**Adición de la Formación de Identidad y Orientación Sexual Diversa en los Programas de Aprendizaje Socioemocional de Educación Básica**

**Addition of Identity’s Formation and Diverse Sexual Orientation In Socio-Emotional Learning Programs of Basic Education**

**Adição de formação de identidade e orientação sexual diversa nos Programas de Aprendizagem Socioemocional da Educação Básica**

Cynthia Lizeth Ramos-Monsivais

Universidad Autónoma de Tamaulipas,

Nuevo Laredo, México

cynthia.ramos@docentes.uat.edu.mx

https://orcid.org/0000-0002-4852-4482

**Resumen:**

**Objetivo.** Este ensayo tiene por objetivo reflexionar sobre la orientación sexual diversa como una diferencia social y cultural que impacta en la salud mental y bienestar de las personas por la falta de aceptación personal y del rechazo social; también se plantea en cómo desde la educación se puede contribuir en la creación de comunidades inclusivas y promover la salud mental. **Discusión**. La educación es un proceso de formación integral de las personas, que requiere de actualización permanente para satisfacer las demandas de la sociedad actual. Es un medio para construir sociedades inclusivas, fortalecer y promover el bienestar y el desarrollo social. Desde el proceso formativo de la educación básica se puede promover la salud mental de los estudiantes mediante el desarrollo de competencias socioemocionales y de las fortalezas de carácter. **Conclusión**. Derivado del análisis documental se propone incluir la autoaceptación como una competencia de inteligencia emocional que puede desarrollarse a través del aprendizaje socioemocional durante la educación secundaria mediante orientación, talleres y grupos de apoyo social para estudiantes y sus familias.

**Palabras claves:** Bienestar; diferenciación cultural;educación; inteligencia emocional; salud mental.

**Abstract:**

**Objective.** This essay aims to reflect on diverse sexual orientation as a social and cultural difference that impacts people's mental health and well-being due to the lack of personal acceptance and social rejection; It also considers how education can contribute to create inclusive communities and promote mental health. **Discussion**. Education is a process of comprehensive training of people, which requires permanent updating to meet the demands of today's society. It is a means to build inclusive societies, strengthen and promote well-being and social development. From the formative process of basic education, the mental health of students can be promoted through the development of socio-emotional skills and character strengths. **Conclusion**. Derived from the documentary analysis, it is proposed to include self-acceptance as an emotional intelligence competence that can be developed through socio-emotional learning during secondary education through orientation, workshops and social support groups for students and their families.

**Keywords:** Wellbeing; cultural differentiation; education; emotional intelligence; mental health.

**Resumo:**

**Objetivo.** Este ensaio visa refletir sobre a orientação sexual diversa como diferença social e cultural que impacta a saúde mental e o bem-estar das pessoas devido à falta de aceitação pessoal e rejeição social; Também considera como a educação pode ajudar a criar comunidades inclusivas e promover a saúde mental. **Discussão.** A educação é um processo de formação integral das pessoas, que requer atualização permanente para atender às demandas da sociedade atual. É um meio para construir sociedades inclusivas, fortalecer e promover o bem-estar e o desenvolvimento social. A partir do processo formativo da educação básica, é possível promover a saúde mental dos alunos por meio do desenvolvimento de habilidades socioemocionais e de força de caráter **Conclusão**. Derivado da análise documental, propõe-se incluir a autoaceitação como uma competência de inteligência emocional que pode ser desenvolvida por meio da aprendizagem socioemocional durante o ensino médio por meio de orientações, oficinas e grupos de apoio social para alunos e seus familiares.

**Palavras-chave:** Bem estar; diferenciação cultural;educação; inteligência emocional; saúde mental.

**Introducción**

En la cultura mexicana se tiene la creencia que para evitar problemas o situaciones incomodas se debe evitar hablar sobre política, sexo y religión. Lo que provoca que esos temas se conviertan en tabús o prohibidos si lo que se busca es tener una convivencia sana, pacífica y tranquila. Sin embargo, estas creencias arraigadas aún en la sociedad actual provocan represión, incertidumbre, limitan el pensamiento y generan emociones y sentimientos negativos a cualquier persona que se comporte diferente a lo normado por la tradición.

Es común que estas personas consideradas muchas veces como diferentes o rebeldes sean señaladas, juzgadas y/o rechazadas por no encajar en lo que la sociedad considera normal o correcto, creando aún más diferencias sociales. Anderson (2016) asegura que “la toxicidad de nuestra falta de diálogo en materia política y religiosa es una de las verdaderas tragedias del mundo moderno” (p. 95). Pues es precisamente esa falta de diálogo la que entorpece la comunicación, dificultando el entendimiento y las relaciones sociales.

Este trabajo aborda una de las diferencias sociales que surgen en el desarrollo humano. La diversidad de la orientación sexual. Desde la perspectiva sociocultural y su impacto en la salud mental y en el bienestar. Un tema complejo, multifactorial, controversial y muchas veces evitado. Pues Burnett (2018) afirma que “el sexo rara vez es algo de lo que hablamos abiertamente, si lo hacemos, podemos molestar a otras personas” (p. 212). Aunque existe literatura que facilita la comprensión de las consecuencias en la salud mental de formar parte de estas minorías, no hay suficiente información que oriente sobre cómo abordarlo de manera que se pueda seguir un camino hacia la apertura mental y cultural.

En ese sentido, el presente trabajo busca contribuir en proporcionar una manera de abordar la diversidad sexual desde el aprendizaje socioemocional en la educación básica. Se resalta la importancia de incluir la formación de identidad y orientación sexual con un enfoque de respeto hacia la diversidad en los estudiantes de nivel secundaria; con el objetivo de brindar a los alumnos herramientas que les permitan transitar una autoexploración y formar su identidad y su orientación sexual con libertad, con acompañamiento y evitar sentirse excluidos, dañados, reprimidos o marginados en caso de descubrir que no van de acuerdo con la heteronormatividad.

Esta investigación se relaciona con los objetivos de desarrollo sostenible (ODS) de la Agenda 2030 elaborada por la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO). De manera particular con el tercer ODS sobre salud y bienestar que busca brindar “el acceso a ambientes de aprendizaje seguros, inclusivos y que promuevan la buena salud y la educación sexual integral” y con el cuarto ODS que refiere a la educación de calidad (UNESCO, 2017, p. 10). La estructura de este trabajo parte de la comprensión de las diferencias sociales, se explica parte del dilema moral de la diversidad en la orientación sexual mediante una metáfora, su impacto en la salud mental y como a través de la educación como proceso formativo del humano se puede mejorar la experiencia del individuo con una orientación sexual diferente a la heterosexual mediante el aprendizaje socioemocional y redes de apoyo en la formación académica.

**Desarrollo**

**¿Qué son las diferencias sociales y culturales?**

Las diferencias sociales son “producciones culturales que establecen la relación con el entorno” (Do Prado, 2017, p.2). Diferencias que permiten crear categorías para diferenciar a las personas en orden a las relaciones de poder, jerárquicas, asimétricas y excluyentes; mediante etiquetas vinculadas a “nociones de discapacidad, infancia, juventud, senilidad, clase social, religión, nacionalidad, regionalidad, etnia, género y sexualidad” (Do Prado, 2017, p.2).

Las diferencias sociales pueden poner en riesgo el sentido de pertenencia a un grupo. Puesto que para sentirse parte de un grupo se requiere que sus miembros compartan valores, sentimientos, preferencias, creencias, costumbres, pensamientos y aspectos de su manera de ser, hacer y vivir. Por lo tanto, cuando un miembro difiere en algunos de los aspectos que se consideran deben ser comunes, surge la posibilidad de ser excluido del grupo. En otras palabras, si no se siguen las reglas acordadas por el grupo social, se es castigado (Clear, 2018).

**Sentido de pertenencia y bienestar psicológico**

El sentido de pertenencia puede influir en el bienestar psicológico. Burnett (2018) afirma que las relaciones interpersonales y el pertenecer a un grupo es crucial para el bienestar. Según la teoría de la identidad social, el sentido de pertenencia con un grupo permite mantener un autoconcepto positivo y de esa forma se asocia con el bienestar (Dávila y Jiménez, 2014). La identidad social se constituye por “aspectos de la autoimagen de un individuo que proceden de las categorías sociales a las que pertenece” (Canto y Moral, 2005, p.3); y ayuda a “comprender los procesos de grupos, la conducta colectiva y el autoconcepto y la personalidad” (Canto y Moral, 2005, p.2).

De acuerdo con Maslow (1943) el sentirse parte de un grupo es una de las necesidades humanas porque que las personas por naturaleza son sociales y necesitan afecto. La realidad es que nos importa lo que otros piensan de nosotros y no queremos que nos tengan en un mal concepto (Clear, 2018). Por lo que se puede entender que el miedo de ser excluido de la sociedad, de ser expuesto o de ser rechazado pueda afectar la salud mental generando trastornos psicológicos como ansiedad, estrés, tristeza, depresión o hasta el suicidio por pensar y sentir diferente o por tener diferencias ideológicas en diversos contextos.

**Formación de la identidad personal**

De acuerdo con Goleman (2019) la formación de la identidad personal comienza en la infancia. Donde las relaciones interpersonales influyen de manera significativa. En especial la que se tiene con los padres, la familia, amigos y todas las personas importantes en la vida. También contribuyen a la construcción de la identidad los hechos significativos en la vida.

La identidad personal y la autoestima están relacionadas puesto que la identidad encarna la sensación de estima y de valor propio (Goleman, 2019). Gardner y Davis (2014) afirman que el autoconocimiento y la exploración resultan fundamentales en el proceso de la formación de identidad. Añaden que “cuando el joven no se da el tiempo para reflexionar, corre el riesgo de fijar su identidad de manera prematura lo que impide desarrollar una identidad completa que brinde satisfacción personal” (Gardner y Davis, 2014, p.82).

En ese sentido, Branden (2018) afirma que cuando no se desarrolla un sentido de yo de manera adecuada se garantiza la presencia de ansiedad, frustración y/o desesperación. Melgosa (2013) añade que los problemas relacionados a la autoestima se vinculan con “la ansiedad, y la depresión, así como también pueden agravar enfermedades orgánicas y generar ataques de pánico” (pp. 9-23). Para Branden (2018) la autoestima es la salud de la mente, una necesidad fundamental para un desarrollo normal y saludable; con valor para la supervivencia e indispensable para funcionar eficazmente.

**Orientación e Identidad sexual**

“Nos guste o no, nuestros impulsos sexuales y los elementos relacionados que nos excitan forman parte sustancial de nuestra identidad” (Burnett, 2018, p.212). La orientación sexual es la capacidad de sentir “atracción emocional, afectiva y sexual por personas de un género distinto al suyo, heterosexualidad; del mismo género, homosexualidad; o de más de un género, bisexualidad; así como también la capacidad de mantener relaciones íntimas y sexuales con estas personas” (Moreta et al., 2020, p. 2). Por otra parte, la identidad sexual refiere a cómo vive y siente la persona su género, si se siente que corresponde al sexo con el que nació o no. Cuando las personas no sienten que su sexo corresponde a su persona se consideran transgénero (Moreta et al., 2020).

**La orientación sexual como diferencia social y cultural**

Una diferencia social que surge durante la etapa de desarrollo es la orientación sexual, la cual “se convierte en un asunto apremiante en la adolescencia” (Papalia et al., 2012, p. 396). De acuerdo con Moral y Valle (2014) la orientación sexual que se desvía de la heterosexual ha sido rechazada en la cultura occidental en diferentes ámbitos como la religión, la medicina y el código penal. La religión considera las conductas no heterosexuales como “pecados contra la ley de Dios, la medicina como patologías sexuales y los códigos penales como delitos contra la moral” (Moral y Valle, 2014, p. 2).

Según Do Prado (2017) el entorno escolar contribuye a la formación de identidad. Es a través de la enseñanza que se transmiten los lineamientos del comportamiento en base a las creencias culturales. Sin embargo, cuando se trata de género y de sexualidad, la heteronormatividad es el modelo aceptado por la sociedad como ideal y cuando los estudiantes tienen una orientación sexual diferente a la heterosexual tienden a convertirse en blanco de burlas, acoso y hasta violencia (Do Prado, 2017).

Moreta et al. (2020) argumenta que, aunque “el derecho a decidir la propia identidad de género está reconocido como Derecho Humano Universal, las personas transgénero siguen siendo objeto de rechazo y discriminación” (p.1). En esa línea, Do Prado (2017) enfatiza en la necesidad de “naturalizar las conductas homosexuales debido a que estos prejuicios pueden acompañar a las personas el resto de su vida y contribuir en su formación de identidad de una manera negativa” (p. 15). A lo que Moreta et al. (2020) añade que “es necesario el desarrollo de leyes y normas que garanticen todos nuestros derechos” (p.1).

**El reconocimiento de la orientación sexual diversa.**

De acuerdo con Zambrano et al. (2019) el proceso de reconocimiento de la orientación sexual homosexual consta de seis etapas: surgimiento, identificación, asumir la identidad, aceptación de la identidad, consolidación y autoevaluación y apoyo a otros. Sin embargo, derivado a los prejuicios sociales, muchas veces la persona no termina por aceptarse y el proceso se trunca sin llegar a las etapas de consolidación y autoevaluación y apoyo.

Durante el proceso de aceptación las personas son vulnerables a conflictos personales y sociales, niveles bajo de autoestima, susceptibles a enfermedades, trastornos mentales como ansiedad, ataques de pánico, estrés psicológico, conductas autodestructivas, intento y conducta suicida. Lo que hace que la etapa de aceptación de identidad sea crucial para lograr formar una identidad sana. Sin embargo, el pánico moral entorno a la diversidad sexual hace que este proceso sea complicado.

La presión social, las normas morales y religiosas tienden a promover la homofobia por lo que las personas deciden ocultar su verdadera orientación (Zambrano et al., 2019). Esas personas “tienen que elegir entre reprimir o ignorar activamente sus necesidades sexuales, darles satisfacción en secreto conservando una fachada de aceptabilidad o simplemente salir del closet con el riesgo de rechazo y hostilidad social” (Burnett, 2018, p. 214). Las personas con orientación sexual diversa: lesbianas, hombres gay o bisexuales (LGB) son más propensas a tener un deterioro en la salud mental por el estrés con el que viven cada día (Burnett, 2018).

**Impacto del rechazo de conductas no heterosexuales en la salud mental**

El rechazo hacia las conductas no heterosexuales se puede dar en dos formas: sutil y abierto (Moral y Valle, 2014). El rechazo sutil consiste en tolerar la presencia de personas no heterosexuales, aunque las limita en sus manifestaciones públicas, por ejemplo, en no conceder los mismos derechos que los heterosexuales o hacer ciertas distinciones en salvaguardia de la familia. Mientras que el rechazo abierto “descalifica, estigmatiza, agrede y discrimina de una forma directa a las personas no heterosexuales desde valores e ideologías homofóbicas de condena y repudio” (Moral y Valle, 2014, p.11).

Meyer (2003) afirma que los miembros de la comunidad LGB tienen una mayor prevalencia de trastornos mentales que los heterosexuales. Situación que se deriva de los prejuicios y la discriminación creando un entorno social hostil y estresante que causa problemas de salud mental. En esa línea Papalia et al. (2012) afirma que el riesgo de “depresión y suicidio en los homosexuales se debe en gran medida al hostigamiento y falta de aceptación” (p. 397). De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS) la depresión es la primera causa de discapacidad global y puede llevar al suicidio (OMS, 2021).

**Ideación suicida en la comunidad LGB**

A nivel global el suicidio es la cuarta causa de muerte en los jóvenes de 15 a 29 años (OMS, 2021). Los jóvenes que “consideran o intentan el suicidio suelen tener antecedentes de enfermedades emocionales” (Papalia et al., 2012, p. 372). En el estudio realizado por Stone et al. (2014) se encontró que los adolescentes que pertenecen a una minoría sexual LGB tienen mayores probabilidades de ideación suicida que los heterosexuales. En especial las mujeres bisexuales resultaron tener una mayor incidencia en las ideas suicidas que los hombres gays o bisexuales. En esa línea, Duro (2020) argumenta que en los miembros de la comunidad LGB que además son adolescentes, la probabilidad de realizar alguna conducta suicida puede aumentar hasta un 40%. Debido a los factores estresantes a los que se enfrentan las minorías sexuales por el hecho de serlo y a los factores de riesgo propios de la adolescencia.

**Una metáfora sobre el dilema moral de la diversidad sexual**

En las siguientes líneas en manera metafórica, utilizando a la gastronomía, se intenta explicar parte del conflicto emocional y moral que conlleva el querer ser y el deber ser entorno a la diversidad sexual.

Algunas veces cuando se le ofrece a una persona probar un tipo de comida diferente puede contestar con un *no me gusta* sin siquiera haberlo probado antes. Es válido cuando de entrada el platillo resulta poco o nada atractivo y no genera ningún tipo de interés en querer probarlo. Sin embargo, es importante darse la oportunidad de experimentar para decir con seguridad si la comida le gusta o no, sobre todo cuando se tiene curiosidad por probarlo.

Por ejemplo, es posible que el platillo sea muy atractivo o que el olor invite a probarlo. Al momento de la degustación puede gustar o no. Es posible que, a la vista, el platillo se vea muy atractivo, pero al probarlo, el sabor no sea el esperado o de agrado. En contraste hay platillos que, a pesar de no ser atractivos visualmente y/o carecer de un olor seductor, al probarlos sorprendan por su buen sabor. Al final, la única manera de estar seguros si se es afín algún sabor o textura es probando, experimentando.

Al intentar probar algo nuevo, algunas veces se manifiestan limitantes generadas por uno mismo en consecuencia de vergüenza o de falta de seguridad. Otras veces las limitantes son generadas por el entorno. O peor aún, cuando se combinan las propias inseguridades con los prejuicios del entorno. Por ejemplo, ¿qué pasaría si, además de esas limitantes mentales propias, se reciben comentarios de sus padres, familiares, o amigos sobre el platillo como: *no debes comer eso*, *eso es para X tipo de persona*, *no es bien visto*, *no te debe gustar ese sabor*, *solo a las malas personas les gusta comer eso*, *te iras al infierno si te comes eso*? Los juicios externos, la cultura, y la sociedad puede influir en que una persona decida si puede darse la oportunidad de probar o no el platillo independientemente si tenga deseo o no de hacerlo.

Algo parecido sucede con la orientación sexual diversa o que se desvía de la heterosexual. A veces es tanta la presión del entorno para ajustar el comportamiento de acuerdo con la heteronormatividad que personas con orientación diversa y deseos diferentes tienden a reprimir sus preferencias por no romper la tradición, por hacer lo que la sociedad considera correcto y evitar prejuicios, estereotipos y homofobia a nivel familiar o social (Zambrano et al., 2019).

Por otra parte, los hallazgos de la neurociencia abren la puerta a un conocimiento mas amplio sobre la orientación sexual. De acuerdo con Calixto (2020) a través de la resonancia magnética se puede observar que todos tenemos la capacidad de amar a una persona del mismo sexo. La cuestión es que esta capacidad se ve limitada por diversos factores, entre los cuales destaca el social y cultural. No obstante, “el amor como proceso cerebral que puede ser inducido por personas del mismo sexo no es una aberración o enfermedad” (Calixto, 2020, p. 62).

**Hacia una cultura y sociedad inclusiva**

Para García (2020) la cultura permite comprender y predecir el comportamiento humano. Refiere al sistema de información y de significados, que comparte un grupo de personas y que se transmite a través de las diferentes generaciones. La cultura permite entender el significado de la vida, la convivencia, la búsqueda de la felicidad y el bienestar de acuerdo con el contexto sociocultural de referencia (García, 2020).

Para poder cambiar la cultura en su sentido amplio, es importante comenzar por comprender como sus miembros interpretan y perciben la información para convertirla en experiencias coherentes con sentido y significado. Goleman (2019) afirma que la percepción es una construcción interactiva, que se elabora inicialmente por la información que se recibe a través de los sentidos. Para que esta información se convierta en una experiencia coherente y con sentido, es necesario que la información se relacione con reglas o categorías aprendidas previamente, formando paquetes de datos organizados. Goleman (2019) nombra a esos paquetes de datos como esquemas. Los esquemas “son teorías, creencias que dan sentido a la experiencia y permiten interpretar la realidad” (pp. 108-109).

Los esquemas se pueden modificar y transformarse con el conocimiento. A medida que se aprenden nuevas disciplinas, técnicas o se tienen mayores interacciones con el entorno, se crean nuevas conexiones cerebrales que permiten transformar los esquemas propios (Goleman, 2019). De tal manera que, la educación es un medio por el cual a través de la información y sensibilización se pueden crear cambios sociales. En esa línea, el Colaborativo para el Aprendizaje Académico Social y Emocional (CASEL) por sus siglas en inglés, asegura que el aprendizaje socioemocional debe ser parte integral de la educación y del desarrollo humano (CASEL, 2021).

**Aprendizaje socioemocional: una educación para la vida**

El aprendizaje socioemocional surgió en Estados Unidos como respuesta ante problemáticas sociales vinculadas a la pobreza, drogas o embarazos a temprana edad, que impedía a los jóvenes prosperar (Goleman y Senge, 2016; Ramos y González, 2020)***.*** Es un proceso que se basa en la inteligencia emocional, mediante el cual se “adquieren y aplican los conocimientos, habilidades y actitudes para desarrollar identidades saludables, manejar emociones y lograr metas personales y colectivas, sentir y mostrar empatía por los demás, establecer y mantener relaciones de apoyo y tomar decisiones responsables” (CASEL, 2021, párr.1).

El aprendizaje socioemocional cada vez es más importante Goleman y Senge (2016) dieron a conocer que lo nuevo de este fue la incorporación del entrenamiento de la mente para incrementar la concentración. Pues “la atención es nuestro recurso más preciado” (Goleman, 2012, p. 84). Sin embargo, temas personales que pueden generar conflictos internos con uno mismo requieren de un trabajo más profundo en el ámbito intrapersonal para lograr la autoaceptación y el amor propio.

Conocer y amar la verdadera esencia del ser podría ser uno de los caminos que marquen el verdadero significado de la existencia humana. Esta gran travesía podría ser abordada desde los programas de aprendizaje socioemocional que destaquen la importancia del autoconocimiento, autoaceptación y el amor propio como valores universales para el bienestar. El aprendizaje socioemocional puede ser un medio para aprender a conocerse, a confiar en uno mismo y en la intuición propia, pero sobre todo para la autoaceptación e incrementar el amor propio. Para lograr el bienestar es indispensable aceptarse a uno mismo, valorarse y amarse tal y como es.

**La autoaceptación como aptitud de inteligencia emocional.**

A continuación, se explica de manera breve la composición del modelo del bienestar psicológico de Carol Ryff, las dimensiones de la inteligencia emocional de Goleman y la categorización de virtudes y fortalezas de carácter de Peterson y Seligman con el propósito de ubicar la autoaceptación como una aptitud que se puede desarrollar para incrementar el bienestar psicológico.

De acuerdo con Sandoval et al. (2017) el modelo del bienestar psicológico de Carol Ryff se compone de 6 dimensiones: autoaceptación, relaciones positivas, dominio del entorno, autonomía, propósito de vida y crecimiento personal. En donde la autoaceptación se vincula con “el hecho de que las personas se sientan bien consigo mismas siendo conscientes de sus limitaciones. Evalúa la valoración positiva de uno mismo y de su historia” (Sandoval et al., 2017 p. 3).

Para Goleman (2012) la inteligencia emocional tiene cinco dimensiones: autoconocimiento, autorregulación, motivación, empatía y habilidades sociales. En donde cada una de estas, comprende una serie de aptitudes que se pueden desarrollar. En el caso de la dimensión de autoconocimiento, las aptitudes que comprende son la conciencia de uno mismo, autoevaluación y la confianza en uno mismo.

Por otra parte, Peterson y Seligman (2004) consideran que el carácter se puede cultivar y categorizaron 6 virtudes globales que a su vez asociaron a diferentes fortalezas de carácter. Las virtudes globales son: sabiduría y conocimiento, coraje, humanidad, justicia, templanza y trascendencia. Para Peterson y Seligman (2004) la inteligencia emocional es parte de la fortaleza de carácter Inteligencia social que integra la virtud de humanidad.

Partiendo del modelo de las 24 fortalezas de carácter de Peterson y Seligman (2004) y de las aptitudes de inteligencia emocional de Goleman (2012) se propone incluir a la autoaceptación como una aptitud adicional en la dimensión del autoconocimiento de la inteligencia emocional, complementando la fortaleza de carácter de inteligencia social. De tal manera que la autoaceptación sea considerada como una aptitud individual que requiere de atención y desarrollo para lograr el bienestar psicológico en concordancia con el modelo propuesto por Carol Ryff (Goleman y Davidson, 2018). En la Tabla 1 se puede apreciar las fortalezas que componen cada virtud.

**Tabla 1.** Virtudes y Fortalezas de Carácter

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Sabiduría y conocimiento | Coraje | Humanidad | Justicia | Templanza | Trascendencia |
| Creatividad | Valentía | Bondad | Civismo | Perdón y clemencia | Disfrute de la belleza y excelencia |
| Curiosidad | Persistencia | Amor | Imparcialidad y equidad | Prudencia | Gratitud |
| Mente abierta | Integridad | Inteligencia social y emocional | Liderazgo | Humildad y modestia | Esperanza |
| Amor al aprendizaje | Vitalidad |  |  | Auto regulación | Humor |
| Perspectiva |  |  |  |  | Espiritualidad |

***Nota*:** Elaboración propia incluyendo información de Peterson y Seligman (2004).

**¿Cómo abordar la orientación sexual desde el aprendizaje socioemocional**?

En estados unidos el aprendizaje socioemocional es implementado en escuelas de educación básica a través de programas escolarizados y extracurriculares (Goleman y Senge, 2016). Sin embargo, este también puede brindarse de diferentes maneras a través de grupos o redes de apoyo para estudiantes y padres de familia.

Orcasita et al. (2019) afirma que el apoyo social favorece el desarrollo personal y permite que se puedan afrontar de una mejor manera las situaciones negativas y estresantes. Existen tres tipos de apoyo: emocional, material y el informativo. El apoyo emocional se relaciona con la expresión y manifestación de emociones; el apoyo material, con brindar el acceso a servicios o herramientas para afrontar situaciones específicas; y el apoyo informativo con brindar orientación y consejo a otras personas.

Para abordar una problemática como la orientación sexual diversa, Zambrano et al. (2019) recomienda como estrategias la educación sobre la diversidad sexual, las redes de apoyo y el empoderamiento homosexual. En ese sentido, se sugiere brindar apoyo social en sus tres categorías a través de talleres a los estudiantes que tengan dificultad para aceptar su identidad u orientación sexual o que se sientan confundidos al respecto. De tal manera que faciliten la autoexploración y el autodescubrimiento para crear y fortalecer la identidad de los jóvenes, incrementar su autoestima y promover la autoaceptación y el amor propio.

Considerando que “la pobre educación acerca de la orientación homosexual obstaculiza el apoyo social brindado por las familias a sus hijos e hijas” (Orcasita et al., 2019, p.1); y que existen indicios de que “la expresión sexual en etapas posteriores de la vida está fuertemente influida por el estilo de crianza de los padres” (Burnett, 2018, p. 213). Los padres de familia con hijos que tengan orientación sexual diversa requieren de apoyo socioemocional y de información que les permita comprender a sus hijos y tener una comunicación asertiva con ellos.

Se recomienda crear un grupo de apoyo para sensibilizar a los padres de familia y acompañarlos a través de grupos de apoyo que promuevan los ambientes sanos de convivencia, las conductas empáticas y el entendimiento con los miembros de la familia. Para que puedan tener una mejor comunicación con sus hijos y puedan sobrellevar la situación de una manera sana y en un ambiente armonioso.

La educación como proceso debe transformarse constantemente para satisfacer las demandas de la sociedad y para promover la cultura del bienestar, el desarrollo personal e integral y el progreso social. En esa línea, se considera necesario que las instituciones educativas cuenten con un centro donde se brinde asesoría y capacitación a los estudiantes para el desarrollo de estrategias de afrontamiento y resiliencia para hacer frente a los retos cotidianos. O al menos, con la figura del orientador y/o psicólogo institucional que pueda brindar el primer acercamiento y apoyo para abordar temas relacionados con la promoción de salud mental y emocional de la comunidad educativa.

Según Orcasita et al. (2019) el apoyo social “favorece el desarrollo integral de las personas, especialmente en aquellas que se reconocen con orientaciones sexuales diversas” (p.3). Andrew Solomon lo expresa de la siguiente manera: “Si vivimos bien con nosotros mismos, podemos derrotar el odio y enriquecer la vida del prójimo” (Anderson, 2016, p. 105). Pues construir una sociedad en paz requiere de promover la consolidación de una “sociedad incluyente, equitativa y libre de discriminaciones” (Rodríguez y Rivera, 2020, p.5).

**Conclusiones**

Para tener una sociedad inclusiva que promueva el bienestar y una sana convivencia entre sus miembros se requiere de apertura mental y de respetar la diversidad. Abordar el tema de la orientación sexual diversa requiere de sensibilidad, respeto y empatía hacia la integridad de las personas con orientación sexual diversa y la de sus familias.

Se puede observar que, así como los padres de familia buscan proporcionar bienestar y lo mejor para sus hijos, los hijos también desean contribuir al bienestar de sus padres. Es por eso por lo que, en algunas ocasiones, toman decisiones en donde sacrifican su bienestar para no causar situaciones incomodas o descontentos a los padres o miembros de la familia. Los sacrificios pueden ser diversos, algunos pueden ser relacionados con la identidad personal o con su orientación sexual. Sin embargo, esta decisión muchas veces tiene un precio alto para la salud mental. Puede provocar trastornos psicológicos como ansiedad, estrés, tristeza, frustración y dolor al no poder expresarse por el temor de ocasionar conflictos familiares y sociales con las personas más cercanas a él.

Existen muchos factores por los cuales las personas deciden ocultar y/o negar su orientación sexual cuando esta no es considerada *correcta*. El tema es sensible y se complejo por la naturaleza social, cultural, moral, e incluso religiosa en que se envuelve. Lo que hace que una persona con una orientación sexual que se desvía de la heterosexual, tienda en la medida de lo posible ocultarlo o negarlo para evitar problemas de diferente índole y no sentirse rechazado o excluido de algún grupo social al que desea pertenecer.

La situación se vive de diferente manera según las normas sociales, culturales y hasta legales del país en donde se vive. Logrando una mejor calidad de vida en los países donde la diversidad sexual es más normalizada. Se requiere de una sociedad inclusiva en donde se respeten los derechos humanos de todas las personas y la diversidad sea vista de una manera positiva. En donde los habitantes se puedan sentir seguros y contentos consigo mismos de tal manera que puedan desarrollarse con buena salud mental y emocional.

En ese sentido, se propone crear una propuesta para incluir la formación de identidad y orientación sexual en los programas de aprendizaje social y emocional de los estudiantes de educación secundaria. La orientación sexual debe abordarse de manera natural en los estudiantes para que se sientan cómodos con ellos mismos, se acepten y se sientan seguros en el ambiente que los rodea. Se considera que la sensibilización en el tema puede evitar el acoso escolar y el maltrato por parte de los pares, propiciando un ambiente de respeto, tolerancia y armonía.

Así como también se destaca el apoyo social como un elemento que puede favorecer el desarrollo integral de los jóvenes. En donde los padres de familia tienen un rol importante en la aceptación de sus hijos. Se requiere brindar el apoyo emocional e informativo a los padres de familia para que estén más capacitados y puedan fortalecer la identidad de sus hijos a través de una comunicación asertiva.

Es importante que las instituciones educativas de educación básica reconozcan la necesidad de brindar apoyo social y emocional a los estudiantes y a los padres de familia de tal manera que se promueva la comunicación asertiva, el entendimiento, la aceptación y los ambientes positivos. En donde se destaca el rol del orientador y el psicólogo institucional como un medio por el cual se pueden abordar diversos temas para mejorar la salud mental y emocional de la comunidad estudiantil.

**Referencias**

Anderson, C. (2016). *Charlas TED*. Ediciones Culturales Paidós, S.A. de C.V.

Branden, N. (2018). *Los seis pilares de la autoestima*. Paidós.

Burnett, D. (2018). *El cerebro feliz*. Editorial Planeta Mexicana.

Calixto, E. (2020). *Un clavado a tu cerebro*. Penguin Random House.

Canto, J., y Moral, F. (2005). El sí mismo desde la teoría de la identidad social. *Escritos de Psicología - Psychological Writings*, (7), 59-70. https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=271020873006

CASEL. (2021). Fundamentals of SEL. <https://casel.org/fundamentals-of-sel/>

Clear, J. (2018). *Hábitos atómicos.* Paidós.

Dávila, C, y Jiménez, G. (2014). Sentido de pertenencia y compromiso organizacional: predicción del bienestar. *Revista de Psicología (PUCP), 32*(2), 271-302. http://www.scielo.org.pe/pdf/psico/v32n2/a04v32n2.pdf

Do Prado, V. (2017). Entre queerpos e discursos: normalização de condutas, homossexualidades e homofobia nas práticas escolares da Educação Física. *Revista Práxis Educativa, 12*(2), 501-519. https://doi.org/10.5212/PraxEduc.v.12i2.0012

Duro, A. (2020). El suicidio en gays, lesbianas y bisexuales adolescentes. [Tesis de grado en enfermería, Universidad Autónoma de Madrid]. Repositorio de Datos de Investigación UAM. http://hdl.handle.net/10486/691645

García, T. (2020). Índice de Tradicionalismo Cultural. *Acta De Investigación Psicológica*, *10*(2), 56-64. https://doi.org/10.22201/fpsi.20074719e.2020.2.346

Gardner, H y Davis, K. (2014). *La generación APP*. Barcelona: Paidós

Goleman, D. (2012). *La inteligencia emocional en la empresa*. Ediciones B.

Goleman, D. y Senge, P. (2016). *Triple focus.* Ediciones B

Goleman, D. y Davidson, R. (2018). *Rasgos alterados.* Ediciones B.

Goleman, D. (2019). *El punto ciego*. Penguin Random House.

Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. Psychological Review, 50(4), 370–396. https://doi.org/10.1037/h0054346

Melgosa, J. (2013). *Descubre tu valor y se feliz*. Editorial Safeliz.

Meyer I. (2003). Prejudice, social stress, and mental health in lesbian, gay, and bisexual populations: conceptual issues and research evidence. *Psychological bulletin*, *129*(5), 674–697. https://doi.org/10.1037/0033-2909.129.5.674

Moral, J. y Valle A. (2014). Las dos dimensiones del rechazo hacia las personas homosexuales. *Revista Universidad de Manizales*, *14*(1), 1-11. https://doi. org/10.30554/archmed.14.1.256.2014.

Moreta, F., Moreta, C, Velasco, O, De La Fuente, I, Montero, N. y Ramírez, C. (2020). La chica danesa / The Danish Girl (2015), el derecho de decidir nuestra identidad de género. *Revista de Medicina y Cine*, *16*(2), 111-118. https://dx.doi.org/10.14201/rmc2020162103109

OMS. (2021). *Depresión.* https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression

Orcasita, L., Sevilla, T., Acevedo, V., Montenegro, J., Tamayo, M. y Rueda, J. (2019). Apoyo social familiar para el bienestar de hijos gays e hijas lesbianas. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud, 18*(2), 1- 23. http://dx.doi.org/10.11600/1692715x.18205

Papalia, D., Feldman, R., y Martorell, G., (2012). Desarrollo humano (12a ed.). McGraw-Hill Interamericana.

Peterson, C. y Seligman, M.. (2004). Character strengths and virtues: A handbook and classification. Washington, DC: American Psychological Association.

Ramos, C. y González, B. (2020). Orientación vocacional, aprendizaje socioemocional y sentido de vida en la educación superior. Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores, 8(21). https://doi.org/10.46377/dilemas.v8i.2500

Rodríguez, A. y Rivera, J. (2020). Diversidades sexuales y de identidades género: entre la aceptación y el reconocimiento. Instituciones de Educación Superior (IES). *Revista CS, 31*, 327-357. https://doi.org/10.18046/recs.i31.3261

Sandoval, S., Dorner, A., y Véliz, A. (2017). Bienestar psicológico en estudiantes de carreras de la salud. *Investigación en Educación Médica, 6*(24),260-266. <https://doi.org/10.1016/j.riem.2017.01.004>

Stone, D., Luo, F., Ouyang, L, Lippy. C., Hertz, M. y Crosby, A. (2014). Sexual orientation and suicide ideation, plans, attempts, and medically serious attempts: evidence from local Youth Risk Behavior Surveys, 2001-2009. *Am J Public Health. 104*(2), 262-271. https://doi.org/10.2105/AJPH.2013.301383.

UNESCO. (2017). La UNESCO Avanza La Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible. Recuperado de: www.unesco.org/new/fileadmin/MULTIMEDIA/ FIELD/Hanoi/2030 \_ Brochure\_SP.pdf

Zambrano, C., Hernández, P. y Guerrero, A. (2019). Proceso de reconocimiento de la orientación sexual homosexual en estudiantes de una universidad pública. *Psicogente 22*(41), 1-29. https://doi.org/10.17081/psico.22.41.3310