

**Promoviendo la resiliencia y mejorando el aprendizaje de idiomas extranjeros en  
estudiantes del grado once en la IE Betania**

Cristian Daniel Galindez

Asesora

Laura Bibiana Calderon Medina

Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD

Escuela de Ciencias de la Educación ECEDU

Licenciatura En Lenguas Extranjeras con Énfasis en Inglés

2024

## Resumen

Este documento es producto de un ejercicio de investigación formativa, en calidad de opción de grado, que permitió hacer reflexiones sobre la práctica y la investigación educativa. Al respecto, este estudio se desarrolló con los estudiantes de grado 11 de la IE Betania ubicada en el municipio de La Argentina departamento del Huila con el objetivo general de que los estudiantes aprendan acerca de la resiliencia para mejorar su baja autoestima y un método de análisis sobre la acción en el marco de la implementación de una secuencia didáctica denominada superando desafíos: una aventura de aprendizaje sobre la resiliencia compuesta por tres actividades. Este ejercicio investigativo permitió concluir que este tema es poco conocido y puede presentar una gran ayuda para las personas.

***Palabras clave:*** Resiliencia, educación, autoestima, idiomas, aprendiendo

### **Abstract**

This document is the product of a formative research exercise, as a degree option, which allowed reflections on educational practice and research. In this regard, this study was developed with 11th grade students of the IE Betania located in the municipality of La Argentina, department of Huila, with the general objective that students learn about resilience to improve their low self-esteem and a method of analysis. about action within the framework of the implementation of a didactic sequence called overcoming challenges: a learning adventure about resilience composed of three activities. This investigative exercise allowed us to conclude that this topic is little known and can be of great help to people.

***Keywords:*** Resilience, education, self-esteem, languages, learning

## Tabla de Contenido

Introducción .....	6
Diagnóstico de la Propuesta Pedagógica .....	7
Pregunta de Investigación .....	9
Objetivos .....	10
Objetivo General .....	10
Objetivos Específicos .....	10
Diálogo entre la Teoría y la Propuesta Pedagógica .....	11
Marco de Referencia de la Planeación Didáctica .....	14
Planeación Didáctica.....	17
Enfoque Didáctico .....	19
Implementación.....	22
Reflexión y Análisis de la Práctica Pedagógica.....	25
Conclusiones.....	28
Referencias Bibliográficas .....	30
Apéndices.....	32

**Lista de Apéndices**

<b>Apéndice A</b> <i>Carpeta de Evidencias de la Práctica</i> .....	32
---	----

## Introducción

Las personas presentan muchas dificultades y más a edades tempranas las cuales son edades que se tiene menos conocimientos de los problemas, adversidades que se afrontan en este gran camino de aprendizaje continuo, razón por la cual se realizara la implementación de una secuencia didáctica con estudiantes de la institución educativa Betania, la cual es una institución en zona rural del municipio de La Argentina Huila.

El desarrollo de esta actividad se dará con 13 estudiantes de edades entre 14 y 16 años a los cuales se les quiere enseñar lo que define Espejo, Lozano, Fernández (2017) quien define la resiliencia como el proceso por el cual se produce una mejora y crecimiento personal debido a la superación de situaciones y dificultades estresantes. Con esto se pude hacerles comprender a los estudiantes que de los momentos difíciles también se pueden adquirir conocimientos que lo malo no es realmente malo si no que es una oportunidad de aprender.

Si es posible que los estudiantes comprendan la efectividad de la resiliencia ellos podrían ayudar a mejorar su educación siendo más participes en clase y afrontando sus errores sin tener el miedo a la equivocación si no que por lo contrario conocer que tienen una falla y mejorarla.

Esta propuesta busca en su finalidad poder mejorar la educación con ayuda de los aprendices además de enseñar que se pueden mejorar y afrontar los momentos difíciles para que tampoco se presentes problemáticas tales como la de los estudiantes que abandonan sus estudios.

## **Diagnóstico de la Propuesta Pedagógica**

Existen diferentes problemáticas que afectan a las personas, tales como violencia intrafamiliar y demás que embarcan en esta índole y suelen presentar problemas en los jóvenes en su desarrollo educativo, pero ha surgido una vertiente llamada resiliencia que tiene como finalidad que las personas que la desarrollan puedan ayudarse a evolucionar sin importar las dificultades que están llevando a cabo incluso el ayudar a encontrar aprendizaje de esos momentos y esta actividad se quiere implementar en la educación para ayudar a los estudiantes de grado 11 de la institución educativa Betania con baja autoestima y temor a equivocarse para mejorar eso y que puedan entender que equivocarse los puede ayudar a mejorar también, que si ellos se vuelven participes de su educación pueden ayudar a los maestros a comprender sus necesidades y errores para poder mejorarlos y avanzar, el entender que pueden dar solución a sus necesidades afrontándolas elaborando resiliencia que además los pueden ayudar a mejorar distintos aspectos en sus vidas.

Casos como estos pueden ocurrir con mucha frecuencia y se pueden obtener análisis que afirman la efectividad de la resiliencia y que es un aspecto que resulta efectivo y verdadero y esto se puede conocer en la revista LA RESILIENCIA EN EL LOGRO EDUCATIVO DE LOS ESTUDIANTES COLOMBIANOS en la cual presenta un análisis de efectividad comparando dos regiones, una en la que se conoce y aplica la resiliencia y otra en la que no se conoce y a través de pruebas se pueden ver los resultados y notar la diferencia entre las personas que aplican la resiliencia y las personas que no la conocen es conocido que una de las etapas que en ocasiones resulta más complicada es la etapa universitaria. Claramente las condiciones cambian teniendo en cuenta los recursos de cada persona, pero es un camino diferente para muchos en el que las obligaciones cambian como se ve en Perfiles de resiliencia asociados al compromiso

académico y apoyo social en estudiantes universitarios (2023) los resilientes con redes se posicionan mejor que el resto de los perfiles frente a la posibilidad de tener una mejor experiencia académica, al integrar los elementos de resiliencia, engagement y redes de apoyo social, que confirman la íntima asociación de las variables investigadas.

Debido a todo esto surge la pregunta básica que busca enseñar qué es la resiliencia y cómo puede ayudar a mejorar la baja autoestima de los estudiantes para que se animen a participar en la mejora de su aprendizaje y la cooperación en el proceso de aprendizaje de una lengua extranjera.

### **Pregunta de Investigación**

¿De qué manera se puede fomentar la resiliencia entre los estudiantes de grado once de la Institución Educativa Betania ubicada en zona rural de La Argentina Huila para mejorar su aprendizaje de idiomas extranjeros y abordar eficazmente su baja autoestima en el año 2024?

## **Objetivos**

### **Objetivo General**

Enseñar a los estudiantes del grado once de la IE Betania acerca de la resiliencia, su función y aplicación mediante un ambiente colaborativo que motive a la participación de los estudiantes a la participación activa en clase mejorando su baja autoestima.

### **Objetivos Específicos**

Analizar el impacto de la enseñanza de la resiliencia en estudiantes del grado 11 de la institución educativa Betania centrándose en su aplicación para mejorar el rendimiento académico, particularmente en el aprendizaje de una lengua extranjera, y en el desarrollo de la autoestima y la participación en el aula.

Evaluar la efectividad de la implementación de estrategias para enseñar la resiliencia a estudiantes del grado 11 de la institución educativa Betania investigando su influencia en el comportamiento participativo y colaborativo en el entorno educativo, con el fin de identificar las ventajas y desventajas de este enfoque pedagógico.

## **Diálogo entre la Teoría y la Propuesta Pedagógica**

Como se ha venido viendo la resiliencia es un enfoque que es reciente pero sea venido dando cambios en lo que realmente es porque a menudo se puede confundir con la adaptación positiva, pero la diferencia como lo indica García & Domínguez (2013) radica en que la resiliencia busca superar la adversidad e ir mas delante de donde se estaba en el momento del percance y la adaptación positiva se refiere básicamente al afrontamiento de una situación sin prever las implicaciones a futuro. Es importante aclarar de antemano lo que la resiliencia busca abordar el problema en general y aprender de ello.

Es de aclarar de antemano que de acuerdo con Apaza, Villanera, Alarcon, Zúñiga & Maquera (2023) los jóvenes en Latinoamérica presentan un problema de salud pública por el creciente número de embarazos, matrimonios o uniones libres a temprana edad y también por las ETS (enfermedades de transmisión sexual). Todo eso se puede llevar acabo de consecuencia que a su temprana edad se vinieron comprometidos en situaciones no aptas para su edad los cuales involucran riesgos en su salud física y mental, razón por la cual al no haberles educado la resiliencia ellos posiblemente no estén en la capacidad de mejorar pese a la adversidad teniendo en el futuro consecuencias como las ya contadas anteriormente.

Uriarte (2006) menciona que cuando la sociedad y los padres le piden éxito a un niño y este fracasa eso lo puede llevar a tener una baja autoestima llevándolo a tener miedo a participar con la sociedad, a deprimirse por eso, a rechazar su educación, llevándolo a la agresividad. De esa manera se busca instruir a los estudiantes con la resiliencia haciendo que ellos entiendan que si desarrollan este enfoque pueden mejorar en su desarrollo educativo, debido a que tendrán la capacidad de afrontar la adversidad buscando usarla de una manera que puede ayudarles a

mejorar y eso puede llevar a reconstituir la baja autoestima por la motivación de tomar el riesgo y si fallan el poder aprender del fallo para mejorar.

Con lo cual concuerda Lagos y Ossa (2010) es que la educación brinda oportunidades sociales y culturales a las personas y los maestros son unos guías en esa ruta de educación, pero también concuerdan que la resiliencia pueda ayudar a mejorar la autoestima y volverlos más fuertes para afrontar dificultades, presentando de esa manera un factor clave que al ser los docentes unos guías como educadores pueden impartir a sus estudiantes la resiliencia para que aquellos que no la ponen en práctica la puedan desarrollar para seguir avanzando de la mejor manera no solo en su educación, sino además en cualquier ámbito de sus vidas les resulta muy efectivo. Además que el profesor siendo modelo y demostrando con su ejemplo una persona resiliente en todo momento los estudiantes entenderán de mejor manera que es una práctica efectiva y muy productiva que ayuda a mejorar como persona, es importante tener en cuenta que la mejor educación radica en el ejemplo.

Dado con todo eso lo que se busca lograr es la manera de hacer que las personas puedan aprender de la resiliencia en este caso en una institución educativa, para que mejoren su desarrollo educativo, ayudando primero a mejorar su baja autoestima buscando si es una herramienta fiable para mejorar la educación y teniendo en cuenta demás aportes para tener claridad las mejores maneras de ejecutarlo y su viabilidad, debido a que es un tema que podría facilitar la educación y de acuerdo con el análisis de Maldonado, Gallegos y Muñoz (2019) con las diferentes posturas tomadas de acuerdo con los distintos avances que tuvieron en cuenta se puede atribuir que la resiliencia puede atribuirse a cualquier organismo ya sea este individual o incluso grupal y para que se dé la resiliencia hay que llevar a cabo un proceso paso a paso y

pasar por varios momentos tanto internos como externos, pero la finalidad de todo ello es mejorar con cada experiencia, razón por la cual se verá incluida la adversidad.

Razón por la cual es importante tener encuentra distintos puntos de vista e investigaciones acerca de este tema es gracias al aporte que brinda Perez (2003) en el cual cuenta sobre el carácter político de la investigación abordándolo como una perspectiva histórica e interpretativa lo cual es importante para poder construir una investigación más sólida y encontrar elaboración de soluciones a la problemática.

Según Piaggio (2009) Aunque los tiempos cada vez se convierten más complicados en los cuales se están presentando fuertes consecuencias socioculturales y es conocido que la educación es una violencia simbólica podemos ubicar al ser en su propia cultura. Aunque no podemos cambiar su pasado, podemos hacer que no renuncien a su futuro

### **Marco de Referencia de la Planeación Didáctica**

Para realizar un trabajo es muy efectivo el tener una planeación para poder tener idea de que pasos son mejores a seguir para un óptimo desarrollo. De la misma manera funciona la planeación didáctica para poder regir competencias, pero como esta se basa en la educación es de tener en cuenta algunos factores importantes tales como una estructura en los contenidos educativos de tal manera que hallan temas y niveles en los contenidos educativos realizando una planeación didáctica teniendo en cuenta enfoques pedagógicos para brindar una educación de calidad teniendo en cuenta las necesidades de los aprendices, de acuerdo con Uriarte (2006) la escuela busca adaptaciones curriculares para evitar la desigualdad en situaciones de riesgo, por el contrario la resiliencia ofrece un apoyo teniendo en cuenta que las personas experimentan experiencias diferentes. Por ello es importante tener objetivos claros para su desarrollo y para conocer si se lograron se evalúa el desempeño brindado por los aprendices sin embargo también es muy importante el tener en cuenta el desarrollo socioemocional de los estudiantes en esta planificación.

De acuerdo con Tobon (2010) las competencias son estrategias, instrumentos y procesos mentales que constituyen la estructura y el procesamiento de la información. Lo cual concuerda con la resiliencia, buscando mejorar el desarrollo educativo de los estudiantes de grado once mejorando su capacidad mental.

Por dicha razón hay una formación basada en competencias la cual no busca que los aprendices sean competentes únicamente en cuanto a lo que aprenden directamente de un libro y luego describan lo mismo como si maquinas fuesen, si no que busca que se pueda expresar lo aprendido y competir para ser mejores de manera individual y cooperativa el competir con ellos mismos para ser personas en mejora constante, de esa manera es que la resiliencia busca ser una

ayuda hacia los estudiantes de tal manera en la cual ellos mejoren afrontado la adversidad y haciendo que aprendan de ella, siendo este un enfoque que los puede ayudar a mejorar de manera cooperativa e individual, motivando a los estudiantes a que compitan a ser mejores, pero no contra los demás si no que intenten mejorar cada vez más ellos mismos siendo su punto de referencia.

Aunque el inducir a las personas que sean competentes ayuda a mejorar en este caso la educación, no es un modelo que realmente no presente fallas o pueda mejorar todas las falacias de la educación porque a pesar de que la competencia busca mejorar todos los estado de la personas tanto colaborativa como individual, hay fallas educativas para mejorar y existirán factores que en ciertas personas presenten una fortaleza en algunas actividades mejor que otras todo ello lleva distintas cosas que influyen, pero si puede ayudar a mejorar.

Además de todo ello es interesante conocer las personas pueden tener un proceso de mejora continua, pero no quiere decir que estén obligados a estar mejorando, si no por lo contrario que es decisión propia, que aunque no se decide los problemas o dificultades que se presenten, es una decisión de cada persona la postura que se toma ante cada situación hay quienes deciden si la superan y aprenden de ello o empeoran y desechan la oportunidad de aprender.

Para poder continuar con el proceso es necesario tener en cuenta factores del proceso, no referente a como lo se va a realizar, si no por el contrario la escala que se debe trabajar en cada proceso, el fundamento que rige cada proceso tales como la motivación y la iniciativa que no va a regir en el proceso de mejora, algo que se considera a las personas son los valores y en ocasiones es necesario el trabajo colaborativo para un mejor desempeño, además de ello se debe conocer lo que se desea mejorar o aprender, y realizarlo de tal manera en la cual se pueda

entender, expresar y dar un contexto de lo que se está analizando, para de esa manera se facilite su aplicación.

Siendo conscientes de eso se puede formar personas resilientes de tal manera que se pueda trabajar en todos los factores que aunque es una elaboración que ayuda a afrontar dificultades y aprender de ellas es necesario tener en cuenta cómo funciona para poderla aplicar y con cada situación podemos mejorar respectivamente nuestros valores, y si se tiene automotivación se puede aprender y mejorar.

Todo ese proceso que se lleva a cabo en la vida que se trata de afrontar dificultades dará como resultados más conocimiento, conocimiento que se puede compartir a personas de maneras tales como consejos teniendo la habilidad de contextualizar y argumentar los procedimientos de mejora que se lleva a cabo en situaciones similares.

Para este desarrollo pedagógico se incluyen competencias docentes como la comunicación asertiva la cual es importante para una información clara y contundente, la evaluación del aprendizaje, la cual es importante para conocer las mejoras de los aprendices, es importante también el trabajo en equipo para mejorar colaborativamente y algo que puede ayudar mucho es la planeación del proceso educativo el cual ayuda a que sea más fácil adquirir y enseñar la información propuesta y evita confusiones en el proceso.

Algo que es muy factible en el sistema educativo como docente, es el tener la habilidad de construir relaciones positivas, con estudiantes, padres y colegas.

### **Planeación Didáctica**

A nivel metodológico, esta investigación se desarrolló bajo acciones en calidad de secuencia didáctica denominada superando desafíos: una aventura de aprendizaje sobre la resiliencia para alcanzar el objetivo de enseñar la resiliencia a los estudiantes de la institución educativa Betania de grado 11. De manera precisa, las actividades dispuestas responden a la cadena de objetivos específicos diseñados para el estudio.

En consideración, respecto al primer objetivo específico consistente en Proporcionar a los estudiantes del grado 11 de la Institución Educativa Betania una comprensión clara y práctica del concepto de resiliencia, con el fin de que puedan aplicarlo en su vida diaria para mejorar su aprendizaje de idiomas extranjeros y elevar su autoestima, se estableció dar una charla en la cual se explica sobre lo que trata la resiliencia y como producto susceptible para el análisis se dialogara el conocimiento que tienen sobre el tema

Paso seguido, respecto al segundo objetivo específico consistente en evaluar el impacto de la enseñanza de la resiliencia en los estudiantes de secundaria en relación con su rendimiento académico en el aprendizaje de una lengua extranjera, mediante la observación de sus comportamientos y la recopilación de datos sobre su participación y colaboración en clase después de haber adquirido conocimientos sobre resiliencia, se estableció realizar el análisis de la película el día de la marmota, en la cual se analiza el tema de la resiliencia para que fuera comprendido que el aprendizaje se puede dar hasta en los errores más pequeños y como producto susceptible para el análisis los estudiantes dan su opinión acerca de los casos de resiliencia que pueden identificar en la película.

Finalmente, respecto al tercer objetivo específico consistente en analizar la efectividad de la enseñanza de la resiliencia en el contexto educativo, identificando las ventajas y desventajas

de este enfoque pedagógico para mejorar el aprendizaje de idiomas extranjeros, así como su viabilidad y dificultades de implementación, se estableció observar el comportamiento los estudiantes en una clase normal y como producto susceptible para el análisis el cambio de los estudiantes, si su participación en clase era mayor y daban conocer sus dificultades.

Es importante precisar que, dado que este estudio corresponde con una investigación en el área educativa, el diseño y recuperación de la información, se realizó bajo una mediación pedagógica que buscó que los estudiantes enriquecieran su aprendizaje en tanto alcanzaban los siguientes resultados: Los estudiantes aprendían acerca de que trata y para qué sirve la resiliencia mediante charla y ejemplos; también socializándolo tomando como ejemplo una película que se llama el día de la marmota para poderle aclarar más acerca de lo que trata la resiliencia a los estudiantes, con el fin de que ellos mejoren su baja autoestima y se motiven a participar en clase ignorando burlas o el temor a fallar.

Los estudiantes empezaron algunos a participar más en clase y además se motivaron a contar ciertos cambios que habían podido realizar en sus vidas para poder realizar y aprender cosas que les interesaban y como buscaban aprender en momentos malos contrario a lo que hacían antes, como rendirse o abandonar por fallar.

### **Enfoque Didáctico**

El enfoque didáctico en el que se circunscribe esta investigación corresponde al de desarrollo de competencias, particularmente, de la participación activa de los estudiantes en el aula de clase, hacia la construcción de ciudadanía (Ministerio de Educación Nacional 2013). Es por ello que, se afirma que la secuencia didáctica aprende sobre la resiliencia, facilitará conquistas relacionadas con emociones, inclusión y corresponsabilidad porque tiene el fin de enseñar a los estudiantes la ayuda que puede generar la resiliencia para con ellos, haciendo que aprendan acerca de sus emociones y como pueden aprender que en cada situación de adversidad pueden ellos cambiar su actitud y aprender de esos momentos, de la misma manera que aprenden que no deben juzgar a las personas porque el peso de la carga emocional, solo la conoce aquel que la carga y pueden a cambio de juzgar, brindar apoyo. Además de que tengan en cuenta en ser personas colaborativas respetando opiniones divididas y ayudando para obtener mejores resultados en los ámbitos diarios.

Es importante resaltar que este estudio cuenta con respaldo para su diseño en los referentes técnicos de Uriarte (2006) y el Ministerio de Educación Nacional (2013), que tienen como horizonte común, fomentar competencias en niños, niñas y jóvenes para que se constituyan en seres democráticos y con capacidad participativa para la transformación social.

Adherido a lo expuesto, el diseño de la secuencia aprende sobre la resiliencia tuvo en cuenta los desarrollos teóricos como Lagos (2010); Piaggio (2009); Marengo, Restrepo, Rambal (2023); Espejo, Lozano, Fernández (2017) quienes permiten entender la investigación a través de los siguientes preceptos fundamentales. La importancia de la resiliencia en adolescentes, La resiliencia para aprendizaje y crecimiento, fortaleza emocional mediante la resiliencia.

En ese sentido, la secuencia didáctica se concentró en actividades con énfasis en el entendimiento sobre lo que es la resiliencia considerado desde un enfoque de innovación como una tendencia para poder cerrar brechas educativas porque representa una ayuda para los estudiantes siendo este un apoyo psicológico para motivarlos a mejorar en su desarrollo diario y que, para el caso de la particular, se contó con la hipótesis que podría ser de utilidad para mejorar su confianza, la participación en clases y en su desarrollo emocional

Lo anterior, teniendo en cuenta que el grupo de referencia del estudio, a nivel de diagnóstico lograba tener competencias de pensamiento crítico y de acuerdo con Enciso, Enciso, & Daza (2017) se encuentran trabajando en mejorar la participación de los alumnos en clase para que sus dudas e inquietudes puedan ser mejoradas, provocando de esa manera un aprendizaje más asertivo y que ellos ayuden a mejorar su proceso educativo.

Es por ello que, para iniciar la secuencia, y estableciendo el primer objetivo específico como horizonte de reconocimiento de los intereses de los estudiantes, se buscó reconocer su acercamiento al esquema variable del estudio. De tal manera que, a través de explicarles en lo que consiste la resiliencia, se puedan reconocer los ritmos particulares e intereses individuales de los estudiantes respecto a el espacio interactivo que se les brindo para socializar mediante ejemplificaciones relacionadas con su quehacer diario, lo que es la resiliencia y como esta les ayuda para aprender.

En ese sentido, la secuencia didáctica, en las actividades que concentran la movilización y medición de los cambios en el aspecto ontológico relacionado con la baja autoestima y tendrán mayor incidencia en la vida de estudiantes, pues responde a sus intereses o motivaciones reales por el aprendizaje.

Finalmente, vale la pena exaltar que el ejercicio de diseño de la secuencia didáctica que soporta este estudio, permite al investigador fortalecer reflexiones para el ejercicio pedagógico vinculantes con la participación activa de los estudiantes en el ámbito educativo y como intelectual transformativo mejorando las capacidades de aprendizaje de los alumnos, siendo más autores de su propio aprendizaje y sabiendo afrontar los momentos de dificultad de la mejor manera, siendo un proceso que podrán seguir desarrollando con el paso de su vida y les seguirá siendo útil en distintos contextos de adversidad.

## Implementación

La implementación didáctica se dio mediante tres sesiones las cuales se llevaron a cabo de la siguiente manera.

Para el desarrollo de la sesión 1, la cual fue la que dio inicio siendo la primera fase en implementar para el desarrollo de la actividad acerca de la resiliencia la cual tiene como fin el enseñar a los estudiantes de grado 11 de la institución educativa Betania de lo que representa la resiliencia para que mejoren su baja autoestima y participen más activamente en la clase.

Para poder aclarar el tema de la resiliencia, para empezar se preguntó a los asistentes si conocían acerca del tema o si alguna vez habían escuchado de él, pero la respuesta fue negativa dando a conocer que es un tema poco conocido. Por lo cual se ejecutó una charla en la cual se brinda un ejemplo de personas que ha salido de la pobreza y logrado grandes cosas, enseñándoles así, lo que hace referencia al tema de la resiliencia siendo de gran ayuda para una explicación más precisa demostrándoles que ellos a pesar de la adversidad, aprendieron de ello para mejorar.

De esa manera en diálogo con los estudiantes se empezó a identificar de qué maneras ellos podían mejorar para poder aprender mejor acerca del tema que tomaban en clase e identificando de qué manera podían ellos mejorar, haciendo que ellos sean conscientes de sus errores y mejoras y pudiendo de esta manera obtener el conocimiento que se esperaba y la aprobación sobre la resiliencia por parte de los asistentes, permitiendo un aprendizaje óptimo y preciso sobre la resiliencia, con ejemplos que son conocidos como el del ex presidente Barack Obama y de cómo su inexplicable evolución se puede dar a conocer por este método, además dándoles a conocer con ejemplos sencillos, tales como cuando ellos participan en clase realizando preguntas sobre temas que no han podido entender plenamente y sufren burlas, que a pesar de las

burlas ellos pudieron aclarar sus dudas, y lo que realmente aporta a su beneficio es que es más claro el tema para ellos y no las burlas que reciben.

En el paso 2, había una tarea pendiente para desarrollar este paso, la cual se había dejado anteriormente, lo que consistía que en el transcurso de ese tiempo ellos verían la película llamada, el día de la marmota (1993), debido a que no todos realizaron dicha actividad, se empezó su análisis contando acerca de lo que trataba mediado el paso en el que se avanzaba, se buscaba identificar en los momentos los cuales el protagonista hubiese sido resiliente en cuanto al problema por el cual estaba transcurriendo para que ellos empezaran a comprender que aunque el protagonista se encontraba en lo que para él sería uno de sus peores días y estaría atrapado aquí mucho tiempo al empezar a comprender el protagonista que podía aprovechar esto para prender le tomaría unas decisiones antes de cambiar rotundamente y un ejemplo que sirve para enseñarles a los estudiantes que los cambios empiezan de a poco, es un evento que sucede en la película en el cual el personaje principal comete el error de caer varias veces en el mismo charco, lo cual es el primer error que corrige y aunque es algo poco notorio, sirvió para que los estudiantes puedan entender que los cambios no se ejecutan de un momento para otro, sino que es un proceso en el cual hay que ir desarrollando poco a poco.

Para el paso 3; Algunos estudiante se animan a contar los cambios que han tenido en distintos ámbitos de su vida, conforme han conocido el tema sobre la resiliencia y como en ellos les ha ayudado a mejorar un poco en su comportamiento frente a las actividades que realizaban anteriormente, de qué manera han cambiado sus rutinas para que su tiempo le alcance para realizar distintas actividades y les ha ayudado para ser más consientes en sus hogares y ayudar a sus padres con los quehaceres cotidianos y entendiendo que los ejemplos que reciben y los

consejos les puede ayudar a mejorar su comportamiento por ende teniendo en mente un comportamiento más accesible al conocimiento.

También cuentan como reflexionar acerca de sus actos los ha ayudado a entender que han tenido muchos problemas los cuales no les han intentado buscar solución alguna, pero directa o indirectamente los están afectando aunque sean ignorados contando relatos que les afectaba y buscando la manera de poder resolver dichos problemas pero sin saber por dónde empezar para lo cual fue útil un ejemplo de la película vista anteriormente, debido a que se les explica que los cambios no son de manera significativa, si no que se pueden resolver poco a poco aprendiendo de cada decisión tomada, de no frustrarse en lo malo, si no que por lo contrario buscar la manera de aprender de esa adversidad para encontrar la solución y si lo hacían poco a poco se iban resolviendo sus problemas de la misma manera que el proceso que se miró en la película.

Los cambios que han dado los estudiantes han sido motivadores y el interés que han demostrado respecto al tema, demostrando que la comunicación asertiva ayuda para que un tema sea bien recibido de la misma manera que se da a conocer que este es un tema que puede ayudar para que las personas cambien su perspectiva frente las adversidades y se motiven a cambiar y mejorar en todo momento.

### **Reflexión y Análisis de la Práctica Pedagógica**

La planeación didáctica es el proceso de organización el cual es usado por los docentes para poder garantizar que las clases se darán efectivas, teniendo un proceso de desarrollo y de análisis de su secuencia didáctica.

Para el desarrollo de la actividad realizada con el grado once de la institución educativa Betania se aplicó una secuencia didáctica en la cual se les enseñó acerca de la resiliencia lo cual fue un tema interesante de aplicar, debido a que es un tema del cual se conoce poco, pero al ser un tema interesante y que se puede adquirir por decisión personal, les llamo mucho la atención y lo recibieron de buena manera gracias a la planeación que se llevaba a cabo. Contando con la buena suerte de poder contarles situaciones las cuales en ocasiones los estudiantes pudieron sentirse identificados y otras las cuales les sirvió de motivación al entender que tal vez alguien en una situación peor se dio a la oportunidad de mejorar, aunque se puede mejorar para que la comunicación sea más asertiva, pudiendo implementar distintas herramientas tecnológicas y material de soporte tales como son los ted x talk.

De acuerdo Dueñas, Godoy, Duarte y López (2019) se conoce que la educación en Colombia es muy desigual en conjunto con la calidad económica de las personas, razón por la cual una gran mayoría de personas y más en el lugar donde se realizó la implementación de la secuencia didáctica, no reciben una educación de completa calidad, comparada con otros entornos, pero con la intervención que recibieron en la cual aprendieron sobre la resiliencia, los estudiantes de las institución educativa Betania del grado once pueden entender que pueden aprovechar las cosas buenas del entorno en el cual se encuentra y aprender de las malas, además de que su participación mejoro, dando paso a que los estudiantes ayuden con su propia

adquisición de su conocimiento, apartando un poco su baja autoestima y mejorando su participación para dar a conocer sus dudas en clase y siendo más colaborativos con la misma.

La planeación de dicha secuencia para enseñar el tema de la resiliencia, fue una gran herramienta la cual ayudo a enseñar de manera más clara y efectiva el tema que se quería transmitir, ayudando a trazar un camino por el cual el tema a enseñar pudiese ser dado de manera más clara, además de permitir medir los cambios que se iban dando pudiendo conocer si eran cambios positivos con respecto al tema y a la meta que se quería lograr buscando ayudar a los estudiantes a mejorar su baja autoestima para que participen más de su aprendizaje.

Es un paso muy importante el crear una planeación antes de desarrollar la exposición de un tema, para poder estar preparado en desarrollo de dicho tema y que este sea entregado al aprendiz de una manera clara y con un hilo conductor fuerte para una mayor adquisición del tema y al tener una planeación clara el mismo maestro puede reconocer falencias y como mejorar dichas fallas dando paso a un desarrollo positivo y coherente.

Aunque hablar de un tema del cual no se es posible de explicar físicamente y no es un tema que tenga una manera precisa de explicarlo a las personas, como por ejemplo en ingles el verbo to be el cual es un tema muy común y aunque tiene diversas maneras de enseñar, siempre va a tener la misma estructura a manera, porque el tema lleva al mismo desarrollo, siendo el tema de la resiliencia algo diferente porque es una capacidad que aunque no se tiene en todas las personas es posible desarrollarse, entonces hay que tener en cuenta detalles precisos para que los estudiantes puedan ver desde el ejemplo de otras personas como se puede llevar a cabo este proceso de ir aprendiendo de lo adverso pero realizarlo poco a poco y más con jóvenes los cuales suelen estar distraídos por cosas sin importancia y debido a su poco conocimiento de la vida, cada dificultad suele parecer muy grande por su egocentrismo y falta de experiencia, entonces

esos detalles suelen dificultar los temas de este tipo, pero al demostrarle con herramientas como la película que se les pidió ver y dándoles ejemplos que son comunes que sucedan en su entorno y con posibilidad a ellos mismos, se puede ir inculcando la duda sobre sus capacidades.

Algo que puede ser útil para la implementación del tema de la resiliencia en ámbitos similares a este sería el pedir ayuda a los maestros del mismo entorno en el cual se realiza la implementación, pidiendo que cuenten sus anécdotas acerca de dificultades que llevaron a cabo en su proceso educativo y como ellos la usaron de manera positiva para aprender y esforzarse de tal manera que las superaron y demostrar que de dichas dificultades pudieron aprender, además de la manera en que esas como pueden ayudarlos a cambiar su manera de entender con ejemplos de personas de sus mismos entornos.

El entender cada situación y cada detalle, cada cambio y cada ejemplo les puede hacer entender a los receptores de la información que de su participación corresponde que el maestro conozca sus debilidades y fortalezas en la adquisición de la clase, además de ello los puede hacer comprender que ellos son y serán los responsables de que su desarrollo sea positivo o negativo y que esto los afectara únicamente a ellos, siendo responsables de mejorar o empeorar con cada situación.

## Conclusiones

El presente documento representa una planeación implementada en la institución educativa Betania con el grado 11 la cual se basaba en enseñar a los estudiantes de dicha institución acerca de la resiliencia para mejorar su baja autoestima y de esa manera participen más activamente en clase.

Aunque implementar esta actividad presento dificultades debido a que es un tema del cual no conocían los estudiantes y no es un tema el cual lleve un régimen estricto de enseñanza si no por el contrario se trata de un dogma de fe para mejorar y el establecer su desarrollo es decisión de cada persona, razón por la cual hay que ser preciso en su explicación y poner ejemplos explícitos los cuales ayuden a entender que si funciona; aunque esta planeación si se llevó más precisa a la población, debido a que se explicó muy claro de acuerdo con la edad de los aprendices porque ellos están en una etapa en la cual su ausencia de conocimiento los hace quejarse de los errores y no aprender de ello para poder mejorar y eso alimenta su baja autoestima.

Con la ayuda que presenta esta propuesta al cambio que se quería brindar a estos estudiantes ayudo a alcanzar la mayoría de los propósitos que se querían alcanzar siendo el mejorar la participación de ellos en clase para entender las necesidades en sus falencias uno de los puntos más importantes, dado que de esa manera se motivan a la participación dejando de lado el temor a equivocarse y dándose cuenta que ello sirve para aprender de igual manera y se espera que sigan trabajando y mejorando aplicándolo en todos los ámbitos de sus vidas y sea información que los ayude a salir adelante en momentos de dificultad y no perder la esperanza.

El ver como los estudiantes cambian en su participación en clase, además del respeto que empiezan a demostrar cuando un compañero se equivoca evidencia que empiezan a cambiar y mejorar además de escuchar a quienes quisieron comentar que el aplicarlo en otros ámbitos de

sus rutinas los ha ayudado a ir mejorando de a poco aprendiendo de los errores que habían estado cometiendo; es un avance para conocer que si funciona y la información brindada realmente fue útil para los estudiantes.

Para poder comprender los cambios que se dieron en los estudiantes se debió de cambiar el punto de vista profesional el cual se estaba manejando, debido que ya no era brindar solamente la clase que ellos debían adquirir, sino que se debía incluir un punto analítico sobre la reacción y la relación que llevaban los estudiantes con sí mismos y con el desarrollo de su educación adquiriendo un rol de investigador para poder conocer los cambios y la eficiencia de la planeación diseñada y si la aplicación fue la adecuada; observando todo desde un punto critico

### Referencias Bibliográficas

- Apaza Gomez, F., Villanera Zelaya, V., Alarcon Mamani, D. M., Zúñiga Vásquez, M. E., & Maquera Maquera, Y. (2023). Resiliencia en adolescentes expuestos a contextos de riesgo psicosociales: una revisión sistemática. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(1), 5434-5445. [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v7i1.4839](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i1.4839)
- Díaz-Esterri, J. ., De-Juanas, Ángel ., & Goig-Martínez, R. M. (2022). Psychological well-being and resilience in youth at risk: a sistematic review. *VISUAL REVIEW. International Visual Culture Review / Revista Internacional De Cultura Visual*, 12(5), 1–13. <https://doi.org/10.37467/revvisual.v9.3777>
- Dueñas Herrera, X., Godoy Mateus, S., Duarte Rodríguez, J. L. y López Vera, D. C. (2019). La resiliencia en el logro educativo de los estudiantes colombianos. *Revista Colombiana de Educación*, (76), 69–90. <https://doi.org/10.17227/rce.num76-8037>
- Enciso, O. L. U., Enciso, D. S. U., & Daza, M. D. P. V. (2017). Pensamiento crítico y su importancia en la educación: algunas reflexiones. *Rastros Rostros*, 19(34).
- Espejo-Garcés, T.; Lozano-Sánchez, A. M.; Fernández-Revelles, A. B. (2017). Revisión sistemática sobre la resiliencia como factor influyente en el transcurso de la etapa adolescente. *ESHPA - Education, Sport, Health and Physical Activity*. 1(1): 32-40. doi: <http://hdl.handle.net/10481/48960>.
- García-Vesga, M. C. & Domínguez-de la Ossa, E. (2013). Desarrollo teórico de la Resiliencia y su aplicación en situaciones adversas: Una revisión analítica. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 11 (1), pp. 63-77
- Lagos San Martín, Nelly y Ossa Cornejo Carlos Javier . Representaciones acerca de la resiliencia en educación según la opinión de los actores de la comunidad educativa.

Horizontes Educativos. 2010;15(1):37-52: Disponible en:

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=97916218004>

Marenco-Escuderos AD, Restrepo Cervantes D, Rambal-Rivaldo LI. Perfiles de resiliencia asociados al engagement académico y al apoyo social en estudiantes universitarios. Interdisciplinaria: Revista de Psicología y Ciencias Afines. 2023;40(2):231-243. doi:10.16888/interd.2023.40.2.14

Ministerio de Educación Nacional (2013). Metodologías que transforman. Secuencia didáctica para el desarrollo de competencias ciudadanas. Bogotá:

[https://www.mineducacion.gov.co/1759/articles329722\\_archivo\\_pdf\\_secuencias\\_didacticas\\_desarrollo\\_competencias.pdf](https://www.mineducacion.gov.co/1759/articles329722_archivo_pdf_secuencias_didacticas_desarrollo_competencias.pdf)

Piaggio, Ana María Rodríguez. Resiliencia. Rev. psicopedag. [online]. 2009, vol.26, n.80

[citado 2023-08-02], pp. 291-302 . Disponible en:

<[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103-84862009000200014&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-84862009000200014&lng=pt&nrm=iso)>. ISSN 0103-8486.

Susana Lucia, Aguilar-Maldonado; Gallegos Cari, Andrea y Munoz Sanchez, Sinuhé. Análisis de componentes y definición del concepto resiliencia: una revisión narrativa. Revista de Psicología [online]. 2019, n.22 [citado 2023-08-01], pp.77-100. Disponible en:

<[http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2223-30322019000200007&lng=es&nrm=iso](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2223-30322019000200007&lng=es&nrm=iso)>. ISSN 2223-3032

Uriarte Juan de Dios . Construir la resiliencia en la escuela. Revista de Psicodidáctica.

2006;11(1):7-23. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=17514747002>

Vinaccia, S., Quiceno, J. M., & Moreno San Pedro, E. (2007). Resiliencia en adolescentes. Revista Colombiana de Psicología, (16), 139-146.

## Apéndices

### Apéndice A

*Carpeta de Evidencias de la Práctica*

[https://unadvirtualedu-my.sharepoint.com/:f:/g/personal/cdgalindezo\\_unadvirtual\\_edu\\_co/EoF-DkPZ-ddCn6NaSTNNnzUBm1M5Zog1PAbOHfl6p7Nt2Q?e=yOjNRN](https://unadvirtualedu-my.sharepoint.com/:f:/g/personal/cdgalindezo_unadvirtual_edu_co/EoF-DkPZ-ddCn6NaSTNNnzUBm1M5Zog1PAbOHfl6p7Nt2Q?e=yOjNRN)