

# Aproximación clínica afirmativa

Mónica Fuentes Carbonetto  
Felipe Peña Quintanilla

La aproximación afirmativa es un conjunto de conocimientos psicológicos que se contraponen a la mirada tradicional de la orientación sexual y afectiva homosexual como algo patológico y señalan que no existe nada inherentemente malo con ser o definirse LGBTIQ. Lo "malo", para la aproximación afirmativa, es la forma en que la sociedad ha traumatizado a las personas LGBTIQ a través de una cultura de abuso perpetrado por sistemas políticos, sociales, religiosos y educacionales homofóbicos y heterosexistas<sup>1</sup>.

Esta forma de trabajar promueve una mirada de descubrimiento a las experiencias propias de las personas LGBTIQ y el desarrollo de conocimiento y herramientas para su apoyo<sup>2</sup>. Se preocupa además de explorar el trauma, la vergüenza, la alienación, el aislamiento y la negligencia que las personas LGBTIQ suelen experimentar a lo largo de su vida, y busca proveer de experiencias que alivien las consecuencias que esto ha tenido para su salud mental y emocional y les ayude a construir un proyecto de vida satisfactorio<sup>3 4</sup>.

La aproximación afirmativa es -en naturaleza- un esfuerzo por ofrecer servicios de salud mental culturalmente competentes para la población LGBTIQ, tomando en cuenta sus problemáticas y los contextos específicos que han afectado a esta población<sup>5</sup>. La meta es que las personas que proveen servicios de salud mental y las instituciones que reciben a estos pacientes sean capaces de entregar una atención respetuosa, acogedora y competente<sup>6</sup>. Para avanzar en eso, es importante incorporar los siguientes elementos:

## Humildad cultural

Hacer un esfuerzo consciente por evitar que nuestras propias experiencias de vida o identidad sean

proyectadas sobre la historia de vida o identidad de lo demás. De este modo, al entregar apoyo o asistencia desde la humildad cultural, el encuentro con los pacientes se realiza desde donde los pacientes están o provienen, sin emitir juicios y sin esperar u obligar a un desarrollo de identidad o estilo de vida predeterminado por el profesional.

## Competencia organizacional

Realizar entrenamiento en temáticas LGBTIQ de carácter inclusivo, integrando desde las personas a cargo de la recepción de los pacientes hasta los profesionales clínicos. Asimismo, este tipo de acciones se debería incorporar en los procesos de selección e inducción de las instituciones.

## Lenguaje afirmativo

Usar los términos, palabras y conceptos que las personas y comunidades LGBTIQ usan para la definición de ellas y ellos mismos.

## Espacios físicos para la diversidad

Romper la lógica heteronormativa imperante en los servicios de salud<sup>7</sup> y, por ejemplo, contar en las salas de espera con material informativo o revistas de lectura que incorporen la diversidad sexual, y disponer de servicios sanitarios neutrales al género.

## Desafíos para el terapeuta

La aproximación afirmativa establece además importantes desafíos para la persona del terapeuta, algunos de los cuales se describen a continuación:

- Reflexionar sobre el propio marco normativo, moral y valórico, y estar atentos a cómo las propias actitudes e ideas acerca de las personas pueden ser relevantes a la hora de realizar una evaluación,

acompañar un tratamiento o realizar derivaciones a otras especialidades<sup>8</sup>.

- Diferenciar los asuntos propios de la conducta sexual, de la orientación sexual y afectiva y de la identidad de género. La confusión de estos aspectos de la experiencia humana está profundamente arraigada en la mayoría de las culturas occidentales - y también en la formación en salud mental-, y su clarificación significa un enorme avance en el proceso de acompañamiento a los pacientes LGBTIQ<sup>9</sup>.

- Entender los efectos de la discriminación, los prejuicios y la violencia sobre las personas LGBTIQ, y nunca subestimar las consecuencias de vivir y crecer en un contexto cultural que acepta estas conductas negativas<sup>10 11</sup>.

- Identificar los diferentes desafíos que involucran las etapas del desarrollo y de adaptación de las personas LGBTIQ, y las particularidades y diferencias que este desarrollo tiene en contraste con el desarrollo entendido desde lo heteronormativo<sup>12</sup>.

- Honrar el derecho que las personas (todas las personas, no sólo las personas LGBTIQ) tienen de decidir el curso de sus propias vidas<sup>13</sup>.

- Comprender la manera en que la diversidad sexual y de género se interrelaciona con las estructuras y dinámicas familiares, tanto en las familias con un miembro LGBTIQ como en las familias homoparentales y transparentales (cuya conformación y estructura no responden a las formas tradicionales y por tanto plantean desafíos nuevos al interior del sistema familiar y entre éste y otros sistemas, como el escolar y laboral)<sup>14</sup>.

- Validar la necesidad espiritual de las personas LGBTQ, entender la forma en que las estructuras religiosas tradicionales ha alienado a estas personas, y acompañarlas en la búsqueda de un espacio saludable donde desarrollar su espiritualidad<sup>15 16</sup>.

- Estar atentos a los cambios sociales que impactarán la forma en que cada cohorte LGBTIQ vivirá su propia experiencia, y estar abiertos y pendientes a la incorporación y comprensión de estas nuevas formas en permanente evolución<sup>17 18</sup>.

- <sup>1</sup>Kort, J. (2008). *Gay affirmative therapy for the straight clinician: The essential guide* (1st ed.). New York: W.W. Norton & Company, Inc.
- <sup>2</sup>Maylon, A. (1982) *Homosexuality and Psychotherapy*. New York: Haworth Press
- <sup>3</sup>Kort, J. (2008). *Gay affirmative therapy for the straight clinician: The essential guide* (1st ed.). New York: W.W. Norton & Company, Inc.
- <sup>4</sup>Deutsch, M. B. (2016). Guidelines for the Primary and Gender-affirming Care of Transgender and Gender Nonbinary People. Center of Excellence for Transgender Health.
- <sup>5</sup>Johnson, S. (2012) Gay Affirmative Psychotherapy With Lesbian, Gay, and Bisexual Individuals: Implications for Contemporary Psychotherapy Research. *American Journal of Orthopsychiatry*, 82(4,) 516-522
- <sup>6</sup>Deutsch, M. B. (2016). Guidelines for the Primary and Gender-affirming Care of Transgender and Gender Nonbinary People. Center of Excellence for Transgender Health.
- <sup>7</sup>OPS (2010). Diretrizes para Atenção Integral à Saúde de Adolescentes e Jovens Lésbicas, Gays, Bissexuais, Travestis e Transexuais: Revisão Bibliográfica e Modelo de Atenção. Washington DC.
- <sup>8</sup>American Psychological Association (2012). Guidelines for Psychological Practice With Lesbian, Gay, and Bisexual Clients. Recuperado desde: <http://www.apa.org/pi/lgbt/resources/guidelines.aspx>
- <sup>9</sup>Ibid.
- <sup>10</sup>Banks, J., Fedesa, A. (2012). Counselor's attitudes toward domestic violence in same-sex versus opposite-sex relationships. *Journal of Multicultural Counseling and Development*, 40, 194-205.
- <sup>11</sup> American Psychological Association, (2009). Report of the American Psychological Association Task Force on Appropriate Therapeutic Responses to Sexual Orientation. Retrieved from <http://www.apa.org/pi/lgbc/publications/therapeutic-resp.html>
- <sup>12</sup> American Psychological Association (2012). Guidelines for Psychological Practice With Lesbian, Gay, and Bisexual Clients. Recuperado desde: <http://www.apa.org/pi/lgbt/resources/guidelines.aspx>
- <sup>13</sup> American Psychological Association, (2009). Report of the American Psychological Association Task Force on Appropriate Therapeutic Responses to Sexual Orientation. Retrieved from <http://www.apa.org/pi/lgbc/publications/therapeutic-resp.html>
- <sup>14</sup>American Psychological Association (2012). Guidelines for Psychological Practice With Lesbian, Gay, and Bisexual Clients. Recuperado desde: <http://www.apa.org/pi/lgbt/resources/guidelines.aspx>
- <sup>15</sup> Ibid.
- <sup>16</sup> Harari, Y. N. (2014). *Sapiens. De animales a dioses: Una breve historia de la humanidad*. Debate.
- <sup>17</sup> American Psychological Association (2012). Guidelines for Psychological Practice With Lesbian, Gay, and Bisexual Clients. Recuperado desde: <http://www.apa.org/pi/lgbt/resources/guidelines.aspx>
- <sup>18</sup> Harari, Y. N. (2014). *Sapiens. De animales a dioses: Una breve historia de la humanidad*. Debate.