

## CUESTIONARIO: HETEROSEXUALIDAD

### 1. ¿Cuándo descubriste tu heterosexualidad?

- De siempre.
- En mi adolescencia.
- Hace poco.
- Aún tengo dudas.

### 2. ¿Te costó mucho aceptar tu heterosexualidad?

- Sí, aún me cuesta.
- Un poco.
- En realidad estoy muy feliz.

### 3. ¿Conoces casos similares?

- Sí.
- No.
- No lo sé. La gente no habla de esas cosas.

### 4. ¿Piensas contárselo a tus padres?

- Sí, supongo, y creo que me entenderán. Son muy abiertos.
- No, nunca les contaría algo así.
- Creo que les costaría mucho aceptarlo. Su educación es muy tradicional.
- Ya lo he hecho.

### 5. ¿Y a tus amig@s?

- Sí, supongo y creo que lo entenderán, ya que algunos de ellos también son heterosexuales.
- No, nunca les contaría algo así.
- Supongo que les costaría aceptarlo.
- Ya lo he hablado con algunos de mis amigos/as.

### 6. ¿Te has sentido alguna vez discriminado/a por ser heterosexual?

- Algunas veces.
- Sí, continuamente.
- No.
- No, porque oculto lo que soy.

### 7. ¿Cuántas veces has ido a un(a) psicólogo/a para que te ayude a aceptarte o te haga dejar de ser heterosexual?

- Muchas
- Estoy en tratamiento
- Tengo miedo a que no me entienda el/la psicólogo/a.
- No, no he ido por este "problema".

### 8. ¿Crees que una pareja de distinto sexo puede formar una familia y educar hijos/as sin que sea un trauma para ellos/as?

- Sí.
- No.
- Depende de la pareja

### 9. ¿Qué sientes cuando oyes la expresión: "heterosexual de mierda" o las continuas bromas y chistes gratuitos al respecto?

- Me duele y me gustaría desaparecer.
- Mientras no me lo digan a mí.
- Es que realmente los heterosexuales somos así.
- Abiertamente me defiendiendo y defiendiendo a los que son como yo.

## CUESTIONARIO: HETEROSEXUALIDAD

### 1. ¿Cuándo descubriste tu heterosexualidad?

- De siempre.
- En mi adolescencia.
- Hace poco.
- Aún tengo dudas.

### 2. ¿Te costó mucho aceptar tu heterosexualidad?

- Sí, aún me cuesta.
- Un poco.
- En realidad estoy muy feliz.

### 3. ¿Conoces casos similares?

- Sí.
- No.
- No lo sé. La gente no habla de esas cosas.

### 4. ¿Piensas contárselo a tus padres?

- Sí, supongo, y creo que me entenderán. Son muy abiertos.
- No, nunca les contaría algo así.
- Creo que les costaría mucho aceptarlo. Su educación es muy tradicional.
- Ya lo he hecho.

### 5. ¿Y a tus amig@s?

- Sí, supongo y creo que lo entenderán, ya que algunos de ellos también son heterosexuales.
- No, nunca les contaría algo así.
- Supongo que les costaría aceptarlo.
- Ya lo he hablado con algunos de mis amigos/as.

### 6. ¿Te has sentido alguna vez discriminado/a por ser heterosexual?

- Algunas veces.
- Sí, continuamente.
- No.
- No, porque oculto lo que soy.

### 7. ¿Cuántas veces has ido a un(a) psicólogo/a para que te ayude a aceptarte o te haga dejar de ser heterosexual?

- Muchas
- Estoy en tratamiento
- Tengo miedo a que no me entienda el/la psicólogo/a.
- No, no he ido por este "problema".

### 8. ¿Crees que una pareja de distinto sexo puede formar una familia y educar hijos/as sin que sea un trauma para ellos/as?

- Sí.
- No.
- Depende de la pareja

### 9. ¿Qué sientes cuando oyes la expresión: "heterosexual de mierda" o las continuas bromas y chistes gratuitos al respecto?

- Me duele y me gustaría desaparecer.
- Mientras no me lo digan a mí.
- Es que realmente los heterosexuales somos así.
- Abiertamente me defiendiendo y defiendiendo a los que son como yo.

## Dinámica “EL MUNDO AL REVÉS”

La dinámica “El mundo al revés” intenta acercarnos a la realidad que viven la gran mayoría de personas homosexuales, al ver continuamente cuestionada su forma de ser, comportarse, relacionarse... se trata de descubrir la influencia de los estereotipos y los prejuicios en el lenguaje, y la fuerza con la que el lenguaje los transmite en la vida cotidiana:

- 1 - Indicar al grupo que vamos a realizar una encuesta y que necesitamos que respondan de forma individual sin comentar con l@s compañer@s.
- 2 - Distribuir el cuestionario “HETEROSEXUALIDAD” a cada persona del grupo
- 3 - Una vez hayan terminado, preguntar por su opinión sobre la encuesta, así como sobre las sensaciones y pensamientos que han experimentado leyendo y contestando el cuestionario.

Explicación, tras haber recogido algunas impresiones:

→ ESTO NO ERA UNA ENCUESTA. Su objetivo: sorprendernos, pues con frecuencia vivimos en un mundo en el que se da por sentado que todo es blanco, sin dejar lugar a otros colores o matices. Con esta encuesta se nos pone, por un momento, en el otro punto de vista, en el que lo que se considera "normal" y hasta único pasa a verse como raro.

¿Qué tal te has sentido al ponerte en lugar de quienes no "encajan" en eso que la sociedad ha dado en etiquetar como "normal"?... Esa visión de "anormalidad" es la que tienen que sufrir compañer@s, amig@s y familiares nustr@s en silencio tantas veces.

Claro que no todo el mundo es heterosexual, como tampoco todos somos blancos ni a todos nos gusta la cerveza o tomar el sol... y si al hacer esta encuesta pensaste que era una estupidez, sí que le encontrarás más sentido al cambiar la palabra heterosexual por la de homosexual y eso ¿por qué?... Ambas son cosas normales y naturales y sólo falta que la sociedad termine por entenderlo y aceptarlo!

→ PODER DEL LENGUAJE: herramienta poderosa con la que transmitimos valores y nos posicionamos ante la vida y nuestro entorno.... En realidad en muchas ocasiones las preguntas se convierten en afirmaciones. Preguntas como las anteriores pueden transmitir ideas como la siguiente: Este mundo nos pertenece, TÚ TAN SÓLO VIVES EN ÉL DE PRESTADO... Quienes preguntan tales cuestiones están imponiendo ciertos mensajes, muchas veces de forma inconsciente y desde el desconocimiento del tema.

→ HOMOFOBIA: tema de Derechos Humanos: no discriminación, derecho a la vida (privada)...

Las personas homosexuales (y también aquellas que no siéndolo pueden parecerlo a los ojos estereotipados de la sociedad) sufren discriminación, ya sea de forma legal o social, en casi todos los países del mundo. Hay incluso 7 países donde se aplica la pena de muerte a personas homosexuales por el mero hecho de serlo.

Este abuso casi universal hacia las personas homosexuales se debe a que las sociedades más tradicionales perciben la homosexualidad como un peligro o una amenaza ya que ven en ella la ruptura con ciertas de sus propias reglas sociales basadas en las diferencias de género.

- EN NUESTRAS MANOS: está el cambiar la realidad más cercana ... ¿cómo?

- ¡Pensando antes de hablar! - Poniendo atención a lo que decimos y cómo puede ser percibido por las personas que nos rodean.

- ¡Deja de suponer que todo el mundo a tu alrededor es heterosexual! - Seguramente en tu familia, círculo de amistades, en tu clase, en el barrio o en el trabajo hay personas homosexuales, aunque tú no lo adivinarías. Y es que hay personas homosexuales en todas las culturas, países, religiones...

- Interésate sobre el tema e infórmate cuanto puedas

De esta forma podrás comprender y ayudar, si llega el caso, a otras personas que lo necesiten y que estén pasando por un momento de incertidumbre o cuestionamiento personal.

- Ponte las gafas de género, discapacidad, creencias, inmigración, orientación sexual, etnia... Muchas veces estas cuestiones son invisibles pero están ahí, y tus comentarios y la forma en que te expresas pueden herir a otras personas o influir en su auto-estima

## Dinámica “EL MUNDO AL REVÉS”

La dinámica “El mundo al revés” intenta acercarnos a la realidad que viven la gran mayoría de personas homosexuales, al ver continuamente cuestionada su forma de ser, comportarse, relacionarse... se trata de descubrir la influencia de los estereotipos y los prejuicios en el lenguaje, y la fuerza con la que el lenguaje los transmite en la vida cotidiana:

- 1 - Indicar al grupo que vamos a realizar una encuesta y que necesitamos que respondan de forma individual sin comentar con l@s compañer@s.
- 2 - Distribuir el cuestionario “HETEROSEXUALIDAD” a cada persona del grupo
- 3 - Una vez hayan terminado, preguntar por su opinión sobre la encuesta, así como sobre las sensaciones y pensamientos que han experimentado leyendo y contestando el cuestionario.

Explicación, tras haber recogido algunas impresiones:

→ ESTO NO ERA UNA ENCUESTA. Su objetivo: sorprendernos, pues con frecuencia vivimos en un mundo en el que se da por sentado que todo es blanco, sin dejar lugar a otros colores o matices. Con esta encuesta se nos pone, por un momento, en el otro punto de vista, en el que lo que se considera "normal" y hasta único pasa a verse como raro.

¿Qué tal te has sentido al ponerte en lugar de quienes no "encajan" en eso que la sociedad ha dado en etiquetar como "normal"?... Esa visión de "anormalidad" es la que tienen que sufrir compañer@s, amig@s y familiares nustr@s en silencio tantas veces.

Claro que no todo el mundo es heterosexual, como tampoco todos somos blancos ni a todos nos gusta la cerveza o tomar el sol... y si al hacer esta encuesta pensaste que era una estupidez, sí que le encontrarás más sentido al cambiar la palabra heterosexual por la de homosexual y eso ¿por qué?... Ambas son cosas normales y naturales y sólo falta que la sociedad termine por entenderlo y aceptarlo!

→ PODER DEL LENGUAJE: herramienta poderosa con la que transmitimos valores y nos posicionamos ante la vida y nuestro entorno.... En realidad en muchas ocasiones las preguntas se convierten en afirmaciones. Preguntas como las anteriores pueden transmitir ideas como la siguiente: Este mundo nos pertenece, TÚ TAN SÓLO VIVES EN ÉL DE PRESTADO... Quienes preguntan tales cuestiones están imponiendo ciertos mensajes, muchas veces de forma inconsciente y desde el desconocimiento del tema.

→ HOMOFOBIA: tema de Derechos Humanos: no discriminación, derecho a la vida (privada)...

Las personas homosexuales (y también aquellas que no siéndolo pueden parecerlo a los ojos estereotipados de la sociedad) sufren discriminación, ya sea de forma legal o social, en casi todos los países del mundo. Hay incluso 7 países donde se aplica la pena de muerte a personas homosexuales por el mero hecho de serlo.

Este abuso casi universal hacia las personas homosexuales se debe a que las sociedades más tradicionales perciben la homosexualidad como un peligro o una amenaza ya que ven en ella la ruptura con ciertas de sus propias reglas sociales basadas en las diferencias de género.

- EN NUESTRAS MANOS: está el cambiar la realidad más cercana ... ¿cómo?

- ¡Pensando antes de hablar! - Poniendo atención a lo que decimos y cómo puede ser percibido por las personas que nos rodean.

- ¡Deja de suponer que todo el mundo a tu alrededor es heterosexual! - Seguramente en tu familia, círculo de amistades, en tu clase, en el barrio o en el trabajo hay personas homosexuales, aunque tú no lo adivinarías. Y es que hay personas homosexuales en todas las culturas, países, religiones...

- Interésate sobre el tema e infórmate cuanto puedas

De esta forma podrás comprender y ayudar, si llega el caso, a otras personas que lo necesiten y que estén pasando por un momento de incertidumbre o cuestionamiento personal.

- Ponte las gafas de género, discapacidad, creencias, inmigración, orientación sexual, etnia... Muchas veces estas cuestiones son invisibles pero están ahí, y tus comentarios y la forma en que te expresas pueden herir a otras personas o influir en su auto-estima