

EL PROCESO DE RESILIENCIA EN EL DESARROLLO DE LA IDENTIDAD LESBIANA, GAY Y BISEXUAL

**Gloria Elena
Gil Hernández**

El proceso que lleva a la superación de adversidades consiguiendo con ello ganancias personales o grupales se denomina resiliencia. Este innovador marco de las ciencias sociales se presenta como idóneo para su aplicación al proceso de desarrollo positivo de la identidad lesbiana, gay y bisexual; siendo la homofobia social y la propia homofobia interiorizada la adversidad a superar. Con el objetivo de localizar y confirmar factores promotores del proceso, llevamos a cabo esta investigación en la que se demuestra que el apoyo, la visibilidad, el sentido del humor, la empatía y la autoestima son factores de resiliencia. Estos resultados abren nuevas posibilidades no sólo para ampliar el conocimiento de esta realidad sino también para el desarrollo de programas específicos en torno al bienestar de este colectivo.

The process of getting through adversities, thereby obtaining personal or group gains is called resilience. This innovative framework of the Social Sciences is clearly applicable to the positive development of lesbian, gay and bisexual identity; being the adversity to be overcome both social and internalised homophobia. With the aim of detecting and confirming promoting factors for this process, we were able, through this research, to demonstrate that support, visibility, sense of humour, empathy and self-esteem are all resilience factors. These findings open up new possibilities not only with regards to raising awareness about this subject but also as far as the development of specific programmes for the promotion of this group's wellbeing is concerned.

La resiliencia constituye un nuevo paradigma científico dentro de las ciencias humanas desde el cual pueden ser explicados complejos procesos personales y sociales. El enfoque de la resiliencia permite dirigir la mirada hacia la posibilidad de identificar los recursos usados por individuos y comunidades para mejorar y crecer aún en circunstancias adversas.

Desde el punto de vista etimológico la palabra "resiliencia" proviene del latín *resilere*, que significa: *saltar hacia arriba, volver a entrar saltando, rebotar, apartarse, o desviarse*. Según el Diccionario Enciclopédico Salvat¹ es la *resistencia que oponen los*

cuerpos, en especial los metales, a la ruptura por choque o percusión.

El primer uso de este término fuera del contexto de la física se le atribuye a Emmy Werner y Ruth Smith, quienes siguieron regularmente el desarrollo de 698 niños nacidos en 1955 en la isla de Kauai (archipiélago de Hawai) desde el periodo prenatal hasta la edad de 32 años. Basándose en una serie de indicadores como la exposición a un riesgo alto de trastornos de la conducta, encontraron que había 201 niños que a la edad de dos años tenían todos los ingredientes para predecir trastornos del desarrollo y psicopatología. A pesar de esto, 72 evolucionaron favorablemente sin intervención terapéutica y se hicieron jóvenes adultos competentes y bien integrados. A es-

El enfoque de la resiliencia permite dirigir la mirada hacia la posibilidad de identificar los recursos usados por individuos y comunidades para mejorar y crecer aún en circunstancias adversas.

¹ Diccionario Enciclopédico Salvat. Salvat Editores, Madrid, 1973.

tos niños que, a priori, eran niños vulnerables, pero lograron sobreponerse a las duras circunstancias de su infancia y realizar una vida plena de sentido les llamaron niños “resilientes”².

A medida que se han seguido llevando a cabo un amplio número de investigaciones centradas en torno a la resiliencia, el concepto ha sido continuamente revisado y ampliado. Por tanto, resulta difícil encontrar una única definición que se adecue a las múltiples perspectivas y aplicaciones en el campo de la psicología, las ciencias sociales, la medicina e incluso la filosofía.

En este trabajo, alejándonos con todo el propósito, de la reducción de la resiliencia a marcos específicos restringidos (infancia, adolescencia, etc.) o de su presentación como una característica o conjunto de características de la personalidad, la definimos como *el proceso mediante el cual las personas, los grupos o las comunidades pueden enfrentar la adversidad y salir fortalecidas o mejoradas*.

En nuestra perspectiva, este proceso no involucra en exclusiva al individuo sino que tiene lugar dentro de su marco ecológico-transaccional determinado por diferentes sistemas que interactúan entre sí. *En todo momento, la resiliencia es fruto de la interacción entre el propio individuo y su entorno, entre las huellas de sus vivencias anteriores y el contexto del momento en materia política, económica, social o humana*³.

Tomando esta visión de la resiliencia y dado el dinamismo de las interacciones entre los distintos sistemas, no es posible clasificar a los individuos como resilientes o no resilientes de manera absoluta, ya que la resiliencia no sería una esencia

o una conquista definitiva de una persona sino un estado en el que se manifiestan pensamientos, conductas y acciones orientados a la superación de adversidades. Por tanto, más que *ser* resiliente, se *está* resiliente.

Esta concepción de la resiliencia lleva directamente a cuestionarse sobre los factores que podrían incidir en que se manifiesten este tipo de conductas y acciones resilientes en los procesos de enfrentamiento de la adversidad. Según Edith Grotberg:

Las conductas de resiliencia requieren factores de resiliencia y acciones. En efecto, las conductas resilientes suponen la presencia e interacción dinámica de factores, y los factores en sí van cambiando en las distintas etapas de desarrollo. Las situaciones de adversidad no son estáticas, sino que cambian y requieren cambios en las conductas resilientes⁴.

Para facilitar la comprensión de la necesaria complejidad vinculada a los procesos de resiliencia acuñamos también en nuestro estudio la noción de *factores de no resiliencia* que serían los pensamientos, conductas y acciones, presentes en el proceso, contrarios al enfrentamiento positivo de la adversidad.

Un reto de gran importancia para poder analizar e investigar sobre los procesos de resiliencia es, por tanto, la identificación y clasificación de los factores de resiliencia y no resiliencia consustanciales a cada proceso.

En la investigación que llevamos a cabo sobre el proceso de resiliencia en la aceptación y desarrollo de la identidad de lesbianas, gays y bisexuales nos marcamos dos objetivos principales: fundamentar la concepción del proceso de aceptación y

La resiliencia no sería una esencia o una conquista definitiva de una persona sino un estado en el que se manifiestan pensamientos, conductas y acciones orientados a la superación de adversidades

² Werner, (1992).

³ Manciu, M. (2003: 23).

⁴ Grotberg, E. (2002: 22).

En el caso de las personas LGB (lesbianas, gays y bisexuales) la adversidad se presenta de manera clara y contundente englobada dentro de un término: “homofobia”

creación de una identidad positiva en las personas homosexuales y bisexuales como un proceso de resiliencia e identificar elementos que actúan como factores de resiliencia y de no resiliencia en este proceso.

En primer lugar, para poder hablar de un proceso de resiliencia debíamos identificar la adversidad que está presente. En el caso de las personas LGB (lesbianas, gays y bisexuales) la adversidad se presenta de manera clara y contundente englobada dentro de un término: “homofobia”. Daniel Borrillo define la homofobia de la siguiente manera: *hostilidad general, psicológica y social, respecto a aquellos y aquellas de quienes se supone que desean a individuos de su propio sexo o tienen prácticas sexuales con ellos*⁵.

La homofobia, por tanto, está construida sobre prejuicios ideológicos, exteriorizados a través de mitos, estereotipos y creencias arbitrarias, que promueven la intolerancia y la discriminación hacia las personas homosexuales y bisexuales.

La homofobia tiene sus raíces en la organización social tradicional conocida como patriarcado que establece que la autoridad debe ser ejercida por el hombre, padre y líder de la familia. El patriarcado establece un fuerte sistema jerárquico basado en la supremacía masculina con unos roles concretos y estrictos para cada sexo. Ofrece, por tanto, una visión e interpretación de la realidad heterocéntrica (se organiza en torno a la heterosexualidad como sexualidad procreativa) y sexista (poder del hombre sobre la mujer).

Si bien es verdad que este modelo social está perdiendo el amparo legal en las modernas sociedades; de hecho existen leyes que luchan contra él, todavía cuenta con muchos apoyos y capacidad de influencia. No

*se puede decir que la base del patriarcado social se haya debilitado si aun lo definimos en función de la capacidad para reproducir el sistema genero-sexo*⁶.

En el sistema sexo-género patriarcal las personas homosexuales y bisexuales son enemigos a combatir, con armas sutiles pero poderosas como la injuria, la desvalorización y la estereotipación o por medios netamente violentos cuyo objetivo es expulsar del flujo social a las personas que no se amoldan a la norma sexual mayoritaria.

Como nos recuerda Csikszentmihalyi: *De todas las cosas que nos asustan, el temor de ser expulsado fuera del flujo de la interacción humana es seguramente el peor. No hay duda de que somos animales sociales; únicamente en compañía de otras personas nos sentimos completos*⁷.

No es de extrañar que la homofobia, con todas las consecuencias externas e internas que produce, sea pues la gran adversidad que las personas homosexuales y bisexuales tienen que atravesar para poder construirse una identidad positiva como lesbianas, gays, bisexuales o cualquier otro término con el que definen su vivencia personal.

Una vez reconocida la adversidad, nos centramos en identificar aquellos factores comunes a los procesos de resiliencia en general y los específicos de esta realidad que podrían facilitar o inhibir el proceso de resiliencia.

Para llevar a cabo esta tarea se realizó inicialmente una investigación de metodología cuantitativa. En la actualidad, se está concluyendo también una investigación cualitativa basada en historias de vida. En este artículo daremos a conocer la meto-

⁵ Borrillo, D. (2001: 36).

⁶ Eisenstein, (1979: 137).

⁷ Csikszentmihalyi (1996: 248).

cia de los comportamientos y actitudes de no resiliencia.

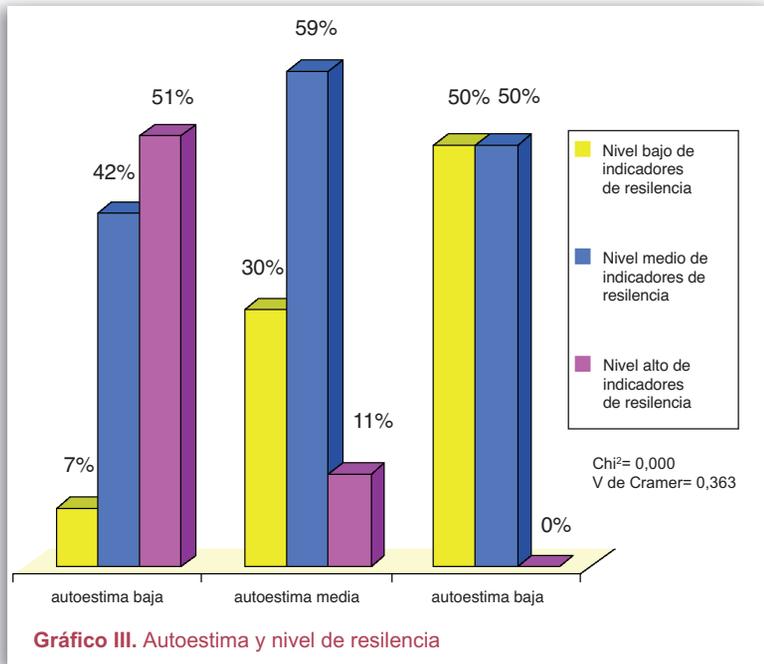


Gráfico III. Autoestima y nivel de resiliencia

Existe una clara relación entre la posibilidad de desarrollar comportamientos y conductas resilientes y el nivel de autoestima de los sujetos

Del mismo modo, verificamos en nuestro estudio que los factores de resiliencia que son señalados por un amplio número de teóricos y que han sido respaldados por importantes investigaciones, como la autoestima,

Después de analizar los resultados sobre autoestima, dividimos nuestra muestra en personas con alta autoestima, autoestima media y baja autoestima. El 51% de las personas del grupo de alta autoestima presentaba un nivel alto de indicadores de resiliencia, en el grupo de autoestima media el porcentaje descendía hasta el 11% y en de autoestima baja no encontramos ningún individuo con un nivel alto de indicadores de resiliencia. En cuanto al nivel bajo de indicadores de resiliencia estaba presente en el 50% de las personas del grupo de autoestima baja, frente al 30% de las del grupo de autoestima media y el 7% de las del grupo de autoestima alta. Existe, por tanto, una clara relación entre la posibilidad de desarrollar comportamientos y conductas resilientes y el nivel de autoestima de los sujetos.

Utilizamos el mismo procedimiento para verificar el comportamiento del sentido del humor como factor de resiliencia. El 67% del grupo que mostraba un sentido del humor alto tenía un alto nivel de indicadores de resiliencia, frente al 12% de personas con sentido del humor medio. También se dio el caso de que entre el grupo de personas de sentido del humor bajo no se encontró ningún sujeto con alto nivel de indicadores de resiliencia. Por el contrario, en este último grupo se encontró que el 71% tenía un nivel bajo de factores de resiliencia frente al 23% de personas del grupo de sentido del humor medio y el 7% de sentido del humor alto.

Por tanto, se establece una clara relación entre el sentido del humor y la presencia de indicadores de resiliencia de tal manera, que a mayor sentido del humor se observan un número más alto de indicadores de resiliencia e inversamente, a menor sentido del humor menos presencia de este tipo de indicadores. Estos datos quedan ilustrados en la siguiente Gráfica IV.

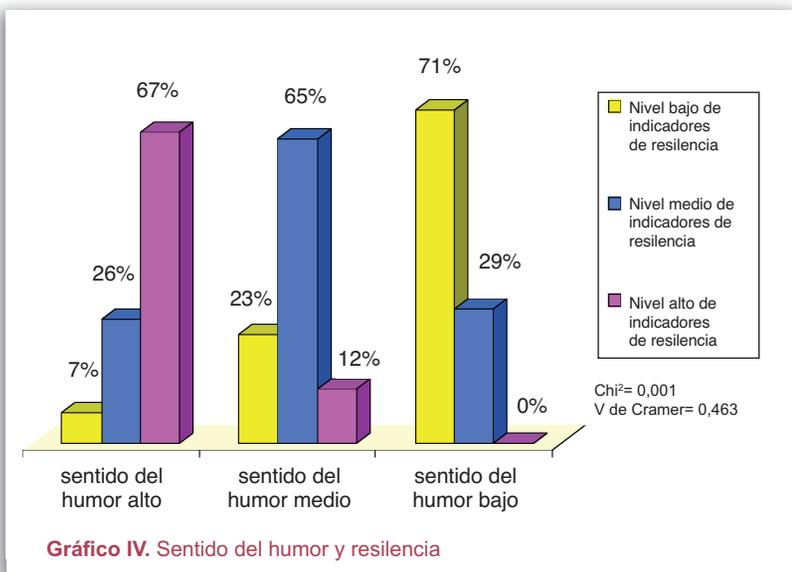


Gráfico IV. Sentido del humor y resiliencia

Se establece una clara relación entre el sentido del humor y la presencia de indicadores de resiliencia

el sentido del humor y la empatía también funcionan como tales en nuestro estudio.

Otro de los factores que se confirmó como factor de resiliencia es la empatía. Dividimos la muestra entre las personas que presentaban mayor número de indicadores de empatía y las que mostraban un menor número de indicadores de empatía. Los resultados se recogen en la Gráfica V.

Como se puede observar, el grupo de mayor empatía muestra en un 37% un nivel alto de indicadores de resiliencia, frente al 7% de personas del grupo de menor empatía. Por el contrario, el 52% de personas del grupo de menor empatía tiene un nivel bajo de indicadores de resiliencia mientras que sólo el 9% de las personas del grupo de mayor empatía presenta este bajo nivel de indicadores de resiliencia. Queda, por tanto, demostrado que la empatía es un factor que influye en el desarrollo de comportamientos y actitudes de resiliencia.

Otra de nuestras áreas de interés surgió en torno a la visibilidad (dar a conocer abiertamente la orientación afectivo-sexual) como posible factor de resiliencia.

En primer lugar nos planteamos la diferenciación de nuestra muestra por género ante la visibilidad. Teniendo en cuenta que el 70% de participantes pertenecen, con mayor o menor grado de implicación, a una asociación LGBT la muestra en principio, no es representativa de la sociedad en general ya que se presume una mayor visibilidad dentro de estos colectivos.

Aún así pudimos comprobar que existía una marcada diferencia por sexos en cuanto a visibilidad. Fueron especialmente reveladores los datos del entorno laboral. Un 71% de las mujeres tenían poca o ninguna visibilidad frente a un 29% de mujeres totalmente visibles en este entorno. El grupo masculino mostró porcentajes prácticamente inversos: el 72%

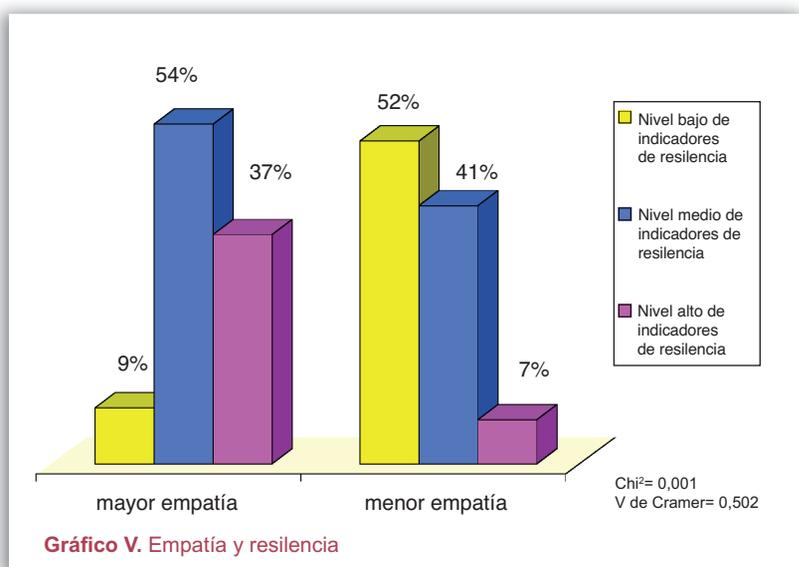


Gráfico V. Empatía y resiliencia

eran totalmente visibles en el trabajo frente a un 28% que permanecían poco o nada visibles. La Gráfica VI muestra visualmente estas diferencias por género en el entorno laboral.

La empatía es un factor que influye en el desarrollo de comportamientos y actitudes de resiliencia

Verificamos también que la visibilidad tiene una fuerte relación con la resiliencia, de tal manera que a mayor visibilidad mayor nivel de indicadores altos de resiliencia y a menor visibilidad menor presencia de indicadores de resiliencia. Los resultados quedan reflejados en la gráfica VII.

La visibilidad tiene una fuerte relación con la resiliencia

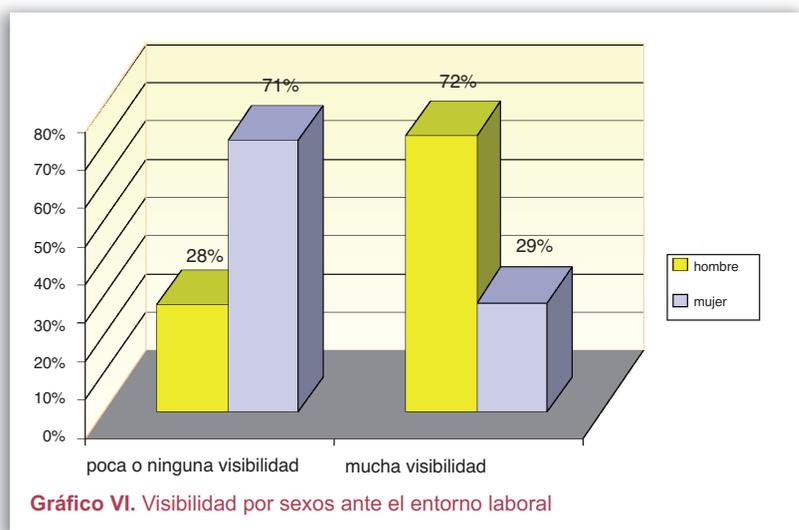
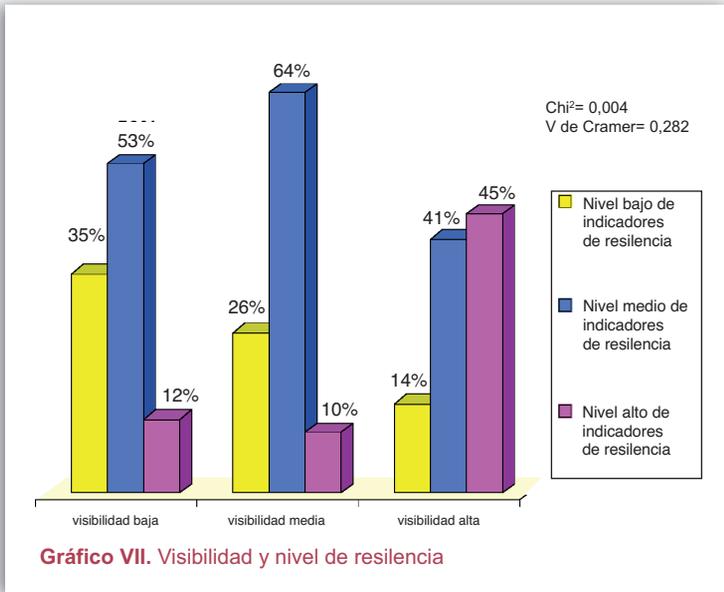
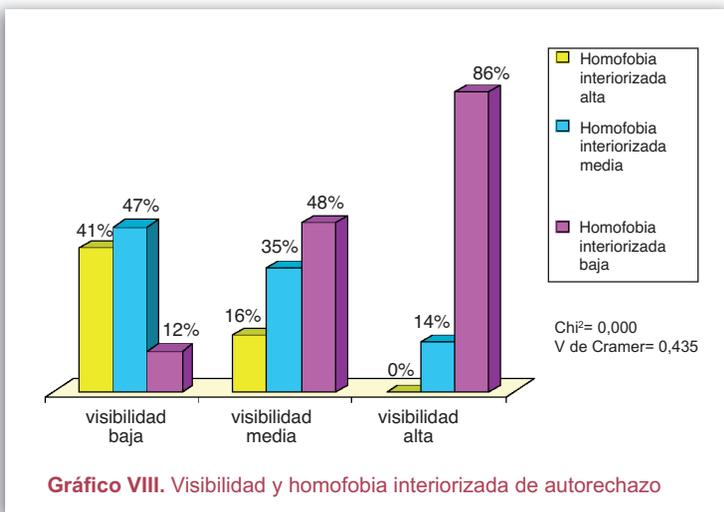


Gráfico VI. Visibilidad por sexos ante el entorno laboral



Así mismo, comprobamos que existe una importante relación de dependencia entre el nivel de visibilidad baja y los indicadores de homofobia interiorizada de autorechazo. Este último concepto hace referencia a pensamientos, creencias y comportamientos donde la persona homosexual o bisexual experimenta un rechazo hacia sí misma a consecuencia de la interiorización de la homofobia a la que ha estado expuesta a lo largo de su vida.



Para verificar la validez de nuestra hipótesis de partida: *el proceso de aceptación y desarrollo de la identidad positiva como lesbiana, gay o bisexual es un proceso de resiliencia* y comprobar los resultados en cuanto a los factores de resiliencia encontrados en esta investigación, decidimos realizar un estudio centrado en el grupo de personas que mostraban un nivel alto de indicadores de resiliencia. (17 sujetos de 97 de la muestra total). Si nuestras hipótesis eran ciertas en este grupo tendríamos que encontrar a personas con un alto grado de visibilidad y percepción de apoyo.

Efectivamente, se comprobó que esta submuestra presentaba una alta visibilidad. Este grupo se situaba mayoritariamente entre las personas con mucha visibilidad o visibilidad total. Del mismo modo, la percepción

Existe una importante relación de dependencia entre el nivel de visibilidad baja y los indicadores de homofobia interiorizada de autorechazo



La perspectiva de la resiliencia puede resultar dinámica y clara para aplicar en la formación del profesorado y del alumnado en general

casi totalmente, la homofobia interiorizada, especialmente aquella que produce rechazo y malestar con uno mismo, confirmando pues, que estamos ante un proceso de resiliencia.

En conclusión, esta investigación demuestra la eficacia de asociar el proceso de aceptación y desarrollo positivo de la identidad de lesbianas, gays y bisexuales dentro del marco teórico-práctico de la resiliencia. No sólo consigue arrojar luz sobre un complejo proceso que conlleva la progresiva aparición de pensamientos, actitudes y comportamientos de resiliencia sino que además sirve para detectar aquellos factores de resiliencia que promueven este proceso y con los que se logra finalmente superar la adversidad y salir de ella con nuevas fortalezas y una identidad homosexual o bisexual positiva.

Como indicamos anteriormente, en estos momentos estamos llevando a cabo un trabajo de investigación cualitativa basada en las historias personales de resiliencia de lesbianas, gays y bisexuales para comprobar si son validados los resultados cuantitativos obtenidos y a la vez poder detectar factores de resiliencia más complejos y determinar su importancia dentro del proceso.

Así mismo, tenemos previsto desarrollar programas de investigación-acción focalizados en la promoción de la resiliencia para personas LGB atendiendo contextos o circunstancias concretas. Desde luego, sería fundamental que estos programas contemplaran también, de manera específica, el proceso de resiliencia que llevan a cabo las personas transsexuales no abordado en este estudio por su singularidad y diferenciación de las realidades analizadas.

Por último, anotar que la perspectiva de la resiliencia puede resultar dinámica y clara para aplicar en la formación del profesorado y del

alumnado en general. Igualmente, este enfoque podría ser muy útil para diseñar programas de formación e información para familias con hijas o hijos lesbianas, gays y bisexuales.

La ciencia, que en otras épocas contribuyó a crear y difundir prejuicios que nutrieron aún más la homofobia imperante en la sociedad, tiene ahora en sus manos la posibilidad de desarrollar un campo de investigación y una práctica de acciones, que contribuyan a la promoción de la resiliencia en el proceso de aceptación y desarrollo positivo de la identidad de lesbianas, gays, bisexuales y transsexuales.

En un plano más amplio, la investigación y el desarrollo de programas en torno a la promoción de la resiliencia debería ser una prioridad dentro del campo de las ciencias sociales porque apoyando a las personas, los grupos y las comunidades en sus diversos procesos de resiliencia conseguiremos, sin duda, una sociedad más justa y feliz.

BIBLIOGRAFÍA

BORRILLO, D. (2001): *Homofobia*. Barcelona, Ediciones Bellaterra.

BRONFENBRENNER, U. (1979): *The ecology of human development*. Cambridge, Harvard University Press

CSIKSZENTMIHALYI, M. (1997): *Fluir: una psicología de la felicidad*. Barcelona, Editorial Kairós.

CYRULNIK, B. (2001): *La maravilla del dolor*. Granica,

CYRULNIK, B., (2002): *Los patitos feos. La resiliencia: una infancia infeliz no determina la vida* Editorial Gedisa S.A., Barcelona.

