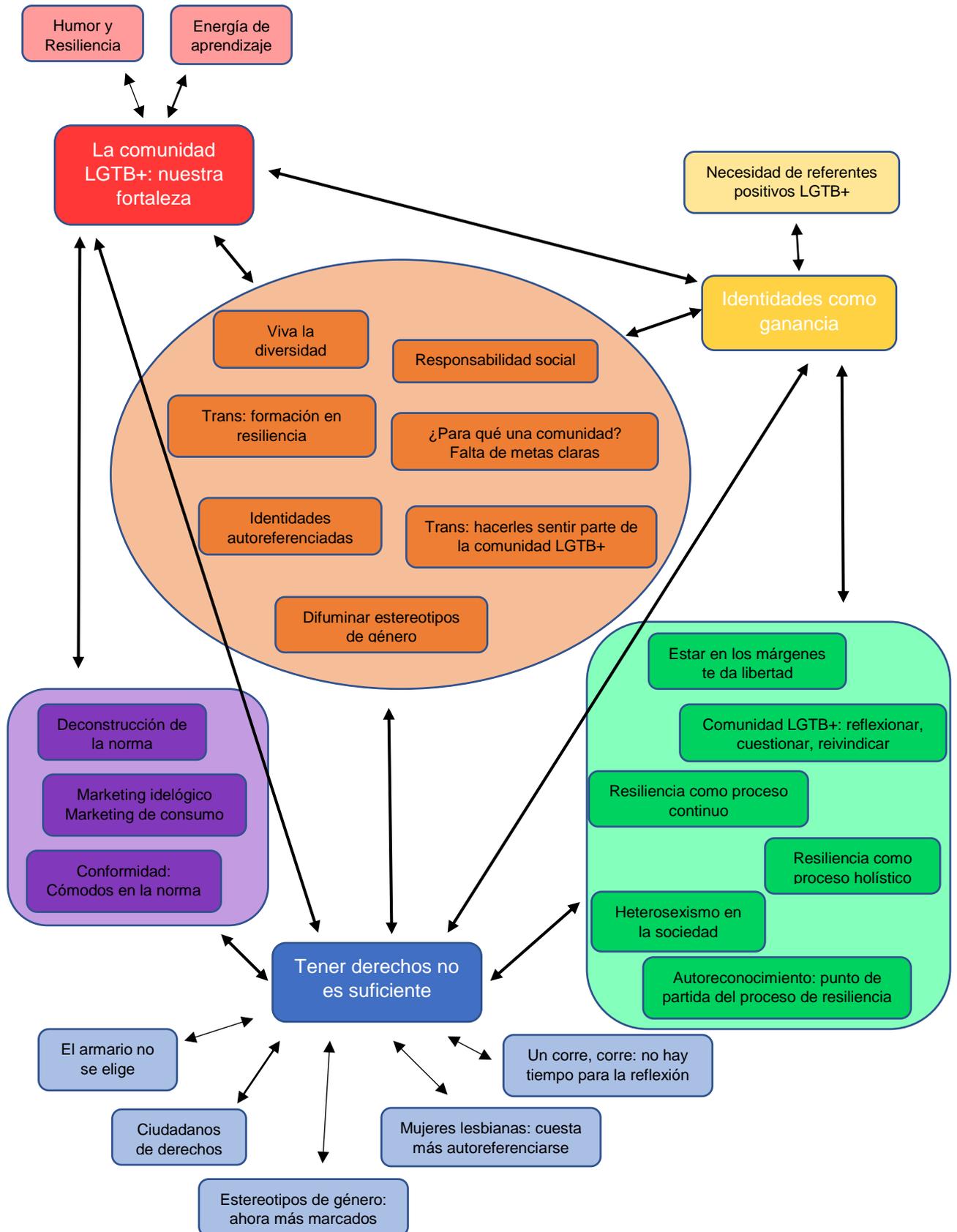


Figura 2. Co-ocurrencia de los 3 códigos más fundamentados: Tener derechos no es suficiente, Identidades como ganancias y La comunidad LGTB+: nuestra fortaleza.

En un primer nivel de análisis, comienzo relatando las co-ocurrencias del código que aparece de manera preponderante durante la conversación mantenida para este estudio: *Tener derechos no es suficiente*, con los otros dos códigos más fundamentados, *Identidades como ganancia* (8 citas compartidas) y *La comunidad LGTB+: nuestra fortaleza* (6 citas compartidas).

Al leer las citas compartidas entre los códigos *Tener derechos no es suficiente* e *Identidades como ganancia*, me lleva a pensar que tener derechos como ciudadanos no garantiza el desarrollo de una identidad positiva LGTB+, hay aspectos en nuestra sociedad que siguen poniéndoselo difícil a las personas LGTB+, por lo que hay que seguir trabajando para lograr vivirlo como un proceso de resiliencia.

*“Entonces, mientras no consigamos desgranar todo eso que está en el sustrato social, todavía eh, los gays, lesbianas, bisexuales, los queer, me da lo mismo como te quieras identificar, vamos a tener que hacer un proceso de resiliencia (.10) para llegar a una identidad positiva [jum] =. = Entonces, todavía es muy importante y hay mucho trabajito que ir haciendo, mucho trabajito”.*

En las citas compartidas entre *Tener derechos no es suficiente* y *La comunidad LGTB+: nuestra fortaleza*, se constata el importante papel de la comunidad LGTB+ como una comunidad mundial que nos proporciona apoyo, estrategias, energía y un instrumento para llevar acabo tanto la lucha por nuestros derechos, como para llevar acabo nuestro papel social.

*“CREO QUE LA COMUNIDAD LGTB SIEMPRE TUVO LA COSA DE ANALIZAR, CUESTIONAR, REIVINDICAR Y QUE AHORA COMO SE NOS HAN CONCEDIDO UNOS CUANTOS DERECHITOS, YA ESTÁ, CÁLLATE. Pero no debemos perd^er lo de*

valor que tenemos, que es continuar reivindicando, continuar pensando, continuar, de alguna manera, cuestionando una realidad que dista mucho, desde mi punto de vista, de ser una realidad integradora, [jum] ¿vale?. Entonces, ahí es donde para mí, vamos, vital”.

En un segundo nivel de análisis, nos enfocamos en cómo estos tres códigos más fundamentados, comparten a su vez citas con los siguientes siete códigos: *Difuminar los estereotipos de género*, *Identidades autoreferenciadas*, *¿Para qué comunidad?: Falta de metas claras*, *Responsabilidad social*, *Trans: formación en resiliencia*, *Trans: hacerlos sentir parte de la comunidad* y *Viva la diversidad*.

La relación con *Difuminar los estereotipos de género* está en que las personas de la comunidad pueden cumplir un papel de referente positivo a la hora de demostrar que se puede ser y vivir más allá de la dicotomía de género tan limitante, que se nos está vendiendo y que nos hacen asumir desde la visión heterosexista.

*Identidades autoreferenciadas* se vincula a los tres códigos en relación con que una identidad autoreconocida positiva, que se vea como una ganancia, puede proporcionar un sentido de propósito para seguir intentando cambiar las realidades sociales que nos hacen daño como comunidad.

En *¿Para qué comunidad? Falta de metas claras* la relación establecida con *Tener derechos no es suficiente*, *Identidades como ganancia* y *la comunidad LGTB+: nuestra fortaleza*, tiene que ver con la idea de que después de conseguir los derechos legales, la comunidad ha perdido parte de su fuerza y hasta desde dentro de ella se cuestiona su existencia, pero lo cierto es que sigue siendo necesaria para conseguir los objetivos que aún quedan por cumplir. Tenemos que sentirnos orgullosos de la comunidad, de lo que

hemos conseguido con ella y también de la identidad que hemos construido en ella, pues hemos pasado por un proceso de resiliencia que solo puede tener como resultado el orgullo de ser quien eres.

En *Responsabilidad social* la comunalidad recae en la idea de que desde el colectivo LGTB+ tenemos un papel social que cumplir, tenemos que ser gente activa dentro de la sociedad, tenemos que seguir reivindicando y reaccionando ante las dificultades e injusticias que nos encontramos, y seguir luchando para mejorar la situación de todos aquellos que tengan o estén construyendo una identidad LGTB+.

En el caso de los códigos *Trans: formación en resiliencia* y *Trans: hacerlos sentir parte de la comunidad*, hay que tener en cuenta que el colectivo trans sigue siendo uno de los colectivos LGTB+ menos entendidos por la sociedad, aun cuando fueron los primeros que comenzaron con las reivindicaciones del colectivo. Con esta situación, está claro que la comunidad tiene un papel que jugar a la de seguir trabajando por conseguir unos derechos específicos para este colectivo, tiene que seguir siendo una fuente de apoyo y aceptación, tiene que dotarlos de formación, herramientas y ayudarles en la construcción de una identidad “trans” positiva, que no se vea limitada por unos estereotipos de género imperantes que los excluyen por norma general.

*Viva la diversidad* se relaciona con los tres códigos analizados en que debemos, como comunidad, favorecer los procesos de resiliencia que dan fruto a identidades positivas LGTB+ de lo más diversas, y luchar para que esta diversidad tenga las condiciones necesarias para florecer y obtenga el respeto y el valor que merece.

En resumen, el sentido que le hemos atribuido a las citas compartidas por los tres códigos más fundamentado es que, aceptando la gran importancia de haber conseguido los

derechos de plena ciudadanía, todavía existen adversidades que le dan sentido a la organización de la comunidad LGTB+, entre otras la emergencia de los estereotipos de género y la incompreensión a nuevas identidades como las transexuales. Además de que la comunidad LGTB+ tiene sentido como colectivo que aporta a la sociedad en general argumentos para entender la diversidad, cualquiera que sea, como un valor.

El tercer nivel de análisis corresponde a las co-ocurrencias que comparten los códigos *Tener derechos no es suficiente* e *Identidades como ganancia*, con los códigos *Autorreconocimiento: punto de partida del proceso de resiliencia*, *Comunidad LGTB+: reflexionar, cuestionar y reivindicar*, *Estar en los márgenes te da libertad*, *Heterosexismo en la sociedad*, *Resiliencia como proceso continuo*, *Resiliencia como proceso holístico*.

El sentido de las citas compartidas, para mí, tiene que ver con que los derechos conseguidos como colectivo LGTB+ no están garantizando que el generar identidades que cuestionen el heterosexismo de la sociedad, sea un proceso fácil o exento de sufrimiento. De ahí que tenga sentido que la comunidad LGTB+ siga manteniendo los valores que le llevaron a constituirse como grupo que, al situarse en los márgenes, se siente legitimado para cuestionar los estereotipos que invisibilizan la diversidad y reivindica que es posible vivir de otra manera. Este proceso que realiza la comunidad LGTB+ de montar y desmontar los significados que emergen en la sociedad, forma parte de entender la resiliencia como un proceso continuo que se alimenta de múltiples aspectos presentes en el entorno.

El cuarto nivel de análisis corresponde a las co-ocurrencias que comparten los códigos *Tener derechos no es suficiente* y *La comunidad LGTB+: nuestra fortaleza*, con los

códigos *Conformidad con la norma, Deconstrucción de la norma y Marketing ideológico/Marketing de consumo.*

El sentido de las citas compartidas refieren como la comunidad LGTB+, desde que los derechos han sido reconocidos y se siente dentro la norma, ha perdido una de sus grandes fortalezas, la capacidad de análisis y de criticar al “status quo”, característica que tenemos que volver a potenciar si no queremos ser vulnerables a lo que la sociedad de consumo nos está vendiendo e imponiendo. De ahí que la comunidad LGTB+ debe plantearse mantener la estrategia de seguir apostando por la deconstrucción de la norma, que ha sabido utilizar con éxito para cuestionar el modelo único de sociedad que, desde el marketing ideológico, se nos bombardea.

El quinto nivel analiza las co-ocurrencias específicas del código *Tener derechos no es suficiente* con los códigos *Ciudadanos de derechos, El armario no se elige, Estereotipos de género: ahora más marcados, Mujeres lesbianas: cuesta más autoreferenciarse, Un corre, corre: no hay tiempo para la reflexión.*

Las citas compartidas nos hablan del optimismo que vive la comunidad LGTB+ al ver reconocida su lucha por los derechos como ciudadanos. Aun así se es consciente de que se mantienen dificultades que hacen pensar que tener derechos legales no garantiza su pleno desarrollo en la vida cotidiana de la gente LGTB+. En este sentido, el “armario” como metáfora que invisibiliza su identidad, sigue estando presente en grupos específicos como las mujeres lesbianas, las personas LGTB+ de mayor edad o las personas que ocupan determinados espacios laborales. Estas adversidades se sostienen en una sociedad que sigue alentando los estereotipos de género sin cuestionamiento, probablemente debido a que el estilo de vida tan apresurado que nos hemos impuesto, donde estamos

muy ocupados logrando “metas”, no deja tiempo para la reflexión y el cuestionamiento. Todo ello, nos hace defender la necesidad y utilidad de la comunidad LGTB+, donde podamos tener espacio para el debate y la crítica, además de para el apoyo a esos grupos específicos a los que no les ha sido suficiente el reconocimiento legal para autorreferenciarse.

El sexto nivel de análisis tiene que ver con la co-ocurrencia del código *Identidades como ganancia* con el código *Necesidad de referentes positivos LGTB+*, en el sentido de como los referentes positivos son importantes a la hora de construir una también positiva identidad LGTB+. Sin embargo, nuestra comunidad LGTB+ cuenta con escasos referentes que sean potentes y, en muchos casos, están asociados a estereotipos que reducen la amplitud de posibilidades de cualquier persona o colectivo.

El séptimo y último análisis presenta las co-ocurrencias del código *La comunidad LGTB+: nuestra fortaleza*, con los códigos *Energía de aprendizaje* y *Humor y resiliencia*. Las citas compartidas nos hablan de lo que la comunidad LGTB+ ha aportado a la cultura, a la investigación, al arte...cuando han buscado la manera de convertir el proceso de adversidad en un proceso de resiliencia. Así mismo, el humor siempre ha sido una de las estrategias más poderosas utilizadas por la comunidad para hacer menos pesadas a las dificultades, para añadir luz a lo que somos y a cómo vivimos. Por tanto, podemos considerar al humor como uno de los principales factores de resiliencia que potencian y dan energía a los procesos que llevan a cabo la comunidad LGTB+.

### **Discusiones, reflexiones y conclusiones**

El objetivo de este Trabajo de Fin de Grado nace de la curiosidad por las utilidades prácticas del enfoque de la *resiliencia* para el colectivo LGTB+. Por un lado, me

preguntaba si con los avances sociales y legales de los últimos años en España, que han despejado muchas de las adversidades que este colectivo ha tenido que vivir, ¿seguiría siendo útil entender el proceso de la identidad LGTB+ como un proceso de resiliencia? Por otro lado, en caso de entenderlo así ¿cuáles serían actualmente las “tiritas” que lo promueven?

Para responder a estas curiosidades iniciales, se lleva a cabo una conversación con Gloria Gil, autora de una de las tesis pioneras en España sobre resiliencia y LGTB+, publicada en 2010 y titulada “Los procesos holísticos de *resiliencia* en el desarrollo de identidades *autoreferenciadas* en lesbianas, gay y bisexuales”.

El contenido de esta conversación fue abordada desde las premisas de la investigación cualitativa (San Martín, 2014) mediante un análisis inductivo de los datos, con el deseo de generar conocimientos, reflexiones, cuestionamientos y propuestas que puedan ser inspiradoras para el colectivo LGTB+ y también para cualquier persona que tenga que vivir procesos de adversidad, así como para los psicólogos que puedan acompañarles en el proceso de resiliencia.

Uno de los hallazgos que más impacto me ha causado y que me parece relevante de cara al futuro, es el código que hemos denominado *Tener derechos no es suficiente*. La situación de las personas LGTB+ en España ha mejorado desde el 2005 cuando se aprobó la ley que regula sus derechos al matrimonio, adopción conjunta, herencia, pensión y acceso a la reproducción humana asistida. De eso no cabe duda, la ley por fin nos ampara y nos pone al mismo nivel que el resto de ciudadanos.

Sin embargo, no podemos olvidar que aún hoy, siguen estando presente en la sociedad algunas circunstancias que son un hándicap para el desarrollo de una vida plena de las

personas LGTB+. En nuestra sociedad occidental pervive un meta-relato que conlleva una actitud que intenta silenciar (a veces abiertamente, a veces sutilmente), todo aquello que esté fuera de los parámetros de lo que se considera “normal”. Este meta-relato tiene claros efectos en las vidas de todas aquellas personas y colectivos que están en los márgenes, incluyendo a la comunidad LGTB+.

Desde la mirada del construccionismo social (Gergen, 2015), dicho meta-relato es un claro ejemplo del poder que tienen las palabras para construir nuestras realidades y nos avisa, de como una historia que ha sido construida socialmente, crea los límites desde donde construir una identidad aceptada, ayudando estos a su vez a diferenciarla de las identidades que no lo son. Desde tales historias se justifica que debes ser de una determinada forma para ser normal y que aquellas personas que no logran o no quieren seguir ese patrón, serán categorizadas como “anormales”; y por tanto deben ser “ayudadas” para arreglar lo que no funciona y de esa manera, poder ingresar de nuevo en los parámetros de la normalidad. Podemos encontrar en estas historias sobre la “normalidad”, la base de múltiples comportamientos exclusivos y discriminatorios contra diversas minorías sociales y en concreto, con la comunidad LGTB+.

Esto nos invita a reflexionar sobre las historias que mantenemos y reproducimos, nos interpela acerca de cómo la comunidad LGTB+ puede aportar a nuevos y diversos relatos, desde el lugar especial donde nos ha situado el meta-relato del heterosexismo y la homofobia. Nos interpela en cuanto a qué hacer para difuminarlo y generar nuevos relatos que respeten y alienten la diversidad, ¿no nos podemos quedar callados! Para Gloria Difulvio (2011), una de las claves en los procesos de resiliencia que emergieron en su estudio con jóvenes durante su proceso identitario como personas LGTB+, fue su conexión con la comunidad LGTB+, que les hizo sentir que compartían experiencias y

luchas, desarrollando un sentido de propósito compartido: desprenderse de la opresión y avanzar hacia una sociedad que acepte la diversidad.

La comunidad LGTB+ tiene que enfrentarse directamente a ese meta-relato de la normalidad que hace tanto daño, que además está fuertemente conectado con el meta-relato del consumismo. Lo que emerge en los hallazgos del trabajo es el gran poder del marketing y de la publicidad, no solo para perpetuar los estereotipos de género, sino para “vender” una determinada manera de ser LGTB+, una determinada manera que garantice que irremediablemente debas consumir determinados productos, sean tangibles (determinada ropa, automóviles, viajes,...) o intangibles (determinada manera de consumir ocio, cultura,...), lo que nos hace sentir incómodos e inadecuados si decidimos vivir fuera de esos parámetros de consumo, restringiendo las maneras aceptables de ser LGTB+. El relato del consumo es claro: ¡Sí, te acepto con LGTB+, pero dentro de los límites que te ofrezco!

Y, en este sentido, conecto con otro de los hallazgos también muy potentes desde mi perspectiva, la capacidad de reflexión y de crítica desde los márgenes. Desde estas premisas, considero fundamental que seamos críticos con el marketing ideológico y de consumo que de manera sutil puede estar engullendo la lucha por un mundo diverso en el que podamos caber todas las personas y donde celebremos la diversidad. Parece que no lo tenemos fácil y un ejemplo del que debemos estar atentos, tiene que ver con los intentos desde dicho marketing de consumo de querer adueñarse de un momento especial de reivindicación para la comunidad LGTB+, el *Orgullo*. Hemos sido testigos durante estos últimos años, pero especialmente el 2017 por la celebración del *World Pride* en Madrid, de cómo los medios generalistas dan especial importancia al número de visitantes y a los beneficios económicos que estos dejan en la ciudad, relegando el significado

reivindicativo y de cuestionamiento de nuestros derechos y la celebración de nuestra identidad.

Otro hallazgo que me ha resultado bastante potente ha sido saber que el resultado del proceso de *resiliencia* que llevamos a cabo es una identidad positiva. Tener una identidad LGTB+ es un valor en sí mismo, nos hace ser quienes somos y nos aporta unas ganancias que no solo revierten en nosotros, sino en toda la sociedad. Una de las ganancias más enriquecedoras que este proceso *resiliente* LGTB+ nos aporta es que nos volvemos sensibles a la injusticia propia y a la injusticia de los otros, empujándonos a no conformarnos con lo que tenemos e a ir más allá de los límites que se nos imponen. Desde nuestra experiencia única, hemos sabido canalizar esta adversidad y crear a partir de ella, no solo cultura y arte que mostrar al mundo, sino unas historias liberadoras que son una lucha en sí mismas, unas historias que deconstruyen esa normalidad que a tanta gente dejan fuera, a esa normalidad que entierra la diversidad que ya está ahí, que existe y que sería enriquecedora para el colectivo y para la sociedad si se valorara, y todo por entrar dentro de una uniformidad cultural que pone límites a nuestros sueños y a cómo deseamos vivirlos.

Estar en los márgenes proporciona a la comunidad LGTB+ una capacidad crítica y reivindicativa con la que, en gran parte, hemos logrado lo que hemos logrado. No debemos caer en la conformidad, ni en las garras de la dicotomía de género y del marketing del consumo, tenemos que seguir cumpliendo nuestro papel social y contribuir a generar una sociedad más plural.

Deseo terminar con algunas ideas que me llevo a modo de conclusiones:

- Tener derechos como ciudadanos no garantiza el desarrollo de una identidad positiva LGTB+, en la actualidad la homofobia se sigue manifestando de manera abierta o de manera sutil, por lo que sugiero que sigue siendo útil entender el proceso de la identidad LGTB+ como un proceso de resiliencia.
- Una de las “tiritas” clave en dicho proceso es la propia comunidad LGTB+, organizada como una comunidad mundial que proporciona apoyo, estrategias y energía para dar sentido a las experiencias especiales que se están viviendo.
- La reflexiones y cuestionamientos realizados por la comunidad LGTB+, que cuestionan las historias únicas como dirían Michael White y David Epston (1993), son útiles no solo para luchar por una vida digna y plena para las personas LGTB+, sino también para reivindicar una sociedad plural que acoge y celebra la diversidad.
- Deseo poner en valor la idea de reflexionar desde los márgenes. Es paradójico (como lo es en sí mismo el enfoque de la resiliencia) que el meta-relato social que expulsa a las personas LGTB+ de la “normalidad”, es al mismo tiempo el que les da la fuerza y los legitima para cuestionar los estereotipos que invisibilizan la diversidad.
- La comunidad LGTB+ mantiene vivo el cuestionamiento de una vida estereotipada. Y eso para mí tiene un gran valor en estos tiempos en los que debido al estilo de vida tan apresurado, no tenemos tiempo para la reflexionar y cuestionar. Todo ello me hace defender la necesidad y utilidad de la comunidad LGTB+, como espacio para el debate y la crítica, además de para ofrecer el apoyo a cualquier persona o colectivo que haya sido expulsado de la “normalidad”.

- Este proceso que realiza la comunidad LGTB+ de montar y desmontar los significados que emergen en la sociedad, forma parte de entender la resiliencia como un proceso continuo y complejo, en el que todo y todos estamos interconectados, influyéndonos mutuamente y transfiriendo energía entre los procesos resilientes que estamos llevando a cabo, tanto las personas como las comunidades y las sociedades, contribuyendo de esta manera al avance, mejora y bienestar de este holos que llamamos mundo.



## Referencias

- DiFulvio, G. T. (2011). Sexual minority youth, social connection and resilience: From personal struggle to collective identity. *Social Science & Medicine*, 72(10), 1611-1617.
- García, M.D y Torbay, A. (2012). Resiliencia y Universidad. Metamorfosis del Potencial Humano. En A. Forés y J. Grané. *La resiliencia en entornos socioeducativos*. (122-145) Madrid: Narcea.
- Gergen, K. (2015). *El ser relacional: más allá del yo y de la comunidad*. Bilbao: Descleé de Brouwer.
- Gil Hernández, G. E. (2007). El proceso de resiliencia en el desarrollo de la identidad lesbiana, gay y bisexual. *Vector Plus*, (30), 64-73
- Gil Hernández, G. E. (2010). *Los procesos holísticos de resiliencia en el desarrollo de identidades autorreferenciadas en lesbianas, gays y bisexuales (tesis doctoral)*. Universidad de Las Palmas de Gran Canaria, España.
- Grotberg, E. (1996). *Guía de promoción de la resiliencia en los niños para fortalecer el espíritu humano*. Holanda: Fundación Bernard Van Leer.
- Hatzenbuehler, M. L. (2009). How does sexual minority stigma “get under the skin?” A psychological mediation framework. *Psychological Bulletin*, 135, 707-730.

- Higgins, A., Sharek, D., y Glacken, M. (2016). Building resilience in the face of adversity: navigation processes used by older lesbian, gay, bisexual and transgender adults living in Ireland. *Journal of clinical nursing*, 25(23-24), 3652-3664
- Kosciw, J. G., Palmer, N. A., y Kull, R. M. (2015). Reflecting Resiliency: Openness About Sexual Orientation and/or Gender Identity and Its Relationship to Well-Being and Educational Outcomes for LGBT Students. *American Journal of Community Psychology*, 55(1-2), 167-178.
- San Martín, D. (2014). Teoría fundamentada y Atlas.ti: Recursos metodológicos para la investigación educativa. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*. Vol.16(1), 104-122.
- Shilo, G., Antebi, N., y Mor, Z. (2015). Individual and community resilience factors among lesbian, gay, bisexual, queer and questioning youth and adults in Israel. *American journal of community psychology*, 55(1-2), 215-227.
- Silverman, D. (2006). *Interpreting quialitative data*. Londres: Sage.
- White, M. y Epston, D. (1993): *Medios narrativos para fines terapéuticos*. Buenos Aires: Paidós.

## Anexos

### Anexo 1

#### La entrevista

---

Soy Marcos, estudiante del último año de psicología. Me encuentro realizando el trabajo de fin de grado con Doli, mi tutora. Te voy a resumir un poco como hemos llegado a tener este encuentro. Estoy cursando ahora una asignatura en la que hemos estudiado la resiliencia. Hablamos del propio proceso y sus características, de las distintas escuelas, etc, y en una de las clases, mi profesora Ángela utilizó una metáfora que me llegó, que resonó conmigo. Ángela habló de “tiritas”, un término que usó para referirse los factores de resiliencia. Quise enfocar el interés y la emoción que se despertó hacia este constructo a un aspecto que me resulta muy cercano, que es el colectivo LGTB+. Como miembro del colectivo, me interesa mucho saber que es lo que ayuda a otras personas del LGTB+ a aceptarse tal y como son y a visibilizarse en un mundo que muchas veces es hostil contra ellos exclusivamente por su orientación afectivo-sexual. En definitiva, conocer y saber identificar estas tiritas y poder desarrollarlas en un futuro en las personas que están sufriendo los efectos de la homofobia y el heterosexismo. Otra cosa que me motivó fue hacer una comparación personal, analizar mi propio proceso de identificación y visibilización como hombre homosexual. Tras contárselo a Doli, me llevó hasta tu tesis, que leí y me ha ayudado a responder muchas de mis curiosidades iniciales y a conocer muchos detalles sobre lo que es el desarrollo del proceso identitario como persona LGTB+. Ha habido cosas que comparto, y también ha habido cosas que me han hecho dudar. Y para resolverlas, no hay nada mejor que mantener una conversación con la autora.

---

---

**Pregunta disparadero: Desde que se publicó tu tesis, han pasado 7 años en los que habrás expandido tu conocimiento sobre el tema, habrás podido vivir y ver experiencias nuevas, se han producido cambios en la sociedad... ¿cómo es tu visión actual sobre el tema (resiliencia/LGTB+ y aspectos relacionados)? ¿qué nuevos conocimientos has generado? ¿Qué aspectos han cambiado? ¿qué no se da ya en el momento actual?**

1- Leyendo tu tesis hubo algo que me sorprendió. Esperaba que ante un proceso común para todos (salir del armario) existieran más similitudes entre los casos, pero los resultados reflejaban una realidad distinta. Encontraste aspectos comunes, como que para gran parte de la muestra, todo el proceso de resiliencia tenía su génesis con el autorreconocimiento como gay, lesbiana, bi, etc, al que le seguía la visibilización ante las amistades y que el apoyo era fundamental y ejercía su influencia en todo el proceso. Lo cierto es que la conclusión fue que este proceso era tremendamente personal, el resultado de múltiples posibilidades de interrelación entre los factores de resiliencia presentes, los de no resiliencia, las dinámicas y las energías movilizadoras, sus sinergias y los múltiples y diversos elementos del contexto sociocultural. **¿Cuáles eran los resultados que tú esperabas? ¿y los descubrimientos que te sorprendieron?**

2- **Si estuvieras realizando tu tesis ahora, con los nuevos conocimientos y experiencias que tienes, ¿qué otras preguntas o cuestiones incorporarías?**

---

---

**¿Cómo describirías el desarrollo identitario de las personas LGBT+ ahora?**

3- Volviendo al tema del autorreconocimiento, vimos que desde tu estudio se consideraba sumamente importante identificarse con uno de estos términos para empezar con el proceso identitario. En su gran mayoría, estos términos recogen las diversas formas de sentir y vivir de las personas del colectivo de nuestra y de otras culturas, y son útiles para mostrarnos al mundo y reconocernos entre nosotros. A veces pienso que, como etiquetas que son, pueden ser limitadas para expresar la complejidad de una identidad. Conozco historias de personas que han tenido que elegir términos más expansivos, fluidos, capaces de recoger más realidades como pueden ser Queer. También hay otros casos que consideran que estos términos occidentales no recogen su experiencia y se identifican con términos de su propia cultura, más complejos, en los que se entremezclan género, orientación sexual e incluso roles comunitarios determinados como son los de dos espíritus, el tercer género de la India o muxes. Yo me pregunto: **¿qué papel juega en estos casos el autorreconocimiento? ¿Cómo se desarrollaría el proceso identitario para estas realidades? ¿Hacer visibles identidades líquidas, múltiples, podría considerarse un factor de resiliencia?**

4- En tu tesis podíamos leer que las mujeres tenían más dificultades (la mayoría de los casos con más factores de no resiliencia eran mujeres) para llevar

---

---

a cabo este proceso, y que de hecho, lo hacen de manera más tardía que los hombres. Podríamos decir entonces que las lesbianas se suelen ver más afectadas por la homofobia social y el heterosexismo. Aun siendo yo consciente de que por su situación como mujer, se le suman retos añadidos y están entre otras cosas, más invisibilizadas, antes de leer la tesis pensaba que los hombres eran el blanco más perjudicado de la homofobia, o si no el más, el que recibía una homofobia más “agresiva”, al menos si tenemos en cuenta el plano más sexual. He escuchado con frecuencia comentarios de disgusto o asco antes la perspectiva de imaginar o ver un encuentro sexual entre dos hombres, cosa que aún no he podido presenciar ante la perspectiva de que sean dos mujeres. Yo he visto esto siempre como una consecuencia más del machismo que persiste en nuestra sociedad. Las mujeres siguen siendo vistas en muchas ocasiones como un objeto sexual con el que satisfacer el propio deseo y se ven sus relaciones íntimas desde esta óptica.

También he sido capaz de percibir como el machismo jugaba en contra de los hombres gays. Los estereotipos les atribuyen características femeninas, que desde esta visión/posición de superioridad del género masculino, los devalúan como hombres y son de nuevo, blanco de actos homófobos más “duros o agresivos”

### **¿Cómo valorarías mi experiencia?**

Y ahora, desde tu mirada de experta, conocedora de otras experiencias de personas LGTB+ y también desde tu experiencia como mujer lesbiana **¿Qué diferencias aprecias actualmente en las dificultades a las que se enfrentan**

---

---

**lesbianas y gays? Y en los aspectos en los que se apoyan para seguir adelante, ¿cuáles son las diferencias que identificas?**

5- Después de plantearme este tema, e inspirado por las historias que conocíamos en las clases sobre resiliencia que hemos tenido con la profesora Ángela este último mes, creé en mi cabeza una imagen, una animación, una metáfora para representar este proceso de reconocerse y vivir como homosexual. **Imagino que tú también tienes una, o que puedes crear una. Te invito a que compartamos estas imágenes.**

6- Algo que me motivó al principio fue saber cómo la gente del colectivo LGTB+ conseguía “brillar” en la adversidad. Brillar para mí es estar en paz con uno mismo, es ser lo suficientemente valiente para mostrarse, vivir la vida de una manera diferente a la que se nos inculca, superando las dificultades obvias que aun enfrentamos, es triunfar en un ambiente no favorable. **¿Cómo sería la trama vital de una persona que consideraras el ideal de éxito en un proceso de construcción de identidad LGTB+?**

7- Nuestro colectivo ha conseguido cambiar muchas cosas en unas pocas décadas, desde dejar de ser patologizados y penados judicialmente hasta poder contraer matrimonio. Y aún quedan muchas cosas por las que trabajar **¿Cuáles son para ti nuestros nuevos retos?** Para mí el colectivo trans es el que menos aceptación encuentra en la sociedad en general, el menos entendido y el que más problemática encuentra a la hora de poder de expresar abiertamente su

---

---

condición sin consecuencias. Pondría todos mis esfuerzos en mejorar su situación.

**Y ahora, quiero invitarte a soñar, a mirar hacia el futuro, desde un rol que nos proporcione cierta perspectiva sobre nuestra historia. Seamos un anciano LGTB+. Imagínate como una viejita, muy mayor, con cien años, con la piel arrugada, y con una maleta llena de vivencias y recuerdos ...**

**¿Qué hemos logrado Gloria? ¿qué cambios estarán disfrutando o querrías ver disfrutando a las nuevas generaciones LGTB+, que ni tú ni yo pudimos vivir?**

**8- Finalmente, me gustaría saber, ¿Qué tema no he tratado que no dejarías sin hablar? ¿De qué más tienes ganas de conversar?**

---

## Anexo 2

Listado de códigos ordenados alfabéticamente.

CÓDIGO	DEFINICIÓN	CITA
<b>96 historias, 96 caminos de resiliencia diferentes.</b>  *6	Hay tantas maneras de llevar a cabo un proceso de resiliencia como personas, pues los factores de resiliencia son muy dependientes de aspectos personales y del contexto y, aunque es cierto que hay factores más o menos comunes, los factores específicos de la persona pueden ser determinantes en el desarrollo de este proceso.	- Gloria: Cuando yo me empiezo a leer esas historias y esas historias me llegan, y me emocionan y veo la <u>diversidad tan rica</u> que hay, yo digo "yo no voy a <u>sacar</u> de aquí los quince factores más importantes, es que me importan un pito los quince más importantes". Es que <u>todos</u> son importantes para cada una de las historias
<b>Aprender a no estar en el privilegio</b>  *1	Sería conveniente enseñar a la sociedad a no acomodarse y aferrarse a una posición privilegiada, y más si esto se consigue negándole el derecho a otros, porque tarde o temprano y por un diverso abanico de causas, esta posición se pierde.	- Gloria: el privilegio <u>se te acaba. Se te acaba cuando dejas de ser joven, se te acaba cuando dejas de ser más rico, se te acaba cuando te pones enfermo</u> , se te acaba con tantísimas cosas en la vida. <u>Es tan triste, sentirte que estás en el privilegio</u> , porque la vida tarde o temprano <u>te baja de él</u> . Pues <u>aprende a no estar en el privilegio</u> (.10) ¿vale?. Esa sería una buena lección para la sociedad, <u>aprende a no querer estar</u> en esa cúspide de la ola porque es que es estúpido, es que no resiste, la ola baja señores, baja

		más tarde, baja más temprano, baja por un accidente, baja por tal, baja por cual, pero el privilegio se pierde. Y si no, lo vas a perder con la edad, por mucha cirugía, por mucho maquillaje, por mucho no sé qué, por mucho no sé cuánto, lo acabas perdiendo [jum].
<b>Autoreconocimiento: punto de partida del proceso de resiliencia</b>	Autoreconocerse como persona LGTB es el punto de arranque del proceso holístico de resiliencia que se lleva a cabo en la construcción de una identidad LGTB, es el factor de resiliencia que sirve de impulso para la aparición y desarrollo de los demás factores.	- Gloria: la necesidad de que esa identidad se positivice, ¿me entiendes? [sí]. Y a lo mejor me va a dar sentido de propósito, precisamente para (.05) seguir intentando cambiar todas estas realidades sociales, pero la identidad autoconstruida, autoreconocida, yo creo que es el punto de partida para este tipo de procesos de resiliencia [vale]. Fluída, si tú quieres, todo lo que tú quieras [sí], pero tiene que estar, tiene que existir un constructo que yo diga "yo soy, yo me identifico, yo me creo" y ahí es el punto para mí importantísimo, el punto de partida de este tipo de procesos de resiliencia.
*1		
<b>Ciudadanos de derechos</b>	Refleja la situación actual de las personas LGTB en nuestro país. Tras una lucha y un trabajo muy bien realizados durante décadas, sin que desde el propio colectivo los esperamos tan pronto por como parecía avanzar la sociedad en estos temas, se nos reconocieron unos derechos que nos equipararon a los ciudadanos heterosexuales. Estos derechos se corresponden con la posibilidad de unirse legalmente en matrimonio y de adoptar niños y niñas, pero su influencia va más allá, pues se ha generado un ambiente de mayor aceptación y respeto hacia nuestro colectivo. Esto ha supuesto un cambio respecto a la situación anterior al reconocimiento muy grande, y estos derechos han pasado a convertirse en factores de resiliencia que facilitan la construcción de identidades LGTB+ en nuestro país y que facilitan vivirlas con todas las garantías.	- Gloria: Mira, la tesis se hace en un momento crucial, que es el momento en que estamos alrededor de la aprobación del matrimonio [sí, del matrimonio]. Entonces, eso tiene una presencia clara en la tesis. Porque es también yo creo que un momento para la comunidad LGTB muy importante porque de repente, de no estar reconocidos unos derechos básicos pasamos a tener reconocimiento al matrimonio y a la adopción, o sea, a la idea de formar familia. Es un cambio donde vemos algo que para la mayoría de las personas que llevábamos ya una trayectoria, pensábamos que eso iba a ocurrir, pero muchísimos años más tarde.
*6		
<b>Comunidad LGTB+: Reflexionar, cuestionar, reivindicar</b>	La comunidad LGTB+ siempre ha tenido la capacidad de reflexionar sobre la norma, reivindicar que hay otras formas de hacer las cosas y criticar los atropellos que se han producido contra la propia comunidad LGTB+ y contra otras comunidades. Desde que se han conseguido los derechos, hemos perdido en parte esta capacidad, pero tenemos que volver a potenciarla. La comunidad tiene un papel social clave que no podemos dejar de lado, tenemos que usar nuestra fortaleza y seguir actuando como fuerza de cambio en beneficio de nosotros como comunidad y de la sociedad en general.	- Gloria: CREO QUE LA COMUNIDAD LGTB SIEMPRE TUVO LA COSA DE <u>ANALIZAR, CUESTIONAR, REIVINDICAR Y QUE AHORA COMO SE NOS HAN CONCEDIDO UNOS CUANTOS DERECHITOS, YA ESTÁ, CÁLLATE</u> . Pero no debemos perder lo de val'or que tenemos, que es <u>continuar</u> reivindicando, continuar pensando, continuar, de alguna manera, cuestionando una realidad que dista mucho, desde mi punto de vista, de ser una realidad integradora, [jum] ¿vale?. Entonces, ahí es donde para mí, vamos, vital.
*5		
<b>Conformidad: cómodos en la norma</b>	Desde que los derechos de las personas LGTB+ fueron reconocidos y nos sentimos parte de la norma, la comunidad ha ido perdiendo una de sus mayores fortalezas, la capacidad	- Gloria: yo creo que hemos perdido un factor de resiliencia importantísimo =. = No perdido, pero aminorado, que es la capacidad reflexiva. La capacidad, porque antes, cuando estábamos al otro lado, de alguna manera te
*6		

	de reflexionar, cuestionar y criticar los supuestos que desde la sociedad se nos imponen como correctos o buenos. Nos hemos acomodado y nos hemos vuelto más vulnerables a ser influenciados por marketing de consumo e ideológico.	planteabas “esto que me están contando, esta historia que me están contando no es la verdadera”. Esta historia es una historia que me están imponiendo. Y entonces uno lo miraba, de alguna manera te separabas de la norma, mirabas a la norma y la criticabas.
<b>Construcción de la masculinidad: No soy mujer y sobre todo no soy gay</b>	El hombre ocupa la cúspide de la jerarquía en nuestra sociedad. Las múltiples características y estereotipaciones que tiene que cumplir para ser incluido en esta categoría se recogen en el concepto de masculinidad. Esta masculinidad, este ser hombre, se tiene que estar demostrando continuamente, se tiene que demostrar que se es digno de estar en el privilegio, y esto se consigue diferenciándose de grupos que están por debajo socialmente, como son las mujeres y los hombres a los que tradicionalmente se les asumen características femeninas, los hombres gays. Esto también explica la marginación y el rechazo histórico hacia los hombres gays y sus relaciones, pues estos con su conducta han elegido voluntariamente rechazar aquello que los hace estar en la cúspide, denigrando la imagen del hombre líder, del hombre macho.	- Gloria: Hay mucha homofobia en los institutos. Por ahí no hemos avanzado mucho. Todavía la construcción, por ejemplo, de la masculinidad se basa en un parámetro muy claro, que es “Yo soy hombre porque no soy marica” [ujum]. Entonces, obviamente, mientras eso siga en el subconsciente colectivo, me tengo que reafirmar como hombre porque no soy MUJER y sobre todo no soy gay
*8		
<b>Deconstrucción de la norma</b>	Dinámica mediante la cual transformamos aquellas creencias que recogen la norma, que marcan los límites entre lo que considerado como bueno y deseable en la sociedad y lo que no lo es en algo totalmente nuevo. Así, lo que podría suponer un factor de no resiliencia lo volvemos a construir con un significado positivo que nos aporta. Es, en definitiva, crear nuevo conocimiento, reaprender. Esta es una estrategia que se ha usado en muchas ocasiones por el colectivo LGTB+, sobre todo cuando este estaba fuera de la norma, para convertir términos originalmente dañinos en algo lleno de connotaciones positivas.	- Gloria: Eso es lo que hicieron los queer también. Reivindicar, coger una palabra, quitarle el contenido [jum] tal, y asumirla como algo en positivo ¿vale?. Eso es perfecto, eso es perfecto, eso son estrategias que la comunidad LGTB hemos ido aprendiendo y que serían <u>extrapolables</u> a más ámbitos ¿vale?. Sería súper bueno también, y la verdad que es una pena que todo eso no se dé más a conocer porque yo creo que es importante
*6		
<b>Difuminar estereotipos de género</b>	Es derribar los muros y crear nuevos caminos de desarrollo para las personas, sean LGTB o no LGTB, que les permitan ir más allá de los límites impuestos a su género. Para esto tendremos que trabajar necesariamente con los padres y madres, porque al fin y al cabo son uno de los agentes que transmiten y perpetúan la dicotomía tradicional de género en los niños y niñas. Necesitamos trabajar con ellos para deconstruir los estereotipos, y ayudar a entender a la mujer y al hombre de una manera diferente. Más que como mujer y como hombre hay que entenderlos como personas que se pueden construir fuera de estos estereotipos, y ser unos seres	- Gloria: las estructuras <u>básicas de fondo social no han cambiado</u> [jum], <u>no han cambiado</u> . Entonces, eso o lo trabajamos y lo integramos en la cotidianidad con los niños y niñas Y CON LOS PADRES, <u>porque es que habrá que trabajar con los padres también</u> , porque los padres recibieron <u>todo</u> , como digo yo, MAMARON DISNEY
*5		

	humanos más diversos, más ricos, más únicos.	
<b>El armario no se elige</b>  *2	El armario como metáfora de la ocultación de una orientación afectivo/sexual LGTB+, a la que normalmente se han visto y aún se ven obligados las personas del colectivo, tanto por la existencia en la sociedad de creencias negativas sobre su estilo de vida como por recibir comportamientos discriminatorios o por sufrir incluso consecuencias penales.	- Gloria: el armario es un constructo que nos <u>meten</u> , no que uno se mete, nadie elige el armario. El armario es un constructo social, creado, bien fabricado, que en un momento determinado, a las personas homosexuales, enseguida se les dice eh, empiezas a descubrirte, esto, <u>ocultación</u> , ¿vale?. Le hemos dado un nombre y además que está muy bien que le demos un nombre porque así funciona como metáfora.
<b>El río de la resiliencia</b>  *1	Un proceso de resiliencia es como un río, compuesto de factores de resiliencia que se unen e influyen, que proporcionan fuerza al torrente y que lo hacen avanzar, lo hacen fluir y lo hacen continuar hacia adelante sobrepasando los obstáculos.	- Gloria: la resiliencia como <u>el agua, el río</u> [sí], el <u>fluir</u> , y las piedras como <u>obstáculos</u> , pero en la medida que uno tiene más factores de resiliencia [de resiliencia], esas piedritas influyen cada vez menos, porque el río es fuerte, y el río incluso las puede bordear, las puede pasar por encima, puede- . Entonces, <u>lo importante</u> es tener un <u>fluir</u> de factores resilientes en la vida, con lo cual esas piedras que te vienen, que te pueden venir por ser LGTBI, que te pueden venir por cualquier historia u otra, que te pueden venir por enfermedades, que te pueden venir por <u>mil cosas</u> . Obstáculos en la vida <u>siempre vamos a tener</u> , y de alguna manera los obstáculos en la vida a veces son los que nos hacen <u>aprender</u> , y desarrollar estrategias y desarrollar eh ::, factores de resiliencia <u>que</u> nos los llevamos puestos para el siguiente obstáculo.
<b>Energía de aprendizaje</b>  *2	Una de las energías que podemos encontrar en los procesos holísticos resilientes.	- Gloria: No es <u>casualidad</u> ¿vale?, que esto se produzca porque claro, es que es un colectivo con una <u>vivencia</u> determinada y eso <u>da lugar</u> a una manifestación cultural. Pero la riqueza que también te puede dar a ti como persona LGTB imbuirte de ese mundo, de esa cultura también que ha llevado a otras personas pues, pues, pues a la literatura, a la pintura, al no sé qué, al no sé cuánto, a la música, me da lo mismo ¿vale?. Entonces, eso es energía de aprendizaje.
<b>Energías comunes del proceso de resiliencia, energía de aprendizaje, energía creativa y energía de relación.</b>  *2	En los procesos de resiliencia holística podemos encontrar tres energías, que si se potencian y trabajan, contribuyen al avance del proceso resiliente. Estas son: La energía de relación: Consustancial a los procesos de resiliencia, relacionada con el apoyo y la interconexión, tiene influencia en todos los aspectos pues todo está relacionado. La energía de aprendizaje: se aplica ante nuevos retos, relacionado con generar, con ser proactivo, se apoya en procesos exitosos anteriores. La energía creativa: representa la diversidad de estrategias y caminos a recorrer para desarrollar la resiliencia.	- Gloria: Si estamos dinamizando la energía de relación, si estamos dinamizando energía de aprendizaje y estamos dinamizando energía creativa, <u>tenemos casi absoluta seguridad que estamos haciendo que el proceso de resiliencia avance</u>
<b>Estar en los márgenes te da libertad</b>  *4	Refleja el hecho de estar fuera de la norma, fuera de esos límites estrictos impuestos por la sociedad que se les aplican a los hombres y mujeres	- Gloria: El ser homosexual, al principio cuando estás en la primera fase y tal cual, es hhhhhh, no resiliencia, < porque ¡uau!, no sé qué, no sé cuánto, no has comunicado que si

	<p>heterosexuales y que no pueden traspasar si quieren seguir siendo considerados como tales. Esta situación proporciona una libertad tanto para ser como quieras ser, para construirte como persona en base a tus propios criterios, valores e intereses como para criticar el desarrollo de la sociedad y el que nos estemos dejando llevar por lo que nos están vendiendo, aunque no nos esté haciendo ni más felices ni ayudándonos en nuestro desarrollo personal en absoluto.</p>	<p>tal, que si cual &gt;, y ya después empieza a ser... mira, es que me aporta un <u>montón</u>. Me aporta el yo ver una vida que no está dentro de unos márgenes tan estrechos, me aporta disfrutar mucho más de esa gama de diversidad que a veces cuando estamos metidos en un parámetro pues <u>no vemos</u>, me aporta también pues mucha riqueza por la cantidad de contactos que <u>he podido hacer</u>, me aporta un sentido de <u>compromiso</u>, me aporta...yo que sé. Y entonces, te das cuenta que realmente ha habido un proceso de resiliencia.</p>
<p><b>Estereotipos de género: ahora más marcados</b></p> <p>*8</p>	<p>En las décadas anteriores hubo un esfuerzo por parte de las madres, los padres y de la sociedad de intentar cambiar la educación diferenciada entre niños y niñas, de dejar de transmitir unas formas estereotipadas y limitantes de actuar y de vivir según el género. Pero actualmente, por la influencia de múltiples factores, los estereotipos de género se encuentran más marcados. Entre ellos podemos reconocer que ya de por sí nuestra sociedad es heterosexista y tiene una serie de creencias y valores sobre como deben ser los hombres y las mujeres que se encuentra en la base del conocimiento social y que se transmiten y reproducen en busca de la aceptación y el éxito social, y eso es una presión que tienen los padres y madres a la hora de educar a sus hijos. También hay una representación de los estereotipos tradicionales de género en los productos audiovisuales, ya sean de entretenimiento, de consumo familiar, o en la publicidad, y esto tiene una influencia que no podemos desdeñar, tanto en la educación de los niños y los padres al respecto como en la asunción de estos comportamientos y creencias en su vida habitual.</p>	<p>- Gloria: otros factores de no resiliencia clarísimos que nos afectan directamente que es toda esta distinción de los estereotipos <u>hombre- mujer [sí]</u>. <u>Eso está incluso</u>, te diría yo, que <u>más marcado que nunca</u>. O sea, para <u>mí</u> es un asombro Marcos, que en la época que yo era j^oven y yo cri^aba a mis hijas, parecía que había una consciencia grup^al, de nosotras mujeres, de ser <u>abiertas</u>, de dar mmm... pues un poco, opciones <u>diferentes</u>, que no tal. O sea, yo a mis hijas no les imponía ponerse un lacito, ni un vestido, ni un tal, ni un cual. Un poco, oye, pues cada uno se va construyendo y tal. Había más conciencia de "esto no es de niños y de niñas, sino vamos a proponer, pues tal". <u>Hoy en día, hoy en día tenemos pero el parámetro total y absoluto</u>.</p>
<p><b>Heterosexismo en la sociedad</b></p> <p>*15</p>	<p>El heterosexismo está totalmente presente en la sociedad, influyendo en la infrarrepresentación de las personas y manifestaciones homosexuales, bisexuales, trans, etc, en multitud de actividades de la vida diaria, en la realización de profesiones con prestigio social, o en la aparición en los medios de comunicación, que utilizan y transmiten figuras LGTB+ totalmente estereotipadas, que no dejan ver más allá de la propia orientación afectivo-sexual. Esto tiene a su vez profundas influencias en las conductas que reproducen y mantienen los estereotipos de género, pues tanto la masculinidad como la feminidad están enormemente asociadas a los hombres y mujeres heterosexuales, respectivamente. Este heterosexismo se transmite también de padres a hijos, ya que actúan de manera diferenciada ante los comportamientos de estos,</p>	<p>- Gloria: viendo un documental en la tele y tal, sobre jóvenes adolescentes y una frase así como muy lapidaria decía "PORQUE LO QUE TODO JOVEN ADOLESCENTE QUIERE ES ATRAER AL SEXO OPUESTO". "Digo, perfecto. O sea^, un heterosexismo bestial. O sea, todo joven heterosexual, digo yo, querrá, porque los jóvenes homosexuales no estaremos nada interesados en atraer al sexo opuesto [jum]. Entonces, pero eso todavía se dice así TAN A LA LIGERA, como... es lo más normal del mundo, somos, somos lo único. Y ese heterosexismo imperante en la sociedad está.</p>

	transmitiéndoles valores, expectativas y formas de hacer y pensar diferentes a sus hijos, según sean identificados como niños o como niñas. Además, que los niños y niñas reproduzcan estas conductas y formas de hacer es sinónimo de éxito social y reciben con frecuencia un feedback positivo desde la sociedad, por lo que, lejos de remitir, esta educación diferenciada se ha mantenido con los años, e incluso ha sufrido un repunte, debido a la enorme influencia que han ejercido el marketing y el heteropatriarcado.	
<b>Homofobia en la escuela</b>  *2	La homofobia y el heterosexismo social se ven reflejado en las conductas y verbalizaciones de los niños, niñas y adolescentes, que siguen sorprendiéndose ante el hecho de que alguien sea LGTB+ y que usan términos ofensivos desde su inocencia y desconocimiento. La expresión de actitudes homófobas en el contexto escolar en una época sensible en la que sobre todo los adolescentes buscan maximizar y referenciar su masculinidad y feminidad con el objetivo de resultar atractivos para los otros, a la misma vez que los adolescentes LGTB+ empiezan a construir su identidad, constituyen unas dinámicas que retrasan sus procesos de resiliencia y que hacen un daño palpable a estas personas.	- Gloria: Hay mucha homofobia en los institutos. Por ahí no hemos avanzado mucho. Todavía la construcción, por ejemplo, de la masculinidad se basa en un parámetro muy claro, que es "Yo soy hombre porque no soy marica" [ujum]. Entonces, obviamente, mientras eso siga en el subconsciente colectivo, me tengo que reafirmar como hombre porque no soy MUJER y sobre todo no soy gay
<b>Humor y Resiliencia</b>  *2	El humor como factor de resiliencia, como estrategia de afrontamiento y como un instrumento que disminuye las penas y nos empuja hacia delante, el humor como una forma de llegar a la gente y ayudarles a de-construir los estereotipos que existen sobre nuestro colectivo.	- Gloria: Hay que tomarlo con humor, el <u>humor</u> sí que es un factor de resiliencia maravilloso [sí, lo sé, lo sé]. Ese es uno de los mejores y mayores factores de resiliencia, y <u>otro</u> de los factores de resiliencia de la comunidad LGTB <u>maravillosos</u> . Yo creo que de verdad el humor, el humor, el recurso del humor, el habernos reído hasta de nuestra s'ombra, es lo que nos ha dado también muchas alas resilientes, así que no hay que dejar de ejercitarlo, ja.
<b>Identidades autoreferenciadas</b>  *5	Es el producto de un proceso resiliente transformador, una identidad construida a lo largo del camino cuyo contenido aporta ganancias y satisfacción a quienes se identifican con ella, y que da sentido a su experiencia. Es, en definitiva, decir al mundo "yo soy".	- Gloria: la necesidad de que esa identidad se positivice, ¿me entiendes? [sí]. Y a lo mejor me va a dar sentido de propósito, precisamente para (.05) seguir intentando cambiar todas estas realidades sociales, pero la identidad autoconstruida, autoreconocida, yo creo que es el punto de partida para este tipo de procesos de resiliencia [vale]. Fluída, si tú quieres, todo lo que tú quieras [sí], pero tiene que estar, tiene que existir un constructo que yo diga "yo soy, yo me identifico, yo me creo" y ahí es el punto para mí importantísimo, el punto de partida de este tipo de procesos de resiliencia.
<b>Identidades como ganancia</b>  *17	Cuando las diversas identidades LGTB+ construidas en los también diversos procesos de resiliencia holísticos tienen contenido positivo, aportan a las personas en múltiples aspectos, les hacen disfrutar de quienes son, son un valor en sí mismas y les proporcionan un sentido	- Gloria: <u>da lo mismo</u> la identidad que tú te creas, que tú de alguna manera llenes de contenido mientras la llenes de contenidos [jum] y mientras esa identidad sea una fuente de <u>satisfacción</u> y mientras esa identidad la veas como una <u>ganancia</u> , importantísimo. <u>Es</u> una ganancia. Yo soy quien soy y he llegado a donde he llegado porque esta identidad me ha

	de movimiento proactivo, un sentido del propósito, un compromiso por seguir trabajando los derechos que se les niegan, de seguir cuestionando y criticando las realidades sociedades que les hacen daño, de cambiar y mejorar su situación. En definitiva, de ser gente consciente y activa que trabaja por la mejora y el desarrollo de su comunidad en particular y de la sociedad en general.	enriquecido, porque esta identidad me aporta, porque esta identidad me da una visión del mundo determinada, y entonces <u>no es</u> un detrimento, es una ganancia.
<b>Identidades múltiples</b>	Entendida la identidad como un constructo producto de lo relacional, esta deja de verse como algo individual, estable e inmodificable. Una misma persona puede transformar su identidad indefinidamente, variarla según los diferentes contextos, ser una cosa y ser otra a la vez, incluso aunque estas no parezcan coherentes, y este tipo de identidad múltiple puede seguir siendo un factor de resiliencia mientras esté constituida por contenido positivo.	- Marcos: son factores de resiliencia las identidades múltiples
*1		
<b>La comunidad LGTB+ nuestra fortaleza</b>	La comunidad como una agrupación de personas con vivencias y objetivos comunes que es fuente de apoyo y consuelo para sus miembros, que transmite conocimiento y cultura sobre asuntos LGTB que no se obtienen normalmente de otros recursos, que proporciona estrategias de afrontamiento, que es una fuerza de cambio social y acción política, que reivindica, cuestiona la norma, aporta riqueza, diversidad y herramientas a la sociedad y que es el mejor ejemplo que se puede vivir de otra forma diferente a las que nos cuentan. Por tanto, la comunidad es nuestra fortaleza, es una comunidad que se extiende a nivel global y que funciona como factor de resiliencia, facilitando la construcción de identidades LGTB+, y como instrumento de lucha para lograr que vivamos estas identidades con todas las garantías. Tenemos que sentirnos orgullosos por nuestros logros, por todo lo que hemos sido capaces de construir y por todo lo bueno que podemos exportar a la sociedad, y ante el cuestionamiento de nuestro papel, tanto desde dentro como desde fuera de la comunidad, debemos seguir estando unidos, defendiendo el sentido de nuestra existencia como colectivo y trabajando por los retos que aun esta por conseguir.	- Gloria: esa comunidad tiene que seguir sintiéndose comunidad y tiene que seguir reaccionando cuando sale el autobús, y tiene que seguir reaccionando cuando un país todavía mete a gente en la cárcel o cuando en Marruecos a dos niñas que estaban besándose en una azotea las denuncian. No, no, no, no. Eso nos tiene que tocar, eso nos tiene que doler y eso nos tiene que mover [jum]. Y esa es la fortaleza de la comunidad. Y entonces, yo creo que es muy importante, que es otra de las tendencias de hoy en día, es " <u>¿para qué comunidad?</u> Eso es un gueto". No, un gueto no. Eso es un <u>grupo de gente que tiene unas vivencias compartidas</u> y que tienen objetivos comunes [jum], ¿vale?. Y eso hay que seguir cuidándolo y nutriéndolo, porque no lo podemos perder, porque es nuestra fortaleza
*15		
<b>Las personas bisexuales lo tienen más difícil</b>	La bisexualidad, debido a los estereotipos sobre ella que están presentes en la sociedad y que no reflejan la realidad de muchos bisexuales, no es una orientación que sea fácilmente entendida, ni siquiera por personas de la propia comunidad LGTB+. En comparación con otras orientaciones, las personas tienen	- Gloria: la bisexualidad, que no hemos nombrado [sí] y que es muy importante ¿vale?, porque es otro constructo que es donde uhm, si las mujeres heterosex-, eh, las mujeres lesbianas lo tenían difícil, los hombres gay también, <u>quien verdaderamente</u> , y en la tesis sale [claro], lo tiene difícil <u>son las personas que se identifican como bisexuales</u> , que reciben codazos de todos los lados
*2		

	más complicaciones a la hora de desarrollar la construcción de su identidad bisexual.	
<b>Líderes transformadores</b>  *1	Hasta en la situación actual más favorable, necesitamos de líderes del colectivo que sean la cara de nuestras reivindicaciones, que transmitan la fuerza y la ilusión necesarias para que las personas LGTB+ no estemos dispuestos a dejar que nos empujen hacia atrás, solo podemos permitirnos movernos hacia delante.	- Gloria: todavía es necesario que sigan - surgiendo líderes, que siga surgiendo <u>gente</u> que de alguna manera tenga este espíritu transformador y de cuestionamiento (.10) de la realidad.
<b>Marketing ideológico/ marketing de consumo</b>  *11	Una de las principales razones por la que, aun con la concienciación que se ha llevado a cabo en estas últimas décadas, se mantiene (e incluso se agudiza) la diferenciación social tan clara entre hombres y mujeres es el marketing de consumo. Se nos venden unos ideales asociados a los estereotipos de género y unos productos para conseguirlos, alcanzarlos, tener éxito y hacernos más felices y eso cala en la gente, cala en los niños y lleva a seguir estos modelos sin cuestionarlos. Pero esto no solo se limita solo a la publicidad de productos, el marketing esta tan presente en nuestras vidas que se usa para vendernos ideas, ideas de lo bueno, de lo deseable, y que tienen un profundo impacto en los comportamientos y en el devenir de nuestras sociedades. Este impacto se está produciendo en general por la combinación del estresante y demandante estilo de vida actual con el bombardeo de publicidad al que estamos sometidos, que no nos deja tiempo para cuestionar y reflexionar sobre lo que nos venden y que nos hace difícil no ser influenciados. En el caso concreto de la comunidad LGTB+, al sentirnos ahora parte de la norma, hemos perdido gran parte de la capacidad crítica y de reflexión con la que contábamos antaño y somos, por tanto, más vulnerables al efecto del marketing.	- Gloria: estamos tragándonos todo lo que a la sociedad (.10) DE CONSUMO le interesa [exacto], porque le interesa tener <u>gente</u> que consuma unos productos <u>estándar</u> [ujum, sí], que estén dentro de una <u>norma</u> . Entonces, un poco dice... vale ok, ¿te tengo que tolerar?. TE TOLERO, PERO JUÉGAME A ESTOS JUEGOS, ¿VALE?. CÓMPRATE MAQUILLAJE, DÉJATE DE ROLLOS. TÚ CHIÇO, TE TIENES QUE DEPILAR, NO SÉ QUÉ, TIENES QUE TENER UN CULTO A LA ESTÉTICA, TIENES QUE IR AL GIMNASIO, TIENES QUE NO SÉ CUÁNTO, TIENES QUE SER <u>GUAPÍSIMO</u> DE LA MUERTE, ¿VALE? Que otra vez es "vale, ok, te dejo tu diversidad pero <u>entra</u> en mis cánones (.10) de marketing.
<b>Mujeres lesbianas: cuesta más auto-referenciarse.</b>  *9	En la homosexualidad, las construcciones de identidad de los hombres gay y las mujeres lesbianas siguen caminos diferentes, por no poder escapar de la presión que ejerce la sociedad en la construcción tradicional del género masculino y femenino. En comparación con los hombres gays, las mujeres lesbianas se autorreferencian como LGTB más tarde, debido en gran parte a los estereotipos y características asociadas tradicionalmente al género femenino, entre los que se encuentra un rol tradicionalmente sumiso que trae múltiples dificultades a las mujeres a la hora "hacerse oír". Además, la situación más usual de las mujeres lesbianas en la adolescencia es que no tengan aliados, ni en su	- Gloria: los chicos, los adolescentes, que tienen una <u>ventaia grande</u> y es que se dan cuenta, normalmente, antes los chicos, desde ya en la pubertad, que a lo mejor su... para muchos, ¿eh?, estamos generalizando, pero para muchos ya esa es una edad donde ellos ya se dan cuenta, "ah vale, pues mi orientación del deseo va hacia otros chicos". EN LAS CHICAS CUESTA MÁS, cuesta más porque eh : , socialmente, el modelo femenino se nos impone una desexualización, sobre todo (.20), ahora a lo mejor menos pero estamos hablando de hace unos cuantos años, pues claro, la mujer <u>se enamoraba</u> . Entonces, <u>ese enamoramiento</u> , como claro, la amistad entre las mujeres puede ser tan bonita, y tan bella y tan profunda, y tal, el que tu sintieras tilín por tu amiga casi casi eso no significaba nada, ¿vale? [ujum]. Si eso lo unes a que parece ser que la sexualidad

	<p>familia, ni en sus iguales femeninos, ni siquiera en sus iguales masculinos que más que integrarlas y aceptarlas, las toleran, pero porque en realidad las sexualizan y las valoran como objeto sexual. Esto difiere del caso de los adolescentes gays, que si obtienen el apoyo del sector femenino, pudiendo ser una de las causas que expliquen que estos se visibilicen antes por regla general que las mujeres lesbianas.</p>	<p>femenina es más <u>fluida</u> ¿vale?, no tan dicotómica, entonces ahí hay muchas mujeres que entran en “no, yo no soy, yo tal, yo cual, yo pa’riba, yo pa’abajo” y les <u>cuesta</u> mucho hasta que llegan a un proceso de aceptación.</p>
<p><b>Necesidad de referentes positivos LGTB+</b></p> <p>*4</p>	<p>Siempre ha habido una falta de referentes en la comunidad homosexual. En los medios, desde que se nos ha empezado a visibilizar, hemos aparecido como personajes muy pegados al estereotipo asociado al LGTB+, con un papel cómico que no aporta nada más allá de nuestra orientación afectivo/sexual. No profundizan en estos personajes, en sus deseos, sentimientos o miedos y desde luego, no suelen realizar tareas importantes, nunca somos el héroe de la película. Esto se extiende a otros muchos ámbitos, como a profesiones con prestigio social, deportistas o políticos, en los que todavía hoy existe una enorme ocultación. Esto ha producido que las personas LGTB+ siempre hayamos tenido que construir esta identidad sin una base, sin modelos de personas ni de relaciones. Si fuéramos abiertos con nuestra orientación sexual y la visibilizáramos sea cual sea el ámbito en el que nos movamos, podríamos actuar de referentes LGTB+ positivos, tanto para la sociedad en general, normalizándonos a sus ojos y demostrando que podemos llegar a tener éxito en cualquier campo, como a actuar de referente para aquellas personas que están en proceso o que aún no han comenzado la construcción de su identidad LGTB+, y ser en definitiva, un factor de resiliencia más que energice y facilite estos procesos.</p>	<p>- Gloria: El mismo hecho de que tú puedas decirles a los niños con los que trabajas “mira, soy gay”. Quieras que no eso ya, si no tienen en la familia a alguien que también sea abierto y tal y cual, <u>pues ya tienen un referente</u>. “Ah mira, &lt; pues mi profe que es tan divertido y que hace esto y lo otro, o el chico que nos viene tal, no sé qué &gt; , pues es gay y a mí pues me parece tan guay”. <u>¡Genial!</u>, porque eso es <u>lo primero</u> que quita los tabúes. <u>Y</u> también, porque es verdad que de alguna manera damos un modelo, un referente, a personas que están ahí y que a lo mejor van a iniciar el proceso ellos mismos</p>
<p><b>¿Para qué una comunidad?: falta de metas claras</b></p> <p>*6</p>	<p>Tras luchar y conseguir los derechos legales, la comunidad LGTB+ presenta signos de debilidad a la hora de concebirnos como un colectivo diferenciado y útil, a la hora de darle sentido a nuestra existencia, y esto también se extiende al abordaje de los retos por los que tenemos que trabajar. Algunas personas, tanto de fuera como de dentro del colectivo, consideran que después de conseguir los derechos legales ya no hay nada más que hacer, pero lo cierto es que aún hay metas que alcanzar, aunque sí que son más difusas, más difíciles de ser percibidas y de cambiar, pues lo que hay que trabajar está muy arraigado al sustrato social y se necesita de más tiempo.</p>	<p>- Gloria: las comunidades cada vez están como, ¡ts!, incluso los colectivos, como más desinflados porque “sí vale, tal, nos quedan pellizquitos, nos queda la homofobia, nos queda no sé qué”, pero ya no hay como antes, que había un objetivo claro. “¡Ua, vamos a por los derechos legales!”. Entonces, la falta de objetivos, que sí se tenía cuando lo de la tesis [jum], y que sí que era un elemento que en la tesis que se veía “hemos luchado por un objetivo y <u>lo estamos consiguiendo</u>”, ahora es como más desinflado. Ahora esto ya <u>es más lento</u> [claro].</p>

<b>Pensamiento colectivo asentado</b>	Los avances logrados por la comunidad LGTB+, los derechos que tantos años de lucha nos ha costado conseguir están asentados en gran parte del pensamiento colectivo de la sociedad. Se da por puesto que estos derechos son razonables, justos y que favorecen a la sociedad en general, y que no podemos permitir dar pasos atrás en este tema.	- Gloria: ya tenemos los derechos. Hoy en día, a pesar de que existen voces que tal, parece que esto se está consolidando, ya no solo en España sino a nivel mundial. Y entonces un poco la idea de somos ciudadanos de derechos [jum] y el matrimonio es una de las opciones que tenemos y formar familias, por supuesto, pues está ya asentada. Eso por un lado, en el pensamiento colectivo.
*1		
<b>Plantar semillas: poco a poco</b>	Plantar semillas como manera de favorecer los procesos de resiliencia de los demás, es esparcir factores de resiliencia por el mundo que puedan en su momento, dar energía y fuerza en la construcción de nuevas identidades LGTB+.	- Gloria: hay mucho todavía por hacer, pero hay que hacerlo. Hay que poner [sí] hay que empezar, hay que hacer [sí], aunque sea una semillita, aunque sea algo. El que tú estés con críos y que tú puedas hablarlo abiertamente, eso ya es una semillita =.= Yo siempre digo, vamos a no ser ambiciosos, vamos a simplemente plantearnos plantar semillas. Que esa semillita después puede crecer. A lo mejor tú ya no la vas a ver, no importa, pero ya has dejado la semillita plantada, ¿vale?. Para mí ese es el trabajo con resiliencia. Plantar semillas, ya está.
*1		
<b>Positivar la exploración</b>	Entender la sexualidad desde una visión positiva, libre de pecado, que favorezca experimentar con el propio cuerpo, experimentar con personas diferentes, prácticas diferentes. La idea que está detrás de esto es que no hay nada malo en el sexo ni en nuestro cuerpo. Hoy en día, tanto los jóvenes heterosexuales como los LGTB+ viven su vida un poco más desde esta visión, tienen una actitud más dispuesta a experimentar sexualmente con personas de su mismo sexo, lo que sin duda les ayuda a aprender y a conocerse a sí mismos, contribuyendo a dar energía y actuar como un factor de resiliencia que favorece un autoreconocimiento y una visibilización más rápida en los jóvenes que están construyendo una identidad LGTB+.	- Gloria: yo creo que también estamos asistiendo en la juventud <u>a abrir un poquito más la mente</u> , ¿vale?. Sí, es verdad que las generaciones más antiguas lo van a tener difícil, pero las generaciones jóvenes incl <sup>u</sup> so, y a mí el otro día me pregunt <sup>u</sup> aron, y dice "no, es que yo veo que hay muchos chicos y chicas jóvenes que prueban a tener relaciones con gente de su mismo sexo y tal y cual". Y a mí, digo, <u>pues a mí me parece GENIAL, que prueben</u>
*3		
<b>Positivar la sexualidad</b>	Desde nuestra cultura, enormemente influida por el catolicismo, se han considerado algunas partes del cuerpo, los actos sexuales que no conducían a la procreación y las relaciones diferentes a las heterosexuales como pecado. Eso, en menor o mayor medida, continúa existiendo en la sociedad en forma de valores y creencias sobre que es más aceptable, más natural, más puro y más bueno, y que no lo es. Por tanto, hay que trabajar para diluir estos componentes culturales y hacer entender que no hay nada malo en el sexo ni en nuestro cuerpo, y transmitir una visión positiva de la sexualidad, que favorezca experimentar con el propio cuerpo, experimentar con personas diferentes y prácticas diferentes.	- Gloria: <u>vayamos a la verdadera sexualidad, a positivar la sexualidad, a positivar la exploración, a positivar el propio cuerpo</u>
*5		
<b>Proactividad</b>	La metáfora de la resiliencia como un río, en los que los factores de resiliencia son el flujo y los de no	- Gloria: es una metáfora como, que me da más un sentido más proactivo [jum], ¿vale?. Más proactividad, no "uy, y tengo que ir
*1		

	resiliencia las piedras, recoge el sentido de proactividad de estos procesos, en los que uno va construyendo su camino, su identidad, aprende de los conocimientos de los demás, va buscando su apoyo y adopta estrategias que han sido útiles al resto del grupo.	preparado por la que me pueda caer”,no, no. Es verdad, te pueden caer, pero vete, vete haciendo herramientas, vete disfrutando también del camino, vete aprendiendo de todo lo que te trae ese camino
<b>Queer como ampliación</b>  *3	Entendemos lo queer como un constructo que habla de una diversidad sexual que no se conforma con la dicotomía de los términos tradicionales, que rechaza su esencialismo y la idea de una identidad sexual fija e invariable. Lo queer es en definitiva una etiqueta que intentar recoger la idea y la experiencia de construir y vivir una identidad afectivo-sexual fluida. Cuando alguien adopta la etiqueta queer con este significado, desde el sentido positivo, desde el sentido de ser un constructo que abarca más y que limita menos que las etiquetas más usadas normalmente, decimos que lo hace desde ampliación.	- Gloria: entiendo que me veas como lesbiana, pero soy qu^eer por esto, por esto y lo otro, porque además tenemos esta historia y además tenemos tal y además no sé cuánto. ¡Perfecto!, ¡chapó!, porque estás construyendo lo <u>queer</u> como una ampliación : ¿vale?, una ampliación de algo que no identificas como negativo. Pero cuando tú identificas como negativo, cuando a ti te <u>hier</u> e, cuando hay gente que me dice “no, yo soy queer porque por dios, BOLLERA... HHHHH <u>que palabra más horrorosa</u> [jum]. ¡DECONSTRUYELA! (.10) ¿vale?, <u>deconstrúyela</u> , que no te <u>hiera</u>
<b>Queer como estereotipo</b>  *3	Lo queer, desde lo que reivindica, no puede escapar de los de las limitaciones del lenguaje. Siempre que usamos el lenguaje para expresar nuestras vivencias, sensaciones, pensamientos o como en este caso, nuestra identidad, usamos unas palabras rígidas, limitadas y cargadas de significados. El queer, como ocurre con aquellos que se identifican con otros términos, no puede evitar que se le asocie también a un estereotipo, a una manera de estar y de ser, lo que resulta paradójico en aquellos que asumen lo queer para escapar de los estereotipos negativos que existen sobre los términos de gay, lesbiana, bisexual, etc.	- Gloria: hay una etiqueta <u>social</u> , pero también está la etiqueta < que por eso yo digo > <u>autorreferenciada</u> , donde <u>yo</u> me cojo y me empodero en una etiqueta, pero no me dejo que la etiqueta me la construya otro, la etiqueta me la construyo <u>yo</u> , ¿vale? Y entonces <u>yo</u> la lleno de contenido. Los queer también de alguna manera hacen eso, me quedo en una etiqueta que al fin y al cabo es una etiqueta, porque no podemos <u>escapar</u> de la trampa del lenguaje. Pensamos, razonamos dentro de un parámetro que es obviamente el lenguaje, por mucho que tú quieras decir que el queer que no, que se sale, que tal, que cual, no deja de ser una etiqu^eta [jum], y al final acabamos por tener estereot^ipos también.
<b>Reafirmación de privilegios heterosexistas</b>  *4	Una posible explicación del rechazo expresado por ciertos grupos ante la obtención de ciertos derechos por las personas del colectivo LGTB+ es que estos grupos perciben este hecho como un ataque a su posición privilegiada, como una disminución de aquellos beneficios que les hace diferenciarse positivamente de otros grupos de la sociedad.	- Gloria: hay <u>ese sustrato de gente homófoba</u> , que va a lanzar esas cosas y que va a sentir <u>esas ofensas</u> , < porque encima se ofen^den >[sí, jeje] <u>¿pero qué te he hecho YO A TI?</u> . “No, es que si tú te casas a mí me of^endes”. <u>Pues mire, problema de ust^ed que se ofende ust^ed</u> . Es que no entiendo, pero claro, < sí que lo entiendo, yo les digo que no lo entiendo pero sí que lo entiendo> , es que me estás quitando mis privilegios ¿vale? [exacto]. Es que algo que yo era el “number one”, ahora resulta que en el cotarro del matrimonio aquí entra todo el mundo y yo que me sent^ía tan maravilloso, y tan tal y tan no sé cuánto... ¿ahora cómo puedo decir “yo soy especial”?.
<b>Reivindicar otras maneras de relacionarnos</b>  *2	El individualismo como una forma de vivir en el mundo en el que prima una visión puramente individual del ser humano, en su construcción, en sus procesos, en sus éxitos y fracasos, en todo. Esto produce un ambiente de competición, pues solo con tu propio éxito te podrás ver beneficiado. Como agentes de cambio social, podemos actuar para modificar esta	- Gloria: creo que es tan importante las personas que tienen <u>conciencia</u> que act^úen y que realmente reivindiquen otro modelo, otra forma de estar en la vida, otra forma de relacionarse, porque es la única, la única manera que tenemos de contrarrestar todos estos poderes, que además son poderes med^iáticos [jum] y son poderes econ^ómicos, que lo que buscan es el divide y vencerás. Lo que buscan es meternos en el individualismo

	<p>manera de ver y vivir la vida que se nos impone y que no nos hace sentirnos felices ni apoyados. Nosotros somos el mejor ejemplo que vivir y trabajar en comunidad da sus frutos. Podemos expandir la idea de un ser humano relacional que gana viviendo en sociedad, trabajando en sociedad y pensando en sociedad.</p>	<p>competitivo feroz que hace a la gente profundamente desgraciada.</p>
<p><b>Resiliencia como proceso continuo</b></p> <p>*7</p>	<p>La resiliencia entendida como un proceso continuo y complejo, que se va desarrollando, transformando y evolucionando en el tiempo influido por múltiples y diversas causas, que llevan a resultados igual de múltiples y diversos.</p>	<p>- Gloria: la visión dicotómica [si]. Lo bueno lo malo, lo tal, lo cual, lo resiliente, lo no... eh, un momento, vamos a ver, aquí todo esto es un proceso fluido. Cosas que en un principio pueden ser no resilientes o que realmente te obstaculicen, en el momento en el que tú eso lo tomas y puedes, de alguna manera, crecer a través de ese obstáculo, se convierte en resiliencia</p>
<p><b>Resiliencia como proceso holístico</b></p> <p>*13</p>	<p>Una identidad LGTB+ se forma mediante un proceso de resiliencia, entendido desde una perspectiva holística, el cual se apoya y coge fuerza de cualquier elemento, persona, situación o conocimiento que nos rodea. Hay múltiples y diversas fuentes de resiliencia, hay múltiples y diversos procesos de resiliencia, tantos posibles como personas hay en este mundo, que se influyen, que se conectan y que se empujan y se dirigen juntos hacia delante, hasta llegar a una diversidad de resultados. Y es que la resiliencia nos permite conceptualizar la diversidad que existe, valorar como cada uno puede construir su camino de resiliencia con los factores que tiene disponible y que todos ellos, aun en su propia particularidad, son importantes y al final tienen una relevancia que va más allá de la persona porque la resiliencia no es solo un proceso, es una energía movilizadora en sí misma, transformadora, que toca a todos los niveles que existen y los cambia, los mejora y produce un efecto que repercute en la sociedad en su conjunto y en los procesos de resiliencia que esta y sus miembros están llevando a cabo.</p>	<p>- Gloria: Porque estamos <u>tan interconectados</u> [jum], todo está tan interconectado, que es un concepto vacío de sentido cuando plantemos, desde mi punto de vista, un modelo de resiliencia como "<u>la persona extraordinaria que consigue hacer no sé cuánto y tal</u>". Esa persona sin apoyo, sin una estructura, sin un tal, <u>no puede nunca ser nada</u>. O nos damos cuenta que la resiliencia es algo <u>global</u> y que mi resiliencia influye en la del otro y la del otro en la mía, y que estamos <u>todos</u>, y que el colectivo LGTB que realiza un proceso de resiliencia está dentro de una <u>sociedad</u>. Y que esa sociedad también absorbe esos elementos de resiliencia. Y al contrario también.</p>
<p><b>Resiliencia: Sola no puedes.</b></p> <p>*8</p>	<p>Si entendemos la resiliencia como un proceso holístico que coge fuerza de los elementos del contexto y de los procesos de resiliencia de los demás, el apoyo se considera como uno de los factores más importantes durante el camino que seguimos para construir una identidad LGTB+. Es imposible hacerse la resiliencia uno solo, esa idea de persona extraordinaria que sale de la adversidad por su único esfuerzo y capacidades es imposible de contemplar desde esta perspectiva. Necesariamente es un proceso que se hace con los demás.</p>	<p>- Gloria: la resiliencia es la <u>fuerza</u> que hace. Realmente ya la resiliencia no solo como un proceso, sino como una <u>fuerza dinamizadora</u> del cambio, de la mejora, en todos los niveles, que va desde la naturaleza a las personas, a las comunidades, al planeta Tierra en su globalidad [jum], porque si no, no tiene sentido. O sea, el individualismo y resiliencia es algo totalmente cojo, desde mi perspectiva, ¿eh?, cojo. "Es que yo voy a hacerme la resiliencia yo sola". Imposible, no puedes.</p>
<p><b>Responsabilidad social</b></p>	<p>Ser parte de una minoría con dificultades sociales innegables</p>	<p>- Gloria: la idea de seguir construyendo comunidad [jum]. Necesitamos seguir</p>

*13	proporciona a los miembros de la comunidad LGTB+ mundial un compromiso de seguir trabajando por conseguir los derechos que se les niegan, de seguir cuestionando y criticando las realidades sociedades que les hacen daño, de cambiar y mejorar su situación, en definitiva, de ser gente consciente y activa que trabaja por la mejora y el desarrollo de su comunidad en particular y de la sociedad en general. Y es que la comunidad no solo puede aportar estrategias, fortalezas e ideas que podrían ser de valor para otros ámbitos, sino que desde la perspectiva de la resiliencia holística, los procesos de resiliencia que llevan a cabo las personas LGTB+ favorecen el desarrollo y avance de los de la sociedad en su conjunto.	construyendo mmm, sentido comunitario, seguir haciendo a^rte conjunto, seguir cre^ando, seguir visibilizándonos, seguir compartiendo ¿vale?. Eh : , nos ha tocado un papel que : , <u>no debemos estar callados, por conciencia social nada más</u> , no debemos estar callados. Debemos estar ahí y ser gente consciente y activa dentro de la sociedad, y eso forma parte de pertenecer al colectivo.
<b>Tener derechos no es suficiente</b>  *24	Conseguir los derechos ha sido un gran paso, pero mientras aún se siga dando la ocultación de la orientación sexual LGTB+, es que hay cosas que trabajar. No podemos olvidar que necesariamente todos tenemos que llevar a cabo un proceso de resiliencia para identificarnos y vivir como personas LGTB+. Nuestro trabajo tiene que ayudar a favorecer que uno pueda visibilizarse como gay y no reciba consecuencias negativas por ello. Aún tenemos que luchar por cambiar muchos aspectos de nuestra sociedad para que estas orientaciones minoritarias estén realmente al mismo nivel y sean consideradas tan naturales como la heterosexualidad. Algunos ejemplos de nuestros objetivos son: recuperar nuestra capacidad de reflexión, nuestro papel de reivindicación y crítica a la norma, seguir peleando para disminuir la diferenciación entre géneros que nos siguen vendiendo insistentemente desde los medios y que desafortunadamente está teniendo su efecto en la sociedad,, terminar de asentar los derechos conseguidos para que nadie tenga que ocultar su orientación afectivo sexual en ningún contexto, pelear por los derechos de los niños y niñas trans, etc.	- Gloria: El factor de no resiliencia <u>gordo</u> era, pues, el que no había un reconocimiento legal de algo tan básico como un derecho al matrimonio y tal. Ese, eso se ha <u>quitado</u> , esa piedra se ha <u>quitado</u> , pero no quiere decir que no haya otras piedras que siguen estando ahí, y que <u>dificultan</u> para muchas personas sus procesos. Tanto desde lo <u>personal</u> como desde lo social. Porque, aunque es verdad que el derecho está ahí, pero a lo mejor no todo el mundo lo tiene integrado
<b>Trabajar desde lo positivo</b>  *1	Es importante en la resiliencia trabajar desde lo que ya hay, desde los factores de resiliencia que ya están presentes, porque eso nos permitirá ir construyendo a partir de ellos, desarrollando el proceso a la vez que vamos creando sinergias con nuevos factores que iremos creando e incluyendo.	- Gloria: Entonces, a veces es simplemente dinamizar alguna de las cositas y trabajar siempre en positivo, <u>desde lo que ya hay</u> [jum], desde lo que ya está construido, de bueno, pues ahí vamos a ir siguiendo ahondando para crear sinergia, crear sinergias e ir apoyando esos procesos de resiliencia.
<b>Trans: Formación en resiliencia</b>  *1	Las personas trans tienen que realizar también un proceso de resiliencia para construir su identidad. Por tanto, especialmente desde su posición, tienen la posibilidad de romper con los	- Gloria: <u>inventa, crea tu manera</u> de ser hombre, crea tu manera de ser mujer, <u>fuera</u> de unos estereotipos que te van a machacar <u>siempre</u> . Entonces, al propio colectivo trans hay que dotarlo de herramientas de

	estereotipos de género y construir una identidad totalmente novedosa, a partir de múltiples influencias, que puede ser el mejor ejemplo de que otra forma de ser es posible.	resiliencia, hay que dotarlos de formación, hay que hacer que también sí^entan que son queridos y que son integrados dentro de la parte de la comunidad. Importantísimo. Y seguir trabajando pues, pues, para todos, <u>sobre todo para los menores ¿eh?</u> , los menores trans es algo que es importantísimo seguir trabajando para que se reconozcan los derechos pronto
<b>Trans: Hacerles sentir parte de la comunidad LGTB+</b>	El colectivo trans, de los incluidos en las siglas LGTB+, es de los menos entendidos hoy por hoy por la sociedad. Por eso, como comunidad, debemos estar presentes, prestarles apoyos, darles formación, hacerlos sentir queridos e integrados, y luchar por los derechos que aún no le son reconocidos.	- Gloria: <u>inventa, crea tu manera</u> de ser hombre, <u>crea tu manera</u> de ser mujer, <u>fuera</u> de unos estereotipos que te van a machacar <u>siempre</u> . Entonces, al propio colectivo trans hay que dotarlo de herramientas de resiliencia, hay que dotarlos de formación, hay que hacer que también sí^entan que son queridos y que son integrados dentro de la parte de la comunidad. Importantísimo. Y seguir trabajando pues, pues, para todos, <u>sobre todo para los menores ¿eh?</u> , los menores trans es algo que es importantísimo seguir trabajando para que se reconozcan los derechos pronto
<b>Un corre, corre. No hay tiempo para la reflexión</b>	El estilo de vida actual está cargado de exigencias y obligaciones que ocupan gran parte de nuestro tiempo, lo que nos deja sin apenas momentos para reflexionar y cuestionar sobre la norma que nos están vendiendo, y desde luego, menos tenemos todavía para hacer algo por cambiarla. Solo aquellos que viven fuera de esta norma son los que están en la mejor disposición para no dejarse llevar por este ritmo y para cuestionar que esto que nos están proponiendo no nos está siendo ni útil para crecer como persona ni para disfrutar de todo lo bonito que tenemos en la vida.	- Gloria: La gente NO LO VE, NO LO VE, PERO POR FALTA DE ANÁLISIS, porque realmente estamos en una sociedad <u>donde</u> se ha perdido... o también nos hacen <u>vivir</u> en un tren de vida en que es difícil pararse a analizar, ¿vale? [si]. Y entonces, < tienes que hacer esto, y ahora lo otro, y ahora lo otro >. Ustedes jóvenes, < y la carrera, y cuando acabes la carrera no sé cuánto, y no sé qué tal. Y ahora, ¡corre! ¡corre!, porque tienes que buscar trabajo tú, ¿o quieres hacer máster?, ¿quieres hacer máster?, pues venga >. No tienes <u>tiempo</u> . Y entonces al final, entre las múltiples actividades, las múltiples obligaciones, tiempo para uno decir, debatir y tal... es que son 4 y el <u>de la guitarra [pff]</u> los que, en este momento, están <u>cuestionando</u> las cosas
<b>Viva la diversidad</b>	Recoge el sentimiento de mirar maravillado a la diversidad, celebrarla y conceptualizarla como lo que es, un valor, una fortaleza que deberíamos promover y respetar, ya que aporta y enriquece tanto a las personas como a las comunidades y a la sociedad en su conjunto. Aplicada a la resiliencia, la podemos ver en los miles de caminos inimaginables para llevarla a cabo, con unos resultados tan diversos como los propios caminos, y que nos regala una infinita posibilidad de identidades positivas que son un verdadero tesoro.	- Gloria: es que la diversidad tiene la manía de ser muy diversa" [jejejeje]. SOMOS TODOS TAN HIPERHIPERHIPERMEGADIVERSOS, y es la verdad, es la riqueza, pero de diversidad a punta pala. No te encuentras a gente igual ¿vale?, es <u>muy</u> diversa, <u>muy</u> diversa, y las maneras de construirse, y de pensar, y de elaborar el mundo de las relaciones y de elaborar prfrfr. Es inmensa y rica
<b>Viva la red</b>	El surgimiento de un nuevo modelo social, el modelo red, que traería consigo una sociedad más igualitaria y unida, sin estructuras de poder y sometimiento, en la que podríamos desarrollarnos de mil maneras diferentes, sin tantos límites. Nos moveríamos en un ambiente de apoyo y cooperación, pues todo el conjunto de seres humanos saldríamos reforzados de los avances y éxitos de los demás, porque al fin y al cabo	- Gloria: empezar a reivindicar el modelo <u>RED</u> por encima del modelo <u>jerárquico</u> , y los jóvenes <u>ya lo</u> pueden entender, <u>ya</u> pueden pensar en modelo <u>red</u> , porque ya viven en red [jum], y eso es lo que necesitamos para crear una sociedad más igualitaria, un modelo red. No un modelo piramidal, no nos interesan las pirámides para nada, no nos interesan las jerarquías para nada, la red, es el marco natural donde el ser humano puede florecer, puede prosperar. Y <u>ya</u> tenemos medios para hacerlo posible, entonces antes cuando se

---

estamos tan interconectados que estos avances se producen porque nuestra influencia también los hace posible.

hablaba del modelo red y tal y cual, parecía algo como tal, pero hoy en día los jóvenes lo entienden y con eso yo ya me quedo encantada [jum]. ¡Fuera jerarquías, viva la red! Jajajajaaj.

---