

**Educación para la sexualidad desde el fortalecimiento de las funciones ejecutivas en
estudiantes de bachillerato de la IED Rincón Santo, Cajicá**

Autores:

Paula Alejandra Aldana Bautista

Alixon Stiben Patiño Santiago

Paula Juliana Quintero Sánchez



**INSTITUCION UNIVERSITARIA COLEGIOS DE COLOMBIA
COLEGIO DE PSICOLOGÍA (UNICOC)**

Programa de psicología

2026



**Educación para la sexualidad desde el fortalecimiento de las funciones ejecutivas en
estudiantes de bachillerato de la IED Rincón Santo, Cajicá**

Autores:

Paula Alejandra Aldana Bautista
Alixon Stiben Patiño Santiago
Paula Juliana Quintero Sánchez

TRABAJO DE GRADO PARA OPTAR AL TÍTULO DE:
Psicóloga / Psicólogo

Asesor:

Helena Sutachán

**INSTITUCION UNIVERSITARIA COLEGIOS DE COLOMBIA
COLEGIO DE PSICOLOGÍA**

Programa de Psicología
Chía Cundinamarca

2026

Tabla de contenido

Resumen.....	
Palabras clave.....	
Características de la población atendida.....	
Ubicación geográfica.....	
Reseña histórica.....	
Descripción de los servicios.....	
Misión.....	
Visión.....	
Filosofía.....	
Objetivos del colegio.....	
Justificación de elección del lugar.....	
Planteamiento de la necesidad o problemática a abordar.....	
Objetivos.....	
Objetivo general.....	
Objetivos específicos.....	
Justificación.....	
Marco referencial.....	
Marco investigativo.....	
Marco teórico.....	
Marco conceptual.....	
Marco legal.....	

Metodología.....	
Enfoque.....	
Población.....	
Técnicas y estrategias de evaluación.....	
Procedimiento.....	
Recursos.....	
Cronograma.....	
Resultados.....	
Conclusiones.....	
Recomendaciones.....	
Referencias.....	
Anexos.....	

Resumen

La educación para la sexualidad durante la adolescencia requiere enfoques que trasciendan la transmisión de información e incorporen habilidades cognitivas y socioemocionales relacionadas con la autorregulación y la toma de decisiones. El presente proyecto tuvo como objetivo promover una comprensión formativa, reflexiva y respetuosa de la sexualidad en estudiantes de bachillerato de la Institución Educativa Departamental Rincón Santo, mediante talleres orientados al fortalecimiento de las funciones ejecutivas. Se desarrolló un proceso de enfoque cualitativo con estudiantes de sexto a undécimo, utilizando observación directa, actividades de caracterización inicial, ejercicios reflexivos y estrategias participativas para identificar conocimientos, creencias y dinámicas relacionadas con la sexualidad, las relaciones interpersonales y la regulación conductual. A partir de los hallazgos se diseñaron e implementaron talleres diferenciados por grado, abordando temáticas como identidad, cambios en la adolescencia, gestión emocional, consentimiento, límites, relaciones saludables, autocuidado, toma de decisiones y uso responsable de entornos digitales. Los resultados evidenciaron una participación favorable de los estudiantes y una ampliación de la comprensión de la sexualidad como una dimensión integral, así como avances en procesos de reflexión, autorregulación, reconocimiento de límites, respeto y valoración de consecuencias. Se concluye que la integración de funciones ejecutivas en la educación para la sexualidad constituye una estrategia pertinente para favorecer procesos formativos más reflexivos y responsables durante la adolescencia. Como producto del proceso, se consolidó una cartilla pedagógica organizada por niveles educativos para apoyar la continuidad de estas acciones en el contexto escolar.

Palabras clave:

Educación para la sexualidad; funciones ejecutivas; adolescencia; autorregulación; toma de decisiones; educación secundaria.

Abstract

Sexuality education during adolescence requires approaches that go beyond information transmission and incorporate cognitive and socioemotional skills related to self-regulation and decision-making. This project aimed to promote a formative, reflective, and respectful understanding of sexuality among secondary school students at the Institución Educativa Departamental Rincón Santo through workshops focused on strengthening executive functions. A qualitative approach was implemented with students from sixth to eleventh grade, using direct observation, initial characterization activities, reflective exercises, and participatory strategies to identify knowledge, beliefs, and dynamics related to sexuality, interpersonal relationships, and behavioral regulation. Based on the initial findings, grade-specific workshops were designed and implemented addressing topics such as identity, adolescent development, emotional management, consent, boundaries, healthy relationships, self-care, decision-making, and responsible engagement in digital environments. The results showed favorable student participation and an expanded understanding of sexuality as an integral dimension, as well as progress in reflection, self-regulation, recognition of boundaries, respect, and consideration of consequences. It is concluded that integrating executive functions into sexuality education is a relevant strategy for promoting more reflective and responsible educational processes during adolescence. As an outcome of the project, a pedagogical guide organized by educational levels was developed to support the continuity of these actions within the school context.

Key words:

Sexuality education; executive functions; adolescence; self-regulation; decision-making; secondary education.

Caracterización del escenario de pasantía y funciones**Descripción de la organización**

El colegio Rincón Santo, ubicado en el sector Rincón Santo del municipio de Cajicá, es una institución educativa de carácter público que ofrece formación en los niveles de preescolar, primaria y bachillerato. La organización institucional se estructura a partir de diferentes instancias de participación y dirección, entre las que se encuentran el rector, el consejo directivo, el consejo académico, el comité de convivencia, el consejo de padres, el consejo de estudiantes, así como las figuras del personero, el contralor y el equipo de coordinación. Estas instancias permiten una participación de la comunidad educativa en distintos procesos institucionales.

En cuanto al talento humano, la institución cuenta con un equipo interdisciplinario conformado por una persona encargada del abordaje de barreras para el aprendizaje, dos orientadoras escolares, dos psicólogas de apoyo asignadas por la alcaldía y tres pasantes en psicología educativa, dentro de los cuales se desempeña el rol de psicólogo educativo en formación. Este equipo cumple una función fundamental en el acompañamiento de los procesos académicos, emocionales y convivenciales de los estudiantes.

La organización académica del colegio se distribuye en grados que cuentan con dos o tres cursos cada uno, desarrollados en jornada de la mañana bajo un modelo pedagógico de carácter tradicional. En términos de convivencia, la institución se caracteriza por mantener un ambiente

positivo, aunque hay algunas situaciones de conflicto relacionadas con agresiones dentro y fuera del entorno escolar. Estos casos los aborda el equipo de orientación, las psicólogas de apoyo y la coordinación de convivencia que implementan estrategias de intervención y seguimiento.

El colegio Rincón Santo se distingue por su alta participación en actividades deportivas, culturales y espacios relacionados con el fortalecimiento del bienestar psicológico, lo que contribuye al desarrollo integral de los estudiantes.

Características de la población atendida

La población atendida está conformada por niños, niñas y adolescentes entre los 11 y 18 años, estudiantes de básica secundaria y media de la Institución Educativa Departamental Rincón Santo, pertenecientes en su mayoría a estratos socioeconómicos entre 1 y 4; este grupo se encuentra en una etapa del desarrollo caracterizada por transformaciones significativas a nivel físico, emocional, social y cognitivo, propias de la transición entre la niñez y la adolescencia, las cuales influyen de manera directa en sus procesos de aprendizaje, comportamiento y formas de relacionarse.

En relación con la problemática identificada, se evidencian dificultades en el desarrollo y consolidación de las funciones ejecutivas, particularmente en procesos como la atención sostenida, la planificación, el control de impulsos y la toma de decisiones, lo que incide en el desempeño académico, el seguimiento de normas y la organización de tareas, asimismo, a nivel socioemocional, se observan retos en la regulación emocional, manifestados en respuestas impulsivas, baja tolerancia a la frustración y variaciones en el estado de ánimo, estas características influyen directamente en las relaciones interpersonales, donde se presentan dificultades en la comunicación asertiva, la resolución de conflictos y la convivencia escolar, evidenciándose en

ocasiones conflictos entre pares o comportamientos que afectan el clima del aula. Por otro lado, los estudiantes se encuentran en un proceso de construcción de su identidad y de comprensión de la sexualidad, el cual aún presenta vacíos conceptuales y está influenciado por creencias, imaginarios sociales y contenidos provenientes de su entorno, especialmente de los medios digitales.

Ubicación geográfica

- Las pasantías se realizan en la sede principal, dirección: Calle 22a #1-23, Vereda Río Grande Sector Rincón Santo, Cajicá Cundinamarca.
- Sede el Misterio, sector el Misterio, vereda Rio Grande – Cajicá Cundinamarca.
- Sede Granjitas sector de La Naveta – Cajicá Cundinamarca.

Reseña histórica

La Institución Educativa refleja a través de sus indicadores y reconocimientos, un proceso sostenido de fortalecimiento académico y formativo a lo largo de los años, entre 2011 y 2021, se ha mantenido en categorías altas de clasificación (A y A+), lo que evidencia su compromiso con la calidad educativa; Asimismo, presenta una baja tasa de deserción del 3% y una cobertura del 100%, aspectos que dan cuenta de su capacidad para garantizar el acceso y la permanencia de los estudiantes en el sistema educativo.

En su trayectoria, la institución ha sido reconocida por sus prácticas pedagógicas y su liderazgo educativo, destacándose en 2018 con premios a la excelencia institucional y buenas prácticas, y en 2019 por su participación en iniciativas de nuevo liderazgo docente, estos logros reflejan el trabajo constante del cuerpo docente y directivo en la construcción de una educación significativa. De igual

forma, la institución orienta su desarrollo hacia el mejoramiento continuo, priorizando aspectos como el bienestar, la inclusión, la diversidad y el uso de la tecnología, así como el fortalecimiento del proyecto de vida de los estudiantes, además, promueve el acceso a la educación superior y a formación técnica y tecnológica, ampliando las oportunidades de su comunidad educativa.

Este proceso se ha visto fortalecido gracias al trabajo articulado con aliados estratégicos, entre ellos entidades educativas, culturales y sociales, lo que ha permitido consolidar una propuesta educativa integral. En conjunto, estos elementos evidencian una institución comprometida con la convivencia, la formación en valores y el desarrollo continuo de su comunidad.

Descripción de los productos o servicios

El entregable de la presente pasantía consiste en la elaboración de una cartilla pedagógica dirigida a estudiantes de grado sexto a undécimo, orientada al abordaje de la educación para la sexualidad desde una perspectiva neuropsicológica, específicamente a partir del fortalecimiento de las funciones ejecutivas. Esta cartilla tiene como propósito principal brindar herramientas prácticas y aplicables en el contexto escolar que favorezcan la toma de decisiones responsables, el autocontrol, la planificación y la reflexión crítica frente a situaciones relacionadas con la sexualidad.

El material estará compuesto por una serie de actividades diseñadas de manera progresiva según el nivel educativo, permitiendo su adaptación a las características y necesidades de los estudiantes. Cada actividad integrará componentes como el control inhibitorio, la memoria de trabajo y la flexibilidad cognitiva, con el fin de promover habilidades que faciliten la regulación del comportamiento, la comprensión de riesgos y consecuencias, así como el desarrollo de una sexualidad consciente e informada.

Asimismo, la cartilla busca ser una herramienta de fácil implementación para docentes y orientadores, sin requerir materiales complejos, priorizando estrategias dinámicas, reflexivas y participativas que fomenten el diálogo y el pensamiento crítico en el aula. De esta manera, se pretende contribuir no solo a la prevención de conductas de riesgo, sino también al fortalecimiento del bienestar emocional y social de los estudiantes dentro del contexto educativo.

Misión

La IED Rincón Santo del Municipio de Cajicá, vereda Rio Grande, estimula y desarrolla las capacidades cognitivas, sociales y afectivas de los estudiantes, por medio de procesos académicos, capaces de permitir el reconocimiento de sus potenciales que los llevan a plantear su proyecto de vida.

Visión

En el año 2030, la IED Rincón Santo, se posicionará en el Municipio de Cajicá como una institución educativa con alto nivel de calidad, de la cual egresan individuos competentes con un claro sentido de responsabilidad personal y social, como ciudadanos que respetan los derechos humanos y reconocen la diversidad.

Filosofía

La filosofía institucional está direccionada al mejoramiento continuo, la excelencia educativa e inclusiva, encaminada al fortalecimiento del proyecto de vida, con la participación de toda la comunidad educativa.

Políticas

Política de Calidad

Con el fin de alcanzar un alto grado de satisfacción de la comunidad educativa, implementará el ciclo PHVA mediante procesos de mejora continua, para lo cual capacitará y acompañará a todos los docentes y personal administrativo.

Política de Inclusión

Escolarizar y garantizar la integración de los estudiantes que se encuentran matriculados en cualquiera de los niveles ofrecidos por la institución y que presentan algún tipo de discapacidad, desarrollando ajustes y adaptaciones curriculares según orientaciones del Decreto 1421 de 2017 de acuerdo a las diversas posibilidades para aprender y convivir favoreciendo así el desarrollo integral del educando, garantizando que vayan con su grupo de edad para favorecer la socialización; brindando calidad y continuidad educativa de acuerdo a la realidad de su discapacidad, y que puedan ser evaluados acordes a sus logros. Se hará seguimiento por medio del PHVA para mejorar los procesos pedagógicos y adaptativos.

Factores Clave de Éxito

Los factores clave de éxito se centran en mejorar la convivencia escolar y la calidad educativa con mejora continua, garantizando que los estudiantes estén satisfechos y seguros en su entorno y que se les proporcione una educación de alta calidad que favorezca su desarrollo integral. Los indicadores permiten medir con precisión el impacto, cumplimiento y satisfacción, proporcionando bases claras para la toma de decisiones y ajustes en la institución.

Objetivos del colegio

Objetivo general

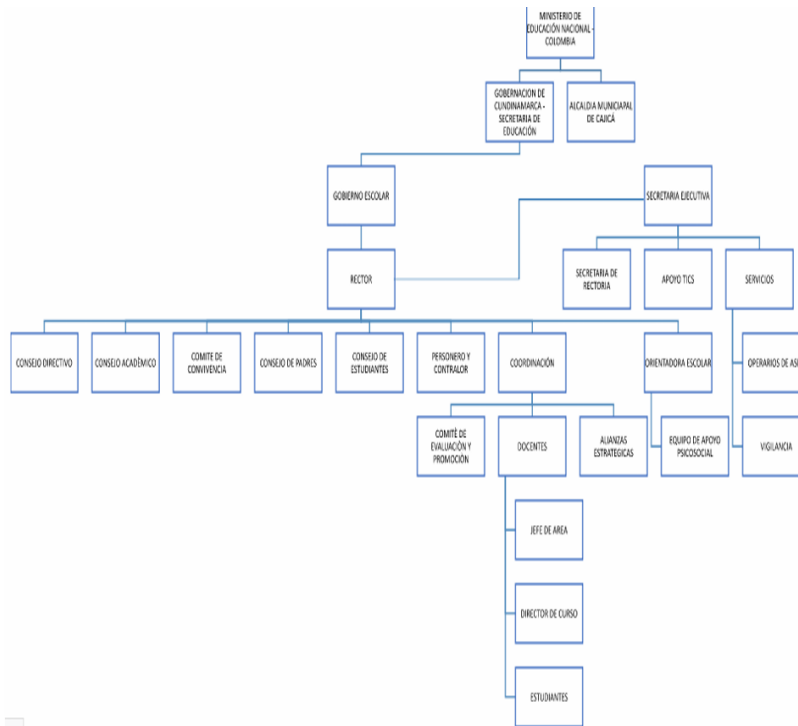
Posicionar a la Institución Educativa Departamental Rincón Santo del municipio de Cajicá como una de las mejores de la región, mediante el reconocimiento a la calidad educativa, atendiendo a los criterios y parámetros establecidos con miras a la excelencia.

Objetivos específicos:

1. Promover la participación de la comunidad educativa en la formación de los estudiantes.
2. Ofrecer a los estudiantes procesos de prevención y formación integral en competencias básicas, ciudadanas y laborales que le permitan trascender a nivel educativo, social y productivo.
3. Desarrollar programas académicos, en valores y convivencia social de alta calidad, para satisfacer las necesidades y expectativas de los padres de familia y estudiantes, cumpliendo con los requisitos legales.
4. Brindar a la comunidad de Cajicá, en especial a la vereda Rio grande, los niveles de educación preescolar, básica primaria, básica secundaria y media académica a través de un proyecto educativo institucional.
5. Orientar al estudiante para que tome conciencia de su valor como persona y agente de su propio desarrollo a partir de un Proyecto Integral de vida.
6. Generar un proceso de educación formal permanente, personal, cultural y social que sea base del desarrollo evolutivo, que se fundamente en una concepción integral de la persona humana, de su dignidad, de sus derechos y sus deberes.
7. Desarrollar el programa de articulación y actividades complementarias con el SENA, a fin de fortalecer el proyecto de vida de los estudiantes mediante el desarrollo y fortalecimiento de competencias para la vida.

Organigrama

El siguiente organigrama presenta la estructura organizacional del colegio, evidenciando la jerarquía de los diferentes cargos y áreas que conforman la institución.



Descripción de los procesos de gestión humana y de las funciones del pasante

La gestión humana dentro de la institución educativa se encuentra mediada principalmente por entidades externas como la Secretaría de Educación de Cajicá y el Ministerio de Educación Nacional, quienes se encargan de los procesos relacionados con la vinculación, asignación y regulación del personal docente, administrativo y de apoyo. Esto implica que muchos de los lineamientos en cuanto a roles, funciones y organización del talento humano responden a directrices establecidas a nivel institucional y gubernamental.

En este contexto, el rol del pasante en psicología educativa se orienta al apoyo en diversos procesos de acompañamiento escolar. Entre sus funciones principales se encuentra la intervención en

dificultades de aprendizaje y en la atención de estudiantes con necesidades educativas especiales, así como el acompañamiento en la realización de diagnósticos psicopedagógicos que permitan identificar posibles barreras en el proceso educativo. De igual manera, se participa en la implementación de estrategias dirigidas a estudiantes con trastornos específicos del aprendizaje, promoviendo el fortalecimiento de sus habilidades cognitivas y académicas.

Adicionalmente, el pasante cumple un papel importante en el acompañamiento continuo de los estudiantes, así como en el establecimiento de canales de comunicación con los acudientes, con el fin de articular acciones que favorezcan el desarrollo integral. Este trabajo se realiza en conjunto con el equipo interdisciplinario, aportando desde una mirada psicológica y educativa a las dinámicas institucional.

Justificación de elección del lugar

La elección del colegio como escenario de práctica responde principalmente al interés formativo en el campo de la psicología educativa, tanto desde una perspectiva teórica como práctica. Este espacio permite un acercamiento directo a las dinámicas reales del contexto escolar, facilitando la comprensión de los procesos de enseñanza-aprendizaje y de las dificultades que pueden presentarse en los estudiantes.

Asimismo, la elección se fundamenta en el interés particular por la neuropsicología y su aplicación en el ámbito educativo, especialmente en lo relacionado con el desarrollo de funciones cognitivas, procesos de identidad y regulación del comportamiento en niños y adolescentes. El entorno escolar se configura como un espacio clave para intervenir en estas áreas, debido a su impacto directo en el desarrollo integral de los estudiantes.

Finalmente, se reconoce la importancia de trabajar en contextos de educación pública, donde las acciones de promoción y prevención adquieren un valor significativo. Este tipo de escenarios permite no solo intervenir en problemáticas existentes, sino también generar estrategias que contribuyan al bienestar, la convivencia y el desarrollo saludable de la comunidad educativa.

Planteamiento de la necesidad o problemática a abordar

En el contexto escolar se han evidenciado diversas situaciones relacionadas con la vivencia y la comprensión de la sexualidad entre los estudiantes, donde durante estas interacciones cotidianas emergen comentarios despectivos, bromas o expresiones de burla frente a temas asociados al cuerpo, las relaciones afectivas y la sexualidad, lo cual refleja una comprensión limitada del tema y una tendencia a abordarlo desde la desinformación, el juicio o la ridiculización entre pares.

Estas dinámicas pueden generar escenarios de incomodidad, vulnerabilidad y estigmatización, afectando la convivencia escolar y el desarrollo respetuoso y saludable de la sexualidad; así mismo, se observa que muchos estudiantes relacionan el tema principalmente con el acto sexual, dejando de lado temas importantes como el respeto por el propio cuerpo, el consentimiento, la construcción de identidad y la responsabilidad en las interacciones sociales.

Conjuntamente, el uso de redes sociales y medios digitales introduce nuevos desafíos en la forma en que los adolescentes se relacionan con los demás, en los que circulan contenidos comentarios e interacciones que pueden influir en la manera en la que los estudiantes interpretan el cuerpo, las relaciones y la intimidad. En muchos casos estas situaciones ocurren sin una reflexión previa sobre sus posibles implicaciones personales, sociales o emocionales, lo que evidencia la necesidad de fortalecer en procesos de pensamiento crítico y autorregulación frente al uso de estos medios.

Así mismo, resulta importante el abordar temas asociados al desarrollo de funciones ejecutivas como el control de impulsos, la anticipación de consecuencias, el juicio social y la toma de decisiones. Estas habilidades permiten a los estudiantes analizar los riesgos asociados a la exposición de información personal o íntima en redes sociales, comprender el impacto de sus acciones que pueden tener en otros y desarrollar una postura más reflexiva frente a la sexualidad en el entorno digital.

Teniendo presente lo mencionado anteriormente, es fundamental generar espacios educativos que promuevan una comprensión más formativa, reflexiva y respetuosa de la sexualidad. Así mismo se busca desarrollar habilidades cognitivas y socioemocionales que favorezcan las funciones ejecutivas, el pensar antes de actuar, comprender las consecuencias de sus acciones y el fortalecimiento de una convivencia basada en respeto hacia sí mismos y hacia los demás.

Objetivos

Objetivo general

Promover una comprensión formativa reflexiva y respetuosa de la sexualidad en estudiantes de bachillerato, por medio de talleres dinámicos que favorezcan las funciones ejecutivas, especialmente el control de impulsos, la autorregulación y la toma de decisiones responsables en contextos personales, sociales y digitales.

Objetivos específicos

1. Identificar las principales dificultades en la comprensión de la sexualidad en estudiantes de sexto a once, incluyendo el uso del lenguaje, y las interacciones entre pares, así como su relación con el control de impulsos, la regulación emocional y la toma de decisiones.

2. Desarrollar talleres orientados a la promoción de una vivencia de la sexualidad basada en el respeto, el consentimiento y el autocuidado, integrando el fortalecimiento de habilidades socioemocionales y funciones ejecutivas.
3. Diseñar una cartilla pedagógica que reúna los talleres implementados, organizada por niveles educativos, con el fin de facilitar su utilización en futuros procesos pedagógicos dentro de la institución.

Justificación

La intervención responde a la necesidad de abordar en el contexto educativo del colegio Rincón Santo una problemática que trasciende lo académico y se ubica en el crecimiento integral de los estudiantes, evidenciada en las dificultades en la comprensión de la sexualidad y en el desarrollo de sus funciones ejecutivas como el control de impulsos, la autorregulación y la toma de decisiones, las cuales se manifiestan en dinámicas de interacción caracterizadas por el uso de lenguaje despectivo, respuestas impulsivas y escasa reflexión frente a las consecuencias de las propias acciones; en este sentido, su pertinencia radica en la articulación directa con las necesidades identificadas en la institución y con el rol del psicólogo educativo, orientado tanto a la atención de problemáticas presentes como a la promoción de procesos preventivos que favorezcan el bienestar y la convivencia escolar; Desde la psicología, adquiere relevancia al integrar aportes de la psicología educativa y la neuropsicología, al comprender la sexualidad como un proceso complejo mediado por dimensiones cognitivas, emocionales y sociales que influyen en la forma en que los estudiantes se relacionan consigo mismos y con los demás, lo que permite superar enfoques centrados exclusivamente en la transmisión de información y avanzar hacia procesos formativos que promuevan el pensamiento crítico, la regulación del comportamiento y la toma de decisiones conscientes. En consecuencia, el impacto esperado se orienta a transformar progresivamente la

manera en que los estudiantes comprenden y vivencian su sexualidad, favoreciendo actitudes más respetuosas, reflexivas y responsables, al tiempo que se fortalecen habilidades con efectos sostenibles en su desarrollo personal, en la prevención de conductas de riesgo y en la mejora del clima escolar; adicionalmente, la elaboración de una cartilla pedagógica favorece la continuidad de estos procesos, beneficiando principalmente a estudiantes de grado sexto a once quienes se encuentran en una etapa clave de consolidación de la identidad, así como a docentes y orientadores, al proporcionar una herramienta estructurada y contextualizada (cartilla) que fortalece las prácticas educativas, evidenciando una intervención pertinente, con sustento disciplinar y proyección de impacto en la formación integral de la comunidad educativa.

Marco referencial

La comprensión de la sexualidad en el contexto escolar requiere ir más allá de su abordaje como psicoeducación y situarla como un proceso de construcción que se configura en la interacción entre el desarrollo cognitivo, la regulación emocional y las dinámicas sociales propias de la adolescencia, en este sentido, las dificultades evidenciadas en el contexto institucional, como el uso de lenguaje despectivo, la impulsividad en la interacción con pares y la escasa reflexión frente a las consecuencias de las acciones, no pueden ser leídas únicamente como falta de información, sino como expresiones de un desarrollo aún en proceso de las funciones ejecutivas, particularmente en lo relacionado con el control inhibitorio, la toma de decisiones y la autorregulación; Esto implica reconocer que la manera en que los estudiantes vivencian su sexualidad no depende exclusivamente de lo que saben, sino de cómo procesan, regulan y aplican ese conocimiento en situaciones reales.

Desde esta perspectiva, se cuestiona la idea de que la educación sexual se limite solo a transmitir información, ya que esto no garantiza cambios en el comportamiento, en la práctica, la forma en que los estudiantes actúan en situaciones sociales y afectivas también depende de habilidades como

pensar antes de actuar, reconocer consecuencias y regular sus impulsos, por ello, las conductas observadas en el entorno escolar pueden entenderse como una dificultad para aplicar lo que saben en su vida cotidiana, lo que muestra que no es suficiente con conocer sobre sexualidad, sino que es necesario desarrollar habilidades que les permitan actuar de manera consciente y responsable. A su vez, el entorno sociocultural y digital introduce tensiones adicionales, al exponer a los adolescentes a discursos, prácticas y representaciones de la sexualidad que en muchos casos no pasan por procesos de análisis crítico. En este punto, las funciones ejecutivas adquieren un carácter mediador que permiten no solo regular la conducta, sino también interpretar la información, cuestionar significados y posicionarse frente a las presiones del contexto, sin embargo, cuando estas habilidades no están suficientemente desarrolladas, los estudiantes tienden a reproducir patrones sin mayor reflexión, lo que refuerza dinámicas de riesgo, desinformación o interacción poco respetuosa.

De este modo, el análisis de estas categorías permite comprender que la vivencia de la sexualidad en el ámbito escolar no es un fenómeno aislado ni exclusivamente individual, sino el resultado de la interacción entre procesos de desarrollo cognitivo, dinámicas emocionales y condiciones socioculturales, lo que exige abordajes que integren estas dimensiones para lograr una comprensión más amplia y coherente de las conductas observadas.

Estado del arte

En los últimos años, la psicoeducación para la sexualidad en contextos escolares ha sido abordada desde distintos enfoques, destacándose principalmente aquellos que la entienden como un proceso integral que incluye dimensiones cognitivas, emocionales y sociales, más allá de la simple transmisión de información (UNESCO, 2018). Estas perspectivas coinciden en que brindar

conocimientos no es suficiente para generar cambios en el comportamiento, ya que las decisiones de los adolescentes también dependen de habilidades como la autorregulación, el pensamiento crítico y la capacidad para anticipar consecuencias. En esta línea, diversas investigaciones han resaltado la importancia de las funciones ejecutivas en la conducta adolescente, autores como Adele Diamond (2013) y Russell Barkley (2012) plantean que habilidades como el control de impulsos, la planificación y la toma de decisiones son fundamentales para la regulación del comportamiento. Estudios más recientes han encontrado que un desarrollo limitado de estas funciones se relaciona con conductas de riesgo, dificultades en la convivencia y toma de decisiones poco reflexivas en adolescentes (Best & Miller, 2010; Zelazo et al., 2016). Esto permite entender que muchas de las conductas observadas en contextos escolares no responden únicamente a la falta de información, sino también a limitaciones en estos procesos cognitivos.

Por otra parte, investigaciones actuales también han analizado el impacto del entorno digital en la construcción de la sexualidad, el acceso constante a redes sociales y contenidos en línea influye en la forma en que los adolescentes comprenden las relaciones, el cuerpo y la interacción con otros, muchas veces reproduciendo estereotipos o información poco confiable (Livingstone & Smith, 2014; OECD, 2021). En este contexto, el desarrollo de habilidades para analizar críticamente la información y tomar decisiones conscientes se vuelve aún más relevante, sin embargo, a pesar de estos avances se identifica un vacío importante en la literatura, pues la mayoría de los programas de educación sexual continúan centrados en la transmisión de contenidos, dejando en un segundo plano el fortalecimiento de habilidades cognitivas como las funciones ejecutivas. Asimismo, aunque existen estudios sobre funciones ejecutivas y conducta adolescente, pocos integran de manera explícita estos procesos con la educación para la sexualidad en contextos escolares, esta falta de articulación limita la comprensión integral del fenómeno y reduce la efectividad de las

intervenciones. En este sentido, se evidencia la necesidad de propuestas que integren la educación para la sexualidad con el fortalecimiento de funciones ejecutivas, permitiendo no solo que los estudiantes adquieran conocimientos, sino que desarrollen habilidades para aplicarlos en su vida cotidiana, tomar decisiones más conscientes y regular su comportamiento en diferentes contextos.

Marco teórico

La comprensión del comportamiento de los estudiantes en relación con la sexualidad en el contexto escolar requiere partir de una visión integral de este concepto, entendido no solo como un aspecto biológico, sino como una dimensión que involucra factores psicológicos y sociales, construida a lo largo del desarrollo y mediada por el contexto (Organización Mundial de la Salud, 2010; UNESCO, 2018). Durante la adolescencia, esta dimensión adquiere especial relevancia, ya que se configura en un periodo de cambios significativos en la identidad, las relaciones interpersonales y la forma en que los individuos interpretan su entorno (Papalia & Martorell, 2017), sin embargo, la manera en que los adolescentes comprenden y vivencian su sexualidad no depende únicamente del acceso a la información, sino también de su capacidad para regular su comportamiento en situaciones sociales y afectivas. En este sentido, las funciones ejecutivas se constituyen en un eje fundamental para comprender dichas dinámicas, ya que hacen referencia a un conjunto de procesos cognitivos que permiten el control inhibitorio, la planificación, la toma de decisiones y la regulación de la conducta (Diamond, 2013; Barkley, 2012), estas habilidades que se encuentran en desarrollo durante la adolescencia, influyen directamente en la capacidad de los estudiantes para anticipar consecuencias, evaluar situaciones sociales y ajustar su comportamiento frente a diferentes contextos, de este modo, la relación entre funciones ejecutivas y sexualidad permite entender que el comportamiento no es únicamente el resultado del conocimiento adquirido, sino de la capacidad para aplicarlo de manera consciente en la vida cotidiana.

Esta articulación se hace evidente al analizar las dinámicas presentes en el contexto escolar, donde conductas como el uso de lenguaje humillante, la impulsividad en la interacción interpersonal y la dificultad para establecer límites pueden interpretarse como manifestaciones de una regulación conductual aún en desarrollo, más que como una simple falta de información, en este sentido, autores como Steinberg (2014) señalan que durante la adolescencia, existe una brecha entre el conocimiento y la acción, explicada por la maduración progresiva de los sistemas cognitivos y emocionales, lo que incide directamente en la toma de decisiones en contextos sociales, adicionalmente, el entorno sociocultural y digital influye de manera significativa en la construcción de la sexualidad, al exponer a los adolescentes a múltiples fuentes de información, modelos de relación y normas sociales que no siempre son procesados de manera crítica (Livingstone & Smith, 2014). En este escenario, las funciones ejecutivas cumplen un papel mediador, ya que permiten analizar la información, cuestionar contenidos y regular la conducta frente a las demandas del entorno, no obstante, cuando estas habilidades no están plenamente desarrolladas, los estudiantes pueden reproducir comportamientos sin mayor reflexión, lo que se refleja en las dinámicas observadas en el contexto del colegio Rincón Santo.

Considerando los objetivos planteados para la intervención, resulta pertinente abordar conceptos asociados al desarrollo socioemocional y a la construcción de relaciones saludables durante la adolescencia, es por ello por lo que se definirán de manera específica.

Funciones ejecutivas

Según (Diamond, 2013), las funciones ejecutivas son un conjunto de procesos cognitivos que permiten controlar y regular la conducta, los pensamientos y las emociones para alcanzar metas, estas incluyen habilidades como el control inhibitorio, la memoria de trabajo y la flexibilidad

cognitiva, las cuales facilitan la planificación, la toma de decisiones, la resolución de problemas y la adaptación a situaciones nuevas.

Pubertad

La pubertad es una etapa del desarrollo caracterizada por cambios físicos y hormonales que conducen a la maduración sexual, dando lugar a la aparición de características sexuales secundarias y a la capacidad reproductiva, como parte de la transición entre la niñez y la adolescencia (National Cancer Institute, s.f.).

Cambios físicos

Los **cambios físicos** son las transformaciones corporales que ocurren durante la pubertad como resultado de la acción de las hormonas sexuales, estos cambios incluyen el crecimiento acelerado del cuerpo, la aparición de vello en diferentes zonas, cambios en la voz, el desarrollo de los órganos sexuales y la aparición de características sexuales secundarias propias de hombres y mujeres. Asimismo, se presentan modificaciones en la composición corporal, el olor corporal y la piel, como la aparición de acné (UNICEF, 2024).

Cambios emocionales

Según (UNICEF, 2024), los **cambios emocionales** son las transformaciones que experimentan los adolescentes en la forma de sentir, expresar y comprender sus emociones durante la pubertad, estos cambios están relacionados con el desarrollo cerebral, los cambios hormonales y las nuevas experiencias sociales, lo que puede generar variaciones en el estado de ánimo, una mayor sensibilidad emocional y una búsqueda progresiva de identidad e independencia.

Gestión emocional

La **gestión emocional** es la capacidad de reconocer, comprender, expresar y regular adecuadamente las propias emociones, así como responder de manera adaptativa a las emociones de los demás. Esta habilidad permite afrontar situaciones cotidianas, resolver conflictos, tomar decisiones y mantener relaciones interpersonales saludables (UNESCO, 2024).

Comunicación y sus tipos

La comunicación es el proceso mediante el cual las personas intercambian información, ideas, pensamientos, sentimientos y emociones a través de mensajes verbales y no verbales, permitiendo la interacción y comprensión entre individuos (American Psychological Association, 2018), hay distintos tipos de comunicación como:

- ***Comunicación asertiva:*** Consiste en expresar pensamientos, sentimientos y necesidades de manera clara, honesta y respetuosa, teniendo en cuenta tanto los derechos propios como los de los demás (Alberti & Emmons, 2017).
- ***Comunicación pasiva:*** Se caracteriza por la dificultad para expresar opiniones, necesidades o sentimientos, generalmente por miedo al conflicto, al rechazo o a desagradar a otras personas (Alberti & Emmons, 2017).
- ***Comunicación agresiva:*** La comunicación agresiva ocurre cuando una persona expresa sus ideas, emociones o necesidades de manera hostil, dominante o irrespetuosa, sin considerar los derechos o sentimientos de los demás (Alberti & Emmons, 2017).
- ***Comunicación pasivo – agresiva:*** Se presenta cuando una persona evita expresar directamente su malestar, pero lo manifiesta de forma indirecta mediante sarcasmos,

indirectas, silencios o comportamientos de resistencia (American Psychological Association, 2018).

Límites

Los límites son normas, reglas o criterios que una persona establece para proteger su bienestar físico, emocional y social, permitiendo regular las relaciones interpersonales y promover el respeto mutuo. Según el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF, 2021), los límites ayudan a desarrollar la autonomía, la responsabilidad y la convivencia saludable en distintos contextos.

Redes sociales

Las redes sociales son plataformas digitales que permiten a los usuarios crear contenido, interactuar, compartir información y mantener vínculos sociales mediante internet. De acuerdo con Kaplan, Andreas M. y Haenlein (2020), estas plataformas facilitan la creación y el intercambio de contenido generado por los usuarios dentro de comunidades virtuales.

Responsabilidad afectiva

La responsabilidad afectiva se refiere a la capacidad de reconocer cómo las acciones, palabras y decisiones propias pueden influir en el bienestar emocional de otras personas, promoviendo relaciones basadas en la honestidad, la empatía y la comunicación clara. Este concepto ha sido ampliamente abordado en la literatura reciente sobre relaciones interpersonales saludables y bienestar emocional.

Toma de decisiones

La toma de decisiones es el proceso mediante el cual una persona evalúa diferentes alternativas y selecciona aquella que considera más adecuada, teniendo en cuenta sus posibles consecuencias. El ICBF (2020) la define como la capacidad para escoger adecuadamente entre distintas opciones considerando sus efectos y asumiendo la responsabilidad de las decisiones tomadas.

Proyecto de vida

El proyecto de vida es un proceso de planificación personal que integra metas, valores, intereses y expectativas, orientando las acciones de una persona hacia el logro de objetivos significativos. El ICBF (2020) señala que constituye un modelo sobre lo que el individuo espera ser y hacer en el futuro, articulando identidad, contexto y aspiraciones personales.

Resolución de conflictos

La resolución de conflictos es el conjunto de estrategias y habilidades que permiten gestionar desacuerdos de manera pacífica, constructiva y cooperativa, buscando soluciones satisfactorias para las partes involucradas. La legislación colombiana reconoce estos procesos como mecanismos que favorecen el diálogo, la convivencia y la construcción de paz.

Autocuidado

El autocuidado hace referencia al conjunto de acciones, decisiones y conductas que las personas realizan de manera consciente para proteger su salud, prevenir enfermedades y promover su bienestar físico, mental y emocional. Este proceso implica asumir un papel activo frente al propio bienestar, favoreciendo el desarrollo de hábitos saludables y estrategias de protección frente a situaciones de riesgo. De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), el autocuidado corresponde a la capacidad de las personas, familias y comunidades para promover la salud,

prevenir enfermedades y afrontar situaciones relacionadas con la salud con o sin el apoyo de profesionales sanitarios (OMS, 2024).

Consentimiento

El consentimiento se entiende como la manifestación libre, voluntaria, informada y consciente mediante la cual una persona acepta participar en una determinada interacción o actividad. En el ámbito de las relaciones afectivas y sexuales, implica que todas las personas involucradas expresen su acuerdo sin presiones, manipulación o coerción. El Instituto Colombiano de Bienestar Familiar señala que el consentimiento sexual implica estar explícitamente de acuerdo con realizar una acción de índole sexual y que dicho consentimiento puede retirarse en cualquier momento (ICBF, 2022).

Vínculos afectivos

Los vínculos afectivos son lazos emocionales duraderos que las personas establecen con figuras significativas a lo largo de su vida, los cuales proporcionan sentimientos de seguridad, protección, confianza y apoyo emocional. Estos vínculos desempeñan un papel fundamental en el desarrollo psicológico, social y emocional, influyendo en la forma en que las personas regulan sus emociones, construyen relaciones interpersonales y afrontan situaciones de estrés. De acuerdo con Bowlby (2014), la necesidad de establecer vínculos afectivos constituye una característica fundamental del ser humano y representa una base esencial para el desarrollo saludable a lo largo del ciclo vital.

Identidad

La identidad puede definirse como la comprensión que una persona desarrolla acerca de quién es, a partir de la integración de sus características individuales, experiencias, valores, creencias y relaciones sociales. Este proceso implica tanto la construcción personal como la influencia de los grupos y contextos sociales a los que pertenece el individuo. En este sentido, Vera y Valenzuela (2012) señalan que la identidad constituye una construcción de sentido que permite a las personas

definirse a sí mismas y comprender su posición dentro de la sociedad, integrando elementos individuales y colectivos en un proceso dinámico y cambiante. Asimismo, los autores destacan que la identidad se construye a través de la interacción entre las características personales, las relaciones sociales y los contextos culturales en los que se desarrolla el individuo

Autoestima

La autoestima puede definirse como el conjunto de percepciones, pensamientos, evaluaciones, sentimientos y tendencias de comportamiento que una persona dirige hacia sí misma. Este constructo engloba la manera en que los individuos perciben sus características personales, valoran sus capacidades y construyen un juicio sobre su propia valía. Su importancia radica en que influye directamente en la forma de pensar, sentir, actuar y relacionarse con los demás, afectando diferentes ámbitos de la vida personal, social y académica. Bernal Arévalo (2013) señala que la autoestima constituye una percepción evaluativa de uno mismo, relacionada con el sentido de valor personal y con la manera en que las personas se adaptan a las demandas de su entorno. Asimismo, destaca que la autoestima influye en los procesos cognitivos, emocionales y conductuales, convirtiéndose en un elemento fundamental para el bienestar psicológico. De manera complementaria, Rosenberg (1965) plantea que la autoestima refleja la actitud positiva o negativa que un individuo mantiene hacia sí mismo, siendo uno de los componentes centrales del autoconcepto.

Violencia Psicológica

La violencia psicológica es una forma de maltrato que se ejerce mediante conductas destinadas a controlar, intimidar, humillar, manipular o deteriorar el bienestar emocional de una persona. Se manifiesta a través de amenazas, chantajes, insultos, humillaciones, aislamiento, hostigamiento, vigilancia excesiva, control de decisiones o cualquier comportamiento que genere afectación en la salud mental de la víctima. A diferencia de la violencia física, sus efectos suelen ser menos visibles,

pero pueden generar consecuencias profundas y duraderas sobre la autoestima, la identidad, las relaciones interpersonales y la calidad de vida. Poalacin-Iza y Bermúdez-Santana (2023) señalan que la violencia psicológica provoca daño en las dimensiones cognitivas, afectivas, conductuales y sociales del individuo, pudiendo ocasionar secuelas persistentes que afectan el funcionamiento cotidiano y requieren intervención especializada.

Asimismo, los autores destacan que este tipo de violencia se encuentra asociada con alteraciones emocionales como ansiedad, depresión, estrés postraumático, baja autoestima, aislamiento social, problemas de adaptación y dificultades en el funcionamiento familiar, académico y laboral, constituyéndose en un problema relevante de salud pública y de derechos humanos.

Marco legal

El desarrollo de acciones orientadas a la educación para la sexualidad y al fortalecimiento de habilidades en estudiantes se enmarca en disposiciones normativas que orientan la formación integral y la garantía de derechos en el contexto escolar, la Ley 115 de 1994 establece que la educación debe promover el desarrollo integral en dimensiones éticas, afectivas y sociales, lo que respalda la inclusión de procesos formativos relacionados con la sexualidad y la convivencia. En coherencia con ello, la Ley 1620 de 2013 plantea la necesidad de fortalecer ambientes escolares respetuosos y prevenir situaciones que afecten la convivencia dentro de las cuales se incluyen dinámicas asociadas al uso del lenguaje, la interacción entre pares y la toma de decisiones, estas orientaciones se articulan con las situaciones observadas en el contexto institucional donde se evidencian dificultades en la regulación del comportamiento y en la forma en que los estudiantes se relacionan, lo que da sentido a la implementación de estrategias que no solo informen, sino que también promuevan habilidades para la autorregulación y el respeto.

A su vez, la Ley 1098 de 2006 reconoce el derecho de niños, niñas y adolescentes a una formación que favorezca su desarrollo integral y el ejercicio de sus derechos, incluyendo la educación para la sexualidad, lo que refuerza la responsabilidad de la institución educativa en el acompañamiento de estos procesos. En el ámbito profesional, la Ley 1090 de 2006 orienta la práctica del psicólogo desde principios como el respeto por la dignidad, la responsabilidad y la confidencialidad, elementos fundamentales al trabajar temas sensibles en población adolescente, estos lineamientos éticos garantizan que la intervención se desarrolle desde un enfoque respetuoso, centrado en el bienestar de los estudiantes y en la protección de su integridad. Este marco normativo permite sustentar la intervención en el contexto de pasantía, al evidenciar que el abordaje de la sexualidad y el fortalecimiento de habilidades asociadas al comportamiento no solo responde a una necesidad identificada, sino que se encuentra respaldado por lineamientos legales y éticos que promueven la formación integral y la construcción de entornos educativos más seguros y reflexivos.

Metodología

Enfoque

En coherencia con los objetivos del proyecto y la naturaleza de la problemática abordada, se optó por un enfoque cualitativo, orientado a comprender en profundidad las formas en que los estudiantes interpretan y vivencian la sexualidad en su contexto escolar. Esta decisión metodológica responde a que el interés principal no se centró en la medición de variables cuantificables ni en la aplicación de pruebas estandarizadas, sino en el análisis de significados, discursos e interacciones que emergen en la cotidianidad de los estudiantes.

En este sentido, la recolección de información se realizó a través de actividades basadas en preguntas abiertas, ejercicios reflexivos y observación directa, lo que permitió identificar patrones

en el lenguaje, las creencias y las dinámicas relacionales entre pares. Estas respuestas, lejos de ser tratadas como datos numéricos, fueron organizadas en categorías de análisis construidas a partir de los contenidos emergentes, lo cual es característico de los procesos cualitativos.

Asimismo, la elección de este enfoque se relaciona con la necesidad de interpretar fenómenos complejos como la regulación del comportamiento, la toma de decisiones y la vivencia de la sexualidad, los cuales no pueden comprenderse de manera aislada ni reducida a indicadores cuantitativos, sino que requieren un análisis contextualizado que tenga en cuenta factores cognitivos, emocionales y sociales.

De igual manera, la evaluación del proceso se plantea desde una perspectiva interpretativa, incorporando tanto las respuestas de los estudiantes en las actividades desarrolladas como la percepción de los docentes frente a posibles cambios en las dinámicas de interacción y convivencia. Este tipo de valoración, de carácter más subjetivo, resulta coherente con el enfoque cualitativo, en tanto permite dar cuenta de transformaciones en los significados, actitudes y comportamientos, más allá de resultados medibles.

En conjunto, el enfoque cualitativo permitió una aproximación más comprensiva e integral al fenómeno estudiado, facilitando no solo la identificación de problemáticas, sino también la construcción de estrategias de intervención ajustadas a las realidades y necesidades específicas de la población.

Población

El proyecto está enfocado en trabajar con estudiantes de Bachillerato de grado sexto a once del colegio Rincón Santo, sede principal, en el municipio de Cajicá, con edades aproximadas entre los 10 a 19 años.

Se decidió trabajar con este grupo población en la etapa de adolescencia, donde se evidencian cambios significativos emocionales, social y cognitivo, en las que se consolidan procesos como la identidad, la regulación emocional y la toma de decisiones. En el contexto institucional se han evidenciado dificultades en el uso del lenguaje entre pares, dinámicas interpersonales. Así mismo se han identificado retos frente a las funciones ejecutivas especialmente en la toma de decisiones, la autorregulación emocional y control de impulsos.

Técnicas y estrategias de evaluación

Para la recolección de la información se emplearán técnicas cualitativas orientadas a comprender como los estudiantes expresan e interpretan la sexualidad en el entorno escolar, permitiendo analizar no solo los conocimientos que poseen, sino también las formas en que estos se manifiestan en sus interacciones diarias.

La información se recolectará en dos momentos: el primer momento de caracterización inicial (antes de implementar los talleres) y un segundo momento (posterior a la intervención), con el propósito de conocer que saben los estudiantes sobre los temas abordados y posteriormente identificar los posibles cambios en su comprensión y comportamiento frente a la sexualidad.

En el momento inicial, la información se obtuvo por medio de ejercicios y actividades generales similares entre los diferentes grados, tales como el reconocimiento de cambios físicos y emocionales, autobiografía, creencias de la sexualidad y construcción de la identidad, como actividades relacionadas sobre que conocen de las funciones ejecutivas. Esto permite establecer e

identificar conocimientos previos, creencias y formas de comprensión de la sexualidad. Esta información se organizará en cuadros por grados con el fin de facilitar el análisis y visualización.

Así mismo se utilizó la observación directa, la cual permitió registrar el comportamiento en su contexto, sin ningún tipo de intervención. Esta técnica ayudo a poder interpretar el lenguaje que estaban utilizando entre pares, la manifiestan de regulación emocional y la manera en que interactúan entre ellos.

En el segundo momento, correspondiente al desarrollo de los talleres, se incorporarán actividades que permitan evaluar lo que los estudiantes han comprendido de los temas trabajados, a través de ejercicios reflexivos, situaciones aplicadas y espacios de análisis, con el fin de evidenciar que tanto aprendieron sobre la sexualidad.

Procedimiento

Para comprender la organización del proyecto se dividirá en varias fases con el fin de articular de manera coherente la intervención pedagógica.

En primer lugar, se realizará la caracterización inicial con los estudiantes, a partir de actividades generales y observación directa con el fin de identificar la forma en que comprenden y expresan la sexualidad, así como las posibles dificultades que presentan frente a el control de impulsos, regulación emocional y toma de decisiones.

Los talleres se diseñarán e implementarán diferenciados por grado, teniendo en cuenta las características evidenciadas en el primer momento. Cada taller se estructura en dos momentos internos. Los talleres se caracterizarán por el uso de estrategias activas y dinámicas, en las que el movimiento, la participación y la experiencia son elementos fundamentales; como actividades grupales, situaciones individuales y ejercicios lúdicos que faciliten la comprensión y su relación con la vida cotidiana

Posteriormente, los estudiantes responderán preguntas a través de formularios digitales o aplicaciones interactivas, lo que permitirá recoger sus respuestas de manera individual, identificar los niveles de comprensión y comparar la información con la caracterización inicial.

Finalmente, los talleres implementados se organizan en una cartilla estructurada por niveles educativos, con el fin de facilitar su uso en futuros procesos formativos dentro de la institución

En coherencia con lo anterior mencionado, se presenta la caracterización inicial sobre los conocimientos previos de los estudiantes.

Caracterización inicial

Se presenta la caracterización inicial por grado para comprender el conocimiento de los estudiantes. Es importante mencionar que se utilizaran niveles como: Bajo medio, y medio alto, esto con el fin de evidenciar el desempeño observado en los estudiantes, esta clasificación tiene en cuenta el nivel de comprensión de los temas abordados, la capacidad de reflexión y la manera en que integra las funciones ejecutivas en su vida cotidiana.

GRADO SEXTO 6ª

<i>Categoría</i>	<i>Descripción</i>
Nº de grupos	3
Temas trabajados	Identidad personal, cualidades, cambios físicos y emocionales, introducción a funciones ejecutivas

Dominios evaluados	Autoconcepto, Regulación emocional, Lenguaje verbal y no verbal.
Indicadores observados	• Se observa un uso frecuente de lenguaje asociado a la sexualidad con connotaciones despectivas entre pares, acompañado de baja conciencia sobre su impacto emocional. • Los estudiantes presentan dificultad para identificar y nombrar sus emociones, así como para reconocer redes de apoyo. • Predomina un pensamiento concreto centrado en lo observable, con escasa relación entre acciones y consecuencias. En la interacción social se evidencian respuestas impulsivas y un desconocimiento general de las funciones ejecutivas.
Nivel evidenciado	Bajo

GRADO SEPTIMO 7ª

Categoría	Descripción
Nº de grupos	3
Temas trabajados	Autobiografía, capas de identidad, cambios en la adolescencia, funciones ejecutivas
Dominios evaluados	Identidad, Narrativa personal, Regulación emocional, Cognición social

Indicadores observados	• Se mantiene el uso de lenguaje despectivo en contextos sociales, con dificultad para reconocer el efecto de lo que se dice en los demás. • Los relatos autobiográficos tienden a centrarse en hechos, con poca elaboración emocional y limitada introspección. El reconocimiento de emociones y de redes de apoyo es aún parcial. • En situaciones sociales se observan respuestas impulsivas y dificultades para ajustar la conducta al contexto. La comprensión de las funciones ejecutivas es incipiente.
Nivel evidenciado	Bajo–medio

GRADO OCTAVO 8ª

<i>Categoría</i>	<i>Descripción</i>
Nº de grupos	2
Temas trabajados	Quién era, quién soy, quién quiero ser; cambios emocionales; funciones ejecutivas
Dominios evaluados	Proyección, Regulación emocional, Planeación, Metacognición
Indicadores observados	• Empiezan a aparecer procesos de reflexión sobre los cambios personales; sin embargo, cuesta profundizar en el componente emocional y dar sentido a lo vivido. La

	expresión emocional es limitada en algunos casos y la identificación de experiencias relevantes es parcial. Se evidencian dificultades en el control de impulsos y en la anticipación de consecuencias, con tendencia a decisiones inmediatas. Las funciones ejecutivas son poco reconocidas y las habilidades metacognitivas apenas comienzan a desarrollarse.
Nivel evidenciado	Medio

GRADO NOVENO 9ª

Categoría	Descripción
Nº de grupos	2
Temas trabajados	Identidad, sexualidad, funciones ejecutivas, toma de decisiones
Dominios evaluados	Cognición social, Control inhibitorio, Toma de decisiones
Indicadores	- Se evidencian dificultades en el control inhibitorio, con respuestas impulsivas en la interacción con pares. - La capacidad de analizar consecuencias frente a conductas sociales y relacionales es limitada, así como la anticipación de riesgos. Aunque se observa mayor introspección en comparación con grados

	anteriores, persisten dificultades para llevarla a la acción en términos de regulación y toma de decisiones. • El lenguaje entre pares continúa siendo poco regulado en algunos contextos.
Nivel evidenciado	Medio

GRADO DECIMO 10ª

Categoría	Descripción
Nº de grupos	2
Temas trabajados	Identidad, proyecto de vida inicial, funciones ejecutivas (planeación, toma de decisiones)
Dominios evaluados	Autoconocimiento, Planeación, Toma de decisiones, Regulación conductual
Indicadores observados	• Se observa una mayor claridad en la construcción de identidad y en el reconocimiento de roles. • Los estudiantes comprenden de manera conceptual procesos como la planeación y la toma de decisiones; sin embargo, presentan dificultades para aplicarlos en situaciones reales. • Se identifican fallas en la evaluación de consecuencias y en la coherencia entre lo que se plantea y lo que se hace. Persisten

	dificultades en la regulación conductual, especialmente en contextos sociales y afectivos.
Nivel evidenciado	Medio–alto

GRADO ONCE 11ª

Categoría	Descripción
Nº de grupos	2
Temas trabajados	Proyecto de vida, sexualidad, funciones ejecutivas (planeación, costo–beneficio, toma de decisiones)
Dominios evaluados	Metacognición – Regulación emocional – Toma de decisiones – Cognición social
Indicadores	• Se identifican dificultades en la comprensión de riesgos asociados a las decisiones en el ámbito relacional. • En algunos casos, se presentan limitaciones en la comunicación asertiva y en el establecimiento de límites en relaciones de pareja. • Aunque existe comprensión conceptual de la planeación y del análisis de consecuencias, su aplicación en situaciones reales aún es inconsistente, con decisiones influenciadas por factores emocionales y sociales.
Nivel evidenciado	Medio–alto

Implementación de talleres

Grado sexto

La implementación de este taller estuvo dirigida a aproximadamente 75 estudiantes de grado sexto y tuvo como propósito promover la comprensión de los cambios propios de la pubertad, el reconocimiento y manejo de las emociones, así como la construcción de relaciones saludables basadas en el respeto, la empatía y la convivencia positiva, asimismo, se buscó fortalecer funciones ejecutivas como la autorregulación emocional, el control inhibitorio, la flexibilidad cognitiva, la toma de decisiones y la reflexión sobre las consecuencias de las propias acciones en los diferentes contextos de interacción.

Inicialmente, se desarrolló una psicoeducación participativa en la que se abordaron los cambios físicos, emocionales y sociales característicos de la pubertad, destacando la importancia del autoconocimiento y la comprensión de las emociones como elementos fundamentales para el bienestar personal y las relaciones interpersonales. Durante este espacio se promovió constantemente la participación de los estudiantes mediante preguntas orientadoras, ejemplos cotidianos y reflexiones relacionadas con situaciones propias de su etapa de desarrollo, favoreciendo el intercambio de opiniones y la construcción conjunta de aprendizajes, posteriormente, se profundizó en la relación existente entre las emociones, las conductas y el trato hacia los demás, abordando aspectos como la empatía, el respeto, la comunicación y las características de las relaciones afectivas saludables.

Una vez finalizada la psicoeducación, se llevó a cabo la actividad experiencial “Explota y decide”, para ello, los estudiantes fueron organizados en grupos y se dispusieron tres carteleras centrales denominadas “Manejo de emociones”, “Relaciones afectivas” y “Trato hacia los demás”, los

participantes debían explotar diferentes bombas que contenían en su interior frases, acciones o situaciones relacionadas con los temas previamente trabajados, tras leer el contenido encontrado, cada grupo analizaba la situación, discutía su significado y decidía de manera conjunta en cuál de las carteleras debía ser ubicada, argumentando brevemente las razones de su elección. Esta dinámica permitió que los estudiantes aplicaran los conocimientos adquiridos durante la psicoeducación, identificando conductas que favorecen o dificultan la regulación emocional, acciones que fortalecen o afectan las relaciones interpersonales y comportamientos que promueven o deterioran la convivencia y el respeto hacia los demás.

Finalmente, se realizó una reflexión grupal a partir de las respuestas construidas colectivamente, resaltando la importancia de reconocer las emociones, pensar antes de actuar y comprender el impacto que tienen las palabras y acciones en las relaciones con otras personas; La actividad favoreció la participación, el análisis de situaciones cotidianas y el fortalecimiento de habilidades socioemocionales necesarias para una convivencia más respetuosa y saludable

Grado séptimo

El taller “**Zona de Vínculos: El respeto construye relaciones, el cuidado las mantiene**” fue implementado con una participación aproximada de 75 estudiantes de grado séptimo, y estuvo orientado a fortalecer conocimientos y habilidades relacionadas con las relaciones afectivas sanas, los límites físicos y emocionales, el consentimiento, el respeto, la comunicación entre pares, la presión social y la resolución de conflictos, a través de una metodología participativa y experiencial, se buscó generar espacios de reflexión que permitieran a los estudiantes reconocer la importancia del autocuidado y del respeto hacia los demás en sus relaciones cotidianas.

Inicialmente, se desarrolló un espacio de psicoeducación, en el cual se abordaron los conceptos centrales del taller mediante una presentación interactiva, durante este momento se explicaron temas como las relaciones afectivas sanas, los límites físicos y emocionales, el consentimiento y los diferentes estilos de comunicación, utilizando ejemplos cercanos a la realidad de los estudiantes y situaciones cotidianas que facilitaran la comprensión de los contenidos. A lo largo de la intervención se formularon preguntas orientadoras para promover la participación activa, tales como: ¿Es malo decir “no” cuando algo no te gusta?, ¿Está bien cambiar de opinión, aunque antes hayas dicho que sí? y ¿Lo que dices o haces puede lastimar a otros, aunque no sea tu intención?, permitiendo que los estudiantes expresaran sus opiniones, compartieran experiencias y construyeran colectivamente el conocimiento. Asimismo, se analizaron diferentes casos relacionados con la presión social, las bromas que afectan a otros y las relaciones donde pueden presentarse situaciones de control o manipulación, favoreciendo la reflexión crítica sobre estos temas.

Después de la psicoeducación, se aplicó un formulario anónimo con el propósito de identificar los conocimientos previos, percepciones y nivel de comprensión que tenían los estudiantes frente a los temas abordados durante el taller, tales como las relaciones afectivas sanas, los límites, el consentimiento, la comunicación y la presión social. Asimismo, es importante mencionar que, durante la fase diagnóstica realizada previamente, se llevaron a cabo diversas actividades individuales orientadas a explorar los conocimientos, creencias e inquietudes de los estudiantes sobre la sexualidad entendida en un sentido amplio, incluyendo aspectos físicos, emocionales, relacionales y sociales. La información obtenida a partir de estas actividades permitió identificar las necesidades del grupo y orientar el diseño e implementación de los talleres de acuerdo con las características y requerimientos de la población participante.

Posteriormente, se realizó la actividad práctica en el salón de clase, los estudiantes fueron organizados en **cinco grupos de trabajo**, y a cada grupo se le entregó una cartelera; En estas, los participantes debían responder de manera conjunta preguntas relacionadas con los temas trabajados durante la psicoeducación, específicamente: ¿Qué cosas pueden dañar una amistad o relación?, ¿Qué ayuda a construir una relación sana? y ¿Cuáles son mis límites? Todos los integrantes participaron escribiendo palabras o frases cortas directamente en las carteleras utilizando marcadores, esta actividad permitió identificar conocimientos previos, promover el intercambio de opiniones y reflexionar sobre aquellos comportamientos que fortalecen o deterioran las relaciones interpersonales. Una vez finalizada la escritura, cada grupo revisó sus respuestas, identificó las ideas más recurrentes y dialogó sobre su significado y relación con los contenidos abordados previamente.

En un segundo momento, se desarrolló una actividad lúdica denominada **“Carrera de frases”**. Para ello, se escondieron previamente en diferentes espacios fragmentos de frases en cinco colores distintos. Cada grupo tenía asignado un color específico (amarillo, azul, verde, rojo o morado) y debía encontrar únicamente los fragmentos correspondientes a este; Una vez reunidas las cinco partes de la frase, los estudiantes debían organizarla correctamente, escribirla en su cartelera y analizar su significado. Posteriormente, cada grupo socializó la frase encontrada y explicó cómo esta se relacionaba con los conceptos de respeto, consentimiento, límites y relaciones sanas trabajados durante el taller. Finalmente, los estudiantes presentaron sus carteleras al resto de compañeros y compartieron los aprendizajes más significativos obtenidos durante la jornada.

Durante el desarrollo de la actividad se fortalecieron diversas funciones ejecutivas, entre ellas la atención sostenida, al mantener la concentración durante la psicoeducación y las actividades

grupales; la memoria de trabajo, al relacionar los conceptos aprendidos con las situaciones planteadas y las actividades realizadas; la flexibilidad cognitiva, al analizar diferentes perspectivas y opiniones de sus compañeros; la planificación y organización, especialmente durante la resolución de la actividad de búsqueda y organización de frases; y el control inhibitorio, al respetar turnos, escuchar activamente las intervenciones de los demás y seguir las instrucciones establecidas durante el taller. Asimismo, se promovieron habilidades sociales como la comunicación, el trabajo en equipo, la empatía y la resolución de conflictos. En términos generales, la intervención permitió generar un espacio participativo, dinámico y reflexivo, en el que los estudiantes pudieron reconocer la importancia de establecer límites saludables, respetar las decisiones propias y ajenas, comunicarse de manera adecuada y construir relaciones basadas en el respeto, la confianza y el cuidado mutuo.

Grado Octavo

La intervención desarrollada con los estudiantes de grado octavo estuvo orientada al fortalecimiento de la identidad, la autoestima, la autoimagen, la autoeficacia y la comprensión de la influencia que ejercen las redes y la presión social, redes sociales construcción del autoconcepto durante la adolescencia. A la vez, se promovió el fortalecimiento de funciones ejecutivas asociadas al control inhibitorio, la autorregulación emocional, la planeación, la toma de decisiones y la anticipación de consecuencias, considerando su papel fundamental en la forma en que los adolescentes interpretan la información, regulan su comportamiento y afrontan situaciones relacionadas con la sexualidad y las relaciones interpersonales.

La actividad fue implementada en dos cursos de grado octavo, con una participación aproximada de setenta estudiantes, el encuentro inició con un espacio de psicoeducación en el que se abordaron conceptos relacionados con identidad, redes sociales, autoimagen, autoestima, autoeficacia,

estereotipos, presión social, sexualidad digital e intimidad. Durante este momento se promovió la participación de los estudiantes mediante preguntas orientadoras, análisis de situaciones cotidianas y reflexiones relacionadas con experiencias propias de la etapa adolescente. Adicionalmente, se desarrolló la actividad “Lo que mi celular dice de mí”, la cual favoreció procesos de autoconocimiento, permitiendo a los estudiantes reflexionar acerca de la diferencia entre la identidad real y la identidad proyectada en entornos digitales.

Posteriormente se desarrolló la actividad “Crea tu personaje”, en la que los estudiantes, organizados por equipos, construyeron un personaje adolescente ficticio definiendo características asociadas a gustos, habilidades, personalidad, sueños y proyecto de vida. Esta actividad favoreció procesos de planeación, organización de la información, autoconocimiento y proyección hacia el futuro, habilidades estrechamente relacionadas con el funcionamiento ejecutivo.

En un segundo momento experiencial se llevó a cabo la actividad denominada “El mundo comienza a opinar”. A través de diferentes situaciones relacionadas con críticas, burlas, rechazo social, comparación física y presión de grupo, los estudiantes analizaron cómo los comentarios externos pueden afectar las emociones, los pensamientos y las conductas de una persona. Esta actividad permitió fortalecer la regulación emocional, la flexibilidad cognitiva, la empatía y la capacidad de analizar las consecuencias que determinadas experiencias pueden generar sobre la autoestima y la conducta.

Posteriormente se implementó la actividad “Las huellas de la presión”, orientada a identificar las principales presiones sociales presentes durante la adolescencia, tales como la necesidad de aceptación, la búsqueda de popularidad, la apariencia física, el inicio de relaciones afectivas y la pertenencia a grupos sociales. A través de esta actividad se promovió la reflexión crítica, la

valoración riesgo-beneficio y la anticipación de consecuencias, favoreciendo la toma de decisiones más conscientes frente a situaciones de presión social.

Finalmente, mediante la actividad “Reconstruyendo al personaje”, los estudiantes identificaron factores protectores, fortalezas personales, recursos emocionales y estrategias de afrontamiento que favorecen una construcción saludable de la identidad. Esta actividad permitió fortalecer la autoeficacia, la capacidad de solución de problemas, la regulación emocional y la construcción de estrategias adaptativas para afrontar situaciones complejas propias de la adolescencia.

Como estrategia de evaluación posterior a la intervención, se aplicó un formulario digital de carácter anónimo diseñado para valorar la comprensión de los contenidos abordados y recoger evidencias de aprendizaje relacionadas con identidad, autoestima, presión social, sexualidad digital y funciones ejecutivas asociadas a la toma de decisiones y la autorregulación. La aplicación anónima tuvo como finalidad proteger la identidad de los participantes, garantizar la confidencialidad de la información y favorecer respuestas sinceras frente a los temas trabajados. Es importante mencionar que, aunque la intervención fue realizada con aproximadamente setenta estudiantes, la totalidad de la población no respondió el instrumento debido a dificultades de conectividad, ausencia de dispositivos móviles o decisión voluntaria de no participar en esta fase de evaluación.

Grado noveno

La intervención realizada con los estudiantes de grado noveno estuvo orientada al fortalecimiento de las relaciones interpersonales saludables, el consentimiento, el establecimiento de límites, la prevención de dinámicas relacionales de riesgo y la promoción de una sexualidad basada en el respeto, la autonomía y el bienestar emocional. Así mismo, se buscó fortalecer funciones ejecutivas asociadas al control inhibitorio, la regulación emocional, la toma de

decisiones, la valoración riesgo-beneficio, la flexibilidad cognitiva, la solución de problemas y la anticipación de consecuencias, reconociendo su importancia en la construcción de relaciones afectivas saludables durante la adolescencia.

La actividad fue implementada en dos cursos de grado noveno mediante una metodología experiencial, participativa y reflexiva, diseñada para facilitar la comprensión de conceptos complejos a través de ejemplos prácticos y dinámicas grupales.

Inicialmente se realizó un espacio de psicoeducación utilizando la metáfora de una planta como representación de las relaciones humanas, el bienestar emocional y el autocuidado. A partir de esta analogía se abordaron conceptos relacionados con autoestima, identidad, amor propio, dignidad, valores, consentimiento, límites, comunicación, respeto, autonomía, confianza y apoyo emocional, durante esta fase los estudiantes reflexionaron sobre aquellos elementos que permiten el crecimiento saludable de una relación y sobre los factores que pueden deteriorarla o afectar el bienestar individual.

Posteriormente se desarrolló la actividad “Las raíces”, mediante la cual los estudiantes identificaron los valores, principios, personas significativas y aspectos de su identidad que consideran fundamentales y que no deberían perder o sacrificar dentro de una relación. Esta actividad favoreció procesos de autoconocimiento, construcción de identidad, metacognición y toma de perspectiva frente a las propias necesidades emocionales.

En un segundo momento se abordaron los conceptos de consentimiento y establecimiento de límites, promoviendo la reflexión acerca del respeto por el cuerpo, las emociones, la privacidad y el espacio personal. Esta actividad permitió fortalecer habilidades relacionadas con el control inhibitorio, la autorregulación emocional y la capacidad para reconocer y respetar los límites

propios y ajenos, favoreciendo una toma de decisiones más consciente dentro de las relaciones interpersonales.

Posteriormente se trabajaron los componentes asociados a apoyo emocional, confianza, comunicación, respeto y seguridad emocional, utilizando los elementos simbólicos del agua y el sol como factores protectores que favorecen relaciones saludables. Los estudiantes analizaron cómo estos elementos contribuyen al bienestar emocional y al desarrollo de vínculos basados en el respeto mutuo.

De manera complementaria, se desarrollaron actividades relacionadas con la identificación de señales de alerta dentro de las relaciones, abordando conceptos como control excesivo, dependencia emocional, manipulación, presión emocional, invalidación afectiva, violencia psicológica y pérdida de autonomía personal. Estas actividades permitieron fortalecer procesos de valoración riesgo-beneficio, juicio social, pensamiento crítico y anticipación de consecuencias, favoreciendo la identificación temprana de dinámicas potencialmente dañinas.

Como parte central de la experiencia se implementó la actividad grupal denominada “Entre raíces y Red Flags”, organizada mediante estaciones rotativas que exigían a los estudiantes analizar situaciones, clasificar conductas, resolver casos, identificar señales de alerta y proponer estrategias de afrontamiento. A través de estas dinámicas se promovió el trabajo colaborativo, la solución de problemas, la argumentación, la flexibilidad cognitiva y la toma de decisiones fundamentadas.

Finalmente, los estudiantes realizaron una reflexión individual sobre aquellos aspectos que fortalecen sus relaciones, las conductas que consideran perjudiciales, los límites que desean aprender a establecer y las situaciones que no desean normalizar en su vida afectiva. Este ejercicio favoreció procesos de introspección, autorregulación emocional y consolidación de aprendizajes significativos relacionados con el autocuidado y las relaciones saludables.

Con el fin de evaluar los aprendizajes alcanzados durante la intervención, al finalizar la jornada se aplicó un formulario digital que permitió recoger información relacionada con la comprensión de conceptos como consentimiento, límites, relaciones saludables, dependencia emocional, señales de alerta y toma de decisiones en contextos afectivos y sociales. La información obtenida permitió identificar el nivel de apropiación de los contenidos trabajados y analizar el impacto de las actividades desarrolladas. Es importante señalar que la cantidad de respuestas obtenidas no correspondió a la totalidad de estudiantes participantes, debido a dificultades de conectividad, disponibilidad de dispositivos electrónicos y participación voluntaria en el diligenciamiento del instrumento.

Grado decimo

El taller “Sexualidad responsable y proyecto de vida” fue diseñado como un espacio de formación, reflexión y participación dirigido a estudiantes de grado décimo, con el propósito de fortalecer conocimientos, actitudes y habilidades relacionadas con la toma de decisiones responsables, el autocuidado, el consentimiento, las relaciones interpersonales saludables y la construcción de un proyecto de vida coherente con sus metas personales y académicas.

La intervención inició con la aplicación de un pretest anónimo que permitió identificar las percepciones iniciales de los estudiantes frente a aspectos relacionados con la sexualidad responsable, el respeto por los límites personales, la influencia de las relaciones interpersonales en el bienestar emocional y la importancia de la toma de decisiones conscientes. Este instrumento permitió establecer una línea base para comprender el nivel de conocimiento y reflexión previo a la actividad.

Posteriormente se desarrolló la fase teórica del taller mediante una metodología participativa orientada a promover el diálogo y la construcción colectiva del conocimiento. Durante este espacio se abordaron conceptos fundamentales como sexualidad, consentimiento, límites personales, presión social, autocuidado, bienestar emocional, responsabilidad afectiva y proyecto de vida. Más allá de una visión centrada exclusivamente en aspectos biológicos, se promovió una comprensión integral de la sexualidad como una dimensión humana vinculada con las emociones, las relaciones, la autoestima y la toma de decisiones.

Con el fin de favorecer la participación activa y mantener el interés de los estudiantes, se incorporó una actividad interactiva mediante la plataforma Kahoot. Esta estrategia permitió reforzar los conceptos trabajados a través de preguntas relacionadas con situaciones cotidianas, facilitando la identificación de conocimientos previos, la aclaración de mitos y la consolidación de aprendizajes de manera dinámica y significativa.

Durante la fase práctica se implementó una metodología basada en el análisis de casos. Los estudiantes fueron organizados en grupos de trabajo y se les presentaron diferentes situaciones relacionadas con presión social, manipulación emocional, dependencia afectiva, dificultades en la comunicación y conflictos dentro de las relaciones interpersonales. Cada grupo analizó los casos identificando las problemáticas presentes, las emociones involucradas, los posibles riesgos y las alternativas de solución más saludables. Esta actividad permitió promover el pensamiento crítico y la aplicación práctica de los conceptos abordados previamente.

Posteriormente se realizó un ejercicio de reflexión individual orientado a relacionar las decisiones cotidianas con el proyecto de vida. Los estudiantes identificaron metas personales, académicas y familiares, reflexionando sobre cómo determinadas conductas, relaciones o decisiones pueden

acercarlos o alejarlos de los objetivos que desean alcanzar en el futuro. Este ejercicio buscó fortalecer la capacidad de planificación y la conciencia sobre las consecuencias de las acciones presentes.

Finalmente, el taller concluyó con una actividad grupal de reflexión y cierre, en la que los estudiantes compartieron aprendizajes significativos y analizaron diversas situaciones mediante una dinámica de “Semáforo de decisiones”, desarrollada a través de Kahoot. Esta actividad permitió reforzar conceptos relacionados con el respeto, la autonomía, la responsabilidad y la importancia de establecer relaciones saludables.

Como cierre del proceso se aplicó un postest que permitió identificar cambios en las percepciones y conocimientos de los participantes. En términos generales, el taller favoreció espacios de diálogo respetuoso, reflexión crítica y fortalecimiento de habilidades para la toma de decisiones, promoviendo factores protectores asociados al bienestar emocional y a la construcción de proyectos de vida saludables.

Grado Once

El taller “¡Mi futuro empieza hoy!” estuvo dirigido a estudiantes de grado once y tuvo como propósito generar un espacio de reflexión orientado al fortalecimiento de competencias socioemocionales necesarias para la transición hacia la vida adulta, abordando temas relacionados con las relaciones sanas, la responsabilidad afectiva, la comunicación asertiva, la autonomía emocional, la resolución de conflictos y la construcción de proyectos de vida.

La intervención inició con la aplicación de un pretest anónimo que permitió explorar las percepciones y conocimientos iniciales de los estudiantes respecto a aspectos vinculados con las relaciones interpersonales, el manejo de conflictos, la autonomía en la toma de decisiones y la

responsabilidad afectiva. Este instrumento constituyó una herramienta de referencia para comprender las necesidades y puntos de partida del grupo.

La fase teórica se desarrolló mediante una metodología participativa centrada en la discusión y el análisis de experiencias cercanas a la realidad de los estudiantes. Durante esta etapa se abordaron conceptos como relaciones sanas, consentimiento, responsabilidad afectiva, empatía, autonomía emocional, límites personales, bienestar emocional y proyecto de vida. El enfoque del taller estuvo orientado a promover una visión crítica de las relaciones interpersonales, enfatizando la importancia del respeto mutuo, la comunicación efectiva y la construcción de vínculos que favorezcan el crecimiento personal.

Con el objetivo de fortalecer el aprendizaje de manera dinámica, se utilizó una actividad interactiva basada en Kahoot, donde los estudiantes respondieron preguntas relacionadas con situaciones de la vida cotidiana, resolución de conflictos y toma de decisiones. Esta estrategia permitió generar espacios de discusión y retroalimentación inmediata, facilitando la comprensión de los contenidos trabajados.

Durante la fase práctica se implementaron actividades de análisis y reflexión grupal orientadas a la identificación de comportamientos saludables y de riesgo dentro de las relaciones interpersonales. Los estudiantes trabajaron con diferentes situaciones relacionadas con celos, control, dependencia emocional, dificultades de comunicación, presión emocional y establecimiento de límites. A través de la discusión colectiva, se promovió la identificación de estrategias de afrontamiento basadas en el respeto, la empatía y la comunicación asertiva.

Adicionalmente, se desarrollaron ejercicios orientados a fortalecer la reflexión sobre el proyecto de vida y la influencia que tienen las decisiones emocionales y relacionales en la construcción del

futuro personal. Los participantes analizaron la manera en que las relaciones pueden convertirse tanto en factores protectores como en factores de riesgo para el cumplimiento de metas académicas, laborales y personales.

El cierre del taller incluyó un espacio de reflexión grupal donde los estudiantes compartieron aprendizajes significativos y reconocieron aspectos que consideran fundamentales para la construcción de relaciones sanas y proyectos de vida satisfactorios. Este espacio permitió consolidar los contenidos abordados y favorecer la interiorización de los principales mensajes de la intervención.

Finalmente, se aplicó un posttest con el propósito de identificar cambios en las percepciones de los participantes y evaluar el impacto de la actividad. En términos generales, el taller permitió fortalecer procesos de autoconocimiento, pensamiento crítico y responsabilidad personal, promoviendo la construcción de relaciones basadas en el respeto, la autonomía y la responsabilidad afectiva. Asimismo, contribuyó a que los estudiantes reflexionaran sobre el papel que desempeñan sus decisiones presentes en la construcción de su bienestar y de su proyecto de vida futuro.

Recursos

Para el desarrollo de la intervención se requieren recursos de tipo humano, material, tecnológico y logístico, los cuales permiten la adecuada implementación de los talleres y la recolección de información. En primer lugar, los recursos humanos están conformados por el practicante de psicología encargado del diseño, ejecución y evaluación de los talleres, así como el acompañamiento del orientador escolar o docente guía, quienes facilitan el acceso a los grupos y apoyan el desarrollo de las actividades dentro del aula.

En cuanto a los recursos materiales, se emplearán elementos como hojas, cartulinas, marcadores, lápices, colores y otros insumos necesarios para el desarrollo de actividades lúdicas y reflexivas. Asimismo, se utilizarán guías impresas o formatos diseñados para cada taller. Respecto a los recursos tecnológicos, se hará uso de computadores, videobeam (en caso de disponibilidad), acceso a internet y herramientas digitales como formularios en línea (por ejemplo, Google Forms) o aplicaciones interactivas que permitan recoger información individual de los estudiantes y facilitar el análisis de resultados.

Finalmente, los recursos logísticos incluyen los espacios físicos dentro de la institución (salones de clase), la organización de horarios para la intervención en cada grupo y la coordinación con docentes para asegurar la participación de los estudiantes sin interferir significativamente en la dinámica académica.

Cronograma

Fase	Descripción	Fecha (en mes)	Estado
Planeación y diseño	Revisión del contexto institucional, organización del proyecto y elaboración de actividades de caracterización inicial, junto con una propuesta preliminar de talleres acorde a los objetivos planteados.	febrero – marzo	Realizado

Caracterización inicial	Aplicación de actividades diagnósticas y observación directa con estudiantes de grado sexto a once. Esta fase fue la más extensa debido a la cantidad de estudiantes, la dificultad para coordinar horarios y las exigencias del enfoque cualitativo en la recolección y análisis de la información.	marzo- abril	Realizado
Diseño y ajuste de talleres	Estructuración de talleres diferenciados por grado, basados en los hallazgos de la caracterización, teniendo en cuenta las necesidades específicas de cada grupo.	Mayo	Realizado
Implementación de talleres	Desarrollo de actividades dinámicas, participativas y reflexivas orientadas a la comprensión de la sexualidad, el respeto, el consentimiento y el fortalecimiento de funciones ejecutivas.	Mayo	Proyectado

Evaluación	Aplicación de actividades de cierre, ejercicios reflexivos y herramientas digitales para identificar los aprendizajes alcanzados y compararlos con la caracterización inicial.	Junio	Proyectado
Sistematización y elaboración de cartilla	Organización y análisis de la información recolectada para consolidar los talleres en una cartilla pedagógica estructurada por niveles educativos.	Junio	Proyectado

Resultados

Grado sexto

A partir de las actividades desarrolladas durante la fase diagnóstica, se evidenció que los estudiantes presentaban una comprensión limitada del concepto de sexualidad, asociándolo principalmente con las relaciones sexuales y la orientación del gusto afectivo hacia hombres, mujeres o ambos. Aunque algunos participantes lograban identificar aspectos relacionados con la identidad y las relaciones interpersonales, en general se observó un conocimiento reducido de las múltiples dimensiones que conforman la sexualidad, tales como la afectiva, emocional, social y relacional. De igual manera, durante las actividades orientadas al reconocimiento emocional, los estudiantes demostraron facilidad para identificar emociones básicas como la alegría, la tristeza, el enojo y el miedo; sin embargo, manifestaron dificultades para gestionarlas adecuadamente,

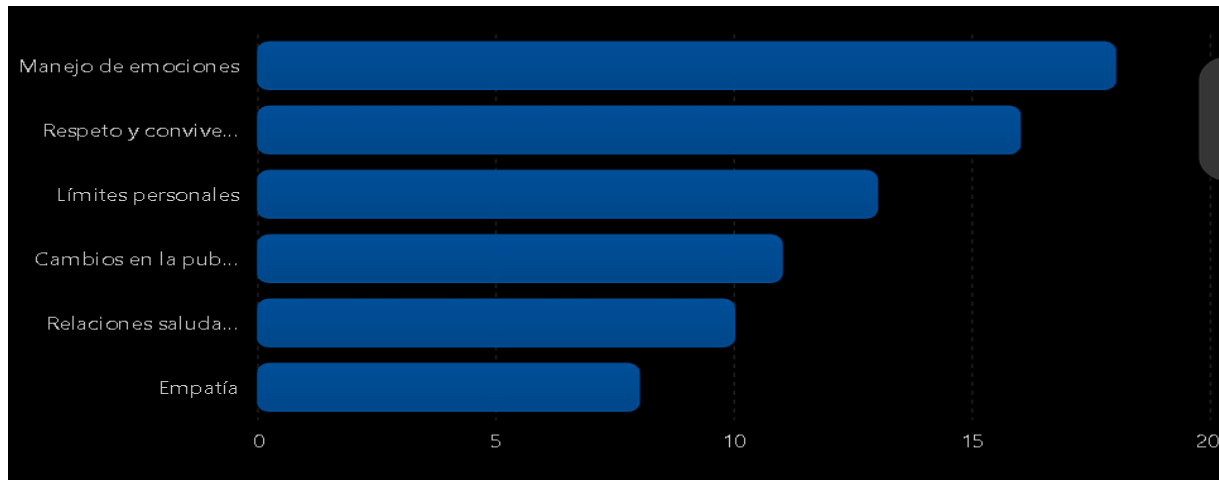
señalando que con frecuencia no expresaban lo que sentían ni contaban con estrategias para afrontar situaciones emocionalmente complejas.

A partir del análisis de las respuestas obtenidas en el postest, el cual se realizó por medio de escritos en hojas mencionando que aprendieron, se evidenció que los aprendizajes más significativos estuvieron relacionados con la comprensión de los cambios propios de la pubertad, especialmente aquellos de carácter físico y emocional. Asimismo, una gran proporción de estudiantes destacó la importancia de reconocer y gestionar adecuadamente las emociones, comprendiendo que estas influyen en la manera de actuar y relacionarse con otras personas.

De igual forma, se identificó una mayor comprensión sobre la importancia del respeto, la empatía y la construcción de relaciones saludables, siendo frecuentes las referencias al establecimiento de límites, el buen trato hacia los demás y la necesidad de evitar conductas como los insultos, las burlas o las agresiones verbales, además, varios estudiantes señalaron la importancia de pensar antes de actuar cuando experimentan emociones intensas, evidenciando procesos asociados a la autorregulación emocional y al control de impulsos.

En comparación con la fase diagnóstica, se observaron avances en la comprensión de la sexualidad desde una perspectiva más amplia, trascendiendo la asociación exclusiva con las relaciones sexuales y la orientación afectiva. Los resultados sugieren un fortalecimiento de funciones ejecutivas relacionadas con la autorregulación emocional, el control inhibitorio, la reflexión sobre las consecuencias de las acciones y la toma de decisiones en contextos de interacción social.

Temas más mencionados en los postest: (Frecuencia relativa observada en las respuestas analizadas tras la implementación del taller)



Grado séptimo

Durante la fase diagnóstica se desarrollaron diferentes actividades orientadas a la comprensión de la sexualidad desde sus distintas dimensiones, abordando temas como identidad, relaciones interpersonales, roles, emociones y gestión emocional. En un primer momento, los estudiantes asociaban la sexualidad principalmente con las relaciones íntimas; sin embargo, a través de las actividades realizadas lograron ampliar su comprensión hacia aspectos relacionados con el respeto, la comunicación, los límites y la convivencia con los demás. Asimismo, reconocían las diferentes emociones, aunque presentaban dificultades para identificar estrategias adecuadas para su regulación.

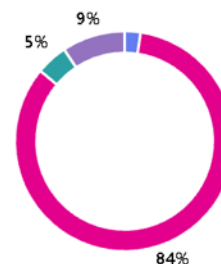
Retroalimentación de los resultados

1. Una relación afectiva sana se caracteriza por: (0 punto)

[Más detalles](#)

84 % de los encuestados respondió correctamente a esta pregunta.

- | | |
|---|------|
| ● Controlar a la otra persona | 1 |
| ● Tener comunicación asertiva | 36 ✓ |
| ● Convencer al otro de hacer lo que queremos | 2 |
| ● Evitar expresar lo que sentimos para evitar conflicto | 4 |



Pregunta 1. Relación afectiva sana

El 84 % de los estudiantes identificó correctamente que una relación afectiva saludable se basa en la comunicación asertiva, este resultado permite evidenciar que la mayoría de los participantes logró reconocer elementos fundamentales para la construcción de relaciones interpersonales positivas, reflejando una comprensión más amplia del respeto y la importancia del diálogo dentro de los vínculos afectivos.

2. Los límites sirven para: (0 punto)

[Más detalles](#)

95 % de los encuestados respondió correctamente a esta pregunta.

- | | |
|--|------|
| ● Alejar a todas las personas | 0 |
| ● Evitar hacer amigos. | 0 |
| ● Expresar lo que nos hace sentir cómodos o incómodos. | 41 ✓ |
| ● Hacer que los demás obedezcan. | 2 |



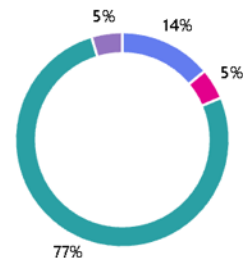
El 95 % de los estudiantes respondió adecuadamente, lo que evidencia una apropiación significativa del concepto de límites personales, los resultados sugieren que los participantes comprenden la importancia de expresar aquello que les genera bienestar o incomodidad, favoreciendo el autocuidado y el respeto en las relaciones con los demás.

3. El consentimiento significa que una persona: (0 punto)

[Más detalles](#)

77 % de los encuestados respondió correctamente a esta pregunta.

- | | |
|--|------|
| ● Hace algo por miedo a perder amigos | 6 |
| ● Dice "sí" porque si o sí debe aceptar | 2 |
| ● Puede decir que "no" si ya no se siente cómoda con el "sí" | 33 ✓ |
| ● No puede cambiar de opinión | 2 |



El 77 % de los estudiantes identificó correctamente la respuesta relacionada con el consentimiento, aunque la mayoría logró comprender que las decisiones personales pueden cambiar y deben ser respetadas, este porcentaje, menor en comparación con las demás preguntas, indica la necesidad de continuar fortaleciendo este tema, con el fin de consolidar una comprensión más clara sobre el derecho a decidir y la importancia del respeto hacia las decisiones de otras personas.

4. ¿Cuál es un ejemplo de comunicación asertiva? (0 punto)

[Más detalles](#)

91 % de los encuestados respondió correctamente a esta pregunta.

- Gritar para que me hagan caso. 0
- Quedarme callado aunque algo me moleste. 4
- Expresar lo que pienso con respeto 39 ✓
- Decir indirectas para hacer sentir mal a alguien. 0



El 91 % de los participantes reconoció la comunicación asertiva como una forma de expresar pensamientos y sentimientos con respeto. Este resultado evidencia avances en el desarrollo de habilidades sociales que favorecen la convivencia, la resolución pacífica de conflictos y la expresión adecuada de las emociones.

5. Si tus amigos te presionan para hacer algo que no quieres, lo mejor es: (0 punto)

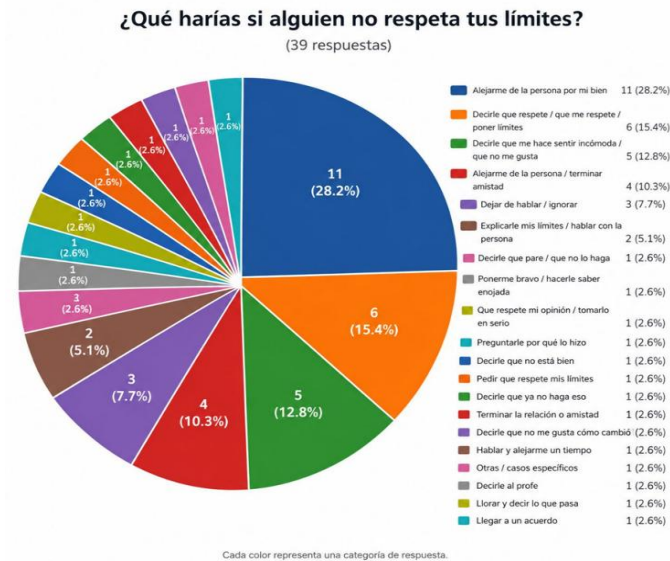
[Más detalles](#)

91 % de los encuestados respondió correctamente a esta pregunta.

- Hacerlo para no quedar mal. 0
- Ignorarlos para siempre. 2
- Decir que no y respetar tus decisiones. 39 ✓
- Hacerlo solo una vez. 2



El 91 % respondió correctamente, lo que permite inferir que los estudiantes cuentan con mayores herramientas para identificar situaciones de presión por parte de sus pares y reconocer la importancia de mantener sus decisiones personales, fortaleciendo su autonomía y capacidad para afrontar situaciones de influencia social.



Las respuestas proporcionadas por los estudiantes evidenciaron una tendencia hacia conductas de protección y autocuidado, como expresar su inconformidad, alejarse de la situación o buscar apoyo en personas de confianza. Esto refleja una mayor conciencia sobre la importancia de establecer límites y actuar ante situaciones que vulneren su bienestar.

7. Si un compañero te dice que no quiere participar en algo que tú si quieres, lo correcto es: (0 punto)

[Más detalles](#)

95 % de los encuestados respondió correctamente a esta pregunta.

- Insistir hasta que cambie de opinión. 1
- Respetar su decisión aunque no estés de acuerdo. 41 ✓
- Decirle que está exagerando. 1
- Ignorarlo y seguir presionándolo. 0



El 95 % de los estudiantes reconoció la importancia de respetar las decisiones de otras personas, aun cuando estas sean diferentes a las propias. Este resultado evidencia el fortalecimiento de valores como la empatía, la tolerancia y la convivencia respetuosa.

8. Camila no está de acuerdo con una broma que sus amigos quieren hacerle a un compañero, pero participa para que no la excluyan. Esta situación es un ejemplo de: (0 punto)

[Más detalles](#)

84 % de los encuestados respondió correctamente a esta pregunta.



El 84 % identificó correctamente la situación planteada como un ejemplo de presión social. Los resultados permiten inferir que la mayoría de los participantes desarrolló una mayor capacidad para reconocer influencias externas que pueden afectar la toma de decisiones y, a su vez, reflexionar sobre la importancia de actuar de acuerdo con sus propios criterios y valores.

En términos generales, los resultados obtenidos evidencian avances en la comprensión de conceptos relacionados con las relaciones saludables, los límites, el consentimiento, la comunicación asertiva y el respeto por sí mismos y por los demás. Asimismo, se identifican aspectos susceptibles de continuar fortaleciendo, especialmente aquellos relacionados con el consentimiento y la consolidación de habilidades socioemocionales.

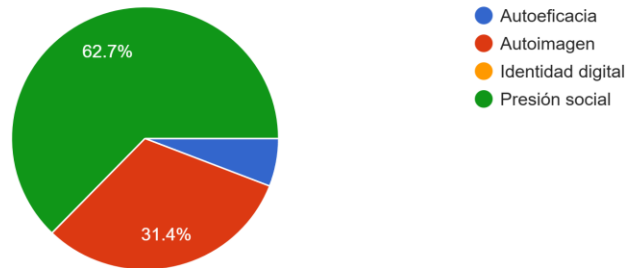
Cabe señalar que el postest no fue aplicado a la totalidad de los estudiantes de séptimo grado, debido a que algunos no contaban con dispositivo móvil para responder el instrumento, lo que limitó la participación completa del grupo.

Grado Octavo

Figura 1

Juan cambia su forma de vestir porque siente que si no lo hace sus amigos lo excluirán. Esta situación se relaciona principalmente con:

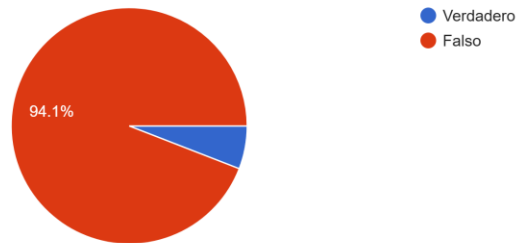
51 respuestas



En relación con la comprensión de los factores que influyen en la construcción de la identidad durante la adolescencia, se observó que los estudiantes lograron identificar adecuadamente el papel que ejerce la presión social sobre determinadas conductas. Frente a una situación en la que un adolescente modifica su forma de vestir para evitar ser rechazado por sus compañeros, el 62,7% de los participantes reconoció correctamente la influencia del grupo de pares como el elemento principal involucrado. Por su parte, el 31,4% relacionó la situación con la autoimagen y un porcentaje menor con la autoeficacia. Estos resultados permiten inferir que la mayoría de los estudiantes comprendió la relación existente entre pertenencia grupal, aceptación social y toma de decisiones, evidenciando apropiación de uno de los contenidos centrales abordados durante la intervención.

Figura 2

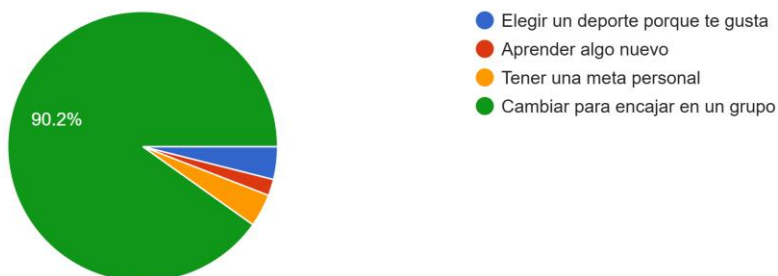
La autoestima depende únicamente de la opinión que otras personas tienen de nosotros
51 respuestas



El 94,1% de los estudiantes respondió correctamente a la afirmación planteada, lo que evidencia una adecuada comprensión del concepto de autoestima. Los resultados permiten observar que la mayoría de los participantes reconoce que la valoración personal no depende exclusivamente de la opinión de otras personas, sino también de la percepción, las experiencias y las cualidades que cada individuo identifica en sí mismo. Este hallazgo sugiere una apropiación satisfactoria de los contenidos trabajados durante la intervención y refleja avances en la comprensión de aspectos relacionados con la identidad, el autoconocimiento y la influencia que puede ejercer el entorno social sobre la percepción personal

Figura 3

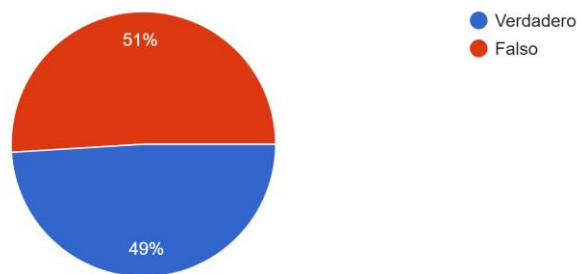
¿Cuál de estas situaciones representa presión social?
51 respuestas



La identificación de situaciones asociadas a la presión social presentó uno de los niveles más altos de acierto dentro de los contenidos evaluados. El 90,2% de los estudiantes reconoció correctamente que cambiar aspectos de sí mismo con el propósito de encajar en un grupo constituye una manifestación de presión social. Este resultado evidencia una adecuada comprensión de cómo la necesidad de aceptación puede influir en las decisiones, comportamientos y formas de expresión durante la adolescencia.

Figura 4

Las redes sociales suelen mostrar una parte de la realidad de las personas
51 respuestas

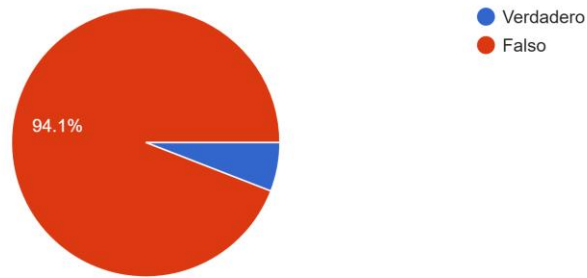


Frente a la afirmación "Las redes sociales suelen mostrar una parte de la realidad de las personas", el 49% de los estudiantes respondió correctamente, mientras que el 51% seleccionó la opción incorrecta. Estos resultados evidencian que, aunque una parte significativa de los participantes reconoce que los contenidos compartidos en redes sociales suelen representar únicamente fragmentos seleccionados de la vida cotidiana, aún existe una proporción importante de estudiantes que tiende a percibir estos espacios como representaciones completas de la realidad. Este hallazgo sugiere la necesidad de continuar fortaleciendo el pensamiento crítico frente al contenido digital, favoreciendo una comprensión más reflexiva sobre la diferencia entre la identidad real y la imagen que las personas proyectan en entornos virtuales, aspecto central dentro de los contenidos trabajados durante la intervención.

Figura 5

Compartir la contraseña del celular es una obligación en una relación

51 respuestas

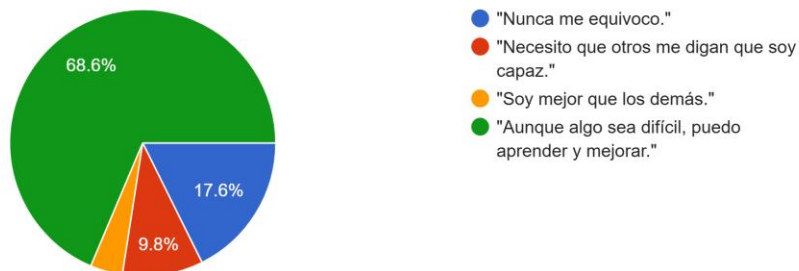


Frente a la afirmación “Compartir la contraseña del celular es una obligación en una relación”, el 94,1% de los estudiantes identificó correctamente que esta afirmación es falsa. Este resultado refleja que la mayoría de los participantes reconoce la importancia de la privacidad y del respeto por los espacios personales dentro de las relaciones interpersonales. De igual manera, las respuestas obtenidas permiten observar una comprensión favorable de conceptos relacionados con los límites saludables, la autonomía y la confianza, diferenciando conductas basadas en el respeto mutuo de aquellas que pueden representar formas de control o invasión de la privacidad.

Figura 6

¿Cuál de estas frases refleja mejor la autoeficacia?

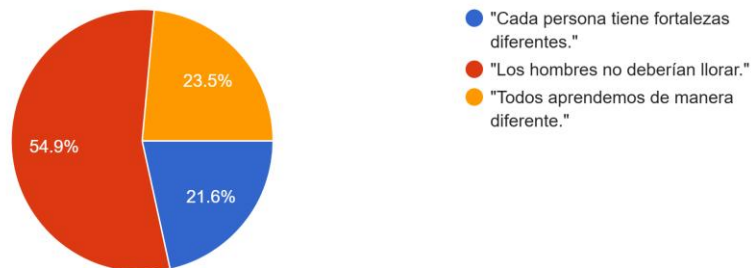
51 respuestas



En relación con el concepto de autoeficacia, el 68,6% de los estudiantes identificó correctamente la frase “Aunque algo sea difícil, puedo aprender y mejorar” como la opción que mejor lo representa. Este resultado permite observar que la mayoría de los participantes logró asociar la autoeficacia con la confianza en la propia capacidad para afrontar desafíos, aprender de las experiencias y alcanzar objetivos mediante el esfuerzo y la perseverancia. Sin embargo, un grupo de estudiantes relacionó este concepto con ideas asociadas a la ausencia de errores, la necesidad de validación externa o la comparación con otras personas, lo que sugiere que aún existen oportunidades para fortalecer la comprensión de este constructo.

Figura 7

¿Cuál de las siguientes frases representa un estereotipo?
51 respuestas

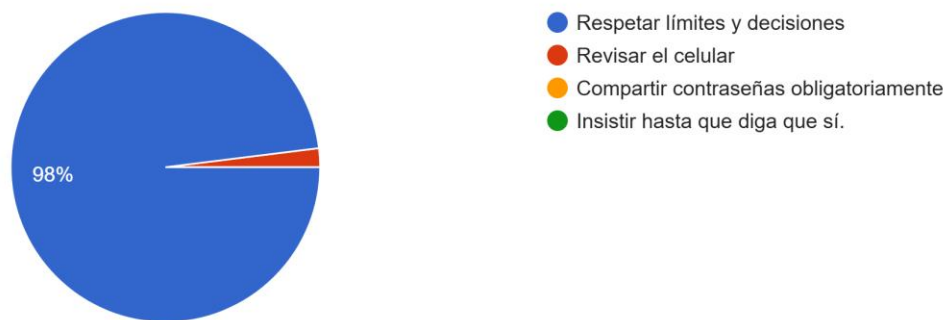


En cuanto al reconocimiento de los estereotipos, el 54,9% de los estudiantes identificó correctamente que la frase “Los hombres no deberían llorar” corresponde a una creencia estereotipada. Este resultado refleja que una parte importante de los participantes logró reconocer cómo determinadas ideas socialmente transmitidas pueden generar expectativas rígidas sobre la forma en que las personas deberían comportarse. Sin embargo, las respuestas obtenidas también muestran que este fue uno de los conceptos que presentó mayor dificultad, ya que cerca de la mitad de los estudiantes asoció el estereotipo con afirmaciones relacionadas con las diferencias individuales o las formas de aprendizaje. Lo anterior sugiere la necesidad de continuar

fortaleciendo la comprensión de aquellas creencias generalizadas que pueden influir en la construcción de la identidad, las relaciones interpersonales y la percepción que las personas desarrollan sobre sí mismas y sobre los demás.

Figura 8

¿Cuál de estas acciones refleja una relación saludable?
51 respuestas



La identificación de características propias de una relación saludable presentó uno de los resultados más consistentes dentro de la evaluación realizada. El 98% de los estudiantes reconoció que respetar los límites y las decisiones de la otra persona constituye una conducta propia de una relación sana. Este hallazgo refleja una adecuada comprensión de aspectos fundamentales trabajados durante la intervención, especialmente aquellos relacionados con el consentimiento, el respeto mutuo, la autonomía y el establecimiento de límites. Asimismo, permite inferir que los participantes lograron diferenciar conductas basadas en el cuidado y la confianza de aquellas asociadas al control, la presión o la invasión de la privacidad, favoreciendo una visión más saludable de las relaciones interpersonales.

Resultados generales grado octavo

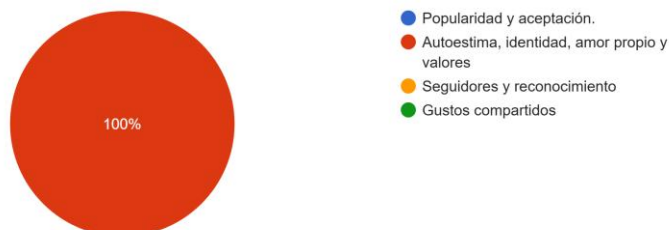
De manera general, los resultados obtenidos permiten evidenciar que los estudiantes de grado octavo lograron apropiarse de gran parte de los conceptos abordados durante la intervención,

especialmente aquellos relacionados con autoestima, autoeficacia, presión social e identidad. Las respuestas reflejan una capacidad favorable para reconocer situaciones en las que la influencia del grupo puede afectar las decisiones personales, diferenciar la valoración propia de la validación externa e identificar factores que contribuyen a la construcción de una identidad más sólida. Asimismo, se observa una tendencia positiva hacia el reconocimiento de la importancia del autoconocimiento y de la confianza en las propias capacidades como elementos protectores frente a las presiones del entorno. Aunque algunos contenidos relacionados con estereotipos e interpretación crítica de las redes sociales presentaron mayores niveles de dificultad, los hallazgos sugieren avances importantes en habilidades asociadas al pensamiento crítico, la reflexión sobre las propias conductas y el análisis de la influencia del contexto en la toma de decisiones. Desde la perspectiva de las funciones ejecutivas, los resultados permiten inferir un fortalecimiento de procesos relacionados con la metacognición, la valoración de consecuencias, el juicio crítico y la toma de decisiones, al evidenciar una mayor capacidad para analizar situaciones cotidianas, cuestionar creencias sociales y reconocer factores de riesgo y protección presentes en su entorno.

Grado Noveno

Figura 1

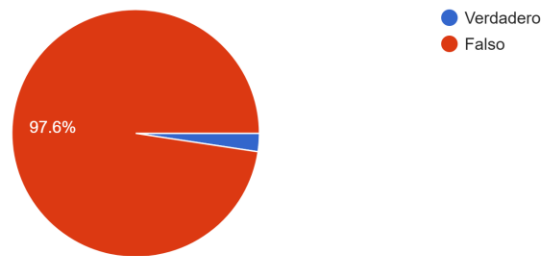
Las raíces de una relación sana representan:
42 respuestas



Los resultados obtenidos evidencian una apropiación clara de los conceptos fundamentales trabajados durante la intervención. Ante la pregunta relacionada con las bases que sustentan una relación sana, el 100% de los estudiantes identificó que estas se asocian con la autoestima, la identidad, el amor propio y los valores. Este hallazgo refleja que los participantes lograron reconocer la importancia de construir relaciones a partir del respeto por sí mismos y del reconocimiento de aspectos personales que favorecen el bienestar emocional.

Figura 2

Una relación sana puede existir incluso cuando una persona pierde sus amistades para agradar a su pareja
42 respuestas

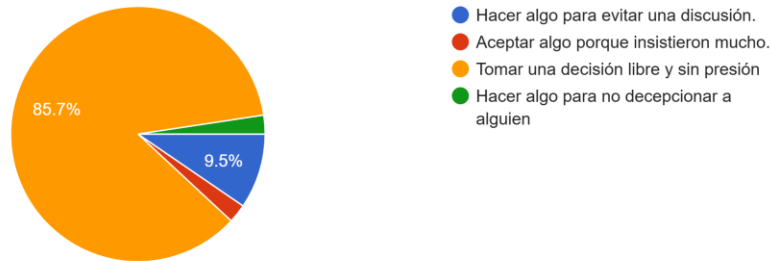


Las respuestas obtenidas permiten observar que los estudiantes lograron identificar con claridad aquellos comportamientos que pueden afectar el equilibrio y bienestar dentro de una relación. Ante la afirmación "Una relación sana puede existir incluso cuando una persona pierde sus amistades para agradar a su pareja", el 97,6% de los participantes reconoció correctamente que esta situación no corresponde a una relación saludable. Este resultado refleja que los estudiantes comprenden la importancia de conservar la autonomía, los espacios personales y las relaciones significativas fuera de la pareja.

Figura 3

¿Cuál de estas situaciones representa mejor el consentimiento?

42 respuestas

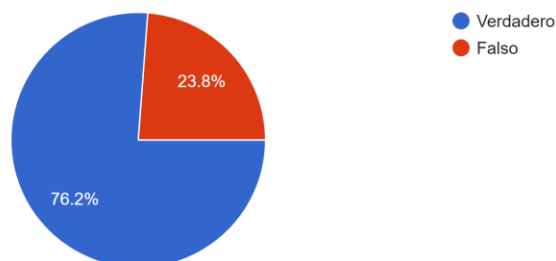


En relación con el concepto de consentimiento, el 85,7% de los estudiantes identificó correctamente que este implica tomar una decisión libre y sin presión. Este resultado permite observar que la mayoría de los participantes logró reconocer que el consentimiento debe surgir de manera voluntaria, respetando la autonomía y la capacidad de decisión de cada persona. Asimismo, las respuestas evidencian una comprensión favorable de los contenidos trabajados sobre respeto, límites y relaciones saludables. No obstante, un grupo de estudiantes asoció el consentimiento con situaciones relacionadas con evitar conflictos, ceder ante la insistencia o actuar para no decepcionar a otras personas, lo que sugiere la importancia de continuar fortaleciendo la comprensión de este concepto.

Figura 4

Pedir la ubicación constantemente puede ser una señal de control y no necesariamente de cuidado.

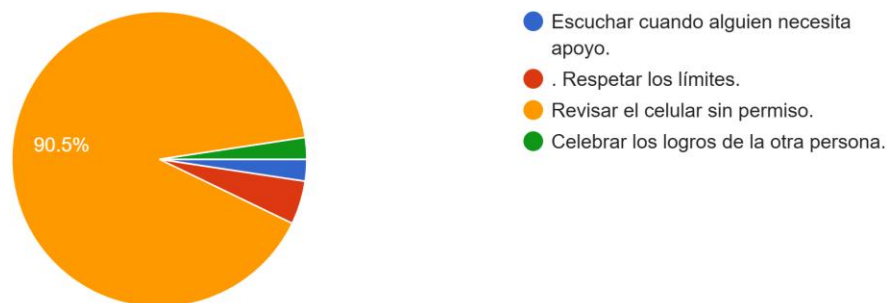
42 respuestas



Frente a la afirmación “Pedir la ubicación constantemente puede ser una señal de control y no necesariamente de cuidado”, el 76,2% de los estudiantes respondió correctamente. Este resultado permite observar que la mayoría de los participantes logró diferenciar entre conductas asociadas al interés y cuidado por otra persona y aquellas que pueden afectar la privacidad, la autonomía o la libertad individual. No obstante, una proporción de estudiantes aún interpretó esta conducta como algo normal dentro de una relación, lo que evidencia la importancia de seguir promoviendo espacios de reflexión sobre señales de alerta, establecimiento de límites y relaciones saludables.

Figura 5

¿Cuál de estas conductas es una red flag?
42 respuestas

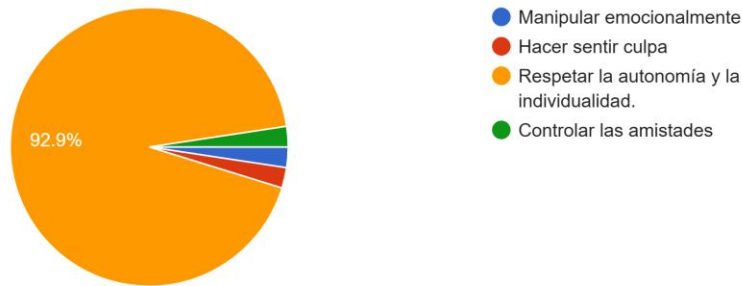


El 90,5% de los estudiantes reconoció que revisar el celular de otra persona sin su autorización constituye una señal de alerta dentro de una relación. Este hallazgo refleja una comprensión favorable de los contenidos trabajados sobre privacidad, confianza y establecimiento de límites. De igual manera, permite observar que los participantes identifican la importancia del respeto por los espacios personales como parte de una relación saludable.

Figura 6

¿Cuál de las siguientes acciones ayuda a que una relación crezca de forma saludable?

42 respuestas

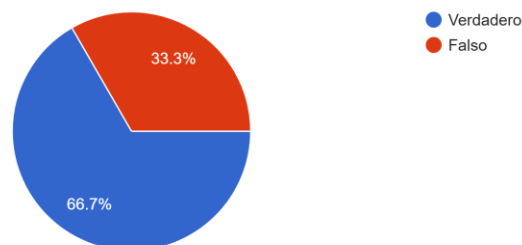


El 92,9% de los participantes reconoció correctamente que respetar la autonomía y la individualidad contribuye al crecimiento positivo de una relación. Este hallazgo sugiere que la mayoría de los estudiantes comprende la importancia de mantener espacios personales, respetar las decisiones de los demás y reconocer que cada persona conserva su identidad dentro de un vínculo afectivo. Asimismo, las respuestas evidencian una adecuada diferenciación entre conductas que fortalecen las relaciones y aquellas asociadas al control, la manipulación o la restricción de la libertad individual.

Figura 7

La dependencia emocional ocurre cuando sentimos que nuestra felicidad depende completamente de otra persona

42 respuestas



Frente a la afirmación “La dependencia emocional ocurre cuando sentimos que nuestra felicidad depende completamente de otra persona”, el 66,7% de los estudiantes respondió

correctamente. Este resultado permite observar que una parte importante de los participantes logró identificar una característica central de la dependencia emocional. Sin embargo, el porcentaje de respuestas incorrectas sugiere que este continúa siendo un tema que requiere fortalecimiento, favoreciendo una mayor comprensión de la autonomía emocional y de los elementos que caracterizan las relaciones saludables.

Figura 8

¿Cuál resume mejor el mensaje central del taller?
42 respuestas



Los resultados obtenidos evidencian una apropiación clara del mensaje central trabajado durante la intervención. El 97,6% de los estudiantes identificó correctamente que las relaciones saludables se construyen a partir del respeto, los límites, la confianza y el autocuidado. Este hallazgo refleja que los participantes lograron integrar los principales conceptos abordados a lo largo del taller, reconociendo la importancia de establecer vínculos basados en el bienestar mutuo y el respeto por la individualidad. Asimismo, las respuestas permiten inferir una comprensión favorable de aspectos relacionados con el consentimiento, la autonomía, la regulación emocional y la construcción de relaciones más sanas y equilibradas.

Resultados generales de noveno

Los resultados obtenidos permiten evidenciar una apropiación favorable de los contenidos abordados durante la intervención con los estudiantes de grado noveno. La mayoría de los participantes logró identificar conceptos relacionados con relaciones saludables, consentimiento, establecimiento de límites, autonomía, privacidad, señales de alerta y dependencia emocional, reconociendo elementos fundamentales para la construcción de vínculos basados en el respeto, la confianza y el bienestar mutuo. Las respuestas obtenidas sugieren que los estudiantes desarrollaron una mayor capacidad para diferenciar conductas asociadas al cuidado y al respeto de aquellas vinculadas al control, la manipulación emocional o la vulneración de los límites personales.

Asimismo, los resultados reflejan avances en habilidades relacionadas con la reflexión crítica, la valoración de consecuencias y la toma de decisiones frente a situaciones cotidianas propias de la adolescencia, aspectos estrechamente asociados con funciones ejecutivas como el juicio social, la autorregulación y el análisis de situaciones interpersonales. Aunque algunos conceptos, particularmente aquellos relacionados con la dependencia emocional y ciertas formas de control normalizadas dentro de las relaciones afectivas, continúan representando oportunidades de fortalecimiento, la tendencia general de las respuestas evidencia una comprensión satisfactoria de los principales mensajes trabajados durante el taller.

Es importante señalar que, si bien la intervención fue desarrollada con una población aproximada de 75 estudiantes distribuidos en dos cursos de grado noveno, el número de respuestas obtenidas en el formulario fue menor al total de participantes. Esta situación estuvo asociada principalmente a dificultades de conectividad, disponibilidad de dispositivos móviles y participación voluntaria en el diligenciamiento del instrumento. No obstante, la cantidad de respuestas recolectadas permitió

obtener información representativa sobre los aprendizajes alcanzados y realizar un análisis pertinente del impacto generado por la intervención.

Grado Decimo

La evaluación posterior a la implementación del taller fue respondida por 41 estudiantes y permitió identificar una apropiación significativa de los conceptos trabajados durante la intervención. Los resultados reflejan una tendencia ampliamente favorable hacia la comprensión de aspectos relacionados con la toma de decisiones responsables, el consentimiento, los límites personales, la comunicación asertiva, el bienestar emocional y la construcción de relaciones saludables.

En las preguntas de percepción, la mayoría de los estudiantes seleccionó las opciones “De acuerdo” y “Totalmente de acuerdo”, evidenciando altos niveles de reconocimiento sobre la importancia de reflexionar antes de actuar, establecer límites personales, cuidar el bienestar emocional y relacionar las decisiones presentes con las metas futuras. Particularmente, se observó una valoración casi unánime del respeto mutuo como elemento fundamental dentro de cualquier relación, así como del papel de la comunicación en la prevención de conflictos.

Respecto a los conocimientos específicos evaluados mediante preguntas de selección múltiple, los resultados fueron especialmente positivos. El 59 % de los estudiantes identificó correctamente el concepto de consentimiento, comprendiendo que este implica una decisión libre que puede modificarse en cualquier momento. Aunque este resultado fue favorable, también evidenció que un porcentaje importante aún asocia el consentimiento con evitar conflictos o discusiones, aspecto que señala la necesidad de continuar fortaleciendo este concepto en futuras intervenciones.

En cuanto al reconocimiento de relaciones saludables, el 82 % de los estudiantes respondió correctamente, identificando que una relación sana permite expresar desacuerdos y establecer

límites sin temor a ser juzgado. Este resultado sugiere una adecuada comprensión de elementos asociados al respeto, la autonomía y la comunicación dentro de las relaciones interpersonales.

El 68 % de los participantes identificó la estrategia más adecuada ante una situación de incomodidad dentro de una relación, reconociendo la importancia de identificar y expresar emociones de manera clara. Aunque constituye una mayoría significativa, el porcentaje restante evidencia que algunos estudiantes aún presentan dificultades para reconocer conductas asertivas de afrontamiento emocional.

Desde una perspectiva cualitativa, las respuestas abiertas permitieron identificar categorías recurrentes como confianza, respeto, comunicación, límites, sentimientos y bienestar emocional. Estos hallazgos sugieren que los estudiantes no solamente adquirieron conocimientos conceptuales, sino que también lograron integrar los contenidos del taller con experiencias y necesidades propias de su realidad cotidiana. La frecuencia con que aparecieron términos relacionados con la comunicación y el respeto indica que estos fueron percibidos como pilares fundamentales para la construcción de relaciones saludables.

En términos generales, los resultados evidencian que el taller favoreció la reflexión crítica sobre las decisiones personales y sus consecuencias, fortaleciendo factores protectores asociados al bienestar emocional, la autonomía y la construcción de proyectos de vida. Asimismo, se observa una adecuada apropiación de conceptos relacionados con relaciones sanas y consentimiento, aunque se recomienda continuar generando espacios educativos que permitan profundizar especialmente en este último aspecto.

Grado Once

Para grado once se contó con una participación de 22 estudiantes en el pretest y 8 estudiantes en el posttest. Aunque la diferencia en el número de participantes limita la posibilidad

de realizar comparaciones estadísticas rigurosas, los resultados permiten identificar tendencias relevantes relacionadas con el impacto de la intervención.

En el pretest se observó que los estudiantes ya presentaban una valoración positiva frente a aspectos como la comunicación, el respeto, la confianza y la importancia de las relaciones saludables. Sin embargo, algunos conceptos específicos relacionados con consentimiento, responsabilidad afectiva y manejo de situaciones de incomodidad mostraban oportunidades de fortalecimiento.

En las preguntas de conocimiento del pretest, el 59 % identificó correctamente el concepto de consentimiento, mientras que el 82 % reconoció adecuadamente las características de una relación sana y el 68 % identificó la mejor forma de actuar ante una situación de incomodidad emocional dentro de una relación. Estos resultados evidenciaban una base conceptual previa, aunque con vacíos importantes en aspectos relacionados con autonomía emocional y establecimiento de límites.

Tras la intervención, los resultados del postest mostraron mejoras en varios indicadores. El porcentaje de respuestas correctas relacionadas con relaciones sanas aumentó de 82 % a 88 %, mientras que el reconocimiento de estrategias adecuadas para expresar incomodidades y establecer límites pasó de 68 % a 88 %, lo que representa uno de los cambios más relevantes observados. Este resultado sugiere que el taller contribuyó significativamente al fortalecimiento de habilidades relacionadas con la comunicación asertiva y el reconocimiento de necesidades emocionales propias.

En relación con las preguntas de percepción, se observó una tendencia prácticamente unánime hacia las categorías “De acuerdo” y “Totalmente de acuerdo” en aspectos como la importancia de pensar en las consecuencias de las decisiones, respetar los límites de otras personas, cuidar el bienestar emocional y construir relaciones basadas en el respeto y la confianza. Esto indica que los

contenidos desarrollados durante el taller fueron coherentes con las necesidades e intereses de los participantes.

No obstante, el concepto de consentimiento presentó resultados particulares. Mientras en el pretest el 59 % respondió correctamente, en el posttest el porcentaje fue del 50 %. Dado que únicamente ocho estudiantes respondieron esta segunda medición, este resultado debe interpretarse con cautela y no necesariamente como una disminución real del aprendizaje. Es posible que la variación se encuentre asociada al tamaño reducido de la muestra y no a un retroceso conceptual.

Desde el análisis cualitativo, las respuestas abiertas muestran una clara consolidación de categorías asociadas a confianza, honestidad, respeto, comunicación y establecimiento de límites. Resulta especialmente relevante que varios estudiantes mencionaran explícitamente la necesidad de comunicar sus límites, respetar los límites de otras personas y construir relaciones basadas en el respeto mutuo, aspectos que fueron ampliamente trabajados durante la intervención.

En conjunto, los resultados sugieren que el taller contribuyó al fortalecimiento de competencias socioemocionales vinculadas con la responsabilidad afectiva, la autonomía emocional y la construcción de relaciones saludables. Asimismo, permitió promover procesos de reflexión acerca de la influencia que las decisiones afectivas y relacionales tienen sobre el bienestar personal y el proyecto de vida en la transición hacia la vida adulta.

Conclusiones

El desarrollo del proyecto permitió generar espacios de reflexión significativos en torno a la sexualidad, las relaciones interpersonales y la toma de decisiones, evidenciándose una alta receptividad y participación por parte de los estudiantes frente a metodologías dinámicas, experienciales y cercanas a su realidad cotidiana. Los talleres favorecieron la ampliación de conceptos relacionados con el respeto, el consentimiento, la responsabilidad afectiva, el

autocuidado y la convivencia, permitiendo que los estudiantes reconocieran la sexualidad como una dimensión integral del ser humano que trasciende los aspectos exclusivamente biológicos.

Asimismo, la intervención permitió evidenciar la pertinencia de integrar elementos de las funciones ejecutivas dentro de los procesos de educación para la sexualidad. Se identificó que habilidades como el control inhibitorio, la regulación emocional, la anticipación de consecuencias y la toma de decisiones influyen directamente en la forma en que los adolescentes se relacionan consigo mismos, con sus pares y con los entornos digitales. En este sentido, el proyecto favoreció una comprensión más reflexiva de las conductas y decisiones asociadas a la sexualidad y la convivencia.

Por otra parte, el proceso permitió identificar que las redes sociales constituyen uno de los principales agentes de influencia en la construcción de creencias, actitudes y comportamientos de los estudiantes. Aunque representan una fuente constante de información, también exponen a los adolescentes a contenidos que no siempre son analizados críticamente, evidenciando la necesidad de continuar fortaleciendo competencias relacionadas con el pensamiento crítico, el autocuidado y la toma de decisiones responsables en entornos digitales.

De igual manera, se identificaron oportunidades de mejora relacionadas con los procesos de acompañamiento y orientación institucional. Algunos estudiantes manifestaron sentirse más cómodos acercándose inicialmente a psicólogas de apoyo o pasantes para expresar situaciones personales, emocionales o académicas, lo que resalta la importancia de continuar fortaleciendo los canales de comunicación y confianza entre los estudiantes y los diferentes actores del equipo de apoyo escolar.

Finalmente, se evidenció que la participación de los pasantes constituye un recurso valioso para la institución, ya que favorece la creación de vínculos de confianza con los estudiantes y facilita la

identificación temprana de factores de riesgo y factores protectores. Además, estos espacios permiten brindar acompañamiento y dar continuidad a procesos formativos y de apoyo cuando se presentan ausencias temporales de docentes o actividades institucionales.

Recomendaciones

- Fortalecer el acompañamiento brindado desde orientación escolar, promoviendo espacios periódicos de escucha, seguimiento y apoyo emocional para los estudiantes.
- Generar estrategias que favorezcan una mayor cercanía y comunicación entre los estudiantes y la orientadora escolar, fortaleciendo los vínculos de confianza y el acceso oportuno a los servicios de apoyo institucional.
- Diseñar e implementar talleres periódicos sobre redes sociales, ciudadanía digital, riesgos en internet, sexting, huella digital y relaciones virtuales, utilizando metodologías dinámicas, participativas y ajustadas a los intereses de los adolescentes.
- Favorecer procesos de psicoeducación desde la práctica, incorporando actividades experienciales, análisis de casos, juegos de rol, debates y situaciones cotidianas que permitan una mejor apropiación y aplicación de los aprendizajes.
- Desarrollar espacios de formación con docentes enfocados en comunicación asertiva, validación emocional, manejo respetuoso de conflictos y fortalecimiento de las relaciones con los estudiantes.
- Generar mayores espacios de interacción y convivencia entre estudiantes y profesionales de apoyo durante descansos, jornadas especiales u otros escenarios informales que faciliten la construcción de vínculos de confianza.

- Evaluar la posibilidad de fortalecer los espacios de onces escolares y los beneficios asociados al Programa de Alimentación Escolar (PAE), considerando su aporte al bienestar, la integración social y la permanencia escolar.
- Incrementar los espacios institucionales destinados al bienestar estudiantil, la integración y la convivencia, favoreciendo momentos de encuentro que fortalezcan el sentido de pertenencia y las relaciones positivas dentro de la comunidad educativa.
- Continuar implementando estrategias orientadas al fortalecimiento de funciones ejecutivas, especialmente regulación emocional, control de impulsos, pensamiento crítico y toma de decisiones responsables.
- Mantener programas de educación integral para la sexualidad que involucren activamente a estudiantes, docentes y familias, favoreciendo procesos preventivos sostenibles en el tiempo.
- Mantener los espacios destinados a los pasantes dentro de la institución, dado que estos facilitan el acercamiento de los estudiantes a los servicios de apoyo, fortalecen los procesos de prevención y permiten identificar oportunamente necesidades emocionales, académicas y convivenciales de la comunidad estudiantil.

Referencias

American Psychological Association. (2018). *Communication*. APA Dictionary of Psychology.

<https://dictionary.apa.org/communication>

Alberti, R. E., & Emmons, M. L. (2017). *Your perfect right: Assertiveness and equality in your life and relationships* (10th ed.). New Harbinger Publications.

American Psychological Association. (2018). *Passive-aggressive behavior*. APA Dictionary of Psychology. <https://dictionary.apa.org/passive-aggressive-behavior>

American Psychological Association. (2018). *Communication*. APA Dictionary of Psychology. <https://dictionary.apa.org/communication>

Bernal Arévalo, A. (2013). *Una revisión histórica de la teoría de la autoestima: De William James a Nathaniel Branden, y un análisis de los seis pilares de la autoestima, de Branden* (Tesis de licenciatura). Universidad Nacional Autónoma de México. <https://ru.dgb.unam.mx/handle/20.500.14330/TES01000696350>

Bowlby, J. (2014). *Vínculos afectivos: Formación, desarrollo y pérdida* (6.^a ed.). Ediciones Morata.

Congreso de la República de Colombia. (2022). Ley 2220 de 2022 por medio de la cual se expide el Estatuto de Conciliación. Diario Oficial de Colombia.

Diamond, A. (2013). Executive functions. *Annual Review of Psychology*, 64(1), 135–168. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-113011-143750>

D'Cruz, J. J. (2014). Keeping it real: Executive function and sexual health self management... Tesis doctoral, UTHealth.

Erikson, E. H. (2000). *El ciclo vital completado*. Paidós

Guzmán-Cortés, J. A. et al. (2022). Funcionamiento ejecutivo en adolescentes y conductas sexuales de riesgo. *Salud y Drogas*, 23(2), 837-854.

Instituto Colombiano de Bienestar Familiar. (2022). *¿Sexualidad? ¡Pilas con el consentimiento!* <https://www.icbf.gov.co/mis-manos-te-ensenan/sexualidad-pilas-con-el-consentimiento>

Instituto Colombiano de Bienestar Familiar. (2020). Resolución 5110 de 2020. ICBF

Kaplan, A. M., & Haenlein, M. (2020). *Rulers of the world, unite! The challenges and opportunities of social media*. *Business Horizons*, 63(2), 123–132.

Mendoza-Armenta, M. et al. (2020). Funciones ejecutivas, conducta sexual de riesgo... Salud y Drogas, 20(1), 29-40.

National Cancer Institute. (s.f.). *Pubertad*. Diccionario de cáncer del NCI. <https://www.cancer.gov/espanol/publicaciones/diccionarios/diccionario-cancer/def/pubertad>

Naranjo Pereira, M. L. (2007). Autoestima: un factor relevante en la vida de la persona y tema esencial del proceso educativo. *Actualidades Investigativas en Educación*, 7(3), 1-27. <https://www.redalyc.org/pdf/447/44770311.pdf>

Organización Mundial de la Salud. (2024). *Autocuidado para la salud y el bienestar*. <https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/self-care-for-health-and-well-being>

Otten, R. et al. (2024). How pubertal timing and self-regulation predict adolescent sexual activity... Dev Psychopathol, 36(4), 1941-47.

Pérez, M., & García, L. (2022). *Responsabilidad afectiva y calidad de las relaciones interpersonales en jóvenes universitarios*. Revista Iberoamericana de Psicología, 15(2), 45-57.

Poalacin-Iza, E. M., & Bermúdez-Santana, D. M. (2023). Violencia psicológica, sus secuelas permanentes y la proporcionalidad de la pena. *Revista Metropolitana de Ciencias Aplicadas*, 6(2), 61-69. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=721778123008>

Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton University Press.

UNICEF. (2024). *Qué es la pubertad: cambios en mujeres y varones*. UNICEF Uruguay. <https://www.unicef.org/uruguay/crianza/etapa-escolar/que-es-la-pubertad>

UNESCO. (2024). *Marco de competencias socioemocionales para estudiantes y docentes*. Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura.

UNICEF. (2024). *Qué es la pubertad: cambios en mujeres y varones*. UNICEF Uruguay. <https://www.unicef.org/uruguay/crianza/etapa-escolar/que-es-la-pubertad>

UNICEF. (2021). *Parentalidad positiva: Guía para familias*. Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia.

Vera Noriega, J. Á., & Valenzuela Medina, J. E. (2012). El concepto de identidad como recurso para el estudio de transiciones. *Psicología & Sociedad*, 24(2), 272-282. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=309326586004>

Rosenberg, M. et al. (2018). Executive function associated with sexual risk in young South African women... PLoS ONE, 13(4): e0195217.

Anexos

Figura 1

