

IMPLICACIONES DE LA RESILIENCIA 1

LA RESILIENCIA Y SUS IMPLICACIONES ACADÉMICAS Y SOCIALES EN  
ESTUDIANTES DE GRADO OCTAVO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA ORIENTAL  
FEMENINO

MERLY DANEXY CALDERÓN RINCÓN

KAROL MICHEL NIÑO VALLEJO

KERLY VALENTINA SOSA QUIJANO

WENDY YILETZY ALVAREZ ORTIZ

\*LUZ MERY MAYORGA LEÓN

INSTITUCIÓN EDUCATIVA ORIENTAL FEMENINO

BACHILLER TÉCNICO COMERCIAL

ASIGNATURA PROYETO DE GRADO

Tame-Arauca

2025

\*Profesor

## IMPLICACIONES DE LA RESILIENCIA 2

Nota de Aceptación

---

---

---

---

Presidente de jurado

---

Jurado

---

Jurado

Dedico este proyecto a mi madre, por ser mi fuerza en los días difíciles, mi ejemplo en los retos y mi refugio en cada paso. Este logro también es tuyo, porque sin tu amor, apoyo y sacrificio, nada de esto habría sido posible. **Karol Niño.**

A Dios, por guiarme, darme fortaleza y sabiduría en cada paso de este camino. A mi familia, por su amor incondicional y apoyo constante. A mis docentes, por su compañía, enseñanzas y motivación para alcanzar esta meta. **Merlis Calderón.**

A Dios por darme fortaleza para poder seguir adelante a pesar de las circunstancias, a mí misma por no rendirme a pesar de lo momentos difíciles. **Wendy Alvarez.**

A mi madre, por ser mi compañía incondicional en este camino. A Dios por darme fortaleza y amor ante toda situación. **Kerly Sosa.**

**Agradecimientos**

Las autoras expresan sus agradecimientos a:

Luz Mery Mayorga. Magister... Por su acompañamiento, asesoramiento y apoyo intelectual.

Jesús Cárdenas. Licenciado en Comercio. Por su asesoría y enseñanza.

Todas aquellas personas familiares y amigos que de una u otra manera formaron parte e hicieron posible la realización de este trabajo.

## Contenido

**Introducción,11**

**Planteamiento Y Formulación Del Problema,13**

**Planteamiento,13**

**Descripción Del Problema,13**

**Formulación del problema,14**

**Objetivos,15**

**Objetivo general,15**

**Objetivos específicos,15**

**Justificación,16**

**Marcos de Referencia,17**

**Marco Contextual,17**

**Reseña Histórica,17**

***Descripción de la Institución,20***

**Marco Teórico,21**

**Antecedentes de la investigación,21**

**Bases Teóricas,22**

**Definición en términos básicos,23**

***Resiliencia,23***

***Inteligencia Emocional,24***

***Resolución de Conflictos,24***

***Habilidades Socioemocionales,24***

***Intervención Pedagógica,24***

**Conceptos básicos,24**

***Adolescencia,24***

***Autoestima,25***

***Acoso,25***

**Marco Normativo,25**

**Análisis de datos,29**

**Recolección de datos,29**

**Organización De La Información,30**

**Encuesta Estudiantes Grado 801,30**

**Soporte De Análisis De La Encuesta Anterior Principal,41**

**Encuesta padres de familias,41**

**Encuesta de docentes,50**

**Conclusiones parciales,59**

**Vulnerabilidad y Estrés Crítico,62**

**Baja Autorregulación Emocional,62**

**Falta de Enseñanza Formal de Habilidades,62**

**Mentalidad de Crecimiento y Confianza Básica,62**

**Apoyo Familiar Incondicional,62**

**Voluntad de Intervención por Parte del Colegio,63**

**Discusiones,63**

**Conclusiones,65**

**Recomendaciones,67**

**Referencias bibliográficas,69**

**Anexos,71**

**Lista De Tablas**

	pág.
Tabla 1. Recolección de datos tendencias más claras	60

**Lista de Figuras**

pág.

Figura 1. Escudo

21

**Lista de Gráficos**

	pág.
Gráfico 1. Capacidad de superación y mejora después de un error	31
Gráfico 2. Evaluación del balance emocional	32
Gráfico 3. La tolerancia a la frustración	33
Gráfico 4. El manejo de la rabia y su impacto	34
Gráfico 5. Autonomía de la resolución de conflictos interpersonales	35
Gráfico 6. Evaluación de la carga de estrés académico	36
Gráfico 7. Nivel de apoyo y confianza sentido en el ambiente escolar	37
Gráfico 8. Impacto de las emociones negativas en el rendimiento académico	38
Gráfico 9. Enseñanza de herramientas emocionales por el docente	39
Gráfico 10. Sentimiento de fortaleza y preparación para el futuro	40
Gráfico 11. Comportamiento de aislamiento	41
Gráfico 12. Nivel de confianza a los padres	42
Gráfico 13. El manejo del error	43
Gráfico 14. Grado de asistencia parental	44
Gráfico 15. Capacidad para superar momentos difíciles	45
Gráfico 16. Frecuencia de enseñanza parental	46
Gráfico 17. Impacto de la desmotivación en notas	47
Gráfico 18. Representación del hogar como espacio de aceptación	48
Gráfico 19. Nivel de preocupación parental	49
Gráfico 20. Implementar de programas escolares de resiliencia	50

Gráfico 21. Evaluación de la ansiedad	51
Gráfico 22. Evaluación de la actitud de desinterés	51
Gráfico 23. Nivel de intervención de conflictos	52
Gráfico 24. Evaluación de la persistencia	53
Gráfico 25. Evaluación de la influencia de descontrol emocional	54
Gráfico 26. Disponibilidad de herramientas gas pedagógicas	55
Gráfico 27. Frecuencia del aprendizaje constructivo	56
Gráfico 28. Prioridad de habilidades socioemocionales	57
Gráfico 29. Manejo emocional y éxito académico	58
Gráfico 30. Impacto de la resiliencia de la convivencia	59

## Introducción

La etapa de la adolescencia, particularmente el Grado Octavo, representa un periodo de intensos desafíos, donde las exigencias académicas y las presiones sociales convergen, poniendo a prueba la capacidad de los jóvenes para afrontar la adversidad. En este contexto, la Resiliencia emerge no solo como un concepto teórico, sino como una competencia esencial para la vida, definida como la capacidad de adaptarse y salir fortalecido ante las dificultades. En la Institución Educativa Oriental Femenino, se ha observado una realidad que justifica la urgencia de este estudio: la presencia de dificultades significativas en las estudiantes para manejar los retos cotidianos, una situación que se traduce en bajos niveles de afrontamiento.

Esta realidad se manifiesta de diversas maneras, afectando el estado de ánimo, el rendimiento académico y la calidad de las relaciones interpersonales. Al enfrentarse a obstáculos o situaciones de presión, la respuesta inmediata de un número considerable de estudiantes es la frustración, un estado emocional que, lejos de impulsar la búsqueda de soluciones, tiende a la parálisis y al abandono del esfuerzo. Esta marcada inestabilidad emocional y la rápida predisposición a la rendición representan una amenaza directa al desarrollo integral de las jóvenes.

Ante este panorama, el presente proyecto de investigación se propuso trascender la simple observación del problema. Su objetivo central ha sido diagnosticar y analizar con rigor científico las implicaciones académicas y sociales de la resiliencia en las estudiantes de Grado Octavo, buscando establecer cómo la gestión de las emociones, como la rabia o la tristeza, afecta directamente su capacidad de perseverar en el estudio y su desempeño escolar general.

Para lograr este fin, se desarrolló un proceso metodológico que combinó la fundamentación teórica, anclada en la psicología positiva y las teorías del Grit (perseverancia), con un trabajo de campo exhaustivo. Se aplicaron instrumentos a la totalidad de la comunidad educativa involucrada (estudiantes, docentes y padres de familia), permitiendo obtener una visión completa y multidimensional del fenómeno.

Los resultados de esta investigación confirman la urgencia del tema: se ha determinado que la inestabilidad para controlar la frustración es el factor limitante más crítico, y que esta debilidad emocional se relaciona de manera directa con una caída en el rendimiento académico de las jóvenes. No obstante, el estudio también ha identificado fortalezas invaluables, como el fuerte apoyo familiar incondicional y la amplia voluntad de la comunidad para abordar el problema. Este documento estructura los hallazgos, el **Antecedentes de la investigación** teórico y la metodología, culminando con una serie de conclusiones y recomendaciones estratégicas que buscan aportar líneas de acción futuras para la institución, con el fin de transformar las debilidades emocionales en competencias sólidas para la vida.

## **Planteamiento Y Formulación Del Problema**

### **Planteamiento**

En el grado 801 se han observado dificultades para afrontar los retos cotidianos, lo que refleja bajos niveles de resiliencia. Esto afecta el estado de ánimo, el rendimiento académico y las relaciones interpersonales. Es necesario comprender las causas de esta situación y analizar sus implicaciones en la vida escolar de los estudiantes.

### **Descripción del Problema**

En el grado 801, se ha identificado una preocupante situación en la que los estudiantes enfrentan dificultades significativas para afrontar los desafíos del día a día. Esta realidad se manifiesta en una marcada falta de resiliencia, lo que les impide manejar de manera efectiva las situaciones adversas que se presentan en su entorno escolar y personal. Cuando se enfrentan a problemas o perciben obstáculos, la respuesta común es la frustración, un estado emocional que las paraliza y les dificulta la búsqueda de soluciones creativas y constructivas.

Esta incapacidad para encontrar soluciones y superar la frustración tiene un impacto directo y negativo en múltiples esferas de su vida. En primer lugar, su ánimo se ve considerablemente afectado; la constante sensación de agobio y desesperanza puede derivar en desmotivación, baja autoestima y, en algunos casos, síntomas de ansiedad o tristeza.

En segundo lugar, el rendimiento académico sufre las consecuencias de esta falta de resiliencia. Las tareas escolares, los exámenes y los proyectos se perciben como cargas insuperables, lo que disminuye su concentración, su persistencia y, en última instancia, sus calificaciones. La frustración ante el fracaso o la dificultad puede llevarlas a rendirse prematuramente.

Finalmente, las relaciones interpersonales también se ven comprometidas. La dificultad para gestionar sus emociones y resolver conflictos de manera asertiva puede generar tensiones con sus compañeras, docentes y familiares. La irritabilidad o el aislamiento pueden convertirse en patrones de comportamiento que erosionan sus vínculos sociales.

Es crucial comprender las causas subyacentes de esta baja resiliencia, que pueden ir desde factores individuales como la falta de habilidades de afrontamiento y la baja autoeficacia, hasta influencias externas como el ambiente familiar, la presión social o la falta de estrategias de apoyo en el aula. Abordar este problema se vuelve indispensable para empoderar a las estudiantes del grado 801, dotándolas de las herramientas necesarias para levantarse ante las dificultades y desarrollar una capacidad de adaptación que les permita seguir adelante con mayor fortaleza y confianza en sí mismas.

### **Formulación del Problema**

¿Cómo influye la resiliencia en el rendimiento académico, el estado de ánimo y las relaciones interpersonales de las estudiantes de grado octavo de la Institución Educativa Oriental Femenino?

## Objetivos

### Objetivo General

Analizar los factores asociados a la resiliencia y sus implicaciones académicas, emocionales y sociales en las estudiantes de grado octavo de la Institución Educativa Oriental Femenino

### Objetivos Específicos

Identificar los factores emocionales, sociales y familiares que inciden en la resiliencia de las estudiantes.

Proponer una estrategia pedagógica que contribuya al fortalecimiento de la resiliencia y las habilidades socioemocionales en las estudiantes.

Analizar percepciones de docentes y estudiantes frente a la importancia de la resiliencia en el ámbito escolar.

Revisar estrategias pedagógicas documentadas en la literatura que podrían orientar futuros procesos de fortalecimiento de la resiliencia

### **Justificación**

En la actualidad, el entorno escolar presenta múltiples desafíos que afectan el bienestar emocional y académico de los estudiantes, especialmente en los niveles de secundaria.

La presente investigación se En la I.E Oriental Femenino educativa se presentan diversas situaciones que afectan el desarrollo académico y la convivencia escolar en el grado 801, lo que hace necesario analizar su contexto de manera general. Se ha observado de forma general que una simple discusión o malentendido puede afectar el ambiente del curso, generando un clima de tensión que perturba el proceso de aprendizaje. Esta situación se origina, en gran medida, en la incapacidad de muchas estudiantes para manejar sus emociones de manera constructiva y para resolver conflictos sin recurrir a interacciones hirientes.

Esta deficiencia no solo impacta negativamente el rendimiento académico, al dificultar la concentración y generar estrés, sino que también erosiona las relaciones interpersonales, obstaculizando la cooperación y el desarrollo de un sentido de comunidad en el aula. Un ambiente tenso y la falta de habilidades para gestionar las emociones pueden llevar a la desmotivación y a un bajo compromiso con las actividades escolares.

Por estas razones, resulta prioritario trabajar en el fortalecimiento de la resiliencia en las estudiantes del grado 801. Fomentar esta habilidad no solo les proporcionará las herramientas necesarias para superar sus propios retos académicos y personales con mayor entereza, sino que también les permitirá convivir mejor, apoyarse mutuamente y crecer juntas como grupo. Al desarrollar la resiliencia, las estudiantes adquirirán la capacidad de afrontar los desafíos de la vida

de manera más adaptativa y constructiva, lo que también servirá como una estrategia preventiva para futuros conflictos. En última instancia, esta intervención busca transformar el aula en un espacio más tranquilo, respetuoso y unido, propicio para el bienestar integral y el desarrollo académico de cada estudiante.

Este proyecto busca comprender cómo la resiliencia se relaciona con el rendimiento académico, el estado de ánimo y las relaciones interpersonales de los estudiantes de grado octavo. Sus resultados serán un insumo valioso para la institución, al visibilizar la importancia de fortalecer habilidades socioemocionales como parte de la formación integral.

### **Marcos de Referencia**

#### **Marco Contextual**

La Institución Educativa Oriental Femenino se encuentra ubicada en la zona urbana del municipio de Tame-Arauca, en la Carrera 14 N°14-18 el Centro. Esta institución ha sido orientada desde sus inicios por las leyes vigentes colombianas y presta sus servicios académicos desde preescolar hasta el grado once, destacándose por su calidad humana, espiritual, intelectual y alineándose con los avances científicos y tecnológicos para intervenir significativamente en el entorno social con criterio de justicia, solidaridad, respeto y una sana convivencia.

**Reseña Histórica.** 1916: los Padres Lazaristas ejercieron su acción pastoral en forma esporádica programando misiones y luego estableciéndose en el municipio inicia su acción

educativa con una humilde escuela que la llamaron “Divina Providencia”, en eso entonces el naciente del Instituto Oriental Femenino.

1918: Deja la dirección los Padres Lazaristas, se vincula a la educación la Señora Elvira Sánchez de Granados que recién había obtenido su título de normalista en Boavita, Boyacá.

1922: La necesidad de educar es sentida, los sacerdotes piden a las familias enviar a sus hijos a estudiar. Propician la llegada de las primeras religiosas, las Hermanas Hijas de la Caridad de San Vicente de Paul: Sor Vicenta Echeverri, Sor María Luisa Meriño, Sor Julia Duque y Sor María Gutiérrez, Organizan un internado, siempre bajo la dirección de los padres Julio Calais y Víctor Cabal.

1953: Se retiran las hermanas Vicentinas por los cambios que se han dado en la dirección religiosa de la parroquia por tanto salen los padres Lazaristas y las Hnas. Vicentinas. Asumen la dirección espiritual de la Prefectura apostólica los MISIONEROS JAVERIANOS DE YARUMAL.

1957: La Prefectura Apostólica se hace cargo del plantel bajo la modalidad de educación centrada en el MEN. Y la dirección de la Institución la asume la SEÑORA ELVIRA SÁNCHEZ DE GRANADOS,

1957: Los misioneros invitan a las MISIONERAS DE LA MADRE LAURA quienes prosiguen con la primaria, dándole el nombre de la María Inmaculada. Estas invitan por algún tiempo a Sor Julia Duque (vicentina) quien las acompañara en la labor disciplinaria.

1960: Se le da el nombre de INSTITUTO ORIENTAL FEMENINO también se crean las insignias que actualmente llega u se da inicio a la Banda del colegio.

1962: Asume la dirección la Señorita ALICIA SUÁREZ por algún tiempo luego la entrega la señorita MARIELA FIGUEROA.

1970: Regresan nuevamente las hermanas Vicentinas y recibe la dirección SOR GILMA ARISTIZABAL.

1971: La dirección esta en mano de SOR DOLLY VALENCIA OSSA.

1972: El colegio tiene 177 niñas en primaria y 152 en bachillerato, hasta el grado cuarto (hoy noveno).

1973: Sor Clementina Castillo la directora.

1974: En enero de este mismo año las religiosas vicentinas abandonan la dirección del plantel. Se cierra el bachillerato y queda funcionando solo primaria, bajo la dirección de la Señorita ZOILA ROZA MORA HERNÁNDEZ.

1977: Llegan las hermanas hijas de Nuestra Señora de las Misericordias, traídas por gestión de Monseñor Jesús Emilio Jaramillo vicario apostólico de Arauca y del padre Libardo Cadavid asistente administrativo de la Educación Nacional Contratada. Primera Directora Hna. Beatriz Navas Hija de nuestra Señora de las Misericordias y hasta la presente.

***Descripción de la Institución.*** El Instituto Oriental Femenino, institución de carácter académico y técnico comercial está ubicado en la Carrera 14 N°14-18 Barrio Centro dentro del municipio de Tame, situado en el suroccidente del departamento de Arauca (Colombia), a una altitud de 343 m s. n. m., ubicado en una meseta de las ultimas estribaciones de la Cordillera Oriental, la cual baja encajonada por la vertiente de los ríos Tame y Cravo.

La institución fue fundada por un grupo de religiosas católicas de la congregación en el año 1916, con el fin de brindar educación a las niñas de la región. En sus inicios, la institución funcionaba en un pequeño local en el centro de Tame con un grupo de 20 estudiantes y 5 docentes. Hoy en día, la Institución Educativa Oriental Femenino de Tame es una institución líder en la educación de la región, con una amplia oferta académica y un fuerte compromiso con la formación integral de los estudiantes.

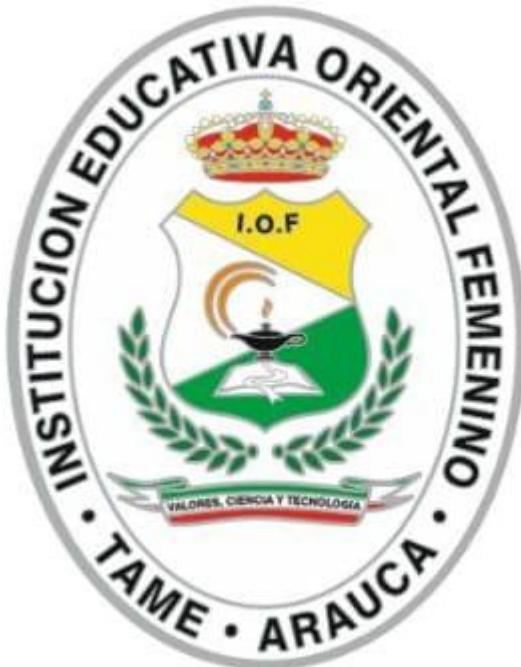
La Institución Educativa Oriental Femenino es una institución pública que ofrece los niveles de preescolar, básica y media. Actualmente, atiende a una población aproximada de mil estudiantes de género femenino y cuenta con un equipo docente conformado por 44 profesores. Esta institución se caracteriza por su enfoque comercial, orientado a la formación técnica en oficina y contabilidad, lo que proporciona a los estudiantes herramientas útiles para su futura inserción en el mundo laboral.

Una de sus fortalezas pedagógicas es la modalidad comercial que le ha permitido a las jóvenes aprender sobre temas de contabilidad; con proyectos de investigación como la biotecnología, esta institución se ha dado a conocer en competencias nacionales e internacionales, sin duda un plantel.

El Instituto Oriental Femenino ofrece niveles de grados desde Preescolares hasta Educación media Secundaria, sus instalaciones cuentan con más de 40 aulas de clase, que incluyen así mismo aulas de informática, biblioteca, oficinas de los directivos, canchas deportivas, baños para docentes, directivos y baños exclusivamente para el uso de las estudiantes. (**Ver figura 1**)

**Figura 1**

*Escudo Institución Educativa Oriental Femenino*



*Nota. Manual de convivencia Institución Educativa Oriental Femenino (S,F)*

### **Marco Teórico**

**Antecedentes de la Investigación.** A nivel internacional, la investigación sobre resiliencia tiene sus raíces en estudios pioneros como el de Emmy Werner (1995), quien demostró que, incluso

en condiciones de alto riesgo, es posible que los individuos prosperen. . En América Latina, el trabajo de la psicóloga argentina Edith Grotberg (2005) es un antecedente fundamental, pues su modelo de los tres pilares ("Yo soy," "Yo tengo," y "Yo puedo") proporciona una estructura clara y adaptable a nuestro contexto, ayudándonos a identificar y fortalecer las herramientas internas y externas de las estudiantes.

A nivel nacional, el proyecto se alinea con la importancia que el país le ha dado a la educación socioemocional. La Ley 1620 de 2013 y las directrices del Ministerio de Educación Nacional de Colombia sobre la convivencia escolar son antecedentes cruciales que subrayan la necesidad de desarrollar estas habilidades. Estudios como el de Mónica Giraldo (2018) en Colombia han confirmado que la inteligencia emocional en las escuelas es un factor clave en la prevención de la violencia y la promoción del bienestar, lo que valida la relevancia de nuestro proyecto en el contexto educativo colombiano.

**Bases Teóricas.** Teoría de la Resiliencia: La investigación se basa en el concepto de la resiliencia como un proceso dinámico y no como un rasgo innato. Ann Masten (2001) define la resiliencia como un "proceso ordinario" que se puede aprender y fortalecer a través de la interacción entre factores de riesgo y factores protectores, según el modelo propuesto por Michael Rutter (1987). Esta perspectiva justifica nuestro objetivo de diseñar un programa para desarrollar esta habilidad.

Teoría de la Inteligencia Emocional: El proyecto se apoya en el modelo de inteligencia emocional, que es fundamental para la resiliencia. Daniel Goleman (1995) popularizó este concepto, desglosándolo en habilidades clave como el autoconocimiento, la autorregulación y la empatía. Los creadores del concepto, Peter Salovey y John Mayer (1990), la definieron como la

capacidad de razonar con la emoción, lo que valida nuestra propuesta de enseñar estas habilidades de manera explícita.

**Teoría de la Resolución de Conflictos:** Para abordar la dificultad de las estudiantes en el manejo de conflictos, nos basamos en el enfoque de Johan Galtung (1990) sobre la transformación de conflictos. Esta teoría sostiene que los conflictos no deben ser eliminados, sino gestionados de manera constructiva para generar crecimiento y fortalecer las relaciones.

**Teoría del Aprendizaje Social:** El diseño y la implementación de nuestro programa de intervención se sustentan la teoría de Albert Bandura (1977) nos enseña que aprendemos un montón de cosas importantes al observar a los demás, lo que él llamó modelado. En nuestro colegio, esto significa que cuando vemos a una compañera manejar un problema con calma o a una profesora resolver un conflicto, estamos aprendiendo directamente de ellas. Esta observación fortalece nuestra autoeficacia, que es nuestra propia creencia en que somos capaces de hacer lo mismo. Básicamente, su teoría nos dice que el simple hecho de ver a otras chicas superar obstáculos nos inspira y nos da la confianza para intentarlo nosotras también.

### **Definición en Términos Básicos.**

**Resiliencia.** La capacidad que tiene una persona para recuperarse y adaptarse de manera positiva después de enfrentar dificultades, como el estrés o la frustración, saliendo fortalecida de la experiencia.

***Inteligencia Emocional.*** La habilidad de entender y gestionar nuestras propias emociones, y de reconocer y comprender las de los demás. Incluye saber cómo reaccionar de forma adecuada en diferentes situaciones.

***Resolución de Conflictos.*** Es un conjunto de habilidades para manejar desacuerdos de manera pacífica y constructiva, transformando una situación tensa en una oportunidad para encontrar soluciones que beneficien a todas las partes.

***Habilidades Socioemocionales.*** Son las capacidades que nos permiten interactuar positivamente con los demás y manejar nuestras emociones. La inteligencia emocional y la resolución de conflictos son dos de las más importantes.

***Intervención Pedagógica*** Un programa de actividades educativas diseñado con un propósito específico, en este caso, enseñar y fortalecer las habilidades de resiliencia, manejo emocional y resolución de conflictos en el entorno escolar.

### **Conceptos básicos.**

***Adolescencia.*** La Secretaría de Salud, refiere que la adolescencia como la etapa que transcurre entre los 10 y 19 años. Normalmente la dividen en dos fases; adolescencia temprana de 12 a 14 años y adolescencia tardía de 15 a 19 años. En cada una de estas etapas se presentan cambios fisiológicos (estimulación y funcionamiento de los órganos por hormonas, femeninas y masculinas), estructurales (anatómicos), psicológicos (integración de la personalidad e identidad) y la adaptación a los cambios culturales y/o sociales) ([Secretaría de salud, 2015](#)).

**Autoestima.** El Instituto de Psicología Positiva, señala que el autoestimase trata de la opinión que tenemos de nosotros mismos, de una apreciación subjetiva acerca de nuestra valía. Por tanto, entendemos autoestima como el concepto que tenemos de nuestro propio valor, basado en los sentimientos, pensamientos, sensaciones y experiencias que tenemos en relación con nosotros mismos ([Instituto Europeo de Psicología Positiva, 2024](#)).

**Acoso.** Según Las naciones unidas para la infancia, infiere que al definirse como una forma de violencia escolar especialmente dirigida hacia una víctima concreta, que sufre de manera sistemática diferentes formas de agresión física, verbal o psicológica. El acoso escolar también es conocido como *bullying*, palabra derivada del verbo inglés to bully (intimidar) ([Fondos de las Naciones Unidas para la infancia , 2023](#)).

**Clima escolar.** Según ([Hoy y Miskel, 1996](#)), define al clima escolar como la cualidad del ambiente escolar experimentado por los estudiantes, docentes y directivos, que al basarse en la percepción que poseen sobre el contexto escolar, determina sus conductas

## Marco Normativo

El Marco Normativo es el conjunto de leyes, reglamentos y disposiciones nacionales que regulan y orientan el desarrollo de una investigación. Su función principal es garantizar que el proceso investigativo se realice dentro de los parámetros legales establecidos, respetando principios éticos, derechos humanos y criterios técnicos. Este marco ofrece una base legal que valida la legitimidad de la investigación, protege a los participantes involucrados y asegura que los

resultados obtenidos sean confiables y estén alineados con los estándares institucionales y nacionales.

En este contexto, la resiliencia emerge como una competencia fundamental, estrechamente vinculada con la capacidad de los estudiantes para enfrentar situaciones adversas, adaptarse a los cambios y preservar su estabilidad emocional ante los desafíos característicos de la adolescencia.

Esta etapa de desarrollo, marcada por profundos cambios físicos, emocionales y sociales, exige habilidades que les permitan gestionar adecuadamente las tensiones propias del crecimiento. En las estudiantes del grado 901, la carencia de resiliencia se manifiesta en comportamientos como la desmotivación, la baja tolerancia a la frustración, el descenso en el rendimiento académico y la presencia de conflictos recurrentes en la convivencia escolar. Estos indicadores evidencian la necesidad urgente de incorporar en el ámbito educativo estrategias que promuevan el desarrollo de esta habilidad, no solo como un apoyo emocional, sino como un componente esencial en la formación integral del estudiante.

En este sentido, el marco normativo cobra relevancia al ofrecer los lineamientos que respaldan la implementación de acciones institucionales orientadas al fortalecimiento de la resiliencia. Reconocerla como un eje transversal de la educación permite avanzar hacia un modelo formativo más holístico, en el que los estudiantes no solo adquieran conocimientos académicos, sino también competencias personales y sociales que les permitan afrontar con éxito las demandas de la vida escolar y cotidiana, con autonomía, responsabilidad y bienestar.

ARTICULO 44°. Constitución Política de Colombia. Son derechos fundamentales de los niños: la vida, la integridad física, la salud y la seguridad social, la alimentación equilibrada, su nombre y nacionalidad, tener una familia y no ser separados de ella, el cuidado y amor, la educación y la cultura, la recreación y la libre expresión de su opinión. Serán protegidos contra toda forma de abandono, violencia física o moral, secuestro, venta, abuso sexual, explotación laboral o económica y trabajos riesgosos. Gozarán también de los demás derechos consagrados

en la Constitución, en las leyes y en los tratados internacionales ratificados por Colombia. La familia, la sociedad y el Estado tienen la obligación de asistir y proteger al niño para garantizar su desarrollo armónico e integral y el ejercicio pleno de sus derechos. Cualquier persona puede exigir de la autoridad competente su cumplimiento y la sanción de los infractores. Los derechos de los niños prevalecen sobre los derechos de los demás.

ARTICULO 67°. Constitución Política de Colombia. Establece que la educación es un derecho y un servicio público con función social. Este artículo define que la educación busca el acceso al conocimiento, la ciencia y la cultura, y debe formar en valores como el respeto a los derechos humanos, la paz y la democracia. Además, indica que el Estado, la sociedad y la familia son responsables de la educación, que es obligatoria de los 5 a los 15 años, debe ser gratuita en las instituciones estatales y el Estado tiene el deber de regular y vigilar su calidad.

#### ARTICULO 2°. Objetivos del Sistema Nacional de Convivencia Escolar

Competencias ciudadanas. Es una de las competencias básicas que se define como el conjunto de conocimientos y de habilidades cognitivas, emocionales y comunicativas que,

articulados entre sí, hacen posible que el ciudadano actúe de manera constructiva en una sociedad democrática.

Educación para el ejercicio de los derechos humanos, sexuales y reproductivos. Es aquella orientada a formar personas capaces de reconocerse como sujetos activos titulares de derechos humanos, sexuales y reproductivos con la cual desarrollarán competencias para relacionarse consigo mismo y con los demás, con criterios de respeto por sí mismo, por el otro y por el entorno, con el fin de poder alcanzar un estado de bienestar físico, mental y social que les posibilite tomar decisiones asertivas, informadas y autónomas para ejercer una sexualidad libre, satisfactoria, responsable y sana en torno a la construcción de su proyecto de vida y a la transformación de las dinámicas sociales, hacia el establecimiento de relaciones más justas, democráticas y responsables.

Acoso escolar o bullying. Conducta negativa, intencional metódica y sistemática de agresión, intimidación, humillación, ridiculización, difamación, coacción, aislamiento deliberado, amenaza o incitación a la violencia o cualquier forma de maltrato psicológico, verbal, físico o por medios electrónicos contra un niño, niña, o adolescente, por parte de un estudiante o varios de sus pares con quienes mantiene una relación de poder asimétrica, que se presenta de forma reiterada o a lo largo de un tiempo determinado.

También puede ocurrir por parte de docentes contra estudiantes, o por parte de estudiantes contra docentes, ante la indiferencia o complicidad de su entorno. El acoso escolar tiene consecuencias sobre la salud, el bienestar emocional y el rendimiento escolar de los estudiantes y sobre el ambiente de aprendizaje y el clima escolar del establecimiento educativo.

Ciberbullying o ciberacoso escolar. Forma de intimidación con uso deliberado de tecnologías de información (internet, redes sociales virtuales, telefonía móvil y videojuegos online) para ejercer maltrato psicológico y continuado.

“

Estas normas respaldan la necesidad de abordar la resiliencia como parte del desarrollo socioemocional en la escuela.”

### **Análisis de datos**

#### **Recolección de datos**

A continuación, mostraremos el estudio de tres encuestas realizada a 33 estudiantes entre los (13 y 14 años de edad) del Grado 801 de la Institución Educativa Oriental Femenino, cuyo enlace se encuentra disponible en

[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfXAOKAqrB3R88WFWoVegIEAsSnDXaugLQj\\_HcQ5Lw2QmIF5Q/viewform?usp=header](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfXAOKAqrB3R88WFWoVegIEAsSnDXaugLQj_HcQ5Lw2QmIF5Q/viewform?usp=header)

La siguiente para los padres de familia, acudiente de cada estudiante, cuyo enlace esta disponible en

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfxodLjncAAI0Uk7NXDvx9UFBGv7z4mouqpffZxWshntex8w/viewform?usp=header>

Y a los docentes que le dictan cada área al grado 801 en la Institución Educativa con el punto de opinión también del Coordinador y la Orientadora, cuyo enlace disponible en

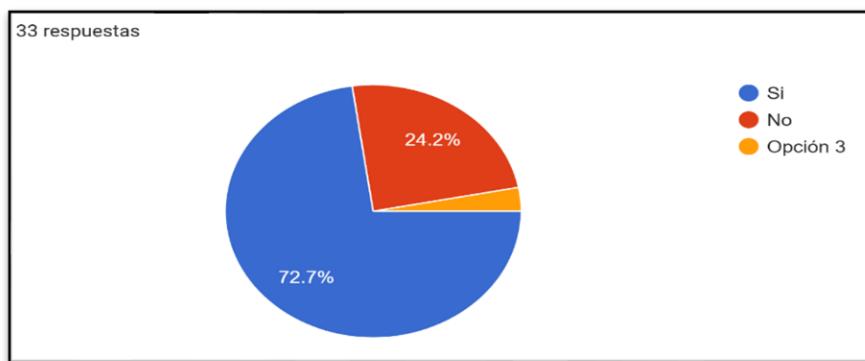
<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfDIY1H-IVwY062NrdFwTflfO3iCRdjsZnG7I8p82qxqFUWwg/viewform?usp=header>

Se realizaron tres encuestas con el fin de llegar a un análisis más profundo, teniendo en cuenta, las posturas tanto como de los padres de familia como los docentes en el ámbito social de una parte en sus casas y por otro lado de los docentes el ambiente que se lleva a cabo con las estudiantes en su aula, estas se realizaron como soporte de análisis a la encuesta de las estudiantes que es la principal donde se presenta la falta.

### **Organización De La Información**

#### **Encuesta Estudiantes Grado 801**

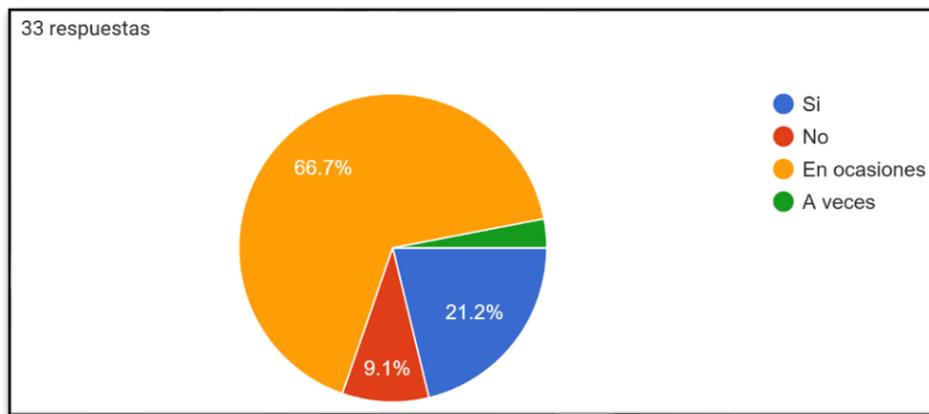
1. Cuando te equivocas en una tarea o examen, ¿sientes que puedes levantarte y mejorar la próxima vez? (**Ver gráfico 1**)

**Gráfico 1***Capacidad de Superación y Mejora después de un Error*

*Nota.* Elaboración Propia. Capacidad de Superación y Mejora después de un Error.  
Formulario de Google. Merly Calderón. 03/10/2025. Tame-Arauca

Podemos evidenciar con esta encuesta que existe una alta capacidad de superación ante los fracasos académicos. La gran mayoría 72.7% de las estudiantes exhibe una mentalidad de crecimiento al creer firmemente en su capacidad para superar errores y mejorar en el intento siguiente. Por el contrario, hay una minoría significativa del 24.2% se siente desanimada o incapaz de levantarse tras el error, lo que subraya la necesidad de apoyo en la gestión de la frustración y la resiliencia.

**2. ¿Sientes que en general, tu estado de ánimo es más de tristeza o desánimo que de alegría o motivación? (Ver gráfico 2)**

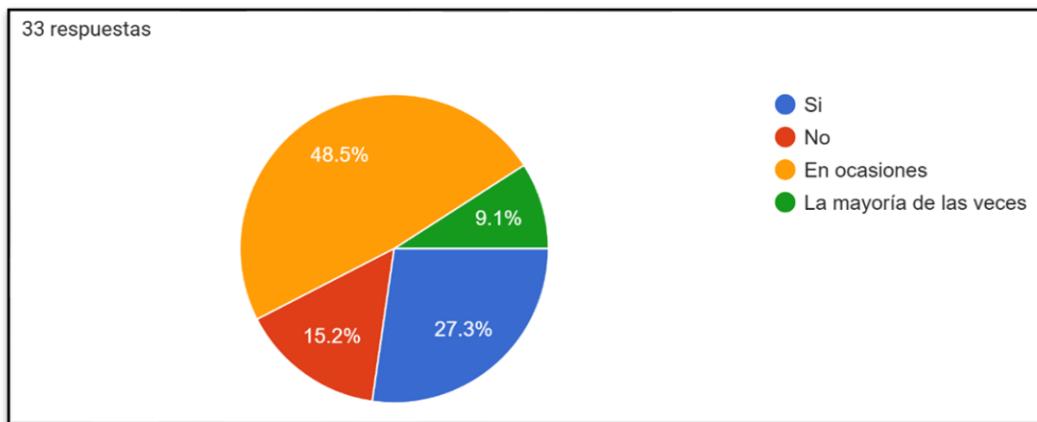
**Gráfico 2***Evaluación del Balance Emocional*

*Nota.* Elaboración Propia. Evaluación del Balance Emocional. Formulario de Google. Merly Calderón. 03/10/2025

Con los resultados podemos la mayoría está en un sube y baja de emociones, pues el 66.7% nos dice que siente ese bajón de ánimo "de vez en cuando", reflejando la lucha normal del día a día por sentirse bien. Pero hay un grupo importante (21.2%) que llevan sintiendo que la tristeza "les gana" casi siempre, lo cual es algo que no podemos ignorar. Solo una pequeña parte (9.1%) siente que la alegría y las ganas son lo que más domina su vida. Si bien la mayoría se las arregla para seguir adelante, casi una de cada cuatro personas está pasando un mal rato y necesita que seamos más comprensivos y echemos una mano para que puedan recuperar ese buen ánimo.

3. Si una situación te frustra mucho, ¿te dan ganas de rendirte o dejar de intentarlo?

(Ver gráfico 3)

**Gráfico 3***La Tolerancia a la Frustración*

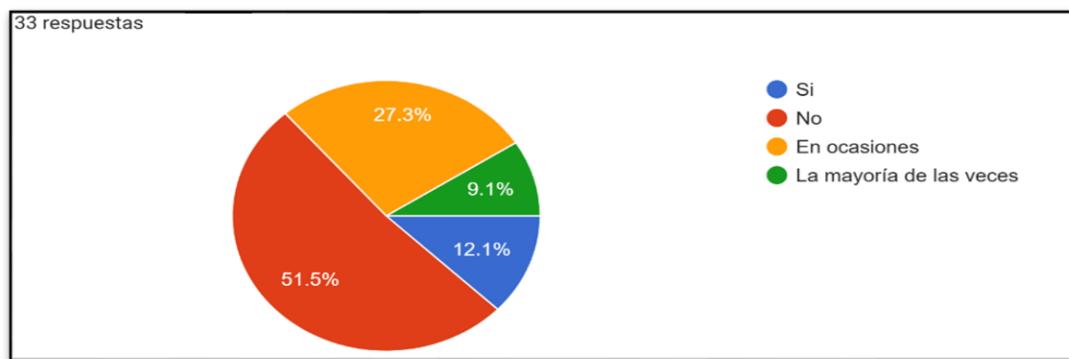
*Nota.* Elaboración Propia. La Tolerancia a la Frustración. Formulario de Google. Merly Calderón. 03/10/2025

Vemos que el impulso de tirar la toalla cuando la frustración es intensa es muy común, pero la mayoría logra resistir. Casi la mitad (48.5%) confiesa que las ganas de rendirse aparecen "En ocasiones", lo que es una lucha normal de perseverancia inestable. Sin embargo, la mayor alerta recae en el 36.4% de las personas que sí ceden o lo hacen "la mayoría de las veces", mediante la autora Angela Duckworth según su teoría "Grit" hay un grupo bajo que permite a la frustración ganar la batalla. Por el contrario, solo el 15.2% muestra una resiliencia admirable, pues la frustración no los hace desistir de sus metas. En esencia, la encuesta muestra que, si bien la perseverancia es fuerte en algunos, más de un tercio de las personas está luchando seriamente y necesita desarrollar esa fuerza interior (el "Grit") para seguir adelante cuando las cosas se ponen realmente difíciles.

4. ¿Consideras que eres buena para manejar la rabia y no dejar que afecte tu día o tus relaciones? (**Ver gráfico 4**)

**Gráfico 4**

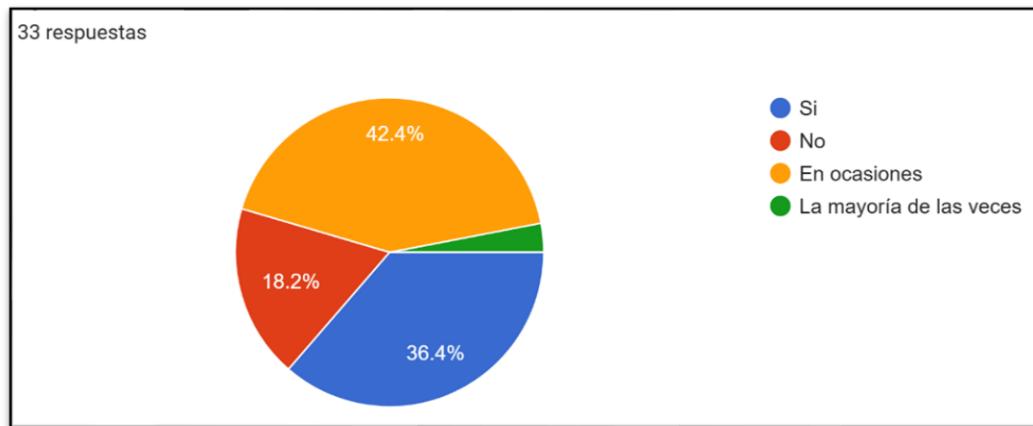
*El manejo de la Rabia y su Impacto*



*Nota.* Elaboración Propia. El manejo de la Rabia y su Impacto. Formulario de Google.  
Merly Calderón. 03/10/2025

Utilizando el marco de la Inteligencia Emocional de Daniel Goleman, esta encuesta da una clara señal de alerta sobre la Autorregulación emocional. La mayoría (51.5%) confiesa no ser buena manejando la rabia, lo que indica que frecuentemente dejan que la emoción "tome el volante" y arruine sus relaciones y su día. Otro 27.3% está en una lucha constante, controlando la rabia "en ocasiones", lo que significa que su autorregulación es inestable. Solo una minoría (21.2%) se considera hábil. La gran mayoría siente que su rabia es más fuerte que su autocontrol, lo que quiere decir es que hay una urgente necesidad de desarrollar la inteligencia emocional.

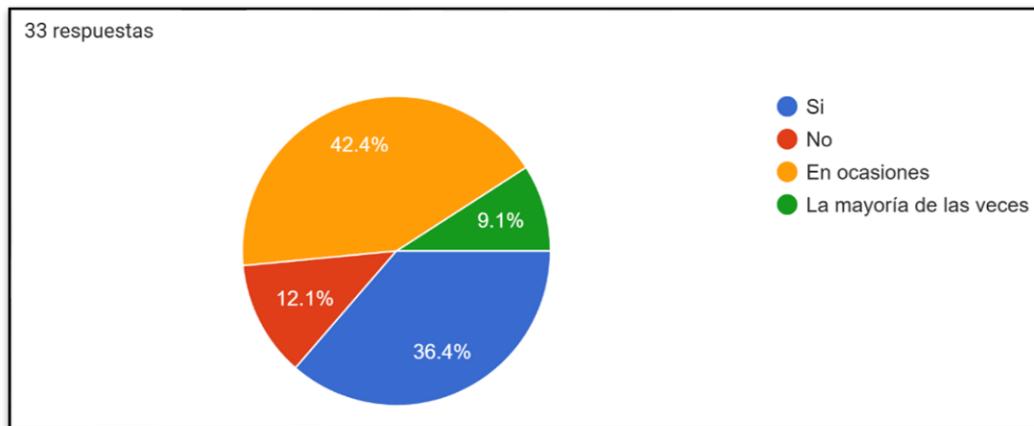
5. Cuando tienes un problema con una compañera, ¿logras hablarlo y encontrar una solución sin ayuda de un adulto? (**Ver gráfico 5**)

**Gráfico 5***Autonomía en la Resolución de Conflictos Interpersonales*

*Nota.* Elaboración Propia. Autonomía en la Resolución de Conflictos Interpersonales.  
Formulario de Google. Merly Calderón. 03/10/2025

Lo que vemos en la encuesta es una buena señal de autonomía: más de la mitad de las personas (54.6%) confía en sí misma para hablar y arreglar los problemas con sus compañeras sin necesidad de que un adulto intervenga. Han aprendido a "defenderse" solas. Sin embargo, un grupo grande (42.4%) todavía duda y solo lo logra "en ocasiones". Esto significa que casi la mitad aún está aprendiendo a volar solas y, a veces, siente que el adulto es necesario. Aunque hay una gran habilidad para la mediación, todavía falta que desarrollemos esa confianza plena en su capacidad de solucionar los conflictos sin ayuda externa.

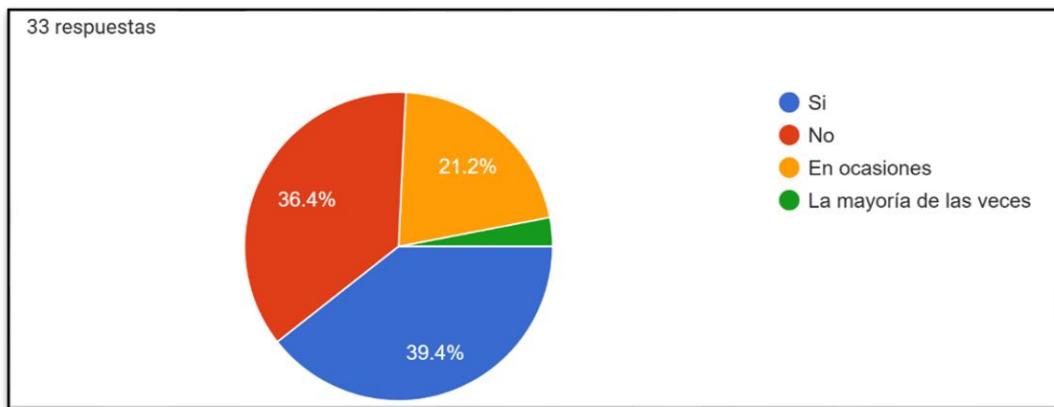
6. ¿Crees que el nivel de estrés o preocupación por los estudios es más alto de lo que puedes manejar? (Ver gráfico 6)

**Gráfico 6***Evaluación de la Carga de Estrés Académico*

*Nota.* Elaboración Propia. Evaluación de la Carga de Estrés Académico. Formulario de Google. Merly Calderón. 03/10/2025

La encuesta lanza una fuerte señal de alarma sobre la presión académica, la cual, vista a través de la teoría de Richard Lazarus, nos dice que casi nueve de cada diez personas sienten que el estrés por los estudios es un problema. Al sumar los datos, vemos que un gran porcentaje (45.5%) se siente "totalmente aplastado", creyendo que la carga es más grande de lo que pueden manejar. Otro grupo enorme (42.4%) está en un tira y afloja, sintiendo que el estrés los supera "a veces". Esto significa que la mayoría de los encuestados está luchando duro por no perder el control, lo que subraya una necesidad urgente de enseñarles mejores trucos para desahogarse y manejar esa presión para que esa sensación de desborde no se convierta en su estado permanente.

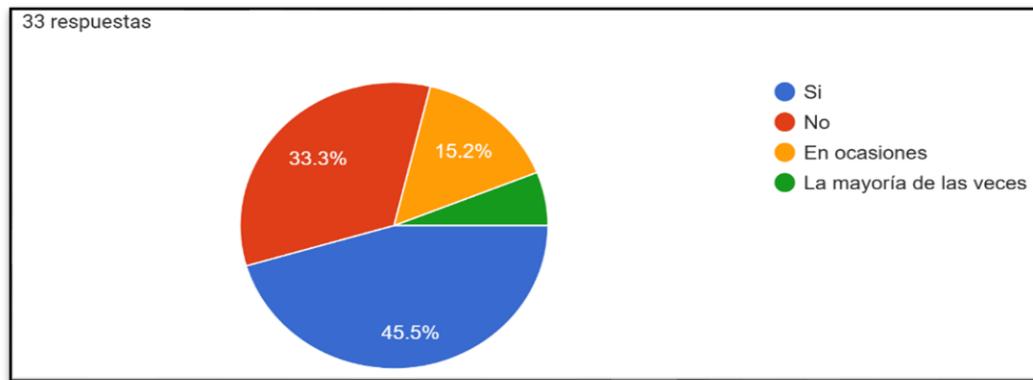
7. ¿Sientes que tienes una persona (amiga o adulta) en el colegio a la que puedes contarle tus problemas? (Ver gráfico 7)

**Gráfico 7***Nivel de Apoyo y Confianza Sentido en el Ambiente Escolar*

*Nota.* Elaboración Propia. Nivel de Apoyo y Confianza Sentido en el Ambiente Escolar.  
Formulario de Google. Merly Calderón. 03/10/2025

Utilizando el marco de Urie Bronfenbrenner, que habla de la importancia de tener apoyo en nuestro entorno (el "Microsistema"), vemos que el sentimiento de no estar solo en el colegio no es universal. Aunque un buen porcentaje (39.4%) se siente bien respaldado y tiene esa persona de confianza para contar sus problemas, el dato más preocupante es que más de un tercio (36.4%) siente que no tiene a nadie en el colegio a quien acudir. Esta ausencia de un adulto o un amigo de confianza crea una sensación de aislamiento y hace que los problemas se sientan más pesados. Además, una cuarta parte (24.3%) tiene un apoyo inestable. El colegio necesita revisar si está cumpliendo con su rol de "red de apoyo", pues muchos estudiantes sienten que están enfrentando sus luchas completamente solos.

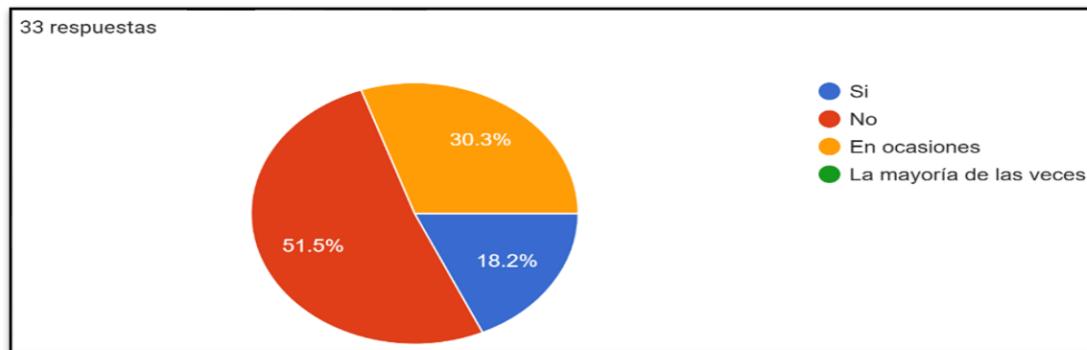
8. ¿Crees que tu rendimiento académico (tus notas) se ve afectado cuando estás preocupada o triste? (**Ver gráfico 8**)

**Gráfico 8***Impacto de las Emociones Negativas en el Rendimiento Académico*

*Nota.* Elaboración Propia. Impacto de las Emociones Negativas en el Rendimiento Académico.  
Formulario de Google. Merly Calderón. 03/10/2025

Visto desde la perspectiva de la psicóloga Sian Beilock, esta encuesta nos confirma que, para la mayoría, la tristeza y la preocupación se convierten en un “ladrón de notas”. Un 51.6% del grupo siente que sus calificaciones bajan porque las preocupaciones son tan intensas que “roban” el espacio mental que deberían usar para concentrarse y estudiar. Esto significa que más de la mitad ve sus emociones negativas como un saboteador constante. Si a esto le sumamos el 15.2% que se afecta “En ocasiones”, vemos que casi siete de cada diez personas experimentan la interferencia emocional en sus estudios. Aunque un 33.3% logra evitar esta interferencia, la encuesta nos da como resultado la necesidad urgente de enseñar a la gran mayoría de los estudiantes a manejar y “limpiar” ese desorden mental para que puedan usar toda su capacidad en el desempeño académico.

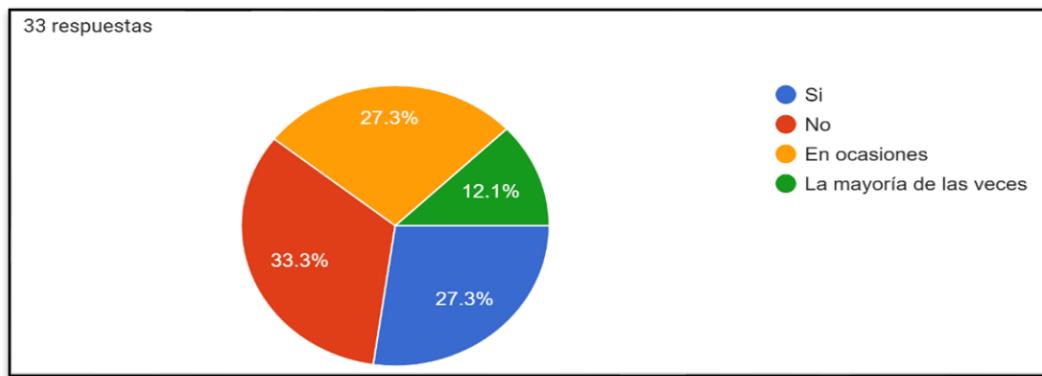
9. ¿Algún profesor o profesora te ha enseñado a propósito cómo controlar mejor tus emociones difíciles? (Ver gráfico 9)

**Gráfico 9***Enseñanza de Herramientas Emocionales por el Docente*

*Nota.* Elaboración Propia. Enseñanza de Herramientas Emocionales por el Docente. Formulario de Google. Merly Calderón. 03/10/2025

El gráfico muestra una oportunidad perdida en la educación, según la teoría de Albert Bandura, que enfatiza la importancia de aprender observando. La mayoría de los estudiantes no está recibiendo la enseñanza explícita sobre cómo manejar emociones. La mitad exacta (51.5%) dice que ningún profesor les ha enseñado intencionalmente cómo manejar las emociones difíciles, dejándolos sin las "instrucciones" claras que necesitan. Si sumamos a quienes solo reciben esa ayuda "en ocasiones" (30,3%), vemos que tres de cada cuatro estudiantes no reciben una enseñanza estable sobre cómo ser emocionalmente fuertes. Esto significa que, si bien el 18,2% sí se beneficia de esta enseñanza directa, la gran mayoría está aprendiendo a prueba y error y necesita que los profesores se conviertan en modelos activos que les muestren, paso a paso, cómo calmarse y manejar su mundo interior.

10. ¿Te sientes lo suficientemente fuerte para enfrentar los desafíos que te esperan en el futuro? (Ver gráfico 10)

**Gráfico 10***Sentimiento de Fortaleza y Preparación ante el Futuro*

*Nota.* Elaboración Propia. Sentimiento de Fortaleza y Preparación ante el Futuro.  
Formulario de Google. Merly Calderón. 03/10/2025

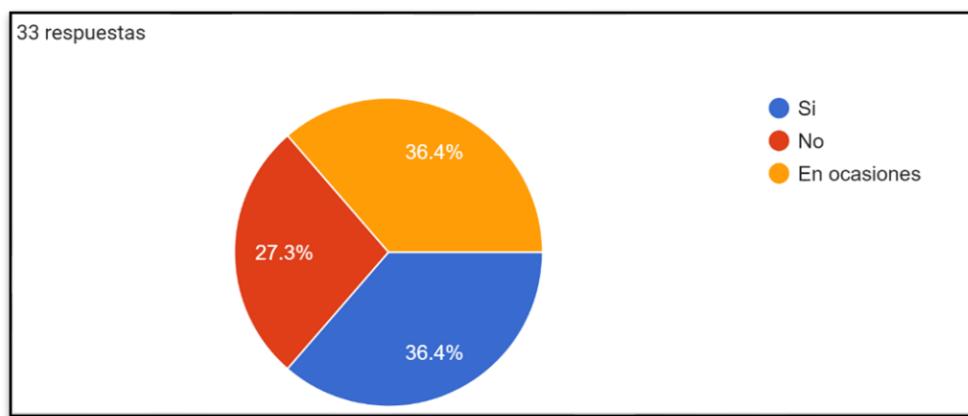
El análisis de la pregunta sugiere una perspectiva predominantemente insegura con respecto a la capacidad personal. La vulnerabilidad generalizada queda subrayada por el hecho de que la respuesta más alta es la negativa, que obtuvo un 33.3%. Al sumar este grupo con aquellos que sienten esta fortaleza solo "En ocasiones" (27.3%), se evidencia que una clara mayoría del 60.6% de Las estudiantes encuestadas no se siente consistentes o completamente preparadas. Por otro lado, la minoría que sí se siente fuerte o "La mayoría de las veces" preparada alcanza el 39.4% (compuesto por un 27.3% que dijo "Sí" y un 12.1% que dijo "La mayoría de las veces"). Este dato es fundamental para cualquier acción de seguimiento, pues apunta a la necesidad de implementar programas o estrategias dirigidas a mejorar la autoconfianza, fomentar la resiliencia y asegurar que los individuos perciban que cuentan con los recursos necesarios para enfrentar el futuro de manera más firme y consistente.

## Soporte De Análisis De La Encuesta Anterior Principal

**Encuesta padres de familias.** 1. Cuando su hija tiene un problema, ¿es común que se aísla o se encierre en sí misma? (Ver gráfico 11)

**Gráfico 11**

*Comportamiento de Aislamiento de las Hijas al Enfrentar un Problema*



*Nota.* Elaboración Propia. Comportamiento de Aislamiento de las Hijas al Enfrentar un Problema. Formulario de Google. Merly Calderón. 03/10/2025

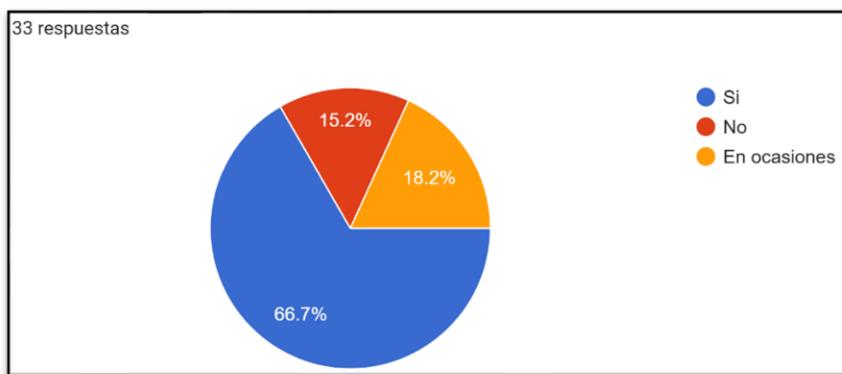
El análisis de los resultados indica que el comportamiento de aislamiento es la respuesta dominante o frecuente ante los problemas. La respuesta "Sí" (aislamiento común) y "En Ocasiones" obtuvieron la misma proporción, ambas con un 36.4% de las respuestas cada una. Sumadas, las respuestas afirmativas o parciales ("Sí" y "En Ocasiones") representan un contundente 72.8% de los casos, lo que significa que casi tres cuartas partes de las hijas muestran algún grado de aislamiento cuando enfrentan dificultades. Por otro lado, solo un 27.3% de los encuestados respondió "No", sugiriendo que la comunicación abierta no es el comportamiento predominante. Estos hallazgos implican una necesidad de intervención centrada en fomentar la comunicación y

desarrollar habilidades de afrontamiento y regulación emocional para ayudar a las hijas a manejar sus problemas sin recurrir al aislamiento.

2. ¿Siente que su hija tiene la confianza de contarle sus preocupaciones sin temor a ser juzgada? (**Ver gráfico 12**)

**Gráfico 12**

*Nivel de Confianza de la Hija para Expresar Preocupaciones*



*Nota.* Elaboración Propia. Nivel de Confianza de la Hija para Expresar Preocupaciones.  
Formulario de Google. Merly Calderón. 03/10/2025

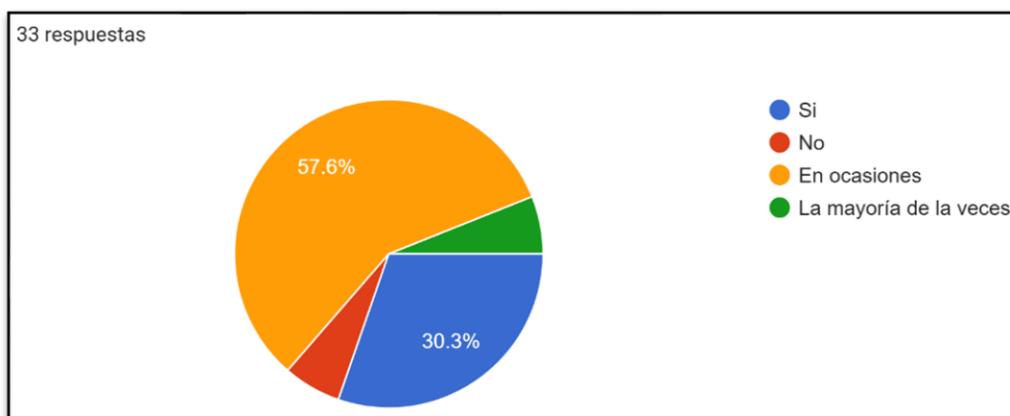
El gráfico refleja una base de confianza sólida en la mayoría de las familias, con un 66.7% de los padres sintiendo que sus hijas se abren sin temor a ser juzgadas, lo cual es un indicador maravilloso de una relación sana. No obstante, existe un llamado a la acción: el 33.3% restante (compuesto por un 18.2% con comunicación inconsistente y un 15.2% con barreras claras) subraya la necesidad de un esfuerzo continuo en la escucha activa y no crítica. En resumen: la confianza prevalece, pero mantener un canal de diálogo siempre abierto sigue siendo el reto clave para un tercio de los encuestados.

3. ¿Cree que su hija aprende de sus errores o le da vueltas al fracaso por mucho tiempo?

(Ver gráfico 13)

**Gráfico 13**

*El Manejo del Error*



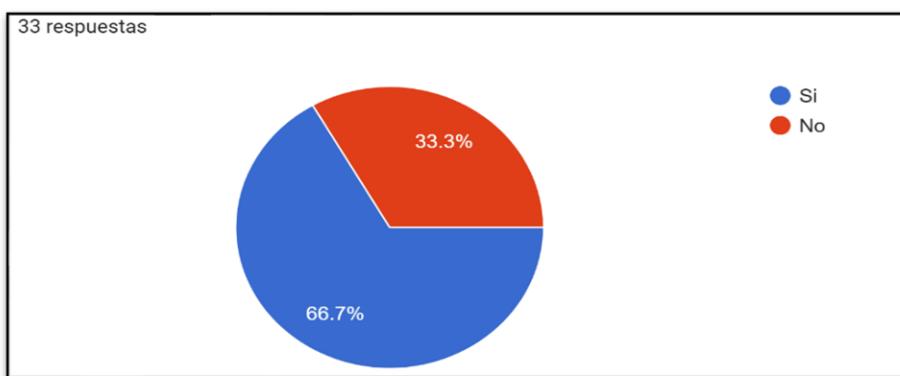
*Nota.* Elaboración Propia. El Manejo del Error. Formulario de Google. Merly Calderón.  
03/10/2025

El gráfico sobre la gestión del error muestra que la inconstancia es el patrón dominante. Una amplia mayoría de los padres (57.6%) percibe que sus hijas solo aprenden de los errores "en ocasiones," indicando que la resiliencia no es una respuesta automática. En el lado positivo, un significativo 36.4% (30.3% "Sí" y 6.1% "La mayoría de las veces") afirma que sus hijas sí logran transformar el error en aprendizaje. Finalmente, un pequeño 6.1% de las hijas parece caer en la "Rumiaación," deteniéndose demasiado tiempo en el fracaso. El principal reto es lograr que las hijas pasen de aprender solo "a veces" a adoptar una mentalidad de crecimiento consistente.

4. ¿Ha tenido que ayudar a su hija a resolver conflictos que tiene con sus compañeras fuera de casa? (**Ver gráfico 14**)

**Gráfico 14**

*Grado de Asistencia Parental en Conflictos con Compañeras*



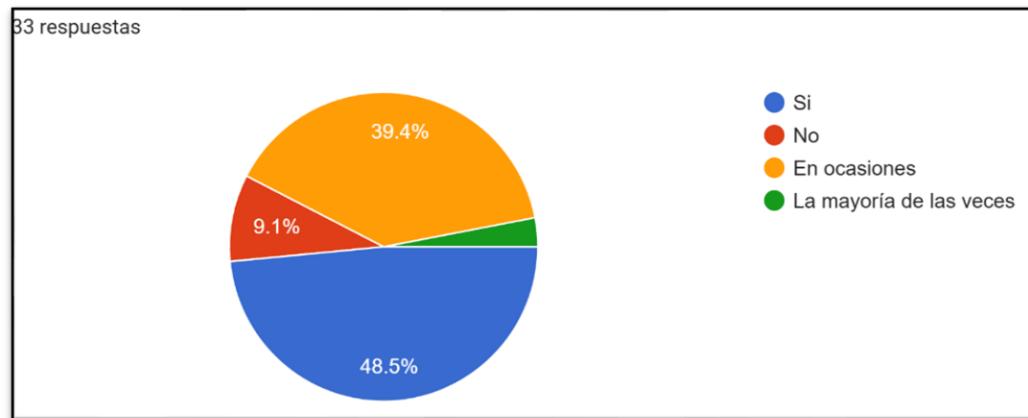
*Nota.* Elaboración Propia. Grado de Asistencia Parental en Conflictos con Compañeras. Formulario de Google. Merly Calderón. 03/10/2025

El gráfico muestra que el apoyo parental en la resolución de conflictos sociales es la norma, con un claro 66.7% de los padres afirmando haber tenido que ayudar a sus hijas a resolver problemas con compañeras fuera de casa. Este alto porcentaje subraya el rol activo de los padres como mediadores o guías en el desarrollo de las habilidades sociales. El 33.3% restante indica que sus hijas manejan estos conflictos con mayor autonomía, ya sea porque han desarrollado fuertes habilidades de autogestión o porque los conflictos han sido menores o no reportados. En síntesis: dos de cada tres padres participan activamente para ayudar a sus hijas a navegar sus relaciones sociales.

5. ¿Observa que su hija se recupera rápidamente después de un momento difícil o una desilusión? (**Ver gráfico 15**)

**Gráfico 15**

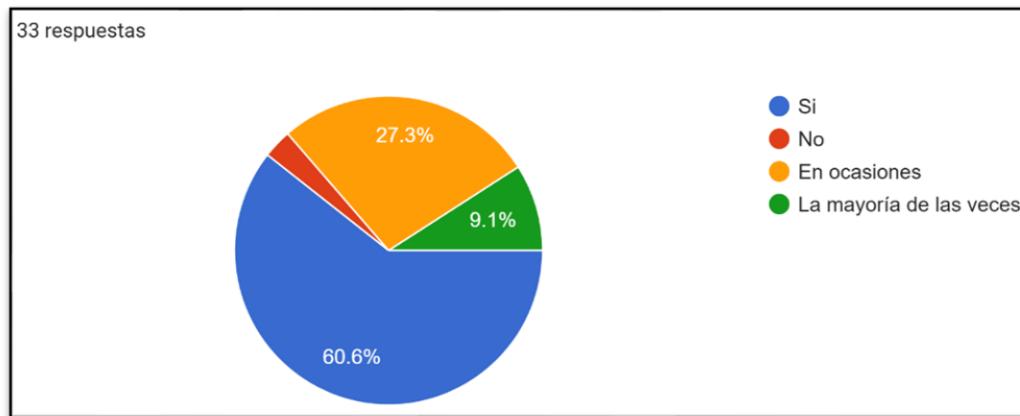
*Medición de la Capacidad de la Hija para Superar Momentos Difíciles.*



*Nota.* Elaboración Propia. Mediación de la Capacidad de la Hija para Superar Momentos Difíciles. Formulario de Google. Merly Calderón. 03/10/2025

El análisis de la percepción parental indica que la relación padre/madre-hija se caracteriza por una sólida base de apoyo y confianza, siendo el 66.7% de los padres un mediador activo en los conflictos de sus hijas y sintiendo que ellas se abren sin temor al juicio. Sin embargo, el principal desafío se centra en la consistencia de la autonomía emocional y la resiliencia. Casi el 60% de los padres reporta que sus hijas solo logran aprender de los errores (57.6%) y recuperarse rápidamente de las desilusiones (39.4%) "en ocasiones." En esencia, las hijas confían en sus padres y tienen la capacidad de ser resilientes, pero necesitan fortalecer esa habilidad para que sea sistemática, en lugar de ser una respuesta emocional inconsistente.

6. ¿Usted le enseña con ejemplos o con conversaciones cómo enfrentar los problemas de la vida? (Ver gráfico 16)

**Gráfico 16***Frecuencia de Enseñanza Parental de Estrategias para la Vida*

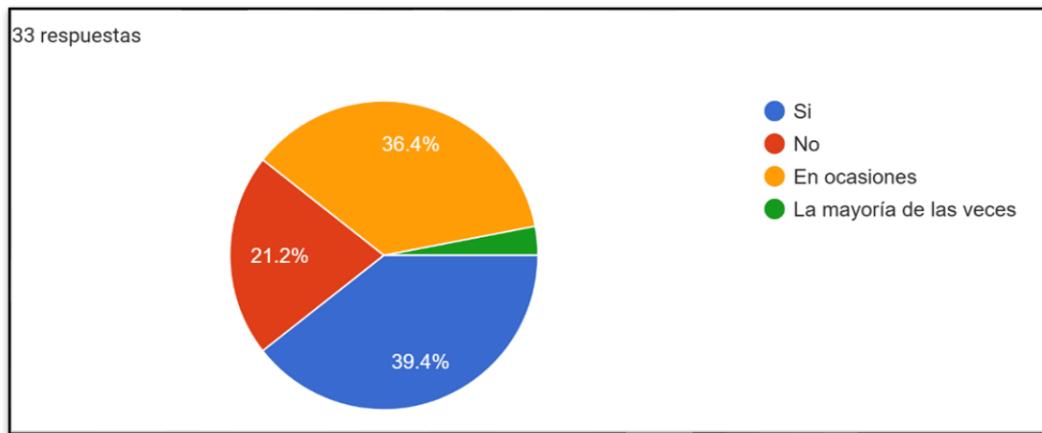
*Nota.* Elaboración Propia. Frecuencia de Enseñanza Parental de Estrategias para la vida.  
Formulario de Google. Merly Calderón. 03/10/2025

La encuesta muestra que la relación padre/madre-hija es fuerte y activa: la confianza es alta (66.7%) y la guía parental es constante, con un 66.7% de los padres mediando en conflictos y un 69.7% enseñando proactivamente estrategias para la vida. No obstante, el principal desafío se centra en la consistencia de la autonomía emocional de las hijas. A pesar de la enseñanza activa, la mayoría reporta que sus hijas solo logran aprender de sus errores (57.6%) y recuperarse rápidamente de las desilusiones (39.4%) "en ocasiones." En conclusión, los padres son excelentes guías, pero la tarea pendiente es que las hijas logren interiorizar y aplicar la resiliencia de manera sistemática para que el aprendizaje no sea solo una respuesta esporádica.

7. ¿Ha notado que su hija se desmotiva fácilmente, lo que ha afectado sus responsabilidades o notas? (Ver gráfico 17)

**Gráfico 17**

*Impacto de la Desmotivación en las Responsabilidades y Notas de la Hija*



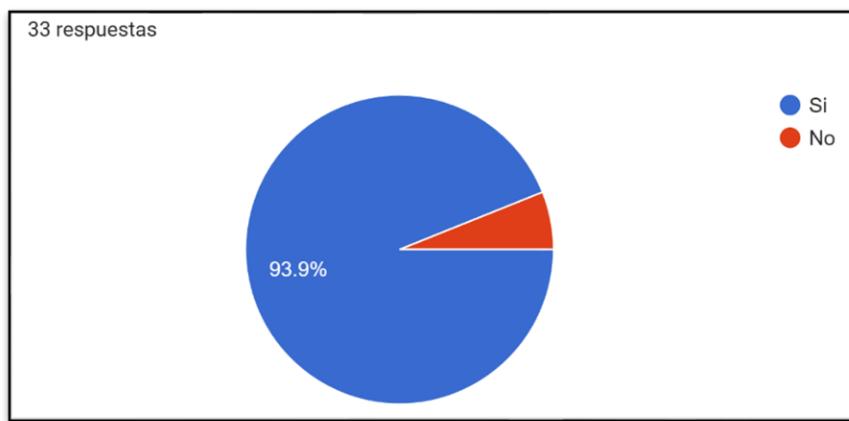
*Nota.* Elaboración Propia. Impacto de la Desmotivación en las Responsabilidades y Notas de la Hija. Formulario de Google. Merly Calderón. 03/10/2025

Según el análisis de la encuesta la relación padre/madre-hija es fuerte, marcada por una alta confianza (66.7%) y un rol parental proactivo y constante en la mediación de conflictos y la enseñanza de estrategias para la vida (3%). Sin embargo, el reto principal es la consistencia de la resiliencia: la mayoría de las hijas solo aprenden de errores (57.6%) y se recuperan de desilusiones (39.4%) "en ocasiones." Esta inconsistencia facilita la desmotivación (39.4%) que afecta directamente su rendimiento. El objetivo es que las hijas logren transformar esta guía parental en una autonomía emocional sistemática.

8. ¿Siente que su hogar es un lugar donde su hija puede fallar y se siente igualmente aceptada y apoyada? (Ver gráfico 18)

**Gráfico 18**

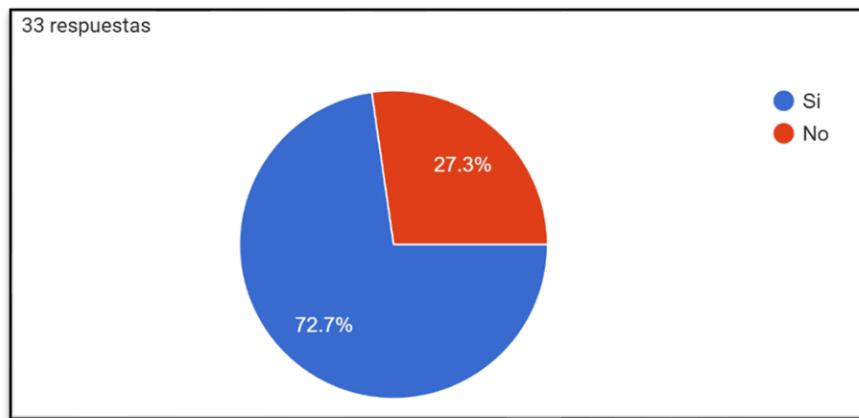
*Representación del Hogar como Espacio de Aceptación y Apoyo ante el Fracaso*



*Nota.* Elaboración Propia. Representación del Hogar como Espacio de Aceptación y Apoyo ante el Fracaso. Formulario de Google. Merly Calderón. 03/10/2025

El gráfico sobre la aceptación ante el fracaso es el más contundente: el 93.9% de los padres siente que su hogar es un espacio seguro donde su hija es totalmente aceptada y apoyada aun cuando comete errores. La mayoría confirma la existencia de un ambiente de amor incondicional. Solo un 6.1% de los padres indicó que (No) se percibe así, señalando un área de riesgo donde el fracaso puede asociarse a juicio o retirada de apoyo.

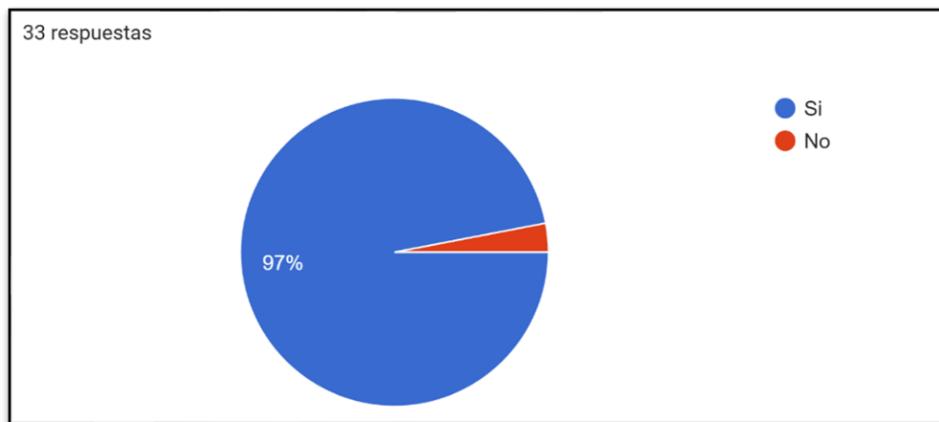
9. ¿Le preocupa el nivel de frustración o tristeza que maneja su hija en esta etapa de la adolescencia? (**Ver gráfico 19**)

**Gráfico 19***Nivel de Preocupación Parental por la Frustración y Tristeza de su Hija*

*Nota.* Elaboración Propia. Nivel de Preocupación Parental por la Frustración y Tristeza de su Hija. Formulario de Google. Merly Calderón. 03/10/2025

El gráfico sobre la frustración/tristeza adolescente muestra que el bienestar emocional es la principal inquietud de los padres. Una mayoría contundente (72.7%) respondió "Sí," indicando una preocupación activa por el nivel de emociones negativas que manejan sus hijas. El 27.3% restante no expresa esta preocupación, lo que sugiere que perciben que el manejo emocional de su hija es adecuado. Este hallazgo enfatiza la necesidad de herramientas para la gestión de la frustración, dado que es un tema de alta prioridad para la mayoría de las familias.

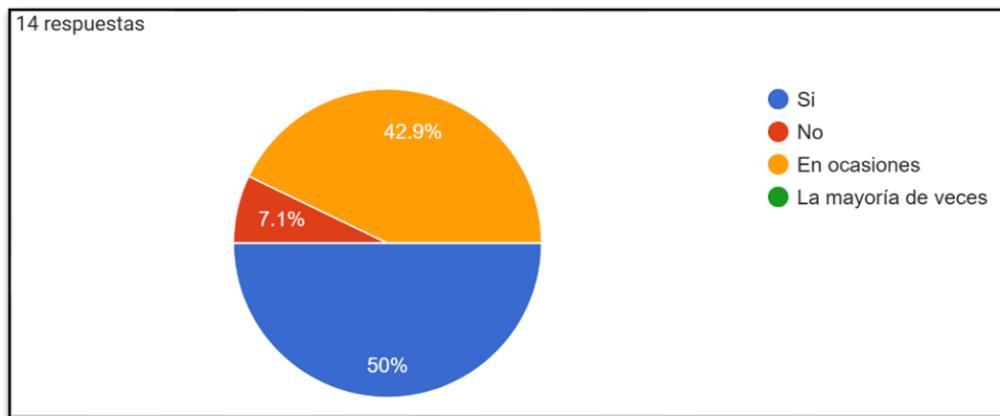
10. ¿Estaría de acuerdo en que el colegio ofrezca talleres o charlas para ayudar a su hija a ser más fuerte ante los problemas? (**Ver gráfico 20**)

**Gráfico 20***Apoyo a la Implementación de Programas Escolares de Resiliencia*

*Nota.* Elaboración Propia. Apoyo a la Implementación de Programas Escolares de Resiliencia. Formulario de Google. Merly Calderón. 03/10/2025

El gráfico muestra una aprobación casi total (97%) de los padres a favor de que el colegio ofrezca talleres o charlas para fortalecer la resiliencia de sus hijas. Este resultado es la validación final de la necesidad de apoyo y el reconocimiento de que la escuela debe ser una aliada clave en el desarrollo socioemocional. En cambio, un total bajo de votos de los padres quieren una educación integral que aborde activamente el manejo de problemas, con una oposición mínima del 3%.

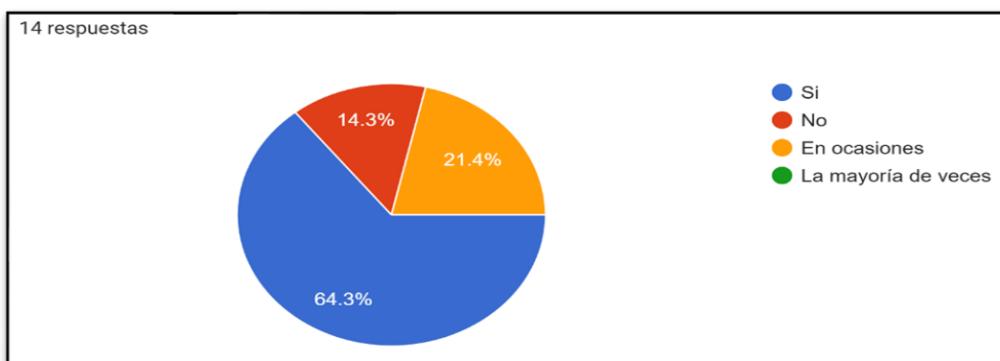
**Encuesta De Docentes 1.** ¿Observa que las estudiantes del grado 801 suelen bloquearse o paralizarse cuando enfrentan un reto académico difícil? (**Ver gráfico 21**)

**Gráfico 21***Evaluación de la Ansiedad de Rendimiento Académico del Grado 801*

*Nota.* Elaboración Propia. Evaluación de la Ansiedad de Rendimiento Académico del Grado 801. Formulario de Google. Merly Calderón. 03/10/2025

El análisis del bloqueo académico en el Grado 801 muestra que el 50% de los estudiantes se bloquea o paraliza ante retos difíciles, el 42.9% lo hace "En ocasiones," y solo el 7.1% no presenta esta dificultad.

2. ¿Cree que la falta de interés es una actitud común en el aula de clase? (Ver gráfico 22)

**Gráfico 22***Evaluación de la Actitud de Desinterés Común en el Entorno Académico*

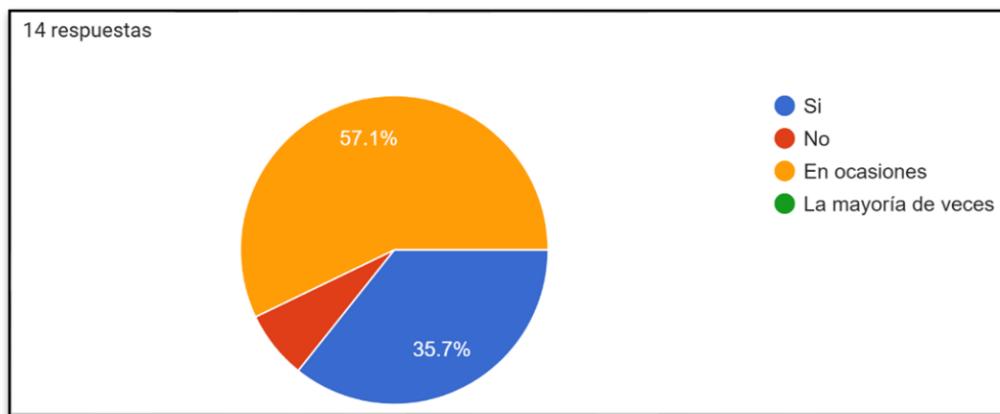
*Nota.* Elaboración Propia. Evaluación de la Actitud de Desinterés Común en el Entorno Académico. Formulario de Google. Merly Calderón. 03/10/2025

La falta de interés es una actitud percibida como muy común en el aula, con una mayoría abrumadora del 85.7% que la observa de forma regular (64.3% "Sí") o intermitente (21.4% "En ocasiones"). Esta prevalencia subraya que el desinterés no es la excepción, sino la regla. Solo el 14.3% de los encuestados considera que el interés no es un problema habitual ("No"), lo que indica una necesidad urgente de estrategias de motivación.

3. ¿Interviene a menudo en el grado 801 para resolver discusiones o conflictos entre las estudiantes? (**Ver gráfico 23**)

**Gráfico 23**

*Nivel de Intervención en Conflictos del Grado 801*



*Nota.* Elaboración Propia. Nivel de Intervención en Conflictos del Grado 801. Formulario de Google. Merly Calderón. 03/10/2025

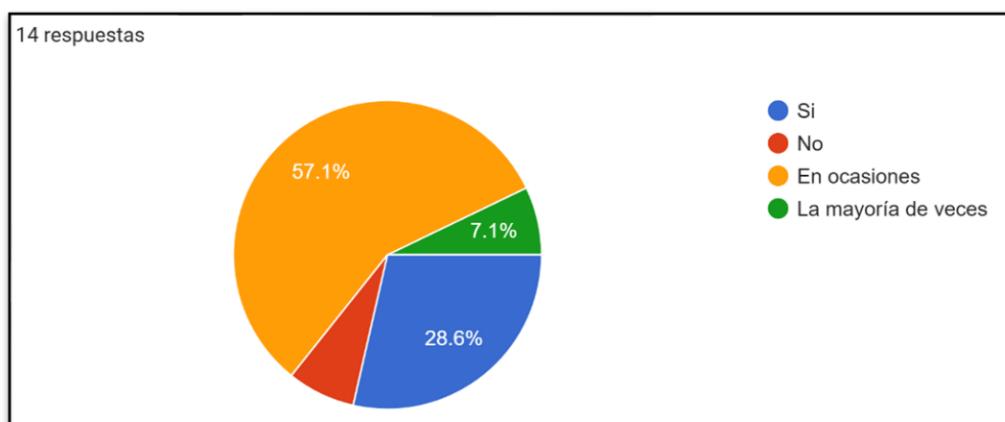
Según la información que nos da la gráfica, resolver conflictos en el Grado 801. Nos da como respuesta que esto se compone de un 57.1% de intervenciones "En ocasiones" y un 35.7% que interviene "Sí" (a menudo), lo que señala una alta frecuencia de conflictos que demandan la

atención del adulto. Solo el 7.1% respondió "No," lo que indica una baja autonomía de las estudiantes para resolver sus propias disputas.

4. ¿Ha notado que cuando una estudiante del grado 801 falla, le cuesta mucho trabajo volver a enfocarse y seguir adelante? (**Ver gráfico 24**)

**Gráfico 24**

*Evaluación de la Persistencia y Enfoque Post-Fallo en el Grado 801*



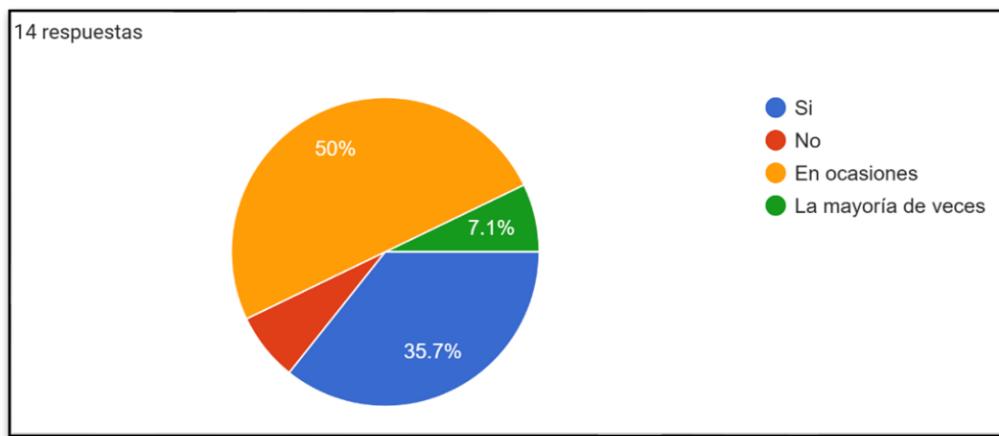
*Nota.* Elaboración Propia. Evaluación de la Persistencia y Enfoque Post-Fallo en el Grado 801. Formulario de Google. Merly Calderón. 03/10/2025

La persistencia y capacidad de re-enfoque de las estudiantes del Grado 801 después de un fallo es un desafío generalizado: una mayoría abrumadora (92.8%) nota que les cuesta trabajo seguir adelante, siendo la dificultad observada "En ocasiones" por el 57.1% y como un problema habitual ("Sí") por el 28.6%. Este alto porcentaje indica que el fracaso tiene un fuerte efecto paralizante, consumiendo energía y tiempo de la estudiante. Solo una minoría del 7.1% logra reenfocarse rápidamente.

5. ¿Considera que la falta de control emocional de algunas estudiantes afecta el ambiente positivo de la clase? (**Ver gráfico 25**)

**Gráfico 25**

*Evaluación de la Influencia del Descontrol Emocional en el Clima de Clase*



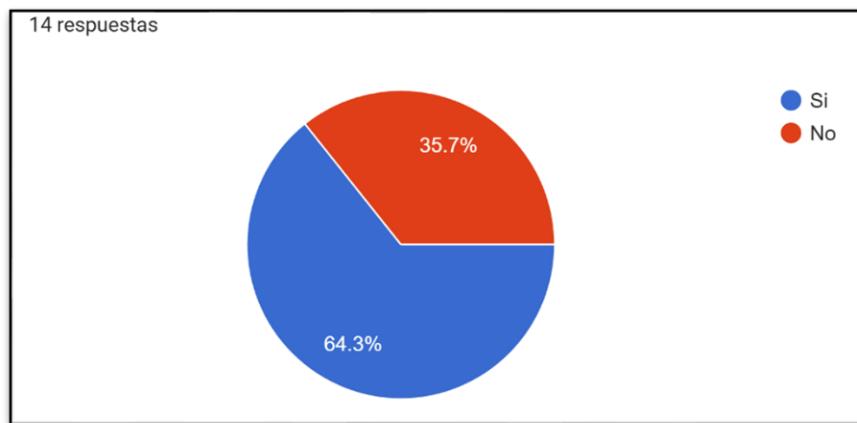
*Nota.* Elaboración Propia. Evaluación de la Influencia del Descontrol Emocional en el Clima de Clase. Formulario de Google. Merly Calderón. 03/10/2025

El gráfico revela que la falta de control emocional es un factor que afecta negativamente el ambiente de la clase de forma regular o intermitente, sumando un 92.8% de preocupación. Esta afectación es observada "En ocasiones" por el 50% y como habitual ("Sí") por el 35.7%, lo que demuestra que la inestabilidad emocional es un obstáculo constante para el clima positivo. Solo el 7.1% lo percibe como un problema casi constante y un 7.1% como no afectante. El principal reto en el Grado 801 es la gestión de estas emociones, dada su influencia en la convivencia.

6. ¿Siente que, como docente, tiene las herramientas adecuadas para enseñar a los estudiantes a manejar sus frustraciones? (**Ver gráfico 26**)

**Gráfico 26**

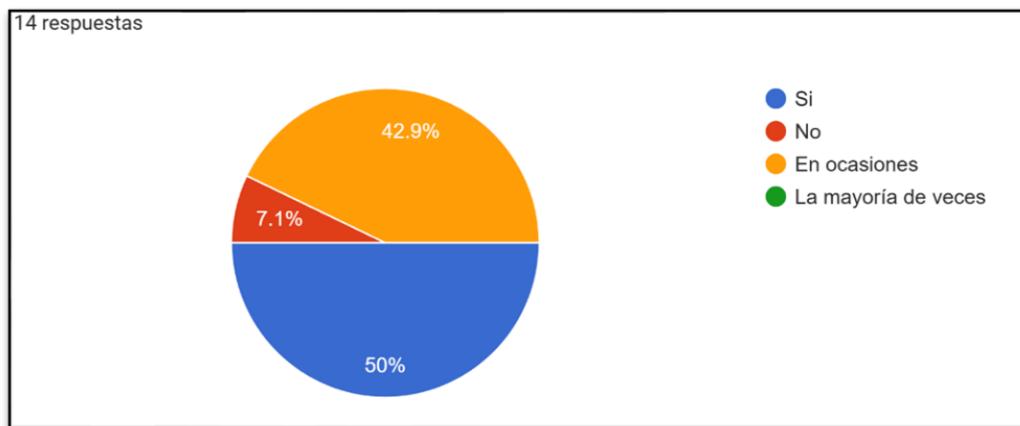
*Disponibilidad Percibida de Herramientas Pedagógicas para la Frustración*



*Nota.* Elaboración Propia. Disponibilidad Percibida de Herramientas Pedagógicas para la Frustración. Formulario de Google. Merly Calderón. 03/10/2025

La autoevaluación docente sobre el manejo de la frustración muestra que la mayoría (64.3%) se siente capacitada y con herramientas suficientes para enseñar a manejarla. Sin embargo, el 35.7% restante respondió "No," lo que revela una brecha significativa de capacitación donde más de un tercio de los docentes carece de los recursos o habilidades pedagógicas necesarias, haciendo evidente la urgente necesidad de formación en gestión emocional.

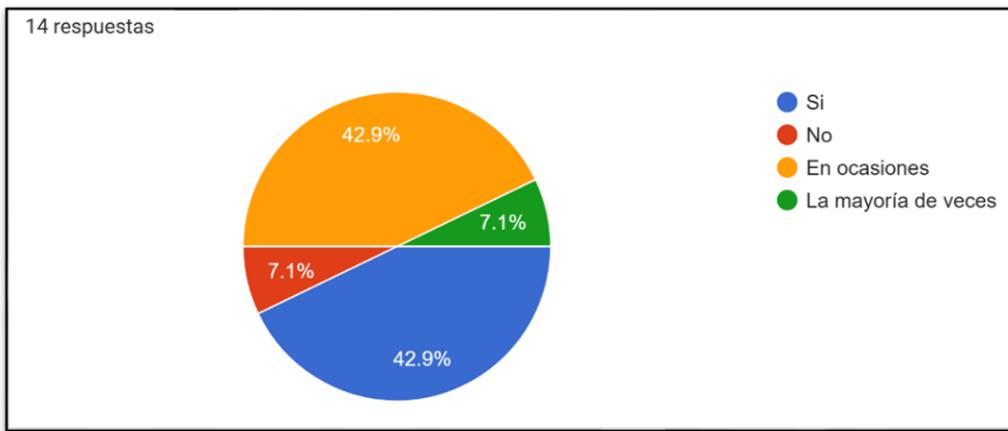
7. ¿Cree que la mayoría de los estudiantes del grado 801 aprenden de sus errores en lugar de hundirse por ellos? (**Ver gráfico 27**)

**Gráfico 27***Frecuencia del Aprendizaje Constructivo a Partir de Errores*

*Nota.* Elaboración Propia. Frecuencia del Aprendizaje Constructivo a Partir de Errores.  
Formulario de Google. Merly Calderón. 03/10/2025

La mayor parte de los 14 encuestados percibe de manera positiva que las estudiantes del grado 801 aprenden de sus errores, con un 50% afirmando que Sí lo hacen y un 42.9% que lo hacen "En ocasiones", lo que suma un 92.9% con una visión optimista o esperanzadora del aprendizaje a partir del error.

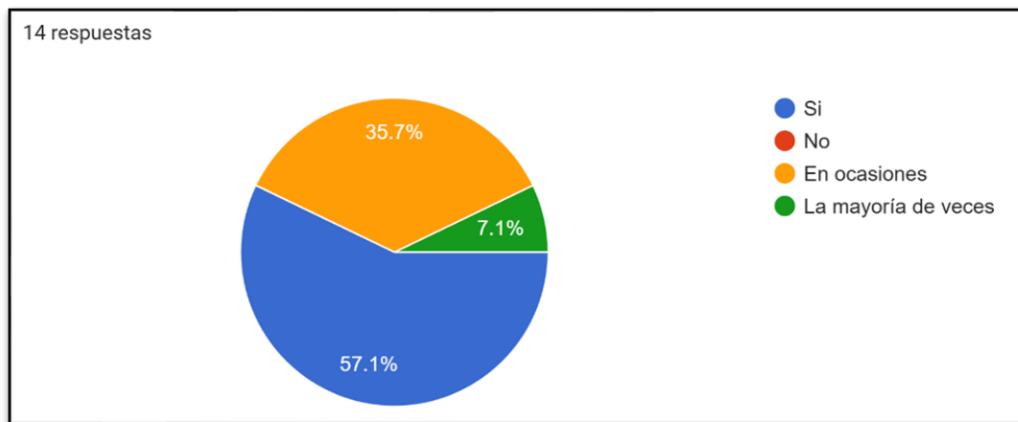
8. ¿Considera que la institución prioriza el desarrollo de la resiliencia y habilidades socioemocionales? (**Ver gráfico 28**)

**Gráfico 28***Prioridad en Habilidades Socioemocionales*

*Nota.* Elaboración Propia. Prioridad en Habilidades Socioemocionales. Formulario de Google. Merly Calderón. 03/10/2025

Las opiniones sobre si la institución prioriza el desarrollo de la resiliencia y habilidades socioemocionales están divididas: un 42.9% responde que Sí y otro 42.9% que "En ocasiones", lo que significa que la mayoría (85.8%) percibe algún nivel de priorización, pero la mitad de ellos la considera inconsistente, con solo pequeñas minorías (7.1% cada una) diciendo "La mayoría de veces" o "No".

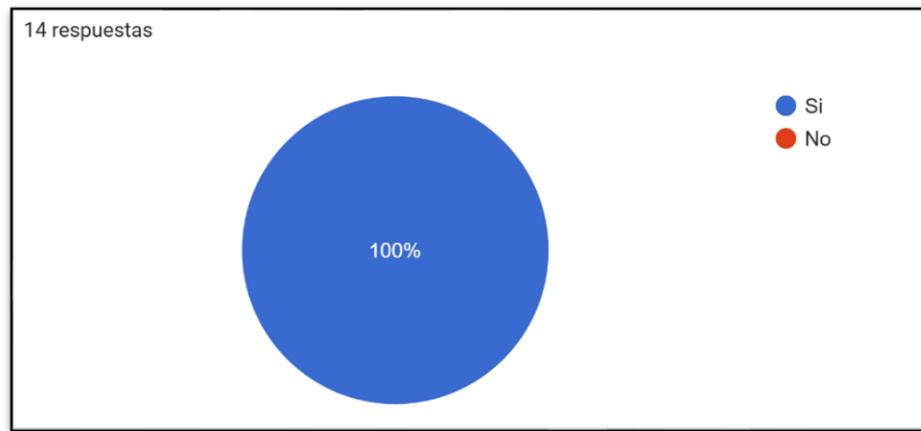
9. ¿Ha observado que las estudiantes con mejores resultados son también las que mejor manejan sus emociones? (**Ver gráfico 29**)

**Gráfico 29***Manejo Emocional y Éxito Académico*

*Nota.* Elaboración Propia. Manejo Emocional y Éxito Académico. Formulario de Google.  
Merly Calderón. 03/10/2025

La mayoría de los encuestados perciben una correlación positiva entre el rendimiento académico y la gestión emocional, con el 57.1% afirmando que Sí ha observado que las estudiantes con mejores resultados son las que mejor manejan sus emociones, mientras que un 35.7% indica que esto ocurre "En ocasiones" y un 7.1% "La mayoría de veces", sin que nadie respondiera "No"; en total, un 100% de las respuestas sugieren al menos una conexión ocasional.

10. ¿Cree que al fortalecer la resiliencia se reducirían significativamente los problemas de convivencia en el grado? (**Ver gráfico 30**)

**Gráfico 30***Impacto de la Resiliencia en la Convivencia*

*Nota.* Elaboración Propia. Impacto de la Resiliencia en la Convivencia. Formulario de Google. Merly Calderón. 03/10/2025

El gráfico muestra que, con 14 respuestas, refleja un consenso total. El 100% de los encuestados respondieron "Sí", lo que indica una creencia unánime en la relación directa y positiva entre el fortalecimiento de la resiliencia de las estudiantes y la reducción significativa de los problemas de convivencia en el grado.

**Conclusiones parciales**

Las encuestas muestran que las estudiantes del Grado 801 están experimentando una carga emocional y académica crítica que afecta su rendimiento y convivencia. La principal conclusión es la inconsistencia en sus habilidades de afrontamiento: son capaces de superarse, pero no lo hacen

de forma sistemática ante las dificultades, lo que es agravado por la falta de enseñanza explícita de estas herramientas en el aula.

La perspectiva de los docentes y padres actúa como validación externa, confirmando que los problemas de bloqueo, desmotivación, falta de control emocional y desborde por estrés reportados por las alumnas son comportamientos visibles y frecuentes.

Las tendencias más claras surgen de la coincidencia y la alta concentración de respuestas en puntos críticos: (**Ver tabla 1**)

**Tabla 1**

*Recolección de datos tendencias más claras*

Tendencia Clara	Estudiantes	Docentes	Padres
<b>Estrés Académico Crítico y Bloqueo</b>	<b>87.9%</b> siente que el estrés las supera. (Gráfico 6)	<b>92.9%</b> observa bloqueo o paralización ante retos. (Gráfico 21)	<b>72.7%</b> está preocupado por la frustración/tristeza de su hija. (Gráfico 19)
<b>Dificultad en la</b>	<b>78.8%</b> es mala o inestable	<b>92.8%</b> cree que la falta de	<b>72.8%</b> de las hijas se aísla o

Tendencia Clara	Estudiantes	Docentes	Padres
<b>Autorregulación (Rabia/Conflicto)</b>	para manejar la rabia. (Gráfico 4)	control emocional afecta el clima de clase. (Gráfico 25)	encierra con problemas. (Gráfico 11)
<b>Necesidad de Enseñanza Emocional Explícita</b>	81.8% no recibe enseñanza constante de control emocional. (Gráfico 9)	100% cree que fortalecer la resiliencia reduciría problemas de convivencia. (Gráfico 30)	97% aprueba talleres o charlas de resiliencia en el colegio. (Gráfico 20)
<b>Impacto de Emociones en Rendimiento</b>	51.6% ve sus notas afectadas por preocupaciones. (Gráfico 8)	100% de los docentes observa al menos una conexión ocasional entre buen manejo emocional y mejores resultados. (Gráfico 29)	39.4% de las hijas se desmotiva fácilmente afectando notas. (Gráfico 17)

Nota. Elaboración Propia. Recolección de datos tendencias más claras. Merly Calderón.

06/10/2025

**Vulnerabilidad y Estrés Crítico.** Casi 9 de cada 10 estudiantes se sienten aplastadas por la carga académica o superadas en ocasiones (Gráfico 6), lo que se relaciona con el bloqueo ante retos (92.9% según docentes, Gráfico 21) y con que la tristeza "les gana" casi siempre a un 21.2% (Gráfico 2).

**Baja Autorregulación Emocional.** La inestabilidad para manejar la rabia y la frustración es muy alta. El 78.8% es malo o inestable para controlar la rabia (Gráfico 4), y el 36.4% cede al impulso de rendirse ante la frustración (Gráfico 3). Esto contamina el ambiente de clase, según el 92.8% de los docentes.

**Falta de Enseñanza Formal de Habilidades.** Hay una oportunidad perdida en la educación, ya que el 81.8% de las estudiantes reporta no recibir clases o ayuda constante de los profesores sobre cómo controlar sus emociones (Gráfico 9). Esto es clave, dado que un 35.7% de los docentes también siente que carece de las herramientas para enseñar a manejar la frustración (Gráfico 26).

**Mentalidad de Crecimiento y Confianza Básica.** A pesar de la inestabilidad, la gran mayoría (72.7%) aún cree en su capacidad de levantarse y mejorar después de un error (Gráfico 1), lo que demuestra una base sólida de esperanza y resiliencia potencial.

**Apoyo Familiar Incondicional.** El hogar es un espacio seguro. Un abrumador 93.9% de los padres asegura que su hija se siente aceptada y apoyada incluso cuando falla (Gráfico 18). Además, la confianza entre padres e hijas es alta (66.7%, Gráfico 12).

**Voluntad de Intervención por Parte del Colegio.** Existe un consenso total (97% padres, 100% docentes) sobre la necesidad y el valor de que el colegio priorice y ofrezca talleres para fortalecer la resiliencia y el manejo emocional, facilitando la implementación de cualquier programa.

### Discusiones

La evidencia recolectada en este estudio confirma lo planteado en el marco teórico: la resiliencia es una habilidad dinámica que puede fortalecerse mediante experiencias y apoyos del entorno, como lo sostienen Masten (2001) y Rutter (1987). Los resultados demuestran que las estudiantes del grado 801 presentan dificultades significativas para gestionar emociones como la frustración y la rabia, lo cual coincide con la teoría de Goleman (1995), que enfatiza que la falta de autorregulación emocional afecta directamente la convivencia y el desempeño.

Así mismo, se comprobó la relación entre manejo emocional y rendimiento académico, tal como lo evidencian las investigaciones del aprendizaje emocional (Beilock, 2011). En esta investigación, más del 50% de las estudiantes reconocen que sus preocupaciones afectan sus notas, mientras que los docentes observan que quienes mejor controlan sus emociones también tienen mejores resultados académicos. Esto refuerza la importancia del componente emocional dentro del proceso educativo.

En cuanto a lo social, el aislamiento y la baja tolerancia a la frustración generan conflictos interpersonales frecuentes, tema que se relaciona con lo expuesto por Johan Galtung (1990), quien sostiene que la resolución de conflictos requiere habilidades que deben enseñarse y practicarse.

Tanto docentes como padres coinciden en que las estudiantes necesitan fortalecer su capacidad para comunicarse y gestionar diferencias sin intervención adulta constante.

Por otro lado, el apoyo familiar se evidencia como un fuerte factor protector, como lo plantea la teoría de Grotberg (2005). El 93.9% de los padres afirma que sus hijas se sienten aceptadas incluso cuando fallan, lo cual constituye una base emocional positiva para el desarrollo de resiliencia.

Finalmente, se identificó una importante falta de enseñanza explícita en el aula sobre manejo emocional y afrontamiento, lo que resalta la necesidad de estrategias pedagógicas intencionales para formar resiliencia desde la escuela, tal como lo sugiere la Ley 1620 de 2013

## Conclusiones

La investigación establece como primera conclusión irrefutable que el principal obstáculo para el afrontamiento y bienestar de los estudiantes es la inestabilidad para gestionar la rabia y la frustración. Los datos son contundentes: casi ocho de cada diez jóvenes confiesan esta incapacidad, lo que se agrava con el impulso de abandono que afecta a más de un tercio. Esta debilidad emocional no se limita al ámbito personal, sino que tiene un impacto ambiental evidente, ya que la casi totalidad de los docentes reporta que contamina la atmósfera del aula. Por lo tanto, se valida la urgencia de reorientar los esfuerzos pedagógicos hacia la autorregulación emocional.

Como segunda conclusión de peso, el análisis demuestra que la dimensión emocional se ha convertido en el factor limitante más fuerte del rendimiento escolar. Contrario a la creencia de que las notas solo reflejan la inteligencia, el estudio prueba que el estado anímico, especialmente la tristeza o preocupación intensa, tiene un efecto directo y perjudicial en la concentración y la memoria, confirmado por más de la mitad de las jóvenes cuyas calificaciones bajan notablemente. Además, la sensación de estar "aplastada" por el estrés académico en casi la mitad de las estudiantes indica que el ambiente escolar genera parálisis. De ello se deduce que cualquier plan de mejora académica que no integre la dimensión emocional está destinado a un éxito parcial.

El tercer hallazgo fundamental subraya un vacío sistémico: la ausencia de un marco formal y explícito para la enseñanza de las habilidades socioemocionales dentro del currículo. A pesar de que las jóvenes muestran una base sólida de mentalidad de crecimiento, este potencial no se está cultivando metodológicamente. Esto se comprueba en que más de ocho de cada diez estudiantes reportan no recibir guía constante de sus profesores, una omisión que se explica en parte porque

más de un tercio de los docentes admite no poseer la formación ni las herramientas necesarias. La conclusión es clara: la resiliencia debe dejar de ser una expectativa para convertirse en una competencia intencionalmente enseñada, practicada y evaluada, requiriendo una intervención en la formación docente y la planificación curricular.

Finalmente, la investigación identifica un cuarto recurso estratégico invaluable: el apoyo incondicional del hogar como el factor protector más robusto. El entorno familiar se establece como un refugio de seguridad y aceptación, dado que la casi totalidad de los padres asegura que su hija se siente amada y respaldada incluso ante el fracaso. Este capital emocional es la base de confianza más grande que posee la institución. Esta conclusión se articula con el consenso abrumador entre padres y docentes sobre la necesidad de que sea la escuela quien lidere las acciones de fortalecimiento emocional, generando un escenario ideal para la implementación estratégica de futuras recomendaciones.

### **Recomendaciones**

Se recomienda a la directiva institucional explorar la viabilidad de un proyecto de investigación-acción enfocado en el diseño de un Marco Curricular para la Resiliencia. Este marco deberá centrarse en la Autorregulación Emocional y la Tolerancia a la Frustración, dada su alta debilidad entre los estudiantes.

Un ejemplo de ello es que la investigación debe buscar cómo se pueden incluir pequeños ejercicios de reflexión guiada después de una actividad difícil, para enseñar a los jóvenes a nombrar y manejar su frustración.

Se sugiere la necesidad de investigar las necesidades de formación del cuerpo docente en habilidades socioemocionales, con el fin de determinar un plan de cualificación. Esta investigación es vital para apoyar a más de un tercio de los profesores que no tienen las herramientas, empoderándolos para que puedan guiar a los jóvenes.

Se recomienda investigar estrategias pedagógicas sencillas para fortalecer la figura del docente como apoyo emocional. El objetivo es que la escuela encuentre mecanismos para que los profesores puedan construir vínculos de confianza y reducir la sensación de aislamiento entre los estudiantes.

Se sugiere diseñar una línea de investigación enfocada en la articulación de la escuela con el hogar. Esta línea deberá orientar a los padres sobre cómo fomentar la autonomía y la

perseverancia en sus hijas, capitalizando la fuerte base de apoyo familiar incondicional que ha sido identificada.

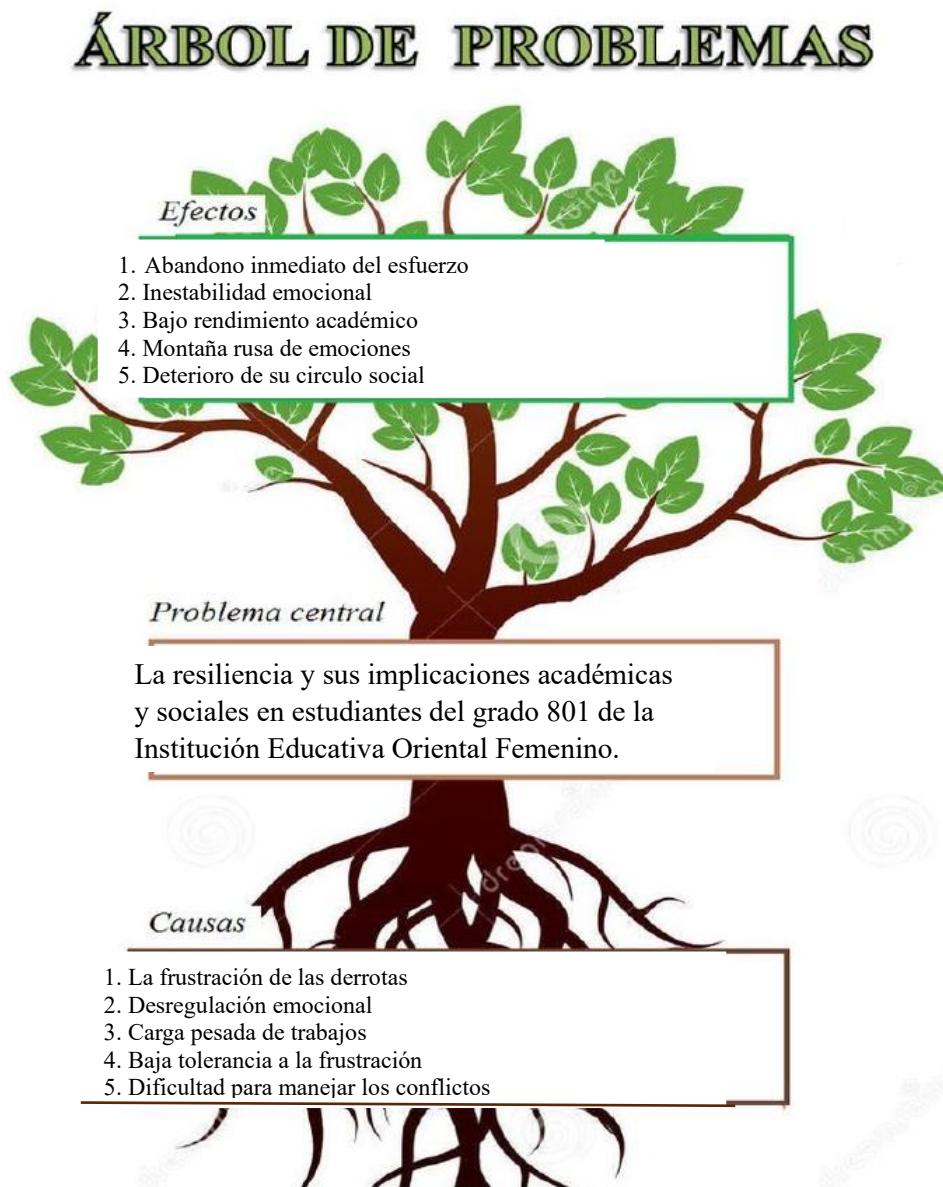
Es fundamental planificar y ejecutar un estudio de carácter longitudinal (de seguimiento) para medir la evolución de la problemática. Esta investigación futura debe tener como meta evaluar la disminución de los índices de inestabilidad emocional y la mejora del rendimiento académico en periodos subsiguientes, validando los hallazgos de este estudio.

### Referencias bibliográficas

- Werner, Emily (1995). Teoría de la resiliencia. Obtenido de [Emmy E. Werner: Pioneer of Resilience Research - persolog Blog](#) (Describe la teoría de la resiliencia como un proceso dinámico y ordinario que se puede aprender y fortalecer)
- Beilock, S. L. (2010). El ladrón de notas. Obtenido de [Why we choke under pressure, according to a cognitive scientist : NPR](#) (El artículo explora por qué las personas a veces fallan bajo presión, según la científica cognitiva Sian Beilock)
- Escobar, J. P. (1991). Constitución Política de Colombia. Obtenido de [Leyes desde 1992 - Vigencia expresa y control de constitucionalidad \[CONSTITUCION POLITICA\\_1991\]](#) (Menciona las leyes de Colombia, derechos y deberes de los estudiantes y adolescentes)
- Goleman, D. (1995). Inteligencia Emocional. Obtenido de [Daniel Goleman y su teoría sobre la inteligencia emocional](#) (Expone como afecta la manera de sobrellevar problemas emocionales el ámbito social)
- Masten, A. S. (2001). Resiliencia, oroceso en desarrollo. Obtenido de [Daniel Goleman y su teoría sobre la inteligencia emocional](#) (Describe el desarrollo de la resiliencia e investigaciones)
- Duckworth, A. L. (2016). Teoria del Grit. Obtenido de [Grit: un componente esencial en la psicología del éxito](#) {Expone sobre esta teoría y sus componentes importantes para la inteligencia emocional}

Galtung, J. (1990) Violencia y paz. Obtenido de [Violence, Peace, and Peace Research - Johan Galtung, 1969](#) (diferenciación muy clara de qué es violencia, qué tipos hay, y qué significa realmente la paz)

Bandura, A. 81977) Teoría aprendizaje social. Obtenido de [La Teoría del Aprendizaje Social de Albert Bandura](#) (Explica que las personas aprenden comportamientos, actitudes y valores observando a otros)

**Anexos****Anexo A.***Árbol del problema*

*Nota.* Elaboración Propia. Merly Calderón, Karol Niño y otros. 10/10/2025

## Anexo B.

## *Cuestionario de las estudiantes*

## **Formulación de preguntas para la encuesta**

2 1. Cuando te equivocas en una tarea o examen, ¿sientes que puedes levantarte y mejorar la próxima vez?

- Si  
No

2. ¿Sientes que en general, tu estado de ánimo es más de tristeza o desánimo que de alegría o motivación?

- Si
  - No
  - En ocasiones
  - A veces

3. Si una situación te frustra mucho, ¿te dan ganas de rendirte o dejar de intentarlo?

- Si
  - No
  - En ocasiones
  - La mayoría de las veces

4. ¿Consideras que eres buena para manejar la rabia y no dejar que afecte tu día o tus relaciones

- Si
- No
- En ocasiones
- La mayoría de las veces

5. Cuando tienes un problema con una compañera, ¿logras hablarlo y encontrar una solución sin ayuda de un adulto?

- Si
- No
- En ocasiones
- La mayoría de las veces

6. ¿Crees que el nivel de estrés o preocupación por los estudios es más alto de lo que puedes manejar?

- Si
- No
- En ocasiones
- La mayoría de las veces

7. ¿Sientes que tienes una persona (amiga o adulta) en el colegio a la que puedes contarle tus problemas?

- Si
- No
- En ocasiones
- La mayoría de las veces

8. ¿Crees que tu rendimiento académico (tus notas) se ve afectado cuando estás preocupada o triste?

- Si
- No
- En ocasiones
- La mayoría de las veces

9. ¿Algún profesor o profesora te ha enseñado a propósito cómo controlar mejor tus emociones difíciles?

- Si
- No
- En ocasiones
- La mayoría de las veces

10. ¿Te sientes lo suficientemente fuerte para enfrentar los desafíos que te esperan en el futuro?

- Si
- No
- En ocasiones
- La mayoría de las veces

*Nota.* Elaboración Propia. Merly Calderón, Karol Niño y otros. 10/10/2025

#### **Anexo C.**

*Aplicación del instrumento a las estudiantes del grado 801*



*Nota.* Elaboración Propia. Aplicación de encuesta grado 801. Merly Calderón, Karol niño y otros. 10/10/2025. Biblioteca de la institución. Tame - Arauca

**Anexo D.***Cuestionario de los docentes***Formulación de preguntas para la encuesta**

1. ¿Observa que las estudiantes del grado 801 suelen bloquearse o paralizarse cuando enfrentan un reto académico difícil?

- Si
- No
- En ocasiones
- La mayoría de veces

2. ¿Cree que la falta de interés es una actitud común en el aula de clase?

- Si
- No
- En ocasiones
- La mayoría de veces

3. ¿Interviene a menudo en el grado 801 para resolver discusiones o conflictos entre las estudiantes?

- Si
- No
- En ocasiones
- La mayoría de veces

4. ¿Ha notado que cuando una estudiante del grado 801 falla, le cuesta mucho trabajo volver a enfocarse y seguir adelante?

- Si
- No
- En ocasiones
- La mayoría de veces

5. ¿Considera que la falta de control emocional de algunas estudiantes afecta el ambiente positivo de la clase?

- Si
- No
- En ocasiones
- La mayoría de veces

6. ¿Siente que, como docente, tiene las herramientas adecuadas para enseñar a los estudiantes a manejar sus frustraciones?

- Si
- No

7. ¿Cree que la mayoría de los estudiantes del grado 801 aprenden de sus errores en lugar de hundirse por ellos?

- Si
- No
- En ocasiones
- La mayoría de veces

8. ¿Considera que la institución prioriza el desarrollo de la resiliencia y habilidades socioemocionales?

- Si
- No
- En ocasiones
- La mayoría de veces

9. ¿Ha observado que las estudiantes con mejores resultados son también las que mejor manejan sus emociones?

- Si
- No

- En ocasiones
- La mayoría de veces

10. ¿Cree que al fortalecer la resiliencia se reducirían significativamente los problemas de convivencia en el grado?

- Si
- No

*Nota.* Elaboración Propia. Merly Calderón, Karol Niño y otros. 10/10/2025

#### **Anexo E.**

##### *Aplicación del instrumento a los docentes*



*Nota.* Elaboración Propia. Aplicación de encuesta a docentes. Merly Calderón, Karol Niño y otros. 10/10/2025. Secretaría de la Institución Educativa Oriental Femenino. Tame-Arauca

**Anexo F.***Cuestionario de los acudientes de las estudiantes de grado 801***Formulación de preguntas para la encuesta**

1. Cuando su hija tiene un problema, ¿es común que se aísla o se encierre en sí misma?

- Si
- No
- En ocasiones

2. ¿Siente que su hija tiene la confianza de contarle sus preocupaciones sin temor a ser juzgada?

- Si
- No
- En ocasiones

3. ¿Cree que su hija aprende de sus errores o le da vueltas al fracaso por mucho tiempo?

- Si
- No
- En ocasiones
- La mayoría de las veces

4. ¿Ha tenido que ayudar a su hija a resolver conflictos que tiene con sus compañeras fuera de casa?

- Si
- No

5. ¿Observa que su hija se recupera rápidamente después de un momento difícil o una desilusión?

- Si
- No
- En ocasiones
- La mayoría de las veces

6. ¿Usted le enseña con ejemplos o con conversaciones cómo enfrentar los problemas de la vida?

- Si
- No
- En ocasiones
- La mayoría de las veces

7. ¿Ha notado que su hija se desmotiva fácilmente, lo que ha afectado sus responsabilidades o notas?

- Si
- No
- En ocasiones
- La mayoría de las veces

8. ¿Siente que su hogar es un lugar donde su hija puede fallar y se siente igualmente aceptada y apoyada?

- Si
- No

9. ¿Le preocupa el nivel de frustración o tristeza que maneja su hija en esta etapa de la adolescencia?

- Si
- No

10. ¿Estaría de acuerdo en que el colegio ofrezca talleres o charlas para ayudar a su hija a ser más fuerte ante los problemas?

- Si
- No

*Nota.* Elaboración Propia. Merly Calderón, Karol Niño y otros. 10/10/2025