



**Universidad**  
Zaragoza

# Trabajo Fin de Grado

Programa de Intervención ante Conductas de Acoso Escolar  
Homofóbico

Autora

Irene Gajón Vicente

Director

Ángel Castro Vázquez

Grado de Psicología

Facultad de Ciencias Sociales y Humanas de Teruel

Curso 2018-2019

## Índice

Introducción .....	3
Justificación teórica .....	4
Objetivos .....	7
Localización.....	8
Beneficiarios.....	8
Metodología.....	9
Participantes.....	9
Instrumentos.....	9
Procedimiento.....	9
Sesiones.....	10
Recursos .....	14
Recursos humanos.....	14
Recursos materiales .....	14
Evaluación.....	15
Resultados esperados.....	16
Conclusiones.....	17
Referencias.....	18
Anexos.....	21

## Introducción

El *bullying* homofóbico comprende una serie de actitudes y conductas de discriminación hacia otras personas, determinadas por su orientación sexual o de género y perpetrada en el ámbito escolar. Esta problemática social se encuentra ampliamente extendida y normalizada en los centros educativos y tiene graves consecuencias para los individuos que son víctima, que incluyen desde indefensión, marginación y trastornos físicos y mentales hasta conductas autolesivas e incluso suicidio. Además, a largo plazo puede tener efectos en la autoaceptación, las habilidades de comunicación y en las relaciones sociales, afectivas y sexuales del individuo.

Debido al riesgo social en que se encuentran las personas expuestas a este tipo de discriminación y a la tolerancia ante el problema existente en parte de la sociedad, se hace necesario un programa de prevención e intervención basado en la psicoeducación de los individuos en edades escolares, con el objetivo principal de instaurar en ellos valores de igualdad, visibilización y sensibilización respecto al problema, así como de proporcionar recursos para afrontar las posibles situaciones de acoso social.

En este programa participarán sesenta adolescentes, de entre doce y dieciséis años, que se encuentren estudiando la Educación Secundaria Obligatoria en centros educativos de Zaragoza. Los participantes se dividirán en dos grupos de treinta personas; un grupo experimental, al que se aplicará la intervención y un grupo control. La estructura del programa consistirá en ocho sesiones de diferentes temáticas repartidas a lo largo de cuatro semanas. Se realizará una evaluación de la eficacia del programa en diferentes momentos de la intervención y utilizando diversas técnicas, como cuestionarios, entrevistas o reflexiones subjetivas, cumplimentados por todos los participantes en la intervención.

Siguiendo con los objetivos de la intervención, se espera que el grupo experimental presente un mayor conocimiento sobre la diversidad sexual y de género, una perspectiva cultural y social en relación a la homofobia, el *bullying* homofóbico, sus desencadenantes y consecuencias, así como unos mayores recursos y habilidades para hacer frente a esta problemática. Si esto se cumple, se conseguiría reducir la incidencia del *bullying* homofóbico y mejorar así la calidad de vida de las personas, construyendo una sociedad más igualitaria y respetuosa.

### **Justificación teórica**

La salud sexual, para la Organización Mundial de la Salud (2019), es un estado de bienestar físico, mental y social en relación con la sexualidad, el cual requiere un enfoque positivo y respetuoso de la sexualidad y de las relaciones sexuales, así como la posibilidad de tener experiencias sexuales placenteras y seguras, libres de toda coacción, discriminación y violencia.

Este aspecto se vuelve relevante en la etapa de la adolescencia, momento en el que comúnmente los individuos comienzan a plantearse su identidad sexual, que se compone de orientación, comportamiento y atracción (Leonardi, Frecker, Scheim y Kives, 2019). Para los jóvenes identificados como una minoría sexual o de género, esta etapa es particularmente retardadora (Leonardi, Frecker, Scheim y Kives, 2019). La identidad de género es un componente perteneciente a la identidad social, referida a la identificación del individuo como hombre, mujer, o una categoría distinta a estas (American Psychiatric Association, 2014). Los adolescentes construyen su identidad analizando y explorando las distintas opciones y realizando diversos compromisos de identidad (Kroger, Martinussen y Marcia, 2010). Además, éstos son más influenciados por el contexto y los factores externos en comparación con los adultos (Moshman, 2011).

Según la American Psychiatric Association (2014), la disforia de género se cataloga como el malestar causado por una incongruencia entre el género experimentado por el individuo y el género asignado y, aunque no todas las personas lo experimentarán, es común al no poder acceder a las intervenciones tanto hormonales como de cirugía deseadas.

Por otra parte, la orientación sexual consiste en la atracción emocional, afectiva o sexual hacia otras personas de manera duradera en el tiempo. Ésta varía a lo largo de un continuo comprendido desde la heterosexualidad exclusiva hasta la homosexualidad exclusiva, con diversos grados de bisexualidad. Se diferencia de la conducta sexual en que los individuos pueden o no expresar su orientación sexual en la conducta (American Psychiatric Association, 2014).

La diversidad sexual ha sido tradicionalmente invisibilizada, a causa de una heteronormatividad dominante (Herz y Johansson, 2015), lo que también justifica la discriminación y acoso sufrido por las personas no pertenecientes a ésta, como los individuos LGTBI (lesbianas, gays, transexuales, bisexuales e intersexuales), tal y como afirman Nebot-García, Ruiz-Palomino, Iglesias y Ballester-Arnal (2018).

La homofobia está definida como un conjunto de actitudes hostiles o de odio irracionales en contra de las personas homosexuales, con independencia de si estas son

hombres o mujeres (Cornejo, 2012). Ésta está en la base del acoso escolar homofóbico, que se entiende como una forma de acoso en relación al género, en el que se pueden utilizar etiquetas y/o frases peyorativas o denigrantes hacia los jóvenes percibidos como homosexuales, transexuales o género no conforme (Meyer, 2008). En este tipo de acoso escolar, la persona queda expuesta a la exclusión, amenaza, agresiones o aislamiento de forma repetida en una relación de desigualdad de poder con sus iguales, quienes se sirven de valores asociados al heterosexismo y homofobia (Platero, 2008).

El acoso escolar homofóbico se ejerce contra todas las orientaciones/identidades sexuales, así como a todos los individuos percibidos como fuera de la normatividad de los patrones de género, incluso en la heterosexualidad (Ojeda, 2015). Se ha demostrado que el *bullying* homofóbico puede estar dirigido no solo a jóvenes de minorías sexuales o de género, sino también hacia aquellos heterosexuales con el fin de perpetuar las normas de género tradicionales (Tucker et al., 2016). Entre iguales, este tipo de acoso puede servir como vía para hacer cumplir los roles de género, imponer cierto estatus o advertir de la penalización que conlleva la desviación al comportamiento de género sancionado socialmente (Tucker et al., 2016). Además, también afecta a aquellas personas que apoyan a dichas minorías sexuales o de género, creando un ambiente en el que, aunque la situación de acoso sea evidente, no se ejerce ninguna acción por temor a recibirlo igualmente (Ojeda, 2015).

Teniendo en cuenta la cultura de la sociedad actual, el gran valor de la masculinidad y la heterosexualidad provoca una minimización de la gravedad de las situaciones de acoso escolar homofóbico en los centros educativos por parte del profesorado, quienes generalmente lo normalizan y omiten y, por tanto, son cómplices no intencionados (Ojeda, 2015). Es más, ocasionalmente en las instituciones educativas no se refuerza la educación sexual, ni el conocimiento adecuado sobre el género y los roles y, por eso, se actúa replicando la cultura patriarcal (Sánchez, Rodney, Garcés y Salim, 2018).

Es común entre los estudiantes de primaria y secundaria tanto ser víctima de *bullying* homofóbico como utilizar insultos homofóbicos denigrantes hacia otros (Espelage et al., 2019). Las investigaciones realizadas hasta la fecha revelan que la victimización llega a su punto más alto al principio de la secundaria y disminuye a lo largo de la adolescencia (Birkett, Newcomb y Mutanski, 2015).

Por otra parte, la diversidad sexual continúa siendo un tema tabú, por lo que en muchos casos no es hablado abiertamente en el núcleo familiar por miedo al rechazo o a la falta de apoyo, provocando así mismo la no comunicación, o incluso la ocultación de las situaciones de acoso escolar homofóbico (Ojeda, 2015). Una de las razones por las que los

jóvenes no comunican el acoso a su familia es que hacerlo conlleva que éstos cuestionen su heterosexualidad, que el adolescente se vea forzado a *salir del armario* (Ojeda, 2015).

Es conocido que aquellos jóvenes que pertenecen a alguna minoría sexual o de género experimentan diferencias de salud significativas comparados con aquellos no transgénero y/o heterosexuales (Leonardi, Frecker, Scheim y Kives, 2019). Estos adolescentes están expuestos a riesgos para la salud, ya que se enfrentan tanto a estigmas socioculturales como también a deficiencias para una atención médica inclusiva y segura (Leonardi, Frecker, Scheim y Kives, 2019).

La teoría del estrés de las minorías (Meyer, 2003) postula que la discriminación, el estigma y los prejuicios a los que las minorías sexuales se ven expuestas, producen un aumento del estrés, lo que causa peores resultados en salud mental y física, así como el uso de determinadas estrategias de adaptación ineficaces (Birkett, Newcomb y Mutanski, 2015). Entre los factores que aumentan el estrés de las minorías se encuentran las reacciones desfavorables de la familia y el entorno a compartir su orientación (D'Augelli et al., 2005), una mayor disconformidad de género (McDaniel, Purcell y D'Augelli, 2001), una mayor victimización y la falta de apoyo social (Birkett, Espelage y Koenig, 2009; Birkett et al., 2015). Por otra parte, la investigación en relación a la socialización del rol de género ha demostrado que los niños y niñas de minorías raciales o étnicas pueden estar expuestos a una mayor victimización, debido a las normas tradicionales de género de sus pares (Kimmel, 1997).

Algunos estudios revelan que la mayoría de la población LGTBI presenta niveles de depresión y malestar emocional elevados, peor funcionamiento cognitivo y una mayor dificultad en actividades generales de la vida diaria (Nebot-García et al., 2018). El estudio de Ojeda (2015) reveló que el 75% de sus estudiantes tuvieron consecuencias negativas sobre su bienestar, especialmente en relación a su autoaceptación y su sociabilidad. Por ello, se sugiere que las personas con identidad homosexual tienen que experimentar un proceso de construcción, mientras que la identidad heterosexual está preestablecida socialmente (Maroto, 2006). En el caso de los individuos transexuales y transgénero, este proceso es más complicado, ya que incluye cambios físicos observables (Nosedá, 2012), lo que supone un mayor reto para la autoaceptación y el desarrollo de la identidad (Ojeda, 2015).

Además, en el estudio de Ojeda (2015) se revela que el acoso escolar homofóbico experimentado en el pasado repercute negativamente en el bienestar actual de los individuos, produciendo relaciones personales menos satisfactorias y positivas en comparación con las personas que no sufrieron acoso escolar de ninguna clase. Como defiende Osma (2008), la

evidencia señala que las experiencias discriminatorias pueden tener efectos perjudiciales que actúan como factor de riesgo de desarrollar un trastorno mental (Ojeda, 2015). También, experimentar acoso escolar homofóbico puede producir miedo a comenzar nuevas relaciones interpersonales, debido al miedo a ser discriminado (Ojeda, 2015). Por otra parte, diversas investigaciones han sugerido que el acoso escolar homofóbico está positivamente relacionado con el suicidio (Generelo et al., 2012).

Por tanto, las minorías sexuales constituyen un sector poblacional con elevado riesgo social, ya que son susceptibles de exclusión en su entorno educativo, social y laboral en relación a su orientación afectivo-sexual (Ojeda, 2015). Teniendo en cuenta este riesgo, la intervención social debe estar enfocada a la prevención del acoso escolar homofóbico como objetivo principal, favoreciendo la convivencia y la diversidad sexual y abarcando los diferentes espectros de la problemática social, a nivel individual, grupal y comunitario (Ojeda, 2015).

Para ello, en los centros educativos es necesario un protocolo de intervención específica que promueva el bienestar de los individuos, responda a sus necesidades y prevenga ante situaciones de discriminación (Ojeda, 2015). La investigación existente sugiere que los programas socioemocionales que promueven el desarrollo de la autoestima tienen un efecto potencialmente beneficioso en la disminución de la victimización y el impacto del acoso escolar homofóbico (Mitchell, Ybarra y Korchmaros, 2014). Además, es imperativo que las escuelas y comunidades desarrollen la prevención contra el acoso escolar homofóbico guiados por la literatura existente sobre los factores de riesgo y protección de tal problemática (Espelage et al., 2019).

Si se reconoce el acoso escolar homofóbico como una problemática social invisibilizada, se promoverá la preocupación y acción en las esferas educativas (Sánchez, Rodney, Garcés y Salim, 2018). En definitiva, para prevenir el acoso escolar homofóbico y la homofobia en general, se debe realizar una participación desde diferentes instituciones como la educativa, de una manera integradora (Sánchez et al., 2018).

### **Objetivos**

El objetivo principal de este programa es proporcionar información sobre la diversidad sexual y de género a los adolescentes pertenecientes a los centros educativos. Además, se pretende promover la comprensión, tolerancia y sensibilización con las diferentes minorías sexuales y de género para así reducir el *bullying* homofóbico y las consecuencias

perjudiciales presentes y futuras sufridas por éstas ante la presión y el acoso social. Para ello, se tratarán de cubrir distintos objetivos específicos:

- Instaurar en los individuos una base de conocimientos acerca de la sexualidad, la diversidad de orientaciones sexuales y la identidad de género.
- Proporcionar información a los individuos sobre los valores culturales de la sexualidad, la heteronormatividad y la homofobia, con el objetivo de aprender a identificar situaciones de abuso o discriminación.
- Proporcionar información a los individuos acerca de las consecuencias para la salud física y mental de la discriminación y/o acoso homofóbico, así como los factores de riesgo.
- Desarrollar en los individuos recursos de afrontamiento y estrategias de comunicación basados en los factores protectores del acoso escolar homofóbico.
- Proporcionar información acerca de los recursos disponibles en relación con la sexualidad y la salud mental, física y reproductiva.

### **Localización**

Este programa de intervención se llevará a cabo en distintos centros educativos de la localidad de Zaragoza, en Aragón, España. Dichos centros educativos pueden estar ubicados en diferentes barrios de la localidad y las actividades comprendidas dentro del programa se desarrollarán en las instalaciones de los centros.

### **Beneficiarios**

Este programa está dirigido a adolescentes que estudian en centros educativos de la localidad de Zaragoza, en concreto entre el primer y último curso de la Educación Secundaria Obligatoria (con edades comprendidas, por lo general, entre los doce y los dieciséis años), independientemente de su sexo, nacionalidad y condición social. Además, se estima que podrán beneficiarse de forma indirecta otros grupos cercanos a los participantes, como familiares y entorno social primario, ya que podrán recibir información de éstos y ver mejorada su calidad de vida en relación a la diversidad sexual y de género. A su vez, promoverá la comunicación sobre la sexualidad y la diversidad, contribuyendo a reducir el efecto tabú construido socialmente alrededor de estos aspectos. Por último, debido a la relevancia de esta problemática social, todo el material que pueda ser usado para la investigación y prevención de la discriminación y el acoso a las minorías sexuales y de género se considera un factor positivo.

## **Metodología**

### *Participantes*

Como ya se ha comentado anteriormente, este programa estará dirigido a alumnos de colegios o institutos de carácter público o privado que se encuentren realizando la Educación Secundaria Obligatoria (desde los doce a los dieciséis años aproximadamente). Los centros educativos con participación en el programa serán seleccionados mediante acuerdo entre el centro y el personal encargado de poner en marcha la intervención. Los alumnos se dividirán en dos grupos de treinta personas cada uno:

- Grupo experimental: formado por treinta adolescentes con edades comprendidas entre los doce y los dieciséis años, de ambos sexos y sin distinción por género u orientación sexual. Este grupo de participantes será en el que se aplique el programa descrito en este trabajo.
- Grupo control: formado por treinta adolescentes con edades comprendidas entre los doce y los dieciséis años, de ambos sexos y sin distinción por género u orientación sexual. A los miembros de este grupo no se les aplicará el programa de intervención descrito, ni ningún otro.

### *Instrumentos*

Se utilizará un cuestionario sociodemográfico para recoger los datos de los participantes, así como datos relevantes de cara al programa (e.g., sexo, género percibido, orientación sexual, experiencias de acoso escolar homofóbico), con el objetivo de obtener información que pudiera ser relevante de cara al desarrollo del programa. Para evaluar la eficacia del programa de intervención, los participantes cumplimentarán una batería de cuestionarios en dos momentos temporales, antes y después de la intervención. Debido a la ausencia de cuestionarios estandarizados sobre las materias trabajadas en el programa, se decidió crear un breve instrumento de diez ítems elaborado para evaluar esta intervención (véase Anexo I).

### *Procedimiento*

El procedimiento de selección de participantes se realizará mediante un acuerdo entre el centro educativo y el personal encargado de impartir el programa. Se contactará con ellos y se les explicarán los objetivos del programa, además del procedimiento a seguir. Se informará a los/as responsables de la posibilidad de participación de los alumnos y de las necesidades de implementación del programa (recursos materiales). En cuanto a los alumnos, se

seleccionarán dentro del rango de edad establecido y se organizarán aleatoriamente los grupos experimental y control. La intervención podrá repetirse tantas veces como haga falta para que todos los estudiantes puedan participar de él.

### *Sesiones*

El programa se estructura en ocho sesiones de dos horas cada una, con dos sesiones semanales, con lo que en total serán 16 horas repartidas en cuatro semanas. Todas las sesiones incluirán un periodo final de debate sobre las conclusiones, dudas y comentarios sobre las dinámicas, en el que los participantes tendrán libertad para expresar cualquier impresión relacionada con la sesión. En la Tabla 1, que se presenta a continuación, se expone un esquema de las sesiones, con su temática y desarrollo.

Tabla 1. *Esquema de las sesiones.*

<i>Sesiones</i>	<i>Temas</i>	<i>Contenidos</i>
1ª sesión	Presentación	- Presentación del/la profesional. - Descripción del programa. - Presentación de los participantes. - Conclusiones
2ª sesión	Diversidad sexual y de género	- Sexualidad y conducta sexual. - Diversidad sexual/de género. - Salud sexual y reproductiva. - Conclusiones.
3ª sesión	Cultura y sexualidad	- Sexualidad desde un punto de vista cultural.
4ª sesión		- Heteronormatividad y roles de género. - Sexualidad, estereotipos y prejuicios - Homofobia y acoso escolar homofóbico. - Conclusiones.
5ª sesión	Recursos de afrontamiento	- Derechos asertivos.
6ª sesión		- Autoconcepto, autoestima. - Recursos de afrontamiento. - Comunicación asertiva. - Conclusiones.
7ª sesión	Factores protectores. Recursos disponibles	- Factores de protección acoso escolar homofóbico. - Recursos disponibles a nivel público/privado. - Conclusiones.
8ª sesión	Final	- Conclusiones del programa. - Evaluación final. - Cuestionarios evaluación. - Dudas, reflexiones.

## **Sesión 1. Presentación del programa**

*Objetivos:* el objetivo principal de esta sesión es realizar una primera toma de contacto entre los adolescentes y la psicóloga, dar a conocer los propósitos del programa, su programación y desarrollo.

Debido a que los participantes generalmente se conocerán entre ellos, se les hará firmar un acuerdo de tolerancia y confidencialidad sobre la información proporcionada por los miembros del grupo durante el programa, que incluirá una serie de normas a cumplir. Por otra parte, los participantes rellenarán un cuestionario que contempla distintos aspectos sociodemográficos y otro con cuestiones relativas a la diversidad sexual/de género y al acoso escolar homofóbico (Anexo 1), que servirá para evaluar la eficacia del programa. Por último, se propondrá a los participantes que escriban en una hoja las razones por las que creen que el programa puede servirles y se les pedirá que la conserven hasta la última sesión.

## **Sesión 2: Información sobre diversidad sexual y de género.**

*Objetivos:* Conocer los aspectos básicos de la conducta sexual y la sexualidad; obtener información sobre la diversidad sexual y de género, así como de diferentes aspectos de la salud sexual y reproductiva.

*Sexualidad y conducta sexual:* se realizará una breve charla sobre sexualidad y sobre los cambios propios de la adolescencia en este ámbito. También se hablará de la atracción sexual y afectiva, así como de la conducta sexual (e.g., besos, caricias, masturbación, coito, fantasías sexuales, sueños).

*Diversidad sexual y de género:* se continuará la charla hablando del sexo biológico, el género (asignado vs. percibido), los roles de género, las diferentes orientaciones sexuales (heterosexual, bisexual, homosexual) y la transexualidad/travestismo/transformismo.

*Salud sexual y reproductiva:* por último, la charla se dirigirá hacia los factores de riesgo y protección en las relaciones sexuales, sobre los diferentes métodos anticonceptivos masculinos y femeninos, las infecciones y enfermedades de transmisión sexual y la salud reproductiva desde las diferentes orientaciones afectivo-sexuales.

Para asentar todos estos conceptos expuestos en la charla, se realizará una dinámica llamada "Cajita de palabras" (Francia y Mata, 2006), expuesta en el Anexo 2. Por último, se dedicará un tiempo al final de la sesión para realizar preguntas, resolver dudas y extraer las conclusiones de lo trabajado.

### **Sesión 3 y 4: Sexualidad y cultura.**

*Objetivos:* comprender el papel de la cultura en la sexualidad, la manera en la que influye en cómo la vivimos y expresamos y los patrones y roles establecidos culturalmente en cuanto al sexo y al género; conocer los estereotipos y prejuicios como base de la discriminación; obtener información acerca de la homofobia y el acoso escolar homofóbico.

*Sexualidad y cultura:* para trabajar este tema se realizará la dinámica "No sé qué hacer..." (Comisiones Obreras y Colectivo LGTB+ de Madrid, 2011), expuesta en el Anexo 3, que consistirá en la resolución de un caso preparado con preguntas que llevan a la reflexión sobre el papel de la sociedad en las relaciones afectivo-sexuales que se alejan de la heteronormatividad.

*Roles de género:* se realizará una dinámica de reconocimiento de los roles de género (Comisiones Obreras y Colectivo LGTB+ de Madrid, 2011), expuesta en el Anexo 4, en la que los participantes jugarán a un juego con pelota, que consiste en hacer una lluvia de ideas sobre lo que es un verdadero hombre/mujer y lo que no, con una explicación posterior de qué son los roles de género y el papel que tienen en nosotros, tanto socialmente como en nuestra sexualidad.

*Sexualidad, estereotipos y prejuicios:* se trabajará este aspecto de la sesión realizando dos dinámicas en relación a los estereotipos y prejuicios asociados a la orientación sexual. La primera dinámica, "Iguales y diferentes" (Comisiones Obreras y Colectivo LGTB+ de Madrid, 2011), consistirá en un juego de *role-playing* en el que los participantes deberán indicar cuál de los actores creen que es homosexual (véase Anexo 5), mientras que la segunda dinámica, "Parecidos y diferencias" (Comisiones Obreras y Colectivo LGTB+ de Madrid, 2011) consistirá en escribir una lista de parecidos y diferencias entre las personas homosexuales y heterosexuales (véase Anexo 6).

*Homofobia y acoso escolar homofóbico:* este tema se iniciará con la dinámica "¡Quiero entrar!" (Vopel, 1997), que invita a reflexionar acerca de la discriminación hacia minorías sexuales y de género y en los sentimientos que esto genera (véase Anexo 7). Posteriormente, para hablar del acoso escolar homofóbico se realizará una dinámica (véase Anexo 8) en la que se expondrá a los participantes una serie de casos didácticos para que identifiquen si existe acoso escolar homofóbico y si fue correcta o no la manera de actuar de los sujetos. Son casos didácticos extraídos de Arango, Aguilar-Gil y Corona-Vargas (2015).

## **Sesión 5 y 6: Recursos de afrontamiento**

*Objetivos:* obtener información sobre los derechos asertivos y aprender herramientas de comunicación asertiva ante el acoso escolar homofóbico; trabajar el autoconcepto y la autoestima como factores de protección ante el acoso escolar homofóbico; aprender recursos de afrontamiento adaptativos para situaciones de este tipo.

*Derechos asertivos/comunicación asertiva:* se trabajará este aspecto utilizando la dinámica expuesta en el Anexo 9, en la que los participantes realizarán un *role-playing* exponiendo distintas situaciones relacionadas con los objetivos del programa y utilizando los diferentes tipos de comunicación.

*Autoconcepto, autoestima:* se trabajará con la dinámica "Mi árbol" (Caniza, 1996), que consiste en representar, con ayuda de un árbol, los aspectos positivos de nosotros mismos, para así trabajar la autoestima y el autoconcepto (véase Anexo 10).

*Recursos de afrontamiento:* se repartirá una hoja con las diferentes estrategias de afrontamiento (véase Anexo 11). Se realizará una breve explicación y, posteriormente, un debate sobre cuáles son positivas y cuáles negativas en una situación de acoso escolar homofóbico. Finalmente, se explicarán los aspectos positivos y negativos de cada una.

## **Sesión 7: Factores protectores y recursos disponibles**

*Objetivos:* conocer los factores protectores del *bullying* homofóbico a nivel personal y de entorno social cercano, así como informar sobre los recursos y procedimientos disponibles tanto a nivel público como privado para la comunidad LGTB.

*Factores protectores acoso escolar homofóbico:* se realizará una dinámica que consistirá en la visualización de un vídeo sobre experiencias de personas de la comunidad LGTBI (véase Anexo 12) y, posteriormente, se reflexionará sobre cuáles son los factores de protección que se han encontrado en sus experiencias. Para finalizar, la psicóloga explicará los principales factores protectores a nivel personal y a nivel del entorno social cercano.

*Recursos disponibles:* la psicóloga realizará una charla para informar a los participantes de los recursos y procedimientos de los que dispone la comunidad LGTBI que puedan ser útiles para ellos, tanto a nivel público como privado. Al final de la sesión se dedicará un espacio a aclarar dudas y realizar reflexiones o preguntas.

## **Sesión 8: Final**

En esta sesión se realizará un resumen de los contenidos aprendidos a lo largo del programa mediante la dinámica expuesta en el Anexo 13. En ella, los participantes deberán

explicar algo que no sabían y que han aprendido durante las sesiones. Posteriormente, se realizará una pequeña charla en la que se repasarán los contenidos más importantes del programa y se dejará tiempo para que los participantes pregunten dudas o compartan reflexiones e impresiones sobre el programa. Se les pedirá que miren la hoja que escribieron en la primera sesión con las razones por las que creían que el programa les iba a servir y se pedirá que comenten si esas razones se han cumplido o no y por qué. Además, se les pedirá que en esa misma hoja escriban una pequeña valoración del programa, los aspectos que les han gustado, los que cambiarían y las sugerencias que deseen. Por último, antes de terminar, cumplimentarán de nuevo el cuestionario utilizado para medir la eficacia de la intervención (T2). Se despedirá a los participantes y se proporcionarán distintas vías de contacto con la psicóloga, por si necesitaran realizar consultas o reflexiones fuera del grupo.

## **Recursos**

### *Recursos humanos*

- Personal del centro educativo con el que colaborar en la organización del programa y que facilite el acceso a la muestra (profesores, orientadores, director/a del centro).
- Un psicólogo/a para la implementación del programa.

### *Recursos materiales*

#### Instalaciones/mobiliario

- Aula/sala (perteneciente al centro educativo).
- Pizarra.
- Mesas.
- Sillas.

#### Material técnico

- Ordenador.
- Proyector.
- Pantalla para el proyector.
- Altavoz.

- Impresora.

#### Material fungible

- Folios.
- Bolígrafos.
- Rotuladores.
- Tarjetas de cartón.
- Tizas/Rotuladores de pizarra.
- Borrador.
- Pelotas.
- Ovillos de lana.
- Cajas pequeñas.
- Portafolios/carpetas.

## **Evaluación**

Con el objetivo de lograr una evaluación del programa completa y acertada, ésta se realizará utilizando diferentes métodos y en distintos ámbitos. En cuanto a la procedencia de los evaluadores, se realizará una evaluación mixta, para conseguir un mejor análisis tanto del proceso como del resultado del programa. La evaluación interna será realizada por el personal perteneciente al programa (psicóloga, personal del centro educativo, participantes), mientras que la evaluación externa será realizada por personas que no forman parte del programa, con el objetivo de tener información más objetiva y comparable.

En cuanto al momento temporal de la evaluación, se realizará en tres momentos. En primer lugar, antes de la implementación del programa, se evaluará la estructura, el diseño y la metodología utilizada en el programa. Para ello, se expondrá su contenido y se consultará con diferentes profesionales del ámbito de la sexología, lo que permitirá mejorar el programa con sus recomendaciones. Más tarde, durante la implementación del programa, se evaluará su eficacia durante el desarrollo, a partir de las opiniones e impresiones del personal encargado de implementarlo, de los participantes y del personal organizativo. Esta información se recogerá tanto formulando preguntas directas a los sujetos, como pasando pequeños cuestionarios o recogiendo información de las conclusiones finales de las sesiones realizadas.

Por último, tras la implementación del programa, se evaluará tanto su eficacia como la satisfacción del personal implicado. Para evaluar la eficacia del programa, se realizará un estudio pre-post, en el que los participantes deberán cumplimentar el cuestionario expuesto en el Anexo 1 de este trabajo, en dos momentos temporales, en la primera (T1) y en la última sesión de la intervención (T2). Con esto, se espera que el grupo experimental, al cumplimentar los cuestionarios en el T2, obtenga mejores resultados en los aspectos a evaluar que en el T1 y en comparación con el grupo control. Si esto es así, se considerará que el programa de intervención es eficaz.

Para evaluar la satisfacción del personal participante en el programa, se pedirá tanto a los destinatarios de la intervención como a la psicóloga y al personal del centro implicado, que escriban una pequeña valoración del programa, indicando qué ha sido lo que más les ha interesado, qué cambiarían del programa y qué sugerencias de mejora pueden especificar. De esta manera, se conocerá la opinión subjetiva de las personas que han participado en el desarrollo del programa desde diferentes perspectivas.

### **Resultados esperados**

Siguiendo la literatura existente en relación a los diferentes ámbitos tratados en esta intervención, se espera que al cumplimentar el cuestionario de evaluación en el T1, tanto el grupo control como el experimental mostrarán niveles similares en relación a la educación sexual recibida y en el conocimiento que poseen sobre la diversidad sexual y de género, así como en el conocimiento y la tolerancia ante la homofobia y el acoso escolar homofóbico.

Se espera, por tanto, que inicialmente los participantes posean conocimientos limitados sobre la sexualidad en general y sobre la diversidad sexual y de género en concreto. Y que, además, estos conocimientos estén ligados a la heteronormatividad social. También se espera que los participantes tengan un nivel bajo de conocimientos sobre la influencia cultural en la sexualidad y poca conciencia sobre los estereotipos y prejuicios asociados al sexo y al género, así como sobre sus consecuencias personales y sociales. Por otra parte, se espera que los participantes obtengan una puntuación media de conocimientos sobre homofobia, pero que el acoso escolar homofóbico se encuentre normalizado y tolerado por la mayoría de ellos en situaciones escolares.

Por último, se espera que un número considerable de los participantes cuya orientación sexual/de género se aleje de la normatividad, haya experimentado situaciones de acoso escolar homofóbico y, en general, que todos los participantes posean un nivel bajo de recursos de afrontamiento ante esta problemática.

Si la efectividad del programa de intervención fuera la esperada, se espera que después de contestar el cuestionario de evaluación en la T2, se observen diferencias en la comparación entre el grupo experimental y el grupo control. En concreto, se espera que los miembros del grupo experimental presenten una puntuación más alta en conocimientos sobre la sexualidad y la diversidad sexual y de género; una mayor conciencia sobre los efectos de la heteronormatividad cultural y sobre los prejuicios y estereotipos formados y transmitidos en relación a la sexualidad y los roles de género. Además, los participantes del grupo experimental puntuarán más alto en conocimientos y sensibilización ante la homofobia y el acoso escolar homofóbico y más bajo en la tolerancia y normalización de estas situaciones.

Finalmente, se espera que los participantes del grupo experimental perciban mayores recursos personales de afrontamiento ante situaciones de acoso escolar homofóbico. Esto se traducirá en una diferencia significativa con el grupo control, cuyos miembros obtendrán resultados similares en las dos cumplimentaciones del cuestionario. Si esto fuera así, se plantearía aplicar el programa de intervención también al grupo control, para que estos participantes pudieran beneficiarse de las mejoras en el bienestar asociadas a la intervención.

## Conclusiones

El *bullying* homofóbico es un aspecto de gran relevancia social en la actualidad, tanto en relación a la prevalencia de esta problemática en la población adolescente como a las consecuencias en los diferentes ámbitos de la persona, su sexualidad y su entorno social. Es por esto que se hace necesaria una prevención e intervención integral y prematura, que reduzca las conductas homofóbicas y de discriminación, y propicie el desarrollo de habilidades sociales y de estrategias de afrontamiento para aquellos jóvenes que sufren situaciones de *bullying* homofóbico.

Esta intervención tiene como base la obtención de conocimientos básicos sobre sexualidad y diversidad sexual/de género, la visibilización y sensibilización en relación a las diferentes minorías sexuales y de género y la comprensión de los procesos de construcción de la identidad sexual/de género, muchas veces costosos y estresantes por sí mismos. De esta manera, se facilita una comprensión empática y, por tanto, una mayor tolerancia y sensibilización hacia las diferentes maneras de vivir y expresar la sexualidad, así como del derecho que esto constituye para todos los individuos.

Esto es importante, ya que conforma un factor de protección relevante para el acoso escolar homofóbico. Por ello, el programa de prevención e intervención presentado es de gran relevancia para la población adolescente y, sobre todo, para aquellos individuos que se alejan de la heteronormatividad social y se enfrentan habitualmente a escenas de discriminación y acoso.

Por otra parte, se considera relevante el desarrollo de programas de intervención dirigidos a escolares de edades más tempranas, debido a que según la bibliografía existente, la formación de la identidad de género tiene su inicio a una edad prematura y la no congruencia entre el género asignado y el género percibido posee importantes efectos en la salud mental de los individuos desde que estos adquieren conciencia de ello. También sería beneficioso diseñar e implementar intervenciones dirigidas a las familias, ya que durante la infancia y la adolescencia es uno de los grupos más relevantes dentro del entorno social primario del individuo y determinarán, en gran medida, el proceso de construcción y aceptación de la propia identidad sexual y de género.

De esta manera, si este programa es llevado a cabo y se cumplen los objetivos planteados en él, se estará promocionando la salud y el bienestar, tanto físico como mental, de la población y se estará contribuyendo a conseguir una sociedad más justa e igualitaria para todas las personas.

## Referencias

- American Psychiatric Association (2014). *Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-V)*. Barcelona: Editorial Médica Panamericana.
- Arango, M., Aguilar-Gil, J. y Corona-Vargas, E. (2015). *El bullying homofóbico y transfóbico en los centros educativos: taller de sensibilización para su prevención. Guía de facilitación*. Recuperado el 27 de mayo de 2019, de <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000244841>
- Birkett, M., Newcomb, M. y Mutanski, B. (2015). Does it get better? A longitudinal analysis of psychological distress and victimization in lesbian, gay, bisexual, transgender, and questioning youth. *Journal of Adolescent Health*, 56, 280-285.
- Caniza, N. (1996). *Jugando juntos construimos la paz. Educación para la paz: juegos y dinámicas*. Asunción, Paraguay: SERPAJ.
- Comisiones Obreras y Colectivo LGTB+ de Madrid (2011). *El amor y el sexo no son solo de un color*. Recuperado el 27 mayo de 2019, de <http://www.felgtb.org/temas/educacion/documentacion/secundaria/i/490/448/el-amor-y-el-sexo-no-son-de-un-solo-color>
- Cornejo, J. (2012). Componentes ideológicos de la homofobia. *Revista de Filosofía y Psicología*, 7, 85-106.
- Espelage, D., Valido, A., Hatchel, T., Ingram, K., Huang, Y. y Torgal, C. (2019). A literature review of protective factors associated with homophobic bullying and its consequences among children & adolescents. *Aggressive and Violent Behavior*, 45, 98-110.
- Francia, A. y Mata, J. (2006). *Dinámica y Técnicas de Grupos*. Madrid: Editorial CCS.
- Generelo, J., Ferrándiz, L., Garchitorena, M., Gómez, A., Hidalgo, P. y Montero, P. (2012). *Acoso escolar homofóbico y riesgo de suicidio en adolescentes LGB: informe de resultados*. Madrid: FELGTB.
- Grupo de investigación Antropología, Diversidad y Convivencia (2014). *Jóvenes y diversidad sexual: transformando el presente, construyendo el futuro*. Recuperado el 31 mayo de 2019, de [https://www.youtube.com/watch?time\\_continue=874&v=SySWkIDw6Vk](https://www.youtube.com/watch?time_continue=874&v=SySWkIDw6Vk)
- Herz, M. y Johansson, T. (2015). The normativity of the concept of heteronormativity. *Journal of Homosexuality*, 62, 1009-1020.

- Kimmel, M. (1997). Masculinity as homophobia: fear, shame and silence in the construction of gender identity. En M. Gergen y S. Davis (Eds.), *Toward a new psychology of gender* (pp. 324-356). Florence: Routledge.
- Kroger, J., Martinussen, M. y Marcia, J. (2010). Identity status change during adolescence and young adulthood: A meta-analysis. *Journal of Adolescence*, 33, 683-698.
- Leonardi, M., Frecker, H., Scheim, A. y Kives, S. (2019). Reproductive health considerations in sexual and/or gender minority adolescents. *Journal of Pediatric and Adolescent Gynecology*, 32, 15-20.
- Maroto, A. (2006). *Homosexualidad y Trabajo Social. Herramientas para la reflexión e intervención profesional*. Madrid: Siglo XXI.
- Meyer, I. (2003). Prejudice, social stress, and mental health in lesbian, gay, and bisexual populations: Conceptual issues and research evidence. *Psychological Bulletin*, 129, 674-697.
- Meyer, E. (2008). Gendered harassment in secondary schools: Understanding teachers' (non) interventions. *Gender and Education*, 20, 555-570.
- Mitchell, K., Ybarra, M. y Korchmaros, J. (2014). Sexual harassment among adolescents of different sexual orientations and gender identities. *Child Abuse & Neglect*, 38, 280-295.
- Moshman, D. (2011). *Adolescent rationality and development*. Nueva York: Taylor & Francis.
- Nebot-García, J. E., Giménez-García, C., Ruiz-Palomino, E., Iglesias, P. y Ballester-Arnal, R. (2018). Malestar emocional asociado a la orientación sexual en personas mayores. *International Journal of Development and Educational Psychology*, 4, 49-56.
- Noseda, J. (2012). Muchas formas de transexualidad: diferencias de ser mujer transexual y de ser mujer transgénero. *Revista de Psicología de la Universidad de Chile*, 21, 7-30.
- Ojeda, J. (2015). Acoso escolar homofóbico y salud mental: un estudio comparativo para la intervención del Trabajo Social. *Trabajo Social y Salud*, 82, 19-32.
- Organización Mundial de la Salud (2019). *Definición de salud sexual*. Recuperado de [https://www.who.int/topics/sexual\\_health/es/](https://www.who.int/topics/sexual_health/es/)
- Osma, J. (2008). *Víctimas de la homofobia: consecuencias psicológicas*. Castellón: Universitat Jaume I.
- Platero, R. (2008). La homofobia como elemento clave del acoso escolar. *Información Psicológica*, 94, 71-83.

- Sánchez, D., Rodney, Y., Garcés, R. y Salim, Y. (2018). Acoso escolar homofóbico en adolescentes. *Revista Sexología y Sociedad*, 24, 77-88.
- Sandín, B. y Chorot, P. (2003). Cuestionario de Afrontamiento del Estrés (CAE): Desarrollo y validación preliminar. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 8, 39–54.
- Tucker, J., Ewing, B., Espelage, D., Green, H., De la Haye, K. y Pollard, M. (2016). Longitudinal associations of homophobic name-calling victimization with psychological distress and alcohol use during adolescence. *Educational Psychology*, 59, 110-115.
- Vopel, K. (1997). *Juegos de interacción para adolescentes y jóvenes (3ª ed.)*. Madrid: Editorial CCS.

## Anexo 1

### Cuestionario de evaluación del programa

Este cuestionario sirve para evaluar aspectos internos del programa. Es completamente anónimo y confidencial, por favor contesta con la mayor sinceridad posible. Debes leer detenidamente las afirmaciones e indicar tu nivel de acuerdo señalando el número en una escala del 1 (Completamente en desacuerdo) al 5 (Completamente de acuerdo).

1. Creo que conozco bien los diferentes aspectos de la sexualidad, de la diversidad sexual y de género.
2. La cultura tiene una gran importancia en la manera en la que vivimos nuestra sexualidad.
3. Nuestra cultura nos proporciona total libertad de elegir y expresar nuestra propia sexualidad, sea cual sea.
4. Tengo conocimiento sobre qué es la homofobia y qué consecuencias tiene para las personas que la sufren.
5. Considero que discriminar a las personas por vivir su sexualidad de una manera diferente a la mía es algo que nunca debería pasar.
6. Si estando en clase alguien comienza a discriminar a otra persona por su orientación sexual o su género, le diría que eso está mal.
7. Creo que cada uno tiene el derecho de vivir y expresar su sexualidad con libertad, independientemente de su orientación sexual o de género.
8. Creo que si yo sufriera una situación de discriminación por la manera en la que vivo mi sexualidad, tendría suficientes recursos para afrontarla.
9. Si sufriera una situación de discriminación en relación a mi sexualidad, me costaría contarle o buscar apoyo en la gente cercana a mí.
10. Creo que es muy importante recibir educación sexual basada en el respeto y la comprensión de las diferentes orientaciones sexuales y de género.

Áreas de evaluación:

Ítems 1 y 10: Evalúan el grado de conocimientos o información recibida en relación a la sexualidad, la diversidad sexual y de género.

Ítems 2 y 3: Evalúan la influencia cultural percibida en la vivencia y expresión de la sexualidad.

Ítem 4: Evalúa el grado de conocimiento sobre qué es la homofobia.

Ítems 5 y 6: Evalúan el grado de tolerancia frente al acoso escolar homofóbico.

Ítem 7: Evalúa el grado de sensibilización y tolerancia frente a la diversidad sexual y de género.

Ítems 8 y 9: Evalúan los recursos de afrontamiento frente al acoso escolar homofóbico.

## Anexo 2

### **Dinámica: Cajita de palabras**

Para esta dinámica se dividirá a los adolescentes aleatoriamente en tres grupos de diez personas cada uno, que se sentarán en círculos para verse entre ellos. A cada grupo se le repartirá una cajita que contiene palabras escritas en tarjetas de cartón que tienen relación con los temas tratados en la charla anterior. Se pondrá música, y mientras ésta suene los miembros de cada grupo tendrán que ir pasándose la caja. Cuando la música pare, la persona tendrá que extraer un papel de la cajita e intentar definir el término sin decir cuál es, mientras el resto del grupo deberá tratar de adivinarlo. Cuando la dinámica finalice, se realizará un breve período de conclusiones, donde se hablará sobre la dificultad de definir algunas de las palabras, la diferencia entre los diferentes conceptos y las dudas que hayan podido surgir durante la dinámica.

## Anexo 3

### **Dinámica: No sé qué hacer...**

Esta dinámica se realizará formando seis grupos de cinco personas cada uno. Una vez formados se repartirá a cada grupo uno de los casos didácticos preparados, que tendrán que leer y responder a las preguntas que se presentan. Cuando los grupos hayan terminado la tarea, se pondrán las respuestas en común y se realizará un debate sobre ellas, introduciendo en éste preguntas como: ¿Qué simboliza el armario?, ¿Crees que la sociedad en general acepta la diversidad afectivo-sexual? Al final del debate se dará un espacio para dudas o reflexiones.

#### Casos:

##### *CASO A:*

Merche tiene 17 años. Desde hace tiempo sabe que se siente atraída por chicas y cree que probablemente es lesbiana. Le gustaría poder compartirlo con sus amigas que siempre están hablando de los chicos que les gustan, pero no se atreve. Le gustaría poder decírselo a su familia pero, ¿cuál puede ser su reacción? Tiene miedo. No sabe ni cuándo ni cómo decirlo. Sus amigas tal vez la rechacen, tal vez la acepten pero sólo en apariencia, tal vez cambie su relación con ellas, su familia tal vez se enfade con ella. Tal vez....

Ponte en el lugar de Merche y piensa por un momento que estás en un grupo de amigas y les haces la confidencia de tu orientación sexual.

*CASO B:*

Jorge tiene 17 años. Desde hace tiempo sabe que se siente atraído por chicos y cree que probablemente es homosexual. Le gustaría poder compartirlo con sus amigos que siempre están hablando de las chicas que les gustan, pero no se atreve. Le gustaría poder decírselo a su familia pero, ¿cuál puede ser su reacción? Tiene miedo. No sabe ni cuándo ni cómo decirlo. Sus amigos tal vez le rechacen, tal vez le acepten pero sólo en apariencia, tal vez cambie su relación con ellos, su familia tal vez se enfade con ella. Tal vez....

Ponte en el lugar de Jorge y piensa por un momento que estás en un grupo de amigos y les haces la confidencia de tu orientación sexual.

Preguntas para los casos:

1. ¿Qué pasaría? Enumera y describe actitudes posibles.
2. ¿Por qué sientes “necesidad de salir del armario”?
3. Identifica cuáles son tus sentimientos enfrentados.
4. Explica tu conflicto personal como un conflicto de valores.

Ahora deja de ser Merche/Jorge e imagina que Merche/Jorge es una amiga/o que te hace esta confidencia sobre su orientación sexual.

5. ¿Cuál crees que sería tu reacción?, ¿qué le dirías? ¿le animaría a salir del armario en otros contextos, por ejemplo, en su familia?

## Anexo 4

### Dinámica: Roles de género

Esta dinámica se realizará en seis grupos de cinco personas cada uno. Los grupos se sentarán en círculo y se repartirá una pelota a cada grupo. La psicóloga dará las instrucciones del juego, explicando que ella dirá una frase y la persona que tenga a pelota tendrá que decir lo primero que le venga a la mente, rápidamente y sin tiempo de pensar mucho, y pasarle la pelota a otra persona del grupo que tendrá que hacer lo mismo. Cuando hayan participado todas o casi todas las personas del grupo, el psicólogo/a dirá otra frase, y el proceso se repetirá. Las cuatro frases con las que se trabajará esta dinámica son:

- Un verdadero hombre es...
- Un poco hombre es...
- Una verdadera mujer es...
- Una poco mujer es...

Cuando el juego haya finalizado, se pondrán en común las respuestas en la pizarra clasificándolas en cuatro listas diferentes:

- ¿Qué es lo que una mujer no puede hacer por el hecho de ser mujer (está mal visto)?
- ¿Qué pasa si hace lo que no debe (consecuencias)?
- ¿Qué es lo que un hombre no puede hacer por el hecho de ser hombre (está mal visto)?
- ¿Qué pasa si hace lo que no debe (consecuencias)?

Con los resultados de la pizarra, la psicóloga explicará qué son los roles de género, como nos afectan socialmente y también en nuestra sexualidad. Después, se realizará un debate sobre las respuestas obtenidas por los grupos y si consideran que éstas corresponden con los roles de género para mujeres y hombres.

## Anexo 5

### **Dinámica: Iguales y diferentes**

Esta dinámica consiste en un juego de *role-playing* que se realizará con el grupo entero de participantes. Para ello, se pedirá a tres chicos y tres chicas que salgan de la sala, y se les dirá que, chicos y chicas por separado, deben preparar una conversación sobre el tema que quieran como si fueran amigos del trabajo, inventándose un personaje con gustos, preferencias...etc. Mientras éstos preparan la escena, la psicóloga entra en la sala y explica al resto del grupo lo que los participantes que están fuera van a hacer, y que ellos deben identificar a la persona de cada grupo que crean que es gay/lesbiana, para decirlo al final de la dinámica.

Cuando el *role-playing* haya acabado y estén todos los participantes en la sala, se les pregunta quién de los actores creen que era gay/lesbiana, lo que provocará que los actores se sorprendan porque la psicóloga no había dado instrucciones sobre la orientación sexual de los personajes. Entonces se explicará al grupo entero que no existía ninguna indicación de este tipo, y se iniciará un debate sobre por qué creen que han considerado así a esas personas, planteando después la pregunta: ¿De qué os habéis dado cuenta con esta actividad?, para así comenzar con la explicación de los estereotipos y los prejuicios, y el efecto que tienen sobre nuestras creencias y manera de actuar con otras personas, a la vez que a nosotros también nos afectan los de los demás.

## **Anexo 6**

### **Dinámica: Parecidos y diferencias**

Esta dinámica se realizará con el grupo entero de participantes, y consistirá en realizar una lista de similitudes y diferencias entre las personas homosexuales y heterosexuales. Para ello, se repartirá un folio y un bolígrafo a cada persona. Éstos tendrán que escribir individualmente una lista de similitudes y otra de diferencias entre las personas homosexuales y heterosexuales, y cuando hayan terminado se compartirán los resultados con el grupo, haciendo una lista en la pizarra de similitudes y diferencias más nombradas. Con la lista en la pizarra, el psicólogo/a planteará una serie de preguntas a debatir:

- ¿Cómo me siento?
- ¿Qué he aprendido?
- ¿Me cuesta aceptar las diferencias?
- ¿Qué normas rigen al tratar los parecidos?

## **Anexo 7**

### **Dinámica: ¡Quiero entrar!**

Esta dinámica se realizará con el grupo entero de participantes. Para ella se seleccionarán siete participantes voluntarios, y el resto de los participantes se colocará formando un círculo mirándose entre ellos, muy juntos y cogidos de los brazos. Se explicará al grupo que los siete voluntarios que se encuentran fuera del grupo tienen la necesidad de entrar dentro del grupo para ser felices, mientras que las personas que forman el círculo deben impedir que éstos entren y deben tratarlos con indiferencia. Los voluntarios pueden empujar, estirar o arrastrar a los participantes que forman el grupo, pero sin ser agresivos o hacer daño. Pasado un tiempo se puede repetir el juego con voluntarios distintos. Al finalizar, se propone una reflexión en debate con las siguientes preguntas:

- ¿Cómo he reaccionado?
- ¿Cómo he intentado romper el círculo?
- ¿Por dónde lo he intentado y por dónde no?
- ¿Cómo me siento?

Finalmente, la psicóloga relacionará estas preguntas de debate con la discriminación hacia las personas pertenecientes a minorías sexuales y de género, las reacciones de los demás cuando alguien sale del armario, cómo estas personas pueden sentirse al no verse “incluidas en el círculo” ...

## Anexo 8

### **Dinámica: Bullying homofóbico**

Esta dinámica se realizará en seis grupos de cinco personas cada uno. Se repartirá a cada grupo una hoja con dos casos de adolescentes que relatan sus experiencias de acoso escolar homofóbico, con el objetivo de que los lean y señalen en el texto las siguientes indicaciones:

- Señala las partes del texto donde consideres que existe acoso escolar homofóbico.
- Señala las partes del texto donde consideres que Andrea/Tomás han actuado de manera correcta.
- Señala las partes del texto donde consideres que Andrea/Tomás han actuado de manera incorrecta.

Al finalizar la dinámica, se abrirá un debate para contrastar respuestas, y la psicóloga explicará los conceptos de homofobia y acoso escolar homofóbico, así como las consecuencias que éstos tienen.

#### Casos:

##### *Andrea:*

En la secundaria estaba dentro de la liga de futbol y mis compañeros se burlaban de mí; decían: ‘ahí viene la marimacha, háganse a un lado’. También se burlaban del resto de mis compañeras del equipo y a raíz de eso yo empecé a buscar nuevas amistades que no tuvieran prejuicios, que me compartieran sustancias para sentirme bien y que no les importara nada de lo que yo hiciera o dejara de hacer.

##### *Tomás:*

Cuando iba en primer año de secundaria unos compañeros me decían maricón porque jugaba voleibol y no me gustaba el futbol. No dije nada porque me daba miedo y dejaron de molestarme cuando estaba en tercer año que conocí a un amigo que me defendía. Además, llegó un compañero nuevo que era más obvio que yo y dejaron de molestarme a mí para molestarlo a él. Lo bueno es que aprendí a defenderme, a veces con golpes y otras insultando a la gente por sus defectos físicos.

## Anexo 9

### **Dinámica: Comunicación asertiva**

Esta dinámica se realizará en tres grupos de diez personas. Para ella, la psicóloga explicará brevemente en qué consiste la comunicación agresiva, sumisa y asertiva. Después, se repartirá a cada participante una tarjeta con una situación relacionada con alguno de los temas tratados en el proyecto, uno de los tres tipos de comunicación anteriormente explicados y un número del uno al diez. La psicóloga se colocará entre los tres grupos e irá diciendo parejas de números, y los participantes con dicho número saldrán a realizar un *role-playing* de la situación utilizando el tipo de comunicación de su tarjeta. Cuando un miembro de la pareja expone la situación, el otro miembro debe realizar el *role-playing* con el tipo de comunicación que está indicado en su tarjeta, y viceversa. Una vez que todos los participantes hayan salido a hacer el *role-playing*, se juntará el grupo entero y se sacarán las conclusiones relevantes de la dinámica, realizando preguntas como: ¿Con qué tipo de comunicación ha sido más fácil expresarse? ¿Con qué tipo de comunicación me he sentido impotente? ¿Con cuál me he sentido atacado/a? ¿He transmitido el mensaje que quería con el tipo de comunicación que he utilizado? Finalmente se repartirá a los alumnos una hoja con los derechos asertivos que los participantes podrán llevarse.

### Ejemplos de situaciones y tipos de comunicación:

- Expresar que soy homosexual – Comunicación pasiva/agresiva/asertiva.
- Expresar que no quiero tener relaciones sexuales con alguien – Comunicación pasiva/agresiva/asertiva.
- Expresar que me molesta algo que está haciendo alguien – Comunicación pasiva/agresiva/asertiva.
- Preguntar a alguien de mi entorno una duda sobre sexo – Comunicación pasiva/agresiva/asertiva.
- Expresar que quiero usar un método anticonceptivo con una persona al tener relaciones sexuales – Comunicación pasiva/agresiva/asertiva.
- Expresar mi desacuerdo con alguien – Comunicación pasiva/agresiva/asertiva.
- Expresar que mi género no corresponde con mi sexo biológico – Comunicación pasiva/agresiva/asertiva.

## Anexo 10

### **Dinámica: Mi árbol**

Esta dinámica se realizará en tres grupos de diez personas cada uno. Se repartirá a cada participante un folio y diferentes rotuladores de colores, y se les explicará que deben dibujar un árbol como más les guste, con raíces, ramas, hojas y frutos. Posteriormente, deberán escribir en las raíces diferentes cualidades que crean tener, en las ramas acciones o sentimientos positivos propios, y en las hojas y frutos escribirán los éxitos y logros que han conseguido. Una vez terminado, los participantes explicarán al resto del grupo su árbol, y éstos pueden señalarle algo positivo que crean que la persona tiene y no ha señalado, para que pueda escribirlo también. Cuando todos los participantes hayan explicado su árbol, la psicóloga iniciará un debate en cada grupo preguntándoles si se habían parado antes a pensar en sus cualidades positivas y si han descubierto alguna nueva gracias a sus compañeros.

## Anexo 11

### **Dinámica: Recursos de afrontamiento**

Esta dinámica se realizará sin dividir el grupo, repartiendo a cada uno de los participantes una hoja con las diferentes estrategias de afrontamiento. Éstos tendrán un período de tiempo para leerlos, mientras la psicóloga los explica brevemente, y posteriormente se realizará un debate sobre cuáles de las estrategias encuentran positivas cuando se encuentren en una situación de acoso escolar homofóbico, bien sea hacia ellos o bien estén de espectadores de la situación. Al final de la dinámica la psicóloga explicará las consecuencias de cada estrategia y los alumnos podrán quedarse la hoja y así utilizar la información tratada en la dinámica cuando les sea necesario.

Estrategias de afrontamiento (Sandín y Chorot, 2003):

- Focalizado en la solución del problema: La persona trata de extraer las causas de la situación, diseñar una estrategia y ponerla en marcha organizadamente.
- Reevaluación positiva: La persona trata de extraer las partes positivas de la situación problemática y sacar provecho de ella.
- Expresión emocional abierta: La persona reacciona a la situación problemática descargándose emocionalmente sobre los demás, pudiendo comportarse de manera hostil o irritante.

- **Búsqueda de apoyo social:** La persona busca consejo, orientación y apoyo sentimental en su círculo más cercano, involucrándolos en la solución de la situación.
- **Religión:** La persona trata de solucionar la situación buscando ayuda espiritual en grupos religiosos y/o en Dios para encontrar consuelo y apoyo.
- **Autofocalización negativa:** La persona asume la situación con negatividad, adoptando creencias como “no voy a ser capaz” o “saldrá mal”, culpándose y resignándose ante el problema, sin solucionarlo.
- **Evitación:** La persona trata de apartar el problema o no pensar en él, concentrándose en otras conductas como el deporte, la comida, el consumo de drogas, medicamentos u otras actividades.

## **Anexo 12**

### **Dinámica: Video**

En esta dinámica los participantes visualizarán un vídeo de entrevistas realizadas a personas LGTB donde cuentan tanto sus experiencias en relación a su sexualidad como las estrategias que ellos utilizaron durante el proceso de construcción de su identidad y sexualidad. Se dará instrucciones a los participantes de que durante la visualización deben identificar y anotar en una hoja los factores que creen que han podido ayudar a estas personas en su proceso, y cuando acabe el video se realizará un debate para poner en común las respuestas y apuntar en la pizarra los factores más nombrados por los participantes. Finalmente, la psicóloga explicará cuáles son los principales factores de protección ante el bullying homofóbico tanto a nivel personal como del entorno social más cercano.

### **Anexo 13**

#### **Dinámica: El ovillo de lana**

Esta dinámica se realizará dividiendo el grupo en tres grupos de diez personas cada uno. Los participantes se sentarán en círculo y se repartirá a cada grupo un ovillo de lana. El participante que tenga el ovillo deberá explicar una cosa que antes no sabía y ha aprendido durante las sesiones del programa, lanzando el ovillo a otro participante, pero conservando la punta del hilo. Se lanzará el ovillo hasta que todos los individuos del grupo hayan participado y se haya construido una “tela de araña”. De este modo, la psicóloga concluirá la dinámica explicando que, igual que en estas sesiones se ha formado una tela de araña transmitiendo la información y creando conciencia sobre los aspectos más importantes, ellos pueden hacer lo mismo y extender la tela de araña de tolerancia y sensibilización a su entorno más cercano.