



ESCUELA DE PSICOLOGÍA

PERCEPCIÓN DEL BIENESTAR PSICOLÓGICO DE LAS PERSONAS LGBT A PARTIR
DE LA INTEGRACIÓN A UNA RED DE APOYO SOCIAL FORMAL

Trabajo de Titulación presentado en conformidad con los requisitos establecidos
para optar por el título de Psicóloga con mención Clínica

Profesor Guía
Eduardo José Granja Gilbert

Autora
Germania Patricia Gómez Aguayo

Año
2017

DECLARACIÓN DEL PROFESOR GUÍA

“Declaro haber dirigido este trabajo a través de reuniones periódicas con el (los) estudiante(s), orientando sus conocimientos y competencias para un eficiente desarrollo del tema escogido y dando cumplimiento a todas las disposiciones vigentes que regulan los Trabajos de Titulación”

Eduardo José Granja Gilbert
C.C.1707258909

DECLARACIÓN DEL PROFESOR CORRECTORES

“Declaramos haber revisado este trabajo, dando cumplimiento a todas las disposiciones vigentes que regulan los Trabajos de Titulación”.

Luis Rene Izurieta Velazco
C.C.1713539235

Jaime Eduardo Moscoso Salazar
C.C.17144733423

DECLARACIÓN DE AUTORÍA DEL ESTUDIANTE

“Declaro que este trabajo es original, de mi autoría, que se han citado las fuentes correspondientes y que en su ejecución se respetaron las disposiciones legales que protegen los derechos de autor vigentes.”

Germania Patricia Gómez Aguayo
C.C. 1716607955

AGRADECIMIENTO

Agradezco Rodrigo Aguayo por la ayuda prestada al momento de elegir el tema y para la revisión del trabajo. A Eduardo Granja, quien ha sido uno de los mejores profesores que he tenido durante la carrera, además de un excelente tutor.

DEDICATORIA

A mis padres y mi hermana que me han apoyado, motivado, aconsejado durante toda la carrera. Y han visto el esfuerzo y logros que he tenido en esta etapa de mi vida.

RESUMEN

Según el Instituto Nacional de Estadísticas y Censos (Instituto Nacional de Estadísticas y Censos), el 70,9% de la población LGBT en Ecuador han sido víctimas de discriminación, exclusión y violencia en el 2013; La homofobia internalizada, la estigmatización, la transgresión de los estereotipos genéricos y el ocultamiento, han demostrado tener un impacto sobre la salud mental y el bienestar psicológico de las personas en esta comunidad. El objetivo del estudio es examinar cómo la integración de las personas LGBT en una red de apoyo social formal puede mejorar la percepción de su bienestar psicológico. Este estudio se ha conceptualizado utilizando el modelo epistemológico de la teoría de Kant, que expone la idea de la experiencia como el primer momento del conocimiento y cómo el sujeto construye su realidad con base en lo que viven. Además, este estudio toma el enfoque cognitivo de Aaron Beck y Albert Ellis, que explica los procesos y estructuras cognitivas que permiten al ser humano comprender el mundo en el que viven. Los estudios muestran que las personas LGBT en esta comunidad experimentan constantemente discriminación, exclusión y violencia y que posteriormente estos factores influyen directamente en la percepción de su bienestar psicológico dando un valor negativo sobre su vida y de sí mismos.

Para este efecto se realizarán entrevistas semi-estructuradas con 18 personas LGBT en un rango de edad desde los 18 a 35 años. Posteriormente, estos datos serán explorados a través de un análisis del discurso y los resultados nos permitirán conocer cómo las redes formales de apoyo social afectan positivamente su bienestar psicológico percibido. Tomando como base el modelo hexadimensional de bienestar psicológico propuesto por Carol Ryff, se ha determinado que la auto-aceptación, las relaciones positivas, crecimiento personal percibido y el dominio del entorno permiten a la persona reestructurar su bienestar psicológico. Uno de los objetivos de este estudio es poder promover estrategias de intervención en organizaciones, grupos e instituciones que trabajan por el bienestar de la población LGBT en Ecuador. Además de, considerar a la integración en una red formal de apoyo social como un recurso

alternativo donde puedan encontrar apoyo, asistencia, asesoramiento y espacios seguros de socialización que permitan un proceso de reestructuración y bienestar de las personas de la comunidad LGBT en la ciudad de Quito.

ABSTRACT

According to the study made by the National Institute of Statistics and Censuses of Ecuador in 2013 (Instituto Nacional de Estadísticas y Censos), 70.9% of the LGBT population experienced discrimination, exclusion, and violence; thus causing internalized homophobia, stigmatization, transgression of generic stereotypes and concealment. These factors have an impact on the mental health and psychological well-being of the people in this community. The aim of the study is to examine how the integration of LGBT people into a formal social support network can improve their perceived psychological well-being. This study has been conceptualized using the epistemological model from Kant's theory, which exposes the idea of the experience as the first moment of knowledge and how the subject builds their reality based on what they know. Additionally, this study is based on Aaron Beck and Albert Ellis' cognitive approach, which explains the processes and cognitive structures that allow human beings to understand the world in which they live. Studies show that LGBT people in this community constantly experience discrimination, exclusion and violence and that subsequently these factors directly influence the assessment of their life and about themselves, generally affecting the perception of their psychological well-being.

Semi-structured interviews will be executed with 18 LGBT people in an age range of 18 to 35 years old. Subsequently these data will be explored through a discursive analysis and the results will allow us to know how a formal social support network affects their perceived psychological well-being positively. Based on the hexadimensional model of psychological well-being proposed by Carol Ryff, It has been determined that self-acceptance, positive relationships, the capacity for perceived personal growth and domain of the environment allow the person to restructure their psychological well-being. This study proposes to consider integration into a formal social support network as an alternative resource where they can find support, assistance, counseling and safe spaces of socialization that allow this process of restructuring and well-being in Quito.

ÍNDICE

I. Título del proyecto	1
II. Introducción	1
III. Planteamiento del problema y justificación proyecto	5
IV. Pregunta de investigación.....	9
V. Objetivo general.....	9
VI. Objetivos específicos	9
VII. Marco teórico referencial y discusión temática.....	9
A. Bases epistemológicas.....	9
B. Bienestar Psicológico.....	11
B.1 Bienestar subjetivo	13
B.2 Salud mental	14
C. Red de apoyo social formal.....	16
C.1 Participación social	17
D. Análisis del contexto	18
D.1 Comunidad LGBT.....	21
VIII. Metodología	22
Tipo de Diseño y enfoque	22
Muestreo	23
Recolección de datos.....	25
Pre-validación del instrumento.....	25
Procedimiento	26
Análisis de datos	31
IX. Viabilidad.....	32
Acceso al grupo de estudio.....	32
Disponibilidad del tutor.....	32
Disponibilidad de recursos.....	32

Sugerencias y/o recomendaciones.....	32
X. Aspectos éticos	33
Autorizaciones institucionales.....	34
Consentimientos o asentimientos informados	34
Tratamiento de la información:	34
Consecuencia de la investigación.....	34
Devolución de resultados:.....	34
Autoreflexividad	34
Derechos de autor	35
XI. Análisis de estrategias de intervención	35
XII. Cronograma.....	42
REFERENCIAS	44
ANEXOS	50

I. Título del proyecto

Percepción del bienestar psicológico de las personas LGBT a partir de la integración a una red de apoyo social formal.

II. Introducción

El objetivo de este estudio es conocer la manera en que la integración a una red de apoyo social formal puede influir sobre la percepción del bienestar psicológico de la población de Lesbianas, Gays, Bisexuales y Transgeneros (LGBT) a partir de las dimensiones propuestas por Carol Ryff (1995) para la medición del bienestar psicológico de las personas. Se busca describir los resultados desde un enfoque cualitativo de diseño narrativo, con alcance descriptivo transversal. La recolección de datos y el análisis de la información obtenida se basan en la descripción y narración de las experiencias subjetivas de las personas de la comunidad LGBT que pertenecen a una red de apoyo social formal.

Por mucho tiempo la orientación sexual e identidad de género diversa ha sido un tema de disputa en la sociedad. La orientación sexual se define, según la Asociación de Psicología Americana (2006), como la atracción romántica, sexual, o emocional duradera hacia otros, ya sea del sexo/género opuesto o del mismo; mientras que la identidad de género se refiere a los sentimientos, percepción y al concepto de uno mismo, en relación a su género, a pesar de que este no sea consecuente con su sexo biológico. Los principales tipos de orientación sexual que se tomarán en cuenta para este estudio incluyen: la heterosexualidad, personas que sienten atracción por el sexo opuesto; bisexualidad, se vincula con personas que pueden experimentar atracción por personas del mismo sexo y también del sexo opuesto; la homosexualidad, las personas sienten atracción por el mismo sexo (gays y lesbianas). Asimismo, la identidad de género está implicada en temas sobre la sexualidad ya que esto hace referencia al sentido psicológico de ser hombre o ser mujer dejando de

lado sus características sexuales biológicas como por ejemplo las personas transgeneras.

En la antigua Grecia la homosexualidad era aceptada y vista como algo común, se vivía con tolerancia y respeto. Sin embargo, desde la época de la Inquisición española, hasta los años 1947, se dieron las primeras muestras de represión y castigo a los homosexuales debido a una búsqueda de un mantenimiento de la moralidad y doctrinas católicas. Este pensamiento predominó durante la edad media y edad moderna. Se conoce que a finales del siglo XIX se dio el primer movimiento por la lucha de los derechos de los homosexuales. Por lo que, se puede concluir que a pesar de la presencia de expresiones homosexuales durante la historia a través del arte, desde hace algunos años la homosexualidad ha permanecido estigmatizada, con estereotipos y actitudes negativas que afectan la integridad de las personas que tienen una orientación sexual diferente a la heterosexual. Esto ha causado que exista un fuerte rechazo a nivel social hacia esta población (Martín, 2011, p.247-250).

En el año de 1973 la homosexualidad era considerada una enfermedad en el DSM II; Sin embargo, en Ecuador la homosexualidad dejó de ser penalizada con prisión en noviembre de 1997. Previo a estos cambios el concepto de enfermedad y delito ha dado paso a que la homosexualidad sea algo visto negativamente en la sociedad. En la actualidad siguen existiendo estos prejuicios y poca tolerancia a la diferencia. Por lo que, en algunos casos las personas lesbianas, gays, bisexuales y transgéneras son fuertemente discriminados, excluidos y violentados por otros, que pueden ser familiares, amigos, compañeros de trabajo o colegio, entidades públicas o privadas, reduciendo así sus redes de apoyo percibidas, lo que en ocasiones puede generar valoraciones negativas sobre sí mismos y sobre su vida en general .

Se denominan redes de apoyo al conjunto de personas que se relacionan para conseguir un bien en común, tienen la función de ayudar a otros en situaciones de necesidades que no han sido cubiertas. Existen distintos tipos de redes, por ejemplo: redes primarias están asociadas con la atención de familiares directos; las redes secundarias consideran a amigos y personas del núcleo

externo de la familia. Existen también redes formales que están enfocadas en el entramado institucional. Para este trabajo se ha optado por estudiar las implicaciones de la integración a la red de apoyo social formal, es decir, a aquellas organizaciones encargadas de atender y prestar ayuda a personas particulares con necesidades específicas ya sean afectivas, materiales o asistencia médica (Valois, 2007, p.191).

Para esta investigación se ha visto la necesidad de explicar desde que bases epistemológicas se puede entender la relación que tiene la discriminación, exclusión, y violencia sobre la percepción del bienestar subjetivo de las personas LGBT. Partiendo de la premisa de Immanuel Kant (citado en Rábade, 1967, p.93), la cual explica que el sujeto cognoscente es quien construye al objeto y constituye la realidad a partir de sí y para sí. Desde la teoría general del cognitivismo propuesto por Aaron Beck y Albert Ellis (citado en Semerari, 2002, p. 26) afirman que mediante los esquemas cognitivos se estructura un significado que engloban los procesos de pensamiento. Este proceso permite entender como dos personas conceptualizan e interpretan la misma situación de manera diferente.

Por lo tanto, las situaciones de rechazo, violencia, y exclusión que las personas LGBT viven, por lo que de manera paulatina o duradera en el tiempo, logran tener un impacto e influencia sobre como conocen, entienden y dan significado al mundo. A partir de sus experiencias crean esquemas que están implicados en la producción de pensamientos automáticos en la persona. Estos pensamientos automáticos les permiten atribuir un significado a las situaciones relacionales que se presentan en el día a día de la persona. Es decir, después de haber vivido repetidamente situaciones de rechazo, por parte de la sociedad por tener una identidad sexual diferente, entenderán y responderán a partir de lo conocido y de su modelo cognitivo. Por lo que, ante cualquier situación pueden atribuir significados negativos al valorar una nueva experiencia a nivel intrapersonal o interpersonal (Semerari, 2002, p. 27).

Es necesario recalcar que en el Ecuador no existen suficientes investigaciones sobre la relación que se puede presentar entre la salud mental de las personas

de la comunidad LGBT y el proceso de aceptación y expresión de una orientación sexual diversa. En el año 2013 se publicaron datos del Instituto Nacional de Estadísticas y Censos (INEC) sobre las condiciones de vida, inclusión social y derechos humanos de la población LGBT en el Ecuador. A partir de este primer estudio se encontró que miembros de la comunidad LGBT en Ecuador sufren de discriminación, exclusión y violencia por parte de familiares, el entorno social, laboral, instituciones privadas y públicas.

En la primera investigación realizada para conocer las condiciones de vida y cumplimiento de derechos de la comunidad LGBT realizada por el INEC en el 2013, se pudo observar que a partir de una muestra de 2805 personas de la comunidad LGBT se puede observar que el 70.9% ha sufrido de discriminación y exclusión social por instituciones públicas, educativas y espacios privados, sin embargo según datos del INEC (2013) únicamente el 36.1% de personas participan en acciones dentro de organizaciones, movimientos o grupos, en los cuales el 73.5% forma parte de un grupo LGBT, le sigue el 16.1% en movimientos sociales y/o culturales y el resto oscila entre grupos deportivos (15.1%), barriales (10.5%), políticos (9.3%), estudiantiles (6.8%), movimientos de mujeres (3.9%) y étnicos (2.0%). Por otro lado, es importante mencionar que el 63.9% no participan en grupos debido a la falta de interés en un 47% de la población, seguido por el temor a que se enteren de su orientación sexual (12.4%) y el rechazo de la sociedad (11.4%).

Estudios demuestran que la exclusión, discriminación, violencia, homofobia internalizada y la estigmatización, pueden aumentar la aparición de trastornos psicológicos como consumo de sustancias, depresión, pensamientos e ideas suicidas en las personas de la comunidad LGBT. Estudios han determinado que el tener una red de apoyo es un factor de buen pronóstico para mantener un adecuado bienestar psicológico y salud mental. En base a los datos obtenidos por la INEC, se puede decir que es posible que las redes de apoyo social son insuficientes ya que al ser las personas LGBT generalmente rechazadas principalmente por sus familiares y amigos cercanos, la red de apoyo percibida se considera nula. Por lo que se ha planteado a la red de apoyo social formal como un recurso alternativo para las personas de la

comunidad LGBT, con la finalidad de, a partir del sentido de pertenencia, auto aceptación y una valoración positiva sobre su vida, puedan percibir un cambio sobre el bienestar psicológico individual de las personas de este grupo (Ortiz, 2005, p.54).

III. Planteamiento del problema y justificación proyecto

Se ha propuesto este tema como trabajo de titulación ya que en el Ecuador no existen investigaciones que tomen en cuenta a esta población, sobretodo en el contexto ecuatoriano. La información que se ha obtenido permite identificar principalmente datos demográficos y la presencia de una problemática social, a pesar de ello, no existen propuestas enfocadas en implementar estrategias o recursos para mejorar el bienestar psicológico de las personas LGBT a partir de una integración social. Es importante enfatizar que los trabajos que se han realizado en torno a esta población han sido esenciales para que haya mayor inclusión social mediante leyes que prohíben la discriminación, exclusión y violencia debido a la orientación sexual e identidad de género, sin embargo, a nivel emocional y cognitivo el daño que genera el rechazo que generalmente sufren por parte de familiares, amigos o colegas no es tratado por lo que se mediante esta investigación se plantea la importancia que puede tener a nivel afectivo y cognitivo la integración a una red de apoyo social formal, en la cual se conozcan sobre espacios seguros en lo que se puedan crear relaciones y vínculos con otras personas que han tenido experiencias similares y que se pueda dar un apoyo entre los miembros de un grupo, movimiento u organización.

Según datos del Instituto Nacional de Estadísticas y Censos (INEC, 2013) de una muestra de 2805 entrevistados en el Ecuador, se ha podido evidenciar que el 70.9% ha sufrido discriminación por parte de su familia, amigos, compañeros de colegio o trabajo debido a su orientación sexual. Afirman que aproximadamente el 61.4% de personas LGBT ha sufrido de violencia en su entorno familiar, han sido expuestas a situaciones violentas tales como gritos,

insultos, amenazas, hasta agresiones físicas. Otro aspecto importante es que generalmente miembros de la familia se involucran en las relaciones personales de los individuos impidiendo el proceso de desarrollo psicosocial de la persona.

A nivel social la violencia prevalece en un 65.5% en espacios públicos, 52.1% en espacios privados, y un 25.8% a nivel educativo (INEC, 2013, p.43-47). Es importante conocer estos datos sobre el contexto de la problemática ya que a partir de esta información se puede identificar la importancia de la presencia de un espacio que brinde seguridad a los miembros de la comunidad LGBT. El apoyo social se puede relacionar con el empoderamiento y la valoración positiva sobre la identidad de uno mismo. Las organizaciones, movimientos sociales y comunidades han sido creados por grupos minoritarios que a partir de una necesidad en común se han unido y han logrado convertirse en agentes de cambio.

Estadísticas demuestran que solo el 36.1% de personas LGBT participan de manera activa en movimientos u organizaciones, dentro de este grupo el 73.5% está integrado a un movimiento LGBT dedicados a luchar por la igualdad de derechos humanos. Al considerar a la comunidad LGBT como un grupo minoritario en la sociedad, se ha logrado encontrar que existe una alta prevalencia de trastornos emocionales debido a la discriminación que generalmente viven por sus familiares, amigos, instituciones públicas de salud, compañeros de trabajo, etc. Datos del INEC (2013) indican que un 70.9% han sufrido de discriminación por parte de sus familiares de los cuales el 61.4% fueron víctimas de violencia y el 65.9% de rechazo. Por lo que se ha visto necesario identificar recursos alternativos con la finalidad que la persona perciba una red de apoyo externa que le permita tener una mejor valoración en relación a su identidad y orientación sexual para así mantener una adecuada percepción del bienestar psicológico a partir del apoyo que puede brindar una institución.

Barrón López De Roda y Sánchez Moreno (2001, p. 18) afirman que el tener una red de apoyo social tiene un efecto sobre la salud y el bienestar por lo que

es considerado como un factor que beneficia en el tratamiento de una persona que sufre de un trastorno emocional o psicológico para reestablecer su salud mental y adaptación al medio. El entorno social puede influir positivamente o negativamente sobre la manera en que un ser humano construye e interpreta el mundo, por ende, las estrategias que utiliza para resolver conflictos o afrontar situaciones difíciles pueden estar determinadas por las dinámicas del ambiente en las que se desenvuelve dicho individuo.

El pertenecer a una red de apoyo formal permite que una persona, en base a nuevos conocimientos, construya nuevos esquemas, significados y metas en relación a su identidad, además de su función en la sociedad. El empoderamiento y la auto-aceptación permiten que la persona inicie una lucha por sus intereses individuales con el apoyo de un grupo con fines comunes. Asimismo, en estudios realizados en México, por Luis Ortiz Hernández en el 2005, demuestran que la homofobia internalizada, el ocultamiento, transgresión de estereotipos de género, se entienden como los principales factores de riesgo que afectan la salud mental de la persona LGBT.

Se puede decir que al pertenecer a un movimiento social los factores anteriormente mencionados se van a debilitando ya que la integración a una institución les permite resignificar aspectos sobre su identidad y la valoración de su vida. Al pertenecer a un espacio que les permite expresarse libremente sin miedo a ser valorados negativamente, discriminados o excluidos se puede decir que reducen las probabilidades de generar problemas como; la depresión, ansiedad, angustia, aislamiento, pensamientos e intentos suicidas (Fernández y Calle, 2003).

En el Ecuador hay varios movimientos LGBT que buscan la igualdad y sobretodo el cumplimiento de sus derechos, buscan generar mayor aceptación e inclusión por parte del entorno social. Por ejemplo: la "Fundación Ecuatoriana Equidad" radicada en Quito realiza un trabajo enfocado en la promoción de salud y prestación servicios culturales con el objetivo de mejorar la calidad de vida de las personas afectadas por la discriminación de género e identidad sexual. En esta fundación se realizan actividades de comunicación, visibilidad,

empoderamiento y prevención de enfermedades como el VIH/SIDA. Además, prestan servicios médicos, psicológicos, capacitación de derechos humanos y ciudadanía, asesoría legal, video foros y cuentan con un centro comunitario cultural. A partir de esto podemos ver como una organización LGBT intenta cubrir varios ámbitos para que la persona tenga una mejor calidad de vida (Fundación equidad, 2015).

Se desea conocer en este estudio la manera en la que la red de apoyo social formal puede colaborar a las personas de la comunidad LGBT a reparar daños a nivel cognitivo y emocional por la discriminación, exclusión o violencia que pudieron haber experimentado a partir de momento de revelación sobre su orientación sexual o simplemente por su expresión de género. En otras palabras, es importante poder reconocer en qué dimensiones se puede beneficiar la persona al optar por la integración a una red de apoyo social formal; e identificar si este proceso influye positivamente sobre lo que piensan y sienten sobre su vida. Tomando en cuenta la valoración que daban a su vida previo a la integración de una red de apoyo social formal.

Finalmente, esta investigación busca identificar la importancia de una red de apoyo institucional sobre el cambio en la percepción del bienestar psicológico de la persona. Para así promover la integración por parte de jóvenes miembros de la comunidad LGBT en organizaciones sociales, con la finalidad de reducir la prevalencia de posibles trastornos emocionales y psicológicos que afecten directamente su autoevaluación en relación a la calidad de vida y sobre sí mismos. Se espera que mediante esta investigación se reflejen los cambios positivos generados por la ayuda en tanto al bienestar psicológico que puede ofrecer una red de apoyo social formal al trabajar de manera integral en relación a la salud, física y psicológica. Mediante este trabajo se pueden conocer estrategias que se han empleado en otros contextos para que las redes de apoyo formales en la ciudad de Quito puedan adaptarlas y ejecutarlas con el objetivo de ofrecer una atención pertinente a un mayor número de población.

IV. Pregunta de investigación

¿Cuál es la influencia que ejercería una red de apoyo social formal en el bienestar psicológico de las personas LGBT?

V. Objetivo general

Conocer la influencia que ejercería una red de apoyo social formal en el bienestar psicológico en personas de la comunidad LGBT.

VI. Objetivos específicos

- Identificar los recursos personales de afrontamiento de las personas LGBT a partir de la integración a la red de apoyo social formal.
- Conocer la percepción de crecimiento personal a partir de la integración a la red de apoyo social formal.
- Conocer el proceso de auto-aceptación de la identidad personal a partir de la integración a la red de apoyo social formal.

VII. Marco teórico referencial y discusión temática

A. Bases epistemológicas

Para este estudio se ha visto la importancia de describir las bases epistemológicas desde las que se intenta abordar las diferentes variables como el bienestar psicológico, orientación sexual e identidad de género, la red de apoyo social formal y de qué manera logran interactuar entre sí, es decir, conocer cómo actúa la red de apoyo social formal sobre la percepción de bienestar psicológico en las personas de la comunidad LGBT. La conceptualización de estos términos facilitará la comprensión en relación a como se ha estructurado su cognición y la forma de ver al mundo en base a sus experiencias personales y las implicaciones que estas tienen en la percepción de bienestar.

Kant (2003, p. 16) expone la idea que todo conocimiento inicia con una experiencia. El conocimiento según él, tiene como origen dos fuentes, la receptividad de las impresiones (intuición) y la capacidad de conocer un objeto mediante esas representaciones (conceptos). En otras palabras, en un primer momento percibimos un objeto y en segundo momento el objeto es pensado en relación a la representación. Se considera a la experiencia como algo constitutivo, es decir, es un elemento o un proceso que el sujeto construye tomando en cuenta a la intuición y el entendimiento para crear un conocimiento.

En otras palabras, el sujeto o la persona necesita un objeto, o acontecimientos para conocer, ya que el sujeto es quien a partir de la intuición le va a dar forma al objeto. El sujeto cognoscente es el que construye al objeto y constituye su realidad, la realidad es entonces, aquello que el sujeto construye partir de sí y para sí. Kant explica que el mundo que el sujeto conoce, es el mundo que el sujeto construye (Kant, 2003, p. 17). La definición que da, se puede asociar a este contexto en base a la valoración negativa que las personas le atribuyen a su vida a partir de experiencias de violencia, discriminación y exclusión a nivel social.

En la actualidad se habla de procesos cognitivos, Aaron Beck, uno de los principales exponentes de la escuela cognitiva define a la cognición con la valoración que un individuo o sujeto le da a eventos del presente o del pasado. Los procesos cognitivos son mecanismos de codificación, almacenamiento y recuperación de aprendizajes que se genera a partir de la experiencia. En ocasiones pueden existir errores durante el procesamiento de la información y es entonces cuando un individuo puede desarrollar una alteración en la interpretación de información. Existen estructuras cognitivas que se denominan esquemas que se constituyen a partir de construcciones mentales subjetivas, estos esquemas son patrones en la interpretación de la realidad en base a las experiencias individuales (Aliaga, s.f, p. 15).

La presencia de los estereotipos y prejuicios de la cultura sobre la homosexualidad, bisexualidad y lesbianismo afecta en la salud mental de

miembros de la comunidad LGB ya que según el autor Luis Ortiz Hernández (2005, p.62) estos fenómenos sociales interfieren y determinan el autoconcepto a partir de atribuciones negativas asociadas a la homosexualidad y la transgresión de género (TEG) lo que genera en la persona actitudes y pensamientos negativos hacia sí misma y hacia otros.

La participación activa a nivel social de los miembros de la comunidad LGBT puede influir de manera positiva en la salud mental de la persona ya que permite la inclusión a un grupo social en el que, de manera directa o indirecta, existe un apoyo y una lucha por intereses individuales o colectivos que pueden contribuir al desarrollo de la resiliencia, por ende, permite el restablecimiento de la salud mental. Rusell y Richards (citado en Fernández y Vázquez, 2013) señalan cinco factores que influyen en el desarrollo de la resiliencia, siendo el primero la percepción de pertenecer a un movimiento social y entender la opresión y homofobia, confrontar la homofobia internalizada, expresar las emociones, la aceptación y apoyo familiar y por último el contacto con otros miembros de la comunidad LGBT.

B. Bienestar Psicológico

Zubieta, Muratori, y Fernández (2012, p.68) plantean que el bienestar implica necesariamente la valoración que los individuos hacen de las circunstancias y el funcionamiento dentro de la sociedad. Rodríguez-Carvajal, Blanco, Moreno-Jiménez, Gallardo, Valle y Van Dierendonc (2006, p. 572) explican que el bienestar psicológico se enfoca en la percepción del desarrollo de capacidades y el crecimiento personal como principales indicadores de funcionamiento positivo, empero, no era suficiente para abarcar todos los procesos implicados dentro del BP. Carol Ryff propuso el modelo multidimensional para la medición del bienestar psicológico; este modelo consta de 6 dimensiones las cuales buscan entender las áreas en las que se puede evidenciar un funcionamiento psicológico positivo.

Este modelo fue tomado en consideración ya que al haber identificado que la exclusión, la discriminación, la violencia, la homofobia internalizada. Son factores que perjudican a nivel psicológico y emocional de las personas de la

comunidad LGBT, este modelo puede colaborar en el estudio. Es por esto que para valorar la percepción de bienestar psicológico es importante abordar y conocer los significados subjetivos que cada individuo otorga a las experiencias vividas a partir de las dimensiones propuestas por Ryff, las cuales están implicadas en el bienestar psicológico del individuo y permitirá explicar las posibles causas de la prevalencia de trastornos emocionales y conductuales que pueden llegar a sufrir esta población.

Las seis dimensiones que Carol Ryff propone para entender el bienestar psicológico son:

- Auto-aceptación: son autoevaluaciones positivas y de su vida pasada; también se refiere reconocimiento y aceptación de los múltiples aspectos de la identidad, tanto de las cualidades negativas como las positivas (García-Allandete, 2013, p. 49).
- Relaciones Positivas: “hace referencia a las relaciones interpersonales satisfactorias y auténticas, en esta dimensión se considera la presencia de redes de apoyo. El sentido de preocupación por el bienestar de los demás, la capacidad de empatía, afecto e intimidad” (García-Allandete, 2013, p. 49).
- Autonomía: “es el sentido de autodeterminación e independencia, la persona logra una resistencia a la presión social para pensar y actuar de determinada manera, su autoevaluación se basa en estándares personales” (García-Allandete, 2013, p. 49).
- Dominio del Entorno: “se define como la capacidad de gestionar con eficacia la propia vida y el mundo circundante; es el uso competente de los recursos disponibles en el medio; capacidad de elegir o crear contextos que satisfagan las necesidades y valores personales” (García-Allandete, 2013, p. 49).
- Crecimiento Personal: “sentido de crecimiento y desarrollo continuo como persona; autopercepción de expansión personal; apertura a nuevas experiencias; sentido de realización del potencial personal; cambios en direcciones que indican un incremento de autoconocimiento y eficacia” (García-Allandete, 2013, p. 49).

- Propósito en la Vida: “capacidad de establecer metas vitales y sentido de autodirección; persistencia en el cumplimiento de objetivos vitalmente importantes; creencia de que la propia vida, tanto pasada como presente, es útil y tiene un sentido para sí mismo” (García-Allandete, 2013, p. 49).

El empoderamiento que las personas de la comunidad LGBT pueden lograr a partir de la integración a la red de apoyo social formal, ya que dentro de las instituciones se realizan actividades e intervenciones enfocadas en abordar estos aspectos. La psicoeducación, el fortalecimiento de su identidad y aceptación de sí mismo, así como la interacción social que tienen dentro de estas organizaciones tiene un impacto positivo en el individuo. Gracias a esto, hay un mayor empoderamiento de su identidad y su comunidad, no se sienten juzgados ni solos, por lo que en base a la teoría se puede predecir que en efecto, la integración a una red de apoyo social formal apoya en el bienestar psicológico de las personas de la comunidad LGBT. Sin embargo, es necesario conocer la percepción de esta población sobre el tema propuesto.

B.1 Bienestar subjetivo

Gómez, Villegas, Barrera, y Cruz (2007, p. 314) explican el concepto de bienestar subjetivo como la manera en la que las personas interpretan y perciben su vida y la forma en la que evalúan su existencia, entorno a conceptos como la felicidad, la satisfacción y la afectividad. Diener (citado en Gómez, et al. 2007, p.314) hace referencia al juicio general que un individuo realiza sobre su propia vida tanto afectiva como cognitivamente. El autor describe cuatro componentes implicados para la medición del bienestar subjetivo, y estos son: la satisfacción con la vida; el afecto positivo se relacionan con las experiencias que generan muchas emociones y estados positivos; el afecto negativo, que se entienden mejor por las experiencias de pocas emociones desagradables y la satisfacción con dominios importantes de la vida. Partiendo de estos elementos se puede entender que el bienestar subjetivo es determinado por aspectos contextuales, la percepción sobre las

emociones y valoraciones de satisfacción que el sujeto atribuye a sus experiencias.

La principal diferencia entre el bienestar subjetivo y psicológico es que el primer concepto hace referencia al sentimiento de satisfacción a partir de juicios cognitivos y las reacciones afectivas, tiene bases emocionales como la felicidad, afectividad positiva y negativa mientras que el bienestar psicológico se centra en el desarrollo personal, estrategias de afrontamiento, cumplimiento de metas, autoconcepto, crecimiento personal, además, está implicado el bienestar psicosocial y la valoración de los individuos a los acontecimientos, el funcionamiento y adaptabilidad y sentido de pertenencia de sí mismos a nivel social (Zubieta, et.al, 2012, p.68).

B.2 Salud mental

La Organización Mundial de la salud (2015) define a la Salud Mental como “un estado de completo bienestar físico, social y mental, y no solamente por la ausencia de afecciones o enfermedades”, es decir se puede hablar de salud mental cuando la persona se siente bien en diferentes contextos de su vida, no sufre de enfermedades físicas o trastornos mentales, no tiene preocupaciones o siente algún tipo de alteración a nivel emocional y percibe una amplia red de apoyo como amigos o familiares.

Matud, Carballeira, López, Marrero e Ibáñez (2002, p.32) afirman que existe una fuerte asociación entre las relaciones sociales y la salud, concluyendo que las personas con mayor grado de aislamiento tienen menor salud física y psicológica por lo que en algunos casos puede haber una mayor probabilidad de que la persona presente ideaciones suicidas. Los/as autores/as exponen que el contexto cultural y social tiene una gran influencia sobre la salud mental de los seres humanos ya que a partir de valores, creencias, prejuicios y estereotipos se determinan las relaciones interpersonales. En la actualidad se sigue valorando de forma negativa la orientación sexual por lo que existe una inequidad de derechos para los miembros de la comunidad LGBT como

también una una falta de cumplimiento de los mismos, en ocasiones por parte de la familia y la sociedad en general.

Ortiz Hernández (2005, p.51) plantea a partir de estudios y encuestas realizadas en Estados Unidos de América que la presencia de distintas formas de prejuicio afectan de manera significativa en la salud mental de los adolescentes con una orientación sexual diferente a la heterosexual como son lesbiana gay, o bisexual (LGB. A partir de los resultados del Youth Risk Behavior Surveys demostraron que en los adolescentes BLH hay una mayor probabilidad de ser víctimas de violencia escolar, las encuestas indicaron que hay mayor frecuencia de consumo de sustancias como alcohol, marihuana, cocaína, fuman más tabaco que adolescentes heterosexuales. Finalmente es importante mencionar que también hay prevalencias más altas de intento e ideas suicidas.

La falta de aceptación sobre su identidad sexual u orientación sexual causa en algunos casos la presencia de un tipo de opresión internalizada. Asimismo, Ortiz (2005, p.63) propone distintas formas de opresión que afectan directamente en la salud de la persona; la percepción del estigma por homosexualidad se refiere a las expectativas que las personas LGBT tienen sobre las reacciones y actitudes que van a tomar otras personas hacia ellos debido a su orientación sexual. Es decir, el estigma es una valoración y actitud negativa de otros hacia las personas que pertenecen a esta comunidad. Otra forma de opresión es el ocultamiento el cual conlleva varias afecciones a nivel psicológico y emocional ya que la persona está preocupada frecuentemente por modificar su apariencia física y comportamientos con el objetivo de evitar evidenciar su homosexualidad. Por ende, a partir de un estudio realizado en México por Ortiz (2015) se relacionó este factor con mayor presencia de trastornos mentales, ideaciones e intentos suicidas.

En conclusión, existen varios factores que afectan la salud mental de los seres humanos como por ejemplo el contexto y la aceptación social e individual. Según las investigaciones encontradas al respecto, en un inicio existe el miedo permanente ante que actitud van a tomar sus familiares y amigos al conocer

sobre su orientación sexual y es por esto que atraviesan por un largo proceso en el que intentan ocultar y posiblemente negar su preferencia sexual. Las consecuencias que posiblemente se generan por la opresión y en algunos casos por la discriminación pueden aumentar la probabilidad de consumo de sustancias, trastornos mentales y emocionales, ideaciones suicidas e intento de suicidio.

C. Red de apoyo social formal

Según Zimmermann (2004, p.30), el concepto de *redes* es un conjunto de relaciones y estructuras de apoyo socio afectivo a la que una persona puede pertenecer. Se describe a este conjunto como relaciones no jerárquicas en la que se comparten intereses en común facilitando la colaboración de otros para lograr metas tanto colectivas como individuales. Las redes sociales son una opción de relación con potencial para solventar problemas, ejercer influencia y defender intereses. El autor define a la red social como un tejido de relaciones entre personas fundamentado en base a un interés básico que es activado y puesto en manifiesto debido a una causa real (Zimmermann, 2004, p. 24).

Esta investigación se refiere a la red de apoyo institucional como los vínculos que se establecen dentro de la fundación, por la ayuda que se da a través de la interacción de los miembros de dicha organización. Al partir con la premisa que describe la afectación personal que genera el aislamiento y la discriminación de personas de la comunidad LGBT, y por otro lado, tomando en cuenta los servicios que brinda la institución y el proceso de socialización dentro de la misma, se puede esperar que las relaciones que se crean dentro de una institución, forjen sentimientos de pertenencia y aceptación por lo que es considerada una red de apoyo.

El apoyo social percibido se caracteriza por la valoración que el individuo da las relaciones interpersonales y lo que estas aportan en su vida, ya sea de carácter afectivo o instrumental. Se ha encontrado que los otros tipos de apoyo social se asocian con el bienestar, y parece ser que la forma más efectiva de apoyo

depende de la situación en que éste es necesario. En otras palabras, el apoyo social percibido se entiende por como las personas interpretan e internalizan el apoyo recibido por otras personas u organizaciones que buscan cubrir las necesidades de un individuo, y si este apoyo tiene cierta influencia sobre vida (Matud, et al. 2002).

La red de apoyo social formal a diferencia de la red de apoyo natural, no depende de relaciones afectivas previas; y son accesibles para casi todos los individuos. Para este estudio se ha tomado en consideración la red de apoyo social formal con el objetivo de involucrar a entidades y organización dirigidas a la población LGBT que presten servicios de salud física y psicológica, asesoría legal, además de ofrecer un espacio seguro para la socialización. Las redes de apoyo social formal u organizado tiene como ventajas la solidez de sus estructuras y funcionamiento. Ortego, López y Álvarez (2003, p.3) exponen como formas de las redes de apoyo social formal a:

- Organizaciones de ayuda al enfermo.
- Seguridad Social.
 - Empresa para la que se trabaja: muchas cuentan con sistemas organizados de ayuda al empleado.
- Instituciones de acogida.
- Organizaciones de voluntariado.

C.1 Participación social

Se ha analizado el concepto de participación social con la finalidad de entender la razón por la que se ha dejado de lado este concepto en este estudio como variable principal. Sin embargo, el concepto de participación social también colabora en la comprensión de la importancia de la interacción social y el empoderamiento dentro de la salud mental.

El apoyo y la participación social son conceptos diferentes, el apoyo social se refiere a las relaciones interpersonales que implican el intercambio de afecto,

ayuda y valorización positiva hacia el otro. El apoyo social puede ser material; como recursos monetarios; instrumental u objetos tangibles como comida o herramientas; emocional que se caracterizan por lo afectivo, la preocupación y ayuda o cognitivo como consejos e información (Castellano, 2014, parr.1).

La socióloga especialista en estudios de género, Chávez Carapia, (2006, p. 164), afirma que la participación social es un eje fundamental para lograr un cambio social y construir una cultura democrática que permita una mejora en la calidad de vida y desarrollo humano. Esta práctica implica el origen de una interacción mayor entre la sociedad y el estado lo que permite la inclusión a espacios sociales convenciendo a todos los participantes sobre la trascendencia de sus acciones a nivel individual y social.

Se puede decir que la participación social y ciudadana es generalmente percibida como una forma de inclusión por lo que este trabajo pretende buscar cómo influye el participar en un grupo LGBT a nivel emocional, psicológico y social de los miembros de esta comunidad. Ya que en investigaciones anteriores se ha encontrado niveles de depresión, consumo de sustancias o algún tipo de desorden psiquiátrico como consecuencia de prejuicios y estereotipos que generan la discriminación social y familiar. Es por esto que es importante determinar si la participación social, que implica la auto aceptación de la persona y el empoderamiento, influye de manera positiva en la calidad de vida de la población LGBT al lograr un cambio a nivel político y social (Barrientos y Cárdenas, 2013, p. 8-14).

D. Análisis del contexto

Investigaciones recientes afirman que existe una relación directa entre el apoyo social, la calidad de las relaciones sociales y la salud mental. Matud, Carballeira, López, Marrero e Ibáñez (2002, p.32) concluyen que las personas con mayor grado de exclusión en una sociedad no tienen una adecuada salud física y psicológica. Al no existir una red de apoyo fuerte, ya sea primaria o secundaria, hay mayor probabilidad de que la persona no presente una salud

mental adecuada lo cual aumenta el riesgo de padecer problemas como depresión, ansiedad, consumo de sustancias, ideaciones o intentos suicidas, etc.

Según resultados obtenidos de un estudio realizado por el Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz, en la ciudad de México un 60.3% de adolescentes lesbianas, gays y bisexuales, menores de 19 años han tenido ideaciones suicidas y un 26.1% han tenido intento de suicidios, mientras que en adultos mayores LGB de 19 años en adelante, la prevalencia de ideaciones suicidas fue del 35.7% y de intento de suicidio fue del 13.7%. Dentro de esta población se pudo observar que el 40% presenta alguna forma de homofobia internalizada, el 60% percibía el estigma y la transgresión de estereotipos, por otro lado el 50% de las personas desarrollaba formas de ocultamiento en relación a su identidad de género (Ortiz, 2005, p. 60).

En una investigación realizada en Colombia por Pineda Roa (2013, p. 334) se menciona que hay varios factores que influyen el riesgo de suicidio en la población LGBT, considerando a la homofobia internalizada como factor principal de ideaciones e intentos suicidas. La homofobia internalizada nace en base a una fuerte influencia del entorno ya que los prejuicios y estereotipos negativos asociados con la homosexualidad se incorporan en el auto-concepto de la persona, es decir la transgresión de los estereotipos provoca que la persona tenga sentimientos y actitudes de rechazo y/o denigración hacia su propia identidad sexual. Ortiz, (2005) afirma que se ha logrado determinar que hay niveles inferiores de homofobia internalizada en la población LGBT que asiste a grupos de apoyo a diferencia de los que no estaban involucrados en ningún grupo. Es evidente que siempre que exista algún tipo de aceptación por parte del otro hacia una persona que forma parte de un grupo minoritario, es considerado un factor protector de la integridad mental y emocional (Ortiz, 2005, p.51).

Por otro lado, el formar parte de un grupo minoritario aumenta el riesgo de sufrir problemas de salud mental debido a la constante discriminación y violación a sus derechos humanos, sexuales y reproductivos. Esto implica que

las personas sexualmente diversas (LGBT) no se permitan ejercer su sexualidad libremente lo cual puede influir en la salud mental originando problemas tales como: ansiedad, angustia psicológica, depresión, consumo de sustancia psicoactivas, baja autoestima es por esto que el riesgo de suicidio aumenta (Pineda, 2013, p. 335).

El pertenecer a un movimiento u organización social implica estar rodeado de más gente que, probablemente, haya vivido situaciones similares de discriminación, exclusión o violencia debido a su orientación sexual. Por ende, el sentirse aceptados, entendidos y no juzgados puede considerarse como un factor protector del bienestar psicológico de dicha persona.

En base a los resultados obtenidos por el INEC,(2013), en las encuestas realizadas en el 2013, se puede evidenciar que en sigue existiendo discriminación, exclusión y violencia hacia la comunidad LGBT. Eso puede tener un impacto negativo sobre los miembros de este grupo a nivel psicológico, emocional y físico, no obstante hay una gran mayoría que participa en movimientos u organizaciones LGBT que buscan equidad de derechos civiles, sociales y políticos, luchando por tener un trato de vida igualitario.

Se ha podido observar que desde finales del siglo XIX ha existido una fuerte demanda por parte de los miembros de la comunidad LGBT de que sus derechos humanos sean cumplidos. A partir de esto han logrado modificar ciertas leyes que amparan estos derechos permitiéndoles tener una mejor calidad de vida. El trabajo dentro de una organización le permitirá a la persona a empoderarse de su identidad y luchar por que sus derechos sean cumplidos y que se sientan libres de ejercer su sexualidad sin miedo a ser juzgados, discriminados o violentados por ello.

Para la realización de esta investigación se considera de suma importancia explicar desde que perspectiva se van a definir las variables que se desean estudiar como red de apoyo social formal y bienestar psicológico. Sin embargo, se debe tener presente además, otros conceptos como participación social, salud mental, bienestar subjetivo para y por último describir conceptos en relación a la muestra, en este caso miembros de la comunidad LGBT.

D.1 Comunidad LGBT

Se considera de gran importancia definir cada uno de los conceptos que están implicados en el grupo LGBT desde conceptos usados en el Ecuador, es por esto que se han tomado como base las definiciones del Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC). El INEC define:

LGBT: hace referencia a Lesbianas, Gays, Bisexuales, Transgénero, Transexuales y Travestis

- Lesbianas: “este concepto es utilizado para reconocer a mujeres que aceptan de manera abierta su atracción física, emocional y sexual por otras mujeres” (INEC, 2013, p.4).
- Gay: “Término que hace referencia a hombres que asumen de manera abierta su atracción física, emocional y sexual por otros hombres” (INEC, 2013, p.4).
- Bisexuales: “Mujeres u hombres que sienten atracción física, emocional y sexual por personas de ambos sexos” (INEC, 2013, p.4).
- Transgénero: “Se define el término transgénero como aquella persona que construye un género distinto al que se le asigna socialmente, en este sentido pueden ser” (INEC, 2013, p.5)
 - ✓ Transgénero femenina: “hace referencia a la persona que nace con una biología de hombre y que construye un género femenino, es decir, se expresan mediante el comportamiento, habla y estética de las mujeres” (INEC, 2013, p.5).
 - ✓ Transgénero masculino: “Persona que nace con una biología de mujer y que construye un género masculino. Los trans masculinos modifican su comportamiento, habla y estética para corresponderse con lo que ha sido socialmente asignado a los hombres” (INEC, 2013, p.5).
- Transexuales: “es una persona transgénero que, a más de su expresión de género masculina o femenina, realiza intervenciones en su

cuerpo que la alejan de su biología original. Finalmente, señala que las personas transexuales pueden ser:

- ✓ Mujeres transexuales: “las personas atraviesan por la transición de hombre a mujer. Realizan intervenciones en su cuerpo para adaptarlo a la biología femenina. Generalmente estos cambios incluyen la administración de hormonas femeninas, implantes de senos y en algunos casos una cirugía de reasignación genital” (INEC, 2013, p.6).
- ✓ Hombres transexuales: “se define como la transición de mujer a hombre. Las personas intervienen su cuerpo para lograr una estética corporal masculina. Los cambios incluyen en algunos casos administración de hormonas masculinas, extirpación de senos y en algunos casos una cirugía de reasignación genital” (INEC, 2013, p.6).
- Travestismo: “Es una preferencia de la persona que se caracteriza por el uso de vestimenta, lenguaje, manierismos, etc., que en una determinada sociedad se consideran propios del género opuesto. Una persona puede travestirse de forma permanente, frecuente o esporádicamente” (INEC, 2013, p.4).

VIII. Metodología

Tipo de Diseño y Enfoque

Esta investigación tendrá un enfoque cualitativo de diseño narrativo con alcance descriptivo transversal ya que se busca describir las características de los fenómenos, situaciones o sucesos dentro de grupos, personas y comunidades por un determinado período de tiempo. Según Hernández, Fernández, y Baptista, (2014), al tener un alcance descriptivo se pretende recoger información de manera independiente o conjunta sobre las variables

que se van a estudiar. El diseño narrativo de la investigación se basa en la recolección, descripción y análisis de información en relación a las historias de vida y experiencias individuales de la población que se va a estudiar, es decir se busca una comparación de sus experiencias pasadas hasta la actualidad, se debe analizar el ambiente, tiempo, secuencia de hechos, interacciones y consecuencias de los eventos que han vivido para así poder reconstruir la historia de la persona (Salgado, 2007, p. 73).

Muestreo

La muestra será no probabilística, por lo tanto el muestreo será por conveniencia en base a criterios de inclusión y exclusión con la finalidad de evitar factores que pueden sesgar los resultados.

- *Muestreo por conveniencia:* Se tomará como muestra a 18 personas LGBT entre los 18 a 35 años, específicamente se desea realizar la entrevista a 5 personas gay, 5 mujeres lesbianas, 5 bisexuales hombres y mujeres y se espera contar con la presencia de 3 personas trans. Para el contacto con la muestra se ha tomado en cuenta la técnica de bola de nieve de la población LGBT que participen en una organización o movimiento LGBT de la ciudad de Quito.
- *Muestreo por criterios:* Para determinar la población con la que se desea trabajar se han planteado criterios de inclusión y exclusión para la muestra, con la finalidad de obtener la información necesaria, se propone trabajar con personas de género masculino y femeninos miembros de la comunidad LGBT que residen en la ciudad de Quito. Y que además hayan asistido a las actividades de una organización o fundación LGBT por un período de tiempo mínimo de 6 meses, es decir, que participen de manera activa en las actividades y accedan a facilidades que ofrecen dentro de la institución.

Es importante que las personas con las que se desea realizar la investigación hayan experimentado algún tipo de discriminación, violencia o exclusión debido a su orientación sexual. Ya que, a partir de estos casos se puede valorar de manera específica el beneficio que aporta la red de apoyo social formal en el bienestar psicológico de las personas que han tenido que buscar redes de apoyo alternativas ya que en algunos casos han sufrido de discriminación, violencia o exclusión por sus padres, madres, familiares, amigos o compañeros.

Tabla 1

Criterios de inclusión y exclusión

Criterios de inclusión	Criterios de exclusión
<ul style="list-style-type: none"> • Personas miembros de la comunidad LGBT entre 18 a 35 años que residen en la ciudad de Quito • Personas que participan activamente en una organización o fundación LGBT al menos 6 meses • Personas que asisten a las actividades de un centro o fundación LGBT de manera voluntaria. • Personas de la comunidad LGBT que hayan sufrido de algún tipo de discriminación, violencia o exclusión debido a su orientación sexual o identidad de género. 	<ul style="list-style-type: none"> • Personas que no hayan sufrido de discriminación, exclusión o violencia debido a su orientación sexual e identidad de género. • Personas que hayan sido diagnosticadas con algún tipo de discapacidad intelectual o problema de lenguaje. Debido a la posible dificultad para ejecutar la entrevista, además de que en el caso de haber experimentado discriminación y violencia puede ser confundido el motivo ya que forma parte de dos diferentes grupos minoritarios. • Personas LGBT con una función administrativa de algún grupo, movimiento o institución.

Recolección de datos

Para la recolección de datos se ha propuesto que sea por medio de entrevistas semiestructuradas con preguntas abiertas basadas en modelos teóricos pero también están guiadas por presupuestos por parte del investigador generadas a partir de la información entregada por los participantes (Flick, 2007, p.96). Las narraciones de los participantes son considerados los datos con mayor importancia para el estudio ya que se procederá a organizar los datos iniciando por la transcripción de las entrevistas, y posteriormente se realizará un análisis del discurso.

Pre-validación del instrumento

Al proponer entrevistas semiestructuradas para la recolección de datos como instrumento principal de la investigación, se han generado preguntas directrices basadas en los objetivos específicos con el propósito de obtener la información necesaria para responder a la pregunta de investigación y así lograr el cumplimiento de objetivos.

Para la validación del instrumento se solicitará a docentes de la escuela de psicología que revisen las preguntas para la entrevista y también se hará una entrevista prototipo con dos o tres personas de la comunidad LGBT, una persona gay, una mujer lesbiana y un hombre o mujer bisexual, con la finalidad de conocer si hay algún error en el planteamiento de las preguntas y conocer si las preguntas planteadas permiten obtener la información necesaria para la investigación.

La guía de la entrevista que fue validada por los docentes de la escuela de psicología de la Universidad de las Américas. La guía de la entrevista constaba con las siguientes preguntas:

1. ¿Cómo fue el proceso de comunicar tu orientación sexual e identidad de género, a tu entorno, que situaciones enfrentaste, como fue para ti vivir ese proceso?
2. ¿La forma como te miras ahora, ha cambiado con el tiempo?, ¿De qué manera y que espacios han influenciado en estos cambios?
3. ¿Cuáles son las principales redes de apoyo con las que cuentas?, es decir, ¿Qué tipo de personas han estado para ti y te han brindado apoyo cuando lo necesitas?
4. ¿En qué momento te vinculaste a esta institución? ¿Qué papel cumplió esta red en ese proceso de auto aceptación y declaración sobre tu orientación sexual (salida de closet) cronológicamente?
5. ¿Cómo describirías tus relaciones sociales antes y después de pertenecer a esta red de apoyo social formal (grupo u organización)?
6. ¿Cómo describes las relaciones interpersonales que mantienes fuera y dentro de esta red de apoyo social formal?
7. ¿Cómo consideras que la integración a la red de apoyo social formal te ha ayudado en la auto-aceptación y crecimiento personal? ¿De qué manera?
8. ¿Antes de formar parte de la institución como enfrentabas situaciones discriminatorias y/o agresivas por parte de la sociedad?
9. ¿En caso de que alguien te discrimine como responderías, qué harías?
10. ¿Cómo piensas que pertenecer a una red de apoyo social formal ha influido tu capacidad de establecer metas y planes de vida?

Procedimiento

La investigación se realizará dentro de un periodo de 10 semanas en las que se intentará recopilar la información necesaria para sustentar la pregunta de investigación planteada anteriormente: ¿De qué manera la integración a una

red de apoyo formal afecta en la percepción de bienestar psicológico en personas de la comunidad LGBT?

Se espera realizar entrevistas semiestructuradas a personas de la comunidad LGBT que asisten a una organización, grupo, fundación o asociación que estén dentro de un rango de edad entre los 18 a 35 años. Con la información entregada por medio de las entrevistas se busca conocer el valor que las personas de la comunidad LGBT dan a ciertos fenómenos como la discriminación, exclusión y violencia y como lo han vivido a partir de experiencias, y por otro lado, que efecto han tenido estas sobre la valoración que dan a sí mismo y a su vida y la percepción de bienestar psicológico que tienen ahora a partir de la integración a la red de apoyo social formal y la percepción de bienestar psicológico previo a la integración, con el objetivo de conocer el impacto y beneficios que puede dar a la persona el sentido de pertenencia a una organización formal.

Después de realizar las entrevistas se realizará la transcripción de las mismas y se procederá a realizar una codificación abierta para organizar los datos. En cuanto al proceso de análisis de resultados se ha tomado como estrategia el análisis del discurso y posteriormente se entregarán los resultados a los participantes y a las instituciones consideradas como redes de apoyo social formal.

Contextualización de la herramienta

Un estudio cualitativo realizado con adolescentes argentinos para medir el bienestar psicológico desde el modelo multidimensional de Carol Ryff, utilizó como instrumento una entrevista que consistía primero en completar las siguientes frases: 1. Estar bien con uno mismo es...; 2. El bienestar es...; 3. Me siento contento cuando...; 5. Ser feliz consiste en...; 6. Sentirse mal ocurre cuando... En la segunda parte se les pedía a los participantes que describieran situaciones de bienestar y malestar psicológico a partir de experiencias vividas. En este mismo estudio se aplicaron dos escalas para evaluar el bienestar; la

escala BIEPS, escala con formato de respuesta Likert que mide la auto aceptación, vínculos, proyectos de vida y dominio del entorno; y SWLS que es una escala de 7 categorías que examina el grado de satisfacción global con la vida (Benatuil, 2003, p. 48).

Una investigación cualitativa realizada para determinar el bienestar psicológico de voluntariado de cooperación internacional para el desarrollo, utilizó como instrumento una entrevista semiestructurada en la cual se daba paso a la opinión personal de algunos participantes de los voluntariados. De igual manera esta entrevista se formuló a partir de la teoría de Carol Ryff, como estrategia de análisis de resultado se utilizó análisis de contenido que permitan describir la realidad y realizar deducciones de la información obtenida (Pérez, 2012).

A partir de las entrevistas y evaluación que se realizó para medir el bienestar psicológico se obtuvieron los siguientes resultados que se obtuvieron fueron del siguiente estilo:

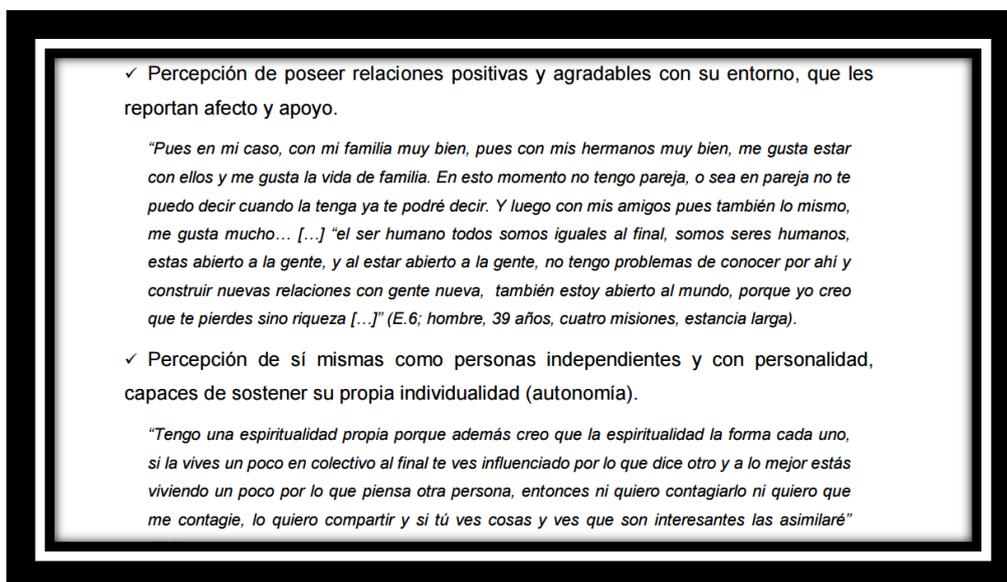


Figura 1. Resultados obtenidos en estudios anteriores para medir el bienestar psicológico. Tomado de Irene Pérez Miralles, 2013, p. 38

En este trabajo no están publicadas las preguntas de la entrevista sin embargo las estrategias de análisis del instrumento y los elementos que se abordan

dentro de cada sub-escala fueron de gran ayuda al plantear las preguntas para esta investigación.

En otras investigaciones cuantitativas se utiliza la escala de bienestar psicológico de Ryff para evaluar el bienestar psicológico en estudiantes universitarios de 18 a 35 años de edad. Este instrumento es la versión adaptada por Dierendonk (2004), conservan las mismas 6 escalas y la prueba consta de 39 ítems en formato de respuesta likert que van desde 1= totalmente desacuerdo y 6= totalmente de acuerdo. Para la formulación de las preguntas se ha enfocado en los ítems adaptados de cada una de las dimensiones (Ver anexo 3).

En base a estos ítems se han propuesto las preguntas para la entrevista semi-estructuradas que intentan explorar todas las sub-escalas en menor cantidad de preguntas sin embargo que abarquen las dimensiones propuestas por Ryff (auto concepto, relaciones positivas, Autonomía, Dominio del Entorno, Crecimiento Personal, propósito en la Vida). Es importante mencionar que el estudio realizado en Argentina por Benatuil (2003, p.54) plantea que el aplicar la encuesta permite desde el discurso y el contenido evaluar el nivel de bienestar psicológico, menciona que durante el análisis muchos perciben su bienestar a partir de sentirse bien en el entorno, cuando les salen bien las cosas, sentirse en paz y situaciones que les hace sentir felices o satisfechos. Con las entrevistas se puede obtener mayor información y entender la relación que tiene la integración a la red de apoyo social formal y su bienestar psicológico en base a su percepción y experiencia.

Debido al reglamento de la Universidad se han planteado solo 3 objetivos específicos que están formulados principalmente en base a las 5 dimensiones propuestas por Carol Ryff utilizadas para medir el bienestar psicológico, estos son: la auto-aceptación, relaciones positivas, dominio del entorno y el crecimiento personal, la dimensión de autonomía puede estar implicada dentro del dominio del entorno y los propósitos de vida están directamente relacionado con el propósito de vida. Se tomaron los objetivos específicos para el

planteamiento de las preguntas directrices, sin embargo, las 6 dimensiones implicadas en la percepción de bienestar psicológico según Carol Ryff.

Las preguntas se enfocan en la autoevaluación de las siguientes dimensiones:

1. Auto-aceptación
2. Relaciones positivas
3. Autonomía
4. Dominio del entorno
5. Crecimiento personal
6. Propósitos de vida

Las preguntas tienen como objetivo el conocer la percepción de las personas en relación a cada dimensión realizando una comparación entre el tiempo previo de aproximadamente dos años anteriores a la integración a la red de apoyo social formal, y el estado actual. Para conocer la manera en que la integración y asistencia a una organización o grupo puede generar un cambio en la percepción del bienestar psicológico.

Encuadre entrevista piloto

Para la realización de las encuestas se ha visto la posibilidad de ingresar a la Fundación Ecuatoriana Equidad y contactar a una parte de la muestra para que a partir de los primeros participantes mediante bola de nieve se logre contactar al resto de personas. Posterior a esto se agendarían fechas para hacer las entrevistas, se espera que se pueda aplicar el instrumento dentro de la fundación en un espacio privado o en la universidad, esto dependería de las facilidades de los participantes.

El tema de esta entrevista es sobre la percepción del bienestar psicológico de las personas LGBT a partir de la integración a una red de apoyo social formal. La entrevista es semiestructurada por lo que se podrá adaptar el lenguaje e intervenir con preguntas que se consideren pertinentes y relevantes para el estudio, a pesar de no estar escritas en el guion, siempre y cuando las preguntas tengan continuidad y coherencia con lo que ha dicho el participante.

Se espera que la entrevista dure aproximadamente 30 minutos, será grabado el audio para poder realizar la transcripción de la misma. Las preguntas son abiertas para que den un espacio a la persona a compartir su opinión de manera libre.

Análisis de datos

Para el análisis de la información se plantea el análisis del discurso desde la perspectiva del interaccionismo simbólico. El análisis del discurso permite analizar las representaciones discursivas creando categorías como la justificación de la problemática, descripción de los hechos, tono de cómo se cuenta el relato, importancia que se otorga a ciertos aspectos desde el punto de vista de los participantes.

Para comprender el objeto de estudio se propone observarlo desde el interaccionismo simbólico, esta posición se enfoca en estudiar los significados subjetivos y las atribuciones individuales que un sujeto le da a sus actividades y ambientes en los que se desenvuelve. Esta línea de investigación iniciada por Herbert Blúmer (citado en Flick, 2007) centra su interés en el análisis de los procesos de interacción y el contenido simbólico que se produce durante la interacción y acción social.

Blúmer (citado en Flick, 2007) parte de tres premisas que permite entender el interaccionismo simbólico; la primera premisa plantea que los significados que se atribuye a un evento determina la manera en la que los seres humanos actúan, la segunda premisa dice que el significado nace como resultado de la interacción social, por último, Blúmer afirma que los significados se manejan en un proceso interpretativo utilizado por la persona al hacer frente a las cosas que observa y este proceso los modifica.

Se habla de significado subjetivo ya que cada persona entiende e interpreta de manera diferente los eventos a partir de experiencias personales. Para la investigación es importante reconstruir estos significados ya que colabora para

la comprensión y el análisis del mundo social. Es decir, se puede entender mejor como las personas entienden el mundo y rigen su comportamiento en base a los significados que otorgan a los acontecimientos personales y colectivos.

IX. Viabilidad

Se considera que la realización de este estudio es viable ya que no se ha logrado identificar limitantes o un alto grado de dificultad tomando en cuenta los ítems mencionados a continuación.

Acceso al grupo de estudio

Se ha logrado contactar una organización en Quito que trabaja con personas LGBT. Dentro de esta institución asisten aproximadamente 50 personas en horarios aleatorios, sin embargo, los miembros de esta fundación cumplen con los criterios planteados para seleccionar la muestra con la que se desea trabajar. En un primer acercamiento los miembros de esta fundación se vieron interesados en participar.

Disponibilidad del tutor

Se ha aprobado el tema y el plan de titulación por parte del tutor académico. Al realizarse esta investigación la ayuda del tutor encargado será necesaria para el análisis de información.

Disponibilidad de recursos

Para esta investigación no se necesitará de recursos económicos, el mayor recurso necesario es el tiempo de los participantes que serán entrevistados una vez dentro de las instalaciones de la fundación o en la universidad, dependiendo de la facilidad de los participantes. Las entrevistas serán realizadas en el Distrito Metropolitano de Quito.

Sugerencias y/o recomendaciones

Una de las principales limitaciones que se identificaron fue el contacto con personas intersexuales y posiblemente con personas transexuales para la aplicación de la entrevista, sin embargo se puede trabajar con personas del grupo LGB y con una cantidad limitada que represente a la población transexual. Tomando en cuenta la única limitación identificada para el estudio si no se logra contar con participantes transexuales o intersexuales se recomienda para próximas investigaciones enfocarse solo en esta población y así poder comparar datos e identificar si en esta población la integración a una red de apoyo social formal tiene efectos positivos en la percepción del bienestar psicológico, que la comunidad transgénero enfrenta un nivel adicional de estigma es mejor que se realice un estudio aparte enfocándose en ellos.

Se espera obtener información significativa para poder proponer un recurso alternativo para la atención e inclusión de las personas de la comunidad LGBT a la sociedad. Se espera que en 10 semanas se logre realizar la recolección de datos, análisis del discurso, codificación e iniciar la fase informativa de los resultados obtenidos dentro de la institución en la que se va a trabajar. Se recomienda que la fase informativa sea realizada con el propósito de que la institución logre conocer la importancia de que las personas reconozcan a la fundación como una red de apoyo social formal y así se implementen servicios y se promueva la integración a este tipo de instituciones.

X. Aspectos éticos

La muestra establecida para esta investigación personas mayores de 18 años que pertenecen a la comunidad LGBT y están involucradas en alguna organización social de dicha comunidad. Al momento de realizar las evaluaciones se firmará un consentimiento informado el cual asegure que la información entregada por el participante será solo para uso académico y será de manera anónima, de igual forma, es necesario que la persona conozca que su participación es voluntaria por lo que puede abandonar la investigación si así lo desea.

Se devolverán los resultados de la investigación al finalizar el estudio a cada participante. Se utilizará:

- **Autorizaciones institucionales:** En este caso se realizará el estudio con personas que asisten a una organización LGBT por lo que deberá ser firmada una autorización de la institución para poder realizar las entrevistas dentro del establecimiento con jóvenes y adultos que desean participar.
- **Consentimientos o asentimientos informados:** Los participantes deberán firmar un consentimiento en el cual afirmen su deseo de participar en la investigación además de conocer el objetivo de la investigación, y términos de confidencialidad (Anexo 1).
- **Tratamiento de la información:** La información entregada por los participantes será anónima, por otro lado, las grabaciones de las entrevistas serán solamente del uso del investigador, luego pasarán a ser transcritas y codificadas. La confidencialidad podría romperse solo si el participante o terceros se encuentran en peligro.
- **Consecuencia de la investigación:** Uno de los posibles inconvenientes que la investigación podría traer es el cuestionamiento acerca de la ayuda e influencia de la fundación sobre su bienestar y el apoyo de la fundación. Sin embargo, la muestra seleccionada debe pertenecer a la institución por mínimo seis meses, por lo que si continúa asistiendo a la fundación es porque hay un nivel de satisfacción al asistir. Por otro lado, dentro de la fundación elegida se da atención psicológica por lo que podrá colaborar si sucede algo inesperado.
- **Devolución de resultados:** Los resultados generales de la investigación serán devueltos a los participantes y a representantes de la institución considerada como la red de apoyo social formal a manera de escrito después de que esta sea calificada aprobada por profesores y supervisores.
- **Autoreflexividad:** A nivel personal me interesaría estudiar sobre este tema ya que me parece de gran importancia conocer que otros recursos pueden tener personas LGBT que sufren de violencia, discriminación y exclusión para evitar que sufran de depresión u otro trastorno emocional y

psicológico. Conozco un caso muy cercano que pasó por momentos difíciles durante el proceso de aceptación y de dar a conocer sobre su orientación sexual, en la actualidad realiza estudios sobre minorías sexuales y esto ha tenido un impacto positivo sobre varios aspectos de su vida.

- **Derechos de autor.** Tomar en cuenta el literal No. 13 del Reglamento de titulación de la Universidad de Las Américas, sobre la propiedad intelectual, en el cual se señala:

“La propiedad intelectual de los trabajos de titulación pertenecerá a la Universidad. En casos extraordinarios en los que el o los estudiantes tengan razones para solicitar que la propiedad intelectual les pertenezca, deberán solicitarlo directamente a su Decano o Director, quién tratará el tema con la Vicerrectoría y la Dirección de Coordinación Docente. Se comunicará la respuesta al solicitante a más tardar dentro de los 30 días siguientes a su requerimiento. Los trabajos de titulación, de aceptarse el requerimiento del estudiante, serán tratados como secreto comercial e información no divulgada en los términos previstos en la Ley de Propiedad intelectual” (Universidad De Las Américas, 2013)

XI. Análisis de estrategias de intervención

Como se había mencionado anteriormente en base a los resultados obtenidos en la primera investigación, sobre condiciones de vida, inclusión social y derechos humanos de la población LGBTI en Ecuador realizado por el INEC durante el año 2012 hasta el 2013, se ha podido determinar que sigue vigente en un 70,9% la tasa de prevalencia de personas que han vivido experiencias de discriminación, exclusión y violencia por parte de familiares, amigos e instituciones tanto públicas como privadas, lo que tiene un fuerte impacto sobre la calidad de vida de las personas de esta población, por otro lado el porcentaje de personas que participa o asiste a una red de apoyo social formal es bajo.

Venable (2011), asegura que en Ecuador han habido avances en cuanto a la inclusión de derechos y principios de los y las LGBT en la constitución del 2008 como por ejemplo la titularidad de derechos, autonomía, identidad, equidad, solidaridad, diversidad, participación, efectividad de derechos, este último punto es necesario recalcar ya que en el censo realizado por el INEC muchos indican que tanto en el contexto educativo, laboral y de salud, hay evidentes barreras para la atención a las personas LGBT (Venable, 2011, p. 4-8). Sin embargo, es importante mencionar que no solo se debe tomar en cuenta al pertenecer a una red de apoyo social formal como tomar el rol de activista sino el de asistir y acceder a los servicios que prestan ciertas instituciones que ofrecen apoyo a nivel psicológico y emocional.

Desde la investigación del INEC en el 2013, al buscar mayor información e investigaciones se pudo observar que en el Ecuador no existen investigaciones relacionadas con el bienestar psicológico de las personas LGBT, la mayoría de escritos están enfocados en la promoción para cumplimiento de derechos de dicha comunidad. Sin embargo, no se ha encontrado guías sobre buenas prácticas que sean ejecutadas en el contexto Ecuatoriano. El conocimiento sobre las leyes y los derechos es un eje fundamental para lograr un cambio en la sociedad, se puede considerar como una herramienta en la cual las personas de la comunidad puedan sostenerse para demandar respeto, es importante enfocarse en la creación de estrategias personales de afrontamiento para conseguir un equilibrio y bienestar psicológico.

Como primera fase se desea conocer la percepción de la población LGBT sobre la importancia de integrarse a una red de apoyo social formal. Además se desea explorar como definen el proceso de integración y los esquemas que han constituido alrededor de fenómenos como la violencia, discriminación y exclusión. Al recoger información desde varias fuentes se podrá llegar a responder la pregunta de investigación. Se ha propuesto este estudio cualitativo puesto que la información será en base a las narrativas personales cumplen varias funciones como el dar sentido a la experiencia, atribuye estabilidad, coherencia e incorporar vivencias personales y el conocimiento de uno mismo y de otros con la finalidad de contextualizar y conocer en qué áreas

influye la integración a una red de apoyo social formal sobre el bienestar psicológico para luego con esta información lograr informar y difundir los resultados, captar la atención de personas de la comunidad LGBT para que logren considerar la red social de apoyo formal como un recurso para mejorar la percepción sobre su bienestar desde procesos como la auto-aceptación, las relaciones positivas, el dominio del entorno y crecimiento personal.

Desde el modelo de estrés por minoría o *minority stress*, propuesto por Ilan H. Meyer, (citado en Dentato, 2012, parr. 10) existen prácticas clínicas que se aplican para implementar estrategias de afrontamiento. Estas prácticas están enfocadas en la *afirmación*, se centra en la afirmación de una identidad positiva y en la identificación y valoración del efecto de la homofobia internalizada y el estigma sobre sus procesos cognitivos, funcionamiento psicológico y posibles comportamientos de riesgo como el abuso de sustancias e intentos suicidas o autolesivos. El autor también propone intervenciones a nivel individual, grupal y comunitario mediante técnicas de difusión de información sobre campañas de salud y de derechos. Otro punto importante que menciona es la importancia de la evaluación de otras intervenciones terapéuticas ya que es esencial que exista un proceso de formación continua para aumentar el conocimiento y la competencia de otros profesionales que trabajan con esta población

En el ciudad de Quito existen algunas organizaciones, asociaciones y grupos LGBT con distintas funciones, que se enfocan en tareas como por ejemplo el acompañamiento en casos de violación de derechos a personas LGBT espacios de integración social, atención y promoción de salud integral, apoyo psicopedagógico para mujeres no heterosexuales y familiares, atención frente a situaciones de violencia, entre otros. Algunas de las instituciones, y grupos LGBT a los que la población puede acceder son: la asociación Alfil; asociación Quitogay; corporación Kimirina; Femrock Ecuador; la Organización Ecuatoriana de Mujeres Lesbianas; el Proyecto Transgénero; Fundación Causana; fundación Esquel; Sentimos Diverso; la Fundación Ecuatoriana Equidad; y Es mi familia, esta última organización mencionada se encargada de dar apoyo para padres, madres y familiares de personas LGBT. Cada una de las instituciones mencionadas tienen diferentes enfoques y métodos para trabajar

temas de diversidad de género y sexualidad diversa enfocadas en el cumplimiento de derechos es inclusión social dentro de la Ciudad de Quito.

Dentro de las instituciones en el área de psicología se propone trabajar en base a las dimensiones propuestas por Ryff para medir el bienestar psicológico. Se ha tomado 4 de las 6 dimensiones ya que se considera que dentro del dominio del entorno esta la autonomía y dentro del crecimiento personal se están considerando también los planes de vida. En la adaptación de la escala de Ryff (2006), se han propuesto criterios para determinar si el nivel del bienestar es óptimo o deficiente, por lo que a partir de esto se puede plantear temas y formular estrategias con el objetivo de abarcar elementos importantes implicados en el bienestar psicológico.

Para trabajar en la auto-aceptación se pueden realizar actividades relacionadas con manifestar una acción positiva hacia sí mismo, aceptar aspectos positivos y negativos, mejorar la valoración que se le da al pasado. Las relaciones positivas es otra dimensión importante que debe ser intervenida, en primer lugar solo el hecho de asistir a la actividades de una organización le permitirá tener un espacio seguro para fortalecer sus habilidades, asimismo, con un profesional a cargo se pueden realizar actividades que fortalezcan la empatía. Para trabajar en la dimensión relacionada con el crecimiento personal es importante que se logren potencializar habilidades para identificar logros y percibir el grado de desarrollo individual, crear propósitos y metas relacionadas con nuevas experiencias. Por último, para el dominio del entorno se deben utilizar estrategias que involucren la práctica en el control de actividades, identificar y aprovechar oportunidades que se le presentan, aumentar la capacidad de resistir presiones sociales, regular emociones y comportamientos (Ryff y Van Dierendonk, 2006).

Cada organización se ha encargado de difundir información sobre sus servicios y sus objetivos dentro del contexto ecuatoriano a través de medios de comunicación como páginas de internet y redes sociales, en donde se publican proyectos en los que están involucrados, la historia de cómo surgió la organización, los objetivos y los servicios que prestan a la comunidad. Por

ejemplo la asociación Alfil que aborda las necesidades principalmente de la población transexual, pública correos y teléfonos a los que se puede solicitar atención médica y psicológica (Asociación Alfil, 2006).

La fundación Causana, se enfocan sobre todo en la población lésbica, entre sus objetivos están promover la movilización comunitaria, aportar conocimientos y generar acciones políticas para la promoción de derechos humanos y la ciudadanía de lesbianas gays y jóvenes en general. Es interesante que la representante de la Fundación Causana, Karen Barba, menciona “entendemos la importancia que tiene integrar a las personas en todas las áreas de su vida: corporal, cognitiva, afectiva y creativa, en un sistema coherente de relaciones interpersonales con otras y otros”, partiendo de esta premisa, las tareas que cumplen a nivel social en beneficio de la comunidad LGBT han sido dos ediciones del Festival Cultural Lésbico EVAS, el cual tomo lugar en espacios públicos para exponer a través del arte a las mujeres lesbianas, bisexuales y trans (LBT) como sujetos de derechos (Barba, 2014).

Karen Barba (2014), menciona que las intervenciones y acciones sociales, la facilitación a la incidencia política y el espacio terapéutico al que pueden acceder las personas LGBT dentro de la fundación son consideradas como estrategias que ayudan en el proceso de socialización, empoderamiento, la capacitación en temas de derechos, salud, autodefensa, identidad, arte y cultura y la creación de redes sociales fortalecen las respuestas frente a casos de discriminación y violencia hacia la población LGBT, logran integrar a un mayor número de personas mediante foros en línea para el conocimiento de proyectos e investigaciones, talleres, etc. También se difundían mediante un programa radial llamado “somos sexuales”.

A partir de los resultados que se esperan obtener a través de las entrevistas a personas de la comunidad LGBT en la ciudad de Quito se puede evaluar la factibilidad de promocionar y potencial la asistencia a estas instituciones y grupos mediante la difusión a través de medios de comunicación dirigidos a esta población, por ejemplo programas radiales como; La Nota Fuerte, La Voz

LGBTI y Punto Diverso, ya que se ha podido identificar que la difusión por medio de redes social, radio y páginas de internet son las principales herramientas utilizadas por estas organizaciones para informar a la ciudadanía LGBT sobre servicios, talleres, movimientos, investigaciones, estrategias de intervención, prácticas clínicas, entre otros eventos. Ya que con una integración de los recursos ofrecidos en algunas instituciones se podrían trabajar mediante diferentes estrategias las dimensiones implicadas en el bienestar psicológico de la persona, es decir, el asistir a una de estas fundaciones puede abrir puertas para reducir niveles de homofobia internalizada, estigma y ocultamiento, recibir información sobre temas de salud física y mental. Por otro lado, al identificar una ruptura en el vínculo familiar se puede proponer recursos o asesoría por parte de organizaciones que prestan apoyo a los familiares de las personas LGBT lo cual ayudaría en la calidad de las relaciones familiares.

El pertenecer a una red de apoyo social formal involucra nuevos procesos de socialización e identificación con otros por los que pueden permitir una reorganización cognitiva en cuanto a las experiencias sociales. Nuevas estrategias de interacción social modifican la forma en la que los individuos representan las relaciones y cómo valoran diferentes situaciones sociales, influye sobre los procesos implicados en las respuestas emocionales. La percepción de pertenecer a una estructura estable y el sentimiento de compromiso crea un vínculo entre en individuo y la comunidad lo que se ha determinado como un elemento importante para conseguir el bienestar individual. Por lo que se puede decir que la integración social puede ser considerada como un sistema alternativo de apoyo social ya que por el trabajo integral que se realiza pueden implementar estrategias y herramientas personales que les permita afrontar situaciones de riesgo con la finalidad de incrementar el bienestar psicológico y mejorar la salud mental de su colectivo (García y Herrero, 2006, p.330).

XII. Cronograma

Tabla 2

Cronograma modelo metodológico

	TAREAS	SEM 1	SEM 2	SEM 3	SEM 4	SEM 5	SEM 6	SEM 7	SEM 8	SEM 9	SEM 10	SEM 11
1	Selección de tema											
2	Aprobación del tema											
3	Elaboración metodología del estudio											
4	Elaboración marco teórico											
5	Elaboración del instrumento											
6	Validación del instrumento											
7	Análisis de estrategias de intervención											
8	Conclusiones											

Tabla 3

Cronograma de ejecución de la investigación

	TAREAS	SEM 1	SEM 2	SEM 3	SEM 4	SEM 5	SEM 6	SEM 7	SEM 8	SEM 9	SEM 10
1	Acceso al campo										
2	Contactar a los participantes										
3	Recolección de datos										
4	Transcripción de entrevistas										
5	Codificación de la información										
6	Obtención de resultados										
7	Conclusiones y recomendaciones										
8	Fase informativa										

REFERENCIAS

- Alfil, A. (2006). *Asociacion Alfil: identidades en diálogo*. Recuperado de <http://asoalfil.com/servicios>
- Aliaga, C. (s.f). *Terapia Cognitivo Conductual. El modelo ABC del funcionamiento psicológico*. Universidad peruana de los andes: Perú. Recuperado de <http://distancia.upla.edu.pe/libros/psicologia/10/TERAPIA%20COGNITIV A.pdf>
- American Psychological Association. (2016). *Orientación sexual e identidad de género*. Washington DC. Recuperado de <http://www.apa.org/centrodeapoyo/sexual.aspx>
- Barba, K. (2014). *Activate Fundacion Causana*. Recuperado de <http://www.activate.ec/content/fundacion-causana>
- Benatuil, D. (2003). El bienestar psicológico en adolescentes desde una perspectiva cualitativa. *Psicología, Cultura y Sociedad*, 3, 43-58. Reecuperado de <https://dspace.palermo.edu/ojs/index.php/psicodebate/article/view/502/297>
- Barrientos, J., y Cárdenas, M. (2013). Homofobia y Calidad de Vida de Gay y Lesbianas: Una Mirada Psicosocial. *Psykhe (Santiago)*, 22(1), 3-14. Recuperado de http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-22282013000100001&lng=es&tlng=es.10.7764/psykhe.22.1.553
- Castellano, C. (2014). La influencia del apoyo social en el estado emocional y las actitudes hacia la vejez y el envejecimiento en una muestra de ancianos. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*. 14(3), 365-377. Recuperado de <http://www.ijpsy.com/volumen14/num3/393/apoyo-social-y-vejez-la-influencia-del-ES.pdf>

- Chaves, J. (2006). Participación social: retos y perspectivas. (ed.). México: Plaza y Valdez. Recuperado de <https://books.google.com.ec/books?id=zERzIkUT8k4C&printsec=frontcover&hl=es#v=onepage&q&f=false>
- De Roda, A., & Moreno, E. S. (2001). Estructura social, apoyo social y salud mental. *Psicothema*, 13(1), 17-23. Recuperado de <http://www.unioviado.net/reunido/index.php/PST/article/view/7841>
- Del C. Fernández Rodríguez, M., y Calle, F. (2013). En torno al rechazo, la salud mental y la resiliencia en un grupo de jóvenes universitarios gays, lesbianas y bisexuales. *Revista Griot*, 6(1), 44–65. Recuperado de <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4318519/>
- Denato, M. (2012). The minority stress perspective. *American Psychological Association*. Recuperado de <http://www.apa.org/pi/aids/resources/exchange/2012/04/minority-stress.aspx>
- Díaz, D., Rodríguez-Carvajal, R., Blanco, A., Moreno-Jiménez, B., Gallardo, I., Valle, C., y Van Dierendonck, D. (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema*, 18(3), 572-577. Recuperado de <http://www.psicothema.es/pdf/3255.pdf>
- Flick, U. (2007). Introducción a la investigación cualitativa (2^{da} ed.). Madrid: Ediciones Morata
- Fundación Ecuatoriana Equidad. (Octubre de 2015). Fundación Ecuatoriana Equidad. Recuperado de <http://www.equidadglbti.com/index.php/sobre-nosotros>
- García- Allante, J. (2013). Bienestar psicológico, edad y género en universitarios españoles. *Salud y Sociedad*, 48-58. recuperado de <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/salsoc/v4n1/4n1a04.pdf>
- García. E. y Herrero, J. (2006). La Comunidad Como Fuente De Apoyo Social: Evaluación E Implicaciones En Los Ámbitos Individual Y Comunitario.

Revista latino americana de psicología, 38(2), 327-342. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/rlps/v38n2/v38n2a07.pdf>

Gómez, V. Villegas, C. Barrera, F. y Cruz, E. (2007). Factores predictores de bienestar subjetivo en una muestra colombiana. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 39(2), 311-325. Recuperado de http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-05342007000200008&lng=en&tlng

Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, M. (2014). *Metodología de la Investigación*. México: McGraw-Hill/ Interamericana Editores

Instituto Nacional de Estadísticas y Censos. (2013). *Primera Investigación (estudio de caso) sobre Condiciones de Vida, Inclusión Social y Derechos Humanos de la población LGBT en Ecuador*. Recuperado de http://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/web-inec/Estadisticas_Sociales/LGBTI/Presentacion-LGBTI.pdf

Kant, I. (2003). *Crítica a la razón pura*. De la distinción del conocimiento puro y el empírico. Librodot. Recuperado de http://www.edu.mec.gub.uy/biblioteca_digital/libros/K/Kant,%20Inmanuel%20-%20Critica%20a%20la%20razon%20pura.pdf

Martín Ortega, E., Barrios Fernández, Á., Almeida, A., y del Barrio, C. (2003). Del maltrato y otros conceptos relacionados con la agresión entre pares y su estudio psicológico. *Infancia y Aprendizaje*, 26(1), 9-24. Recuperado de https://www.researchgate.net/profile/Cristina_Barrio/publication/39153258_Del_maltrato_y_otros_conceptos_relacionados_con_la_agresion/links/09e415022845ec9e4a000000.pdf?inViewer=0&pdfjsdownload=0&origin=publication_detail

Martín Sánchez, M. (2011). aproximación Histórica Al Tratamiento Jurídico Y Social Dado a la Homosexualidad en Europa. *Estudios constitucionales*, 9(1), 245-276. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-52002011000100009>

- Matud, P., Carballeira, M., López, M., Marrero, R., e Ibáñez, I. (2002). Apoyo social y salud: un análisis de género. *Salud mental*, 25(2), 32-37. Recuperado de <http://www.medigraphic.com/pdfs/salmen/sam-2002/sam022e.pdf>
- Moyano, M. S. (2011). *La participación: invitación a la esperanza*. España: Editorial UOC. Recuperado de <http://www.ebrary.com>
- Ortego, M., Lopópez, S. y Álavarez, M. (2003). *El apoyo social*. Universidad de Cantabria. Recuperado de http://ocw.unican.es/ciencias-de-la-salud/ciencias-psicosociales-i/pdf-reunidos/tema_13.pdf
- Ortiz Hernández, L. (2005). Influencia de la opresión internalizada sobre la salud mental de bisexuales, lesbianas y homosexuales de la Ciudad de México. *Salud Mental*, 28(4) 49-65. Recuperado de <http://4www.redalyc.org/articulo.oa?id=58242806>
- Pérez Miralles, I. (2012). *Estudio cualitativo sobre el bienestar subjetivo y psicológico de cooperación internacional para el desarrollo* (trabajo final de maestría). Universidad Complutense de Madrid. España. Recuperado desde <https://www.ucm.es/data/cont/docs/506-2014-05-17-tfmfinalperez-seguridad.pdf>
- Pineda Roa, C. (2013). Factores asociados con riesgo de suicidio de adolescentes y Jóvenes autoidentificados como lesbianas, gays y bisexuales: estado actual de la literatura. *Revista colombiana de Psiquiatría*. 42(4).333-349. Recuperado de <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0034745013700301>
- Porta, L. y Silva, M. (2003). La investigación cualitativa: El Análisis de Contenido en la investigación educativa. Argentina. Recuperado de <http://anthropostudio.com/wp-content/uploads/2015/04/PORTA-Luis-y-SILVA-Miriam-2003.-La-investigaci%C3%B3n-cualitativa.-El-An%C3%A1lisis-de-Contenido-en-la-investigaci%C3%B3n-educativa..pdf>
- Rábade Romeo, S. (1967). Experiencia y límites del conocimiento objetivo en Kant. *Logos. Anales Del Seminario De Metafísica*, (2), 83. Recuperado

de

<http://revistas.ucm.es/index.php/ASEM/article/viewFile/ASEM6767110083A/18528>

Ryff, C. y Van Dierendonck, D. (2006). Escalas de bienestar psicológico de Ryff (Scales of psychological wellbeing-reduced. Instituto Europeo de Psicología Positiva. Recuperado de <http://www.iepp.es/images/stories/pdf/Ryff.pdf>

Sandoval, C. (2002). *Investigación cualitativa*. Bogotá: ARFO Editores

Semerari, A. (2002). *Historia, teorías y técnicas de la psicoterapia cognitiva*. Origen y desarrollo del cognitivismo clínico. España: Paidós

Universidad de las Américas. (2013). Reglamento para la ejecución y presentación de trabajos de titulación. Recuperado de <http://www.udla.edu.ec/wp-content/uploads/2014/02/Reglamentotitulacion2013.pdf>

Valois, C. (2007). *Redes de apoyo psicosocial al duelo*. Recuperado de <http://www.paliativossinfronteras.com/upload/publica/libros/acompanamiento-duelo-med-paliativa/13-REDES-DE-APOYO-PSICOSOCIAL-%20AL-DUELO-VALOIS.pdf>

Véliz, A. (2012). Propiedades Psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico y su Estructura Factorial en Universitarios Chilenos. *Psicoperspectivas*, 11(2), 143-163. Recuperado de <https://dx.doi.org/10.5027/psicoperspectivas-Vol11-Issue2-fulltext-196>

Venable, G. (2011). LGBTI: El Movimiento de Base de Quito. Recuperado de http://digitalcollections.sit.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=2053&context=isp_collection

Zimmermann, A. (2004). *La gestión de redes: caminos y herramientas* (1ª ed.). Ecuador: Abya-Yala. Recuperado de <http://www.ops.org.bo/textocompleto/bvsp/boxp68/gestion-redes.pdf>

Zubieta, E., Muratori, M. Fernández, O. (2012). Bienestar Subjetivo Y Psicosocial: Explorando Diferencias De Género. *Salud & sociedad*, 3(1), 66-76. Recuperado de <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/salsoc/v3n1/a05.pdf>

ANEXOS

Consentimiento informado

UNIVERSIDAD DE LAS AMERICAS

Consentimiento informado

Yo, _____, he sido convocado/a para colaborar en el proyecto de investigación acerca de la percepción del bienestar psicológico de las personas LGBT a partir de la integración a una red de apoyo social formal.

Mi participación en este estudio contempla una entrevista de aproximadamente 30 minutos, en tanto a las intervenciones realizadas contribuiré con mi presencia y aportando con mi experiencia, las mismas que serán grabadas en su totalidad. Entiendo que la información que entregue en mis relatos será absolutamente confidencial y solo conocida integralmente por el equipo de investigación a cargo de este estudio y el docente-supervisor. Estoy en mi derecho durante la entrevista de suspender mi participación si así lo encuentro conveniente, sin que esta decisión tenga ningún efecto.

He leído esta hoja de consentimiento informado y acepto participar de este estudio.

Firma participante.

C.I. _____

Guía de entrevista

Guía de entrevista

11. ¿Cómo fue el proceso de comunicar tu orientación sexual e identidad de género, a tu entorno, que situaciones enfrentaste, como fue para ti vivir ese proceso?
12. ¿La forma como te miras ahora, ha cambiado con el tiempo?, ¿de qué manera y que espacios han influenciado en estos cambios?
13. ¿Cuáles son las principales redes de apoyo con las que cuentas?, es decir, ¿Qué personas han estado para ti y te han brindado apoyo cuando lo necesitas?
14. ¿En qué momento te vinculaste a la institución? ¿Qué papel cumplió la red en ese proceso de auto-aceptación y declaración sobre tu orientación sexual (salida de closet)? cronológicamente
15. ¿Cómo describirías tus relaciones sociales antes y después de pertenecer a esta red de apoyo social formal (grupo u organización)?
16. ¿Cómo describes las relaciones interpersonales que mantiene fuera y dentro de esta red de apoyo social formal?
17. ¿Cómo consideras que la integración a la red de apoyo institucional te ha ayudado en la auto-aceptación y crecimiento personal? De qué manera?
18. ¿Antes de formar parte de la institución como enfrentaba situaciones agresivas por parte de la sociedad?
19. ¿En caso de que alguien te discrimine como responderías, qué harías?
20. ¿Cómo piensas que la integración a una red de apoyo social formal ha influido en tu capacidad de establecer metas y planes de vida?

Escala bienestar psicológico de Ryff (2006)

	ITEMS	SUB-ESCALAS
1	Estoy contento con cómo me han resultado las cosas	AUTO-ACEPTACIÓN
7	En general, me siento seguro/a conmigo mismo/a	AUTO-ACEPTACIÓN
13	Hay muchas cosas de mí mismo que cambiaría	AUTO-ACEPTACIÓN
19	Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad	AUTO-ACEPTACIÓN
25	Me siento decepcionado/a de mis logros en la vida	AUTO-ACEPTACIÓN
31	Me siento orgulloso/a de quien soy y la vida que llevo	AUTO-ACEPTACIÓN
3	Expreso mis opiniones, aunque sean opuestas a la mayoría	AUTONOMÍA
4	Me preocupa cómo se evalúan las elecciones que he hecho	AUTONOMÍA
9	Tiendo a preocuparme sobre lo que otros piensan de mí	AUTONOMÍA
15	Tiendo a estar influenciado por gente con fuertes convicciones	AUTONOMÍA
21	Tengo confianza en mis opiniones por sobre las del consenso general	AUTONOMÍA
27	Me es difícil expresar mis opiniones en asuntos polémicos	AUTONOMÍA
33	Cambio mis decisiones si mis amigos o familia están en desacuerdo	AUTONOMÍA
24	Siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo/a	CRECIMIENTO PERSONAL
30	Hace tiempo que dejé de intentar hacer grandes mejoras en mi vida	CRECIMIENTO PERSONAL
36	Realmente con los años no he mejorado mucho como persona	CRECIMIENTO PERSONAL
37	Con el tiempo me he desarrollado mucho como persona	CRECIMIENTO PERSONAL
38	La vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio y crecimiento	CRECIMIENTO PERSONAL
5	Es difícil dirigir mi vida hacia un camino que me satisfaga	DOMINIO DEL ENTORNO
11	He construido un hogar y modo de vida a mi gusto	DOMINIO DEL ENTORNO
16	Siento que soy responsable de la situación en la que vivo	DOMINIO DEL ENTORNO
22	Las demandas de la vida diaria a menudo me deprimen	DOMINIO DEL ENTORNO
28	Soy bueno/a manejando las responsabilidades de mí	DOMINIO DEL ENTORNO

	vida	
35	Pienso que es importante tener nuevas experiencias	DOMINIO DEL ENTORNO
39	Si me sintiera infeliz con mi vida trataría de cambiarla	DOMINIO DEL ENTORNO
10	Me juzgo por lo que yo creo que es importante	FUERON ELIMINADOS
34	Mi vida está bien como está, no cambiaría nada	FUERON ELIMINADOS
6	Disfruto haciendo planes y trabajar para hacerlos realidad	PROPÓSITO DE VIDA
12	Soy activo al realizar los proyectos que me propongo	PROPÓSITO DE VIDA
17	Me siento bien con lo hecho en el pasado y con lo que espero hacer en el futuro	PROPÓSITO DE VIDA
18	Mis objetivos en la vida han sido más satisfactorios que frustrantes	PROPÓSITO DE VIDA
23	Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida	PROPÓSITO DE VIDA
29	No tengo claro qué es lo que intento conseguir en la vida	PROPÓSITO DE VIDA
2	A menudo me siento solo/a porque tengo pocos amigos íntimos	RELACIONES POSITIVAS
8	No tengo muchas personas que quieran escucharme	RELACIONES POSITIVAS
14	Siento que mis amistades me aportan muchas cosas	RELACIONES POSITIVAS
20	La mayor parte de las personas tienen más amigos que yo	RELACIONES POSITIVAS
26	No he experimentado muchas relaciones cercanas y de confianza	RELACIONES POSITIVAS
32	Puedo confiar en mis amigos, y ellos en mí	RELACIONES POSITIVAS

Cuadro 2. Ítems escala de Ryff. Obtenido de Alex Véliz Burgos, 2012