

Título: Intervención Cognitivo Conductual para mejorar el bienestar psicológico de jóvenes gays yucatecos

Autor: Julio César Trejo Hernández

Director: Sosa Correa Manuel

Codirector: Mendoza Pérez Juan Carlos

Resumen

La intolerancia a la diversidad sexual es un fenómeno que propicia conductas discriminatorias, crímenes de odio, violencia entre otras situaciones, generando efectos dentro de la salud física y mental de quienes lo viven. Existen estudios enfocados en la comunidad Lésbico, Gay, Bisexual y Transgénero (LGBT) en México, donde se encontraron que entre las diversas problemáticas de salud que viven son: el consumo de tabaco, alcohol y drogas, así como la ideación e intento de suicidio; los cuales están relacionados con experiencias de prejuicio, discriminación y violencia a los que se enfrentaron o siguen sobrellevando (Mendoza-Pérez y Ortiz-Hernández, 2015). Sin embargo, no todos los casos terminan de esa manera, hay estudios que sugieren que las personas de la comunidad LGBT que desarrollan resiliencia son capaces de resistir este rechazo, logrando mantener niveles de autoestima altos (Borrero, 2008). El objetivo del presente estudio es desarrollar una intervención por medio del modelo Cognitivo Conductual para mejorar el estilo de afrontamiento y reestructurar las ideas irracionales ante la discriminación en jóvenes gays yucatecos. Esta intervención se plantea se realice en 2 momentos, en el primero se trabajará de manera individual la psicoterapia para poder evaluar los estilos de afrontamientos y las estrategias que utilizan, así como la resolución de ideas irracionales u otras situaciones no resueltas o previstas. El segundo momento, de manera grupal se plantea trabajar en un espacio donde se propicie el afrontamiento positivo de las circunstancias adversas para que de manera secundaria mejore su bienestar psicológico.

Palabras clave: Gays, Salud Mental, Estilos de Afrontamiento, Reestructuración Cognitiva