

**PLAN DE ESTRATEGIAS
DIDÁCTICAS PARA EL
MANEJO DE LA FRUSTRACIÓN
DE ESTUDIANTES DE LA
GENERACIÓN ALFA
PRINCIPIANTES DE PIANO**

**DIDACTIC STRATEGY PLAN FOR
MANAGING FRUSTRATION
AMONG GENERATION ALPHA
BEGINNER PIANO STUDENTS**

Autora:

Carrera Zárraga, Crisbel Patricia
<https://orcid.org/0009-0009-4775-1083>

Universidad Pedagógica Experimental Libertador
Instituto Pedagógico de Barquisimeto
"Luis Beltrán Prieto Figueroa"
Venezuela



UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA EXPERIMENTAL LIBERTADOR
INSTITUTO PEDAGÓGICO DE BARQUISIMETO
"Luis Beltrán Prieto Figueroa"
Venezuela

**Revista Nacional
Científica Estudiantil**

RENACIENTE

Proyectando el saber universitario estudiantil



ISSN: 2739-0349

Depósito Legal: LA201000032

**Órgano de divulgación científica
multidisciplinar arbitrada.
Para estudiantes de pregrado
(En formación universitaria)**



Resumen

**PLAN DE ESTRATEGIAS
DIDÁCTICAS PARA EL
MANEJO DE LA
FRUSTRACIÓN DE
ESTUDIANTES DE LA
GENERACIÓN ALFA
RINCIPIANTES DE PIANO****DIDACTIC STRATEGY PLAN
FOR MANAGING
FRUSTRATION AMONG
GENERATION ALPHA
BEGINNER PIANO
STUDENTS****Abstract**

El presente estudio se realizó bajo la modalidad de proyecto factible, apoyado en una investigación de campo de carácter descriptivo, consistió en diseñar un Plan de estrategias didácticas para el manejo de la frustración de estudiantes de la generación alfa principiantes de piano en la Academia Dacapo, Barquisimeto. Se encuentra estructurado en tres (3) fases: Fase I: Estudio diagnóstico, se diagnosticó la necesidad de diseñar un plan de estrategias didácticas por medio de la técnica encuesta con un instrumento tipo cuestionario, conformado por preguntas cerradas con una escala descriptiva de necesidad. Los sujetos de estudio estuvieron conformados por cuatro (4) docentes de piano de la Academia Dacapo. Finalmente, se procesaron y analizaron los datos recabados. Fase II: Estudio de factibilidad, se realizó el estudio técnico, financiero y de campo, y en la Fase III: Diseño del plan, se diseñó la propuesta en función de las conclusiones obtenidas en los estudios diagnósticos y de factibilidad. Se concluyó que a través del Plan de estrategias didácticas para el manejo de la frustración puede favorecer no solo el progreso técnico en el piano, sino también promover la disciplina, motivación, tolerancia a la frustración, gestión emocional y bienestar integral del estudiante. Además, permite aportar herramientas pedagógicas prácticas, contextualizadas y adaptadas a las características generacionales actuales, contribuyendo a una enseñanza musical más efectiva y emocionalmente saludable.

Descriptor: plan de estrategias didácticas, manejo de la frustración, generación alfa, estudiantes principiantes de piano.

This study was conducted as a feasible project, supported by a descriptive field investigation. It consisted of designing a didactic strategy plan for managing frustration among Generation Alpha beginner piano students at the Dacapo Academy in Barquisimeto. The study was structured in three (3) phases: Phase I: Diagnostic Study, which assessed the need to design a plan of didactic strategies through a survey technique with a questionnaire-type instrument, made up of closed-ended questions with a descriptive need scale. The population consisted of four (4) piano teachers from the Dacapo Academy. Finally, the data collected were processed and analyzed. Phase II: Feasibility Study, where the technical, financial, and field studies were carried out, and in Phase III: Plan Design, the proposal was designed based on the conclusions obtained from the diagnostic and feasibility studies. It was concluded that through the Didactic Strategy Plan for Managing Frustration, it is possible to support not only technical progress on the piano, but also to promote discipline, motivation, frustration tolerance, emotional management, and the student's overall well-being. Furthermore, it provides practical, contextualized, and generationally adapted pedagogical tools, contributing to more effective and emotionally healthy music education.

Keywords: didactic strategy plan, frustration management, generation alpha, beginner piano students.

Introducción

En los últimos años diversos factores han dificultado el aprendizaje de los niños y adolescentes de cualquier nivel educativo (Schleicher, 2020). Uno de estos, son los cambios que se presentaron desde el año 2020 debido a la pandemia por el COVID-19, que al inducir un aislamiento obligatorio y prolongado, afectó tanto la enseñanza como el aprendizaje por no tener precedentes en los sistemas educativos a nivel global.

La pandemia provocó una inevitable migración a la enseñanza virtual, que, aunque en el intento de continuar la educación por parte de los docentes, dependía más de la motivación individual de los estudiantes, del apoyo familiar y del acceso a los recursos digitales, lo que desafortunadamente intensificó las desigualdades existentes, especialmente, porque una gran mayoría de estudiantes no contaba con recursos tecnológicos, ocasionando un mayor desinterés por aprender y esto bajó la calidad del proceso de enseñanza y aprendizaje. (UNESCO, 2020).

Durante el aislamiento, tanto docentes como estudiantes se enfrentaron a condiciones desfavorables para enseñar y aprender. Ambos, se vieron obligados a adaptarse a entornos digitales, que, aunque fueron útiles, también resultaron limitados en lo afectivo y pedagógico. Los educadores debieron adaptar sus métodos pese a su escasa preparación digital, mientras que los estudiantes mostraban dificultad para mantener la atención, el compromiso, la motivación, cuyos aspectos son fundamentales para el aprendizaje autónomo (Ríos, 2023).

Las consecuencias psicológicas del escenario descrito en el párrafo anterior derivaron en alteraciones de la salud mental como, la ansiedad, desconcentración y especialmente la frustración, emergieron con fuerza, interfiriendo directamente en la adquisición de conocimientos y habilidades (Degante y Caselin, 2022). Y la ausencia del componente humano que caracteriza la educación presencial, es indispensable para el desarrollo emocional, afectivo y social del estudiante porque interactúan continuamente con diferentes compañeros permitiendo gestionar sus emociones lo cual es crucial para su desarrollo cognitivo y emocional. (UNIR, 2022)

Según Degante y Caselin (2022); Ochoa, Gutiérrez y otros (2022), el confinamiento generó altos niveles de ansiedad, estrés y frustración, alterando funciones cognitivas como la memoria y el autocontrol, lo que afecta directamente el aprendizaje por no ser gestionada adecuadamente. En el ámbito escolar, la frustración surge cuando el estudiante no logra los objetivos esperados o percibe que su esfuerzo no se traduce en logros, afectando su autoestima y motivación. De igual manera, Trianes (2002), señala que la frustración en contextos escolares debe ser reconocida y canalizada como parte del desarrollo emocional del estudiante, promoviendo estrategias pedagógicas que la transformen en aprendizaje resiliente.

UNICEF (2020), plantea que la interrupción escolar ha tenido un impacto catastrófico en poder alcanzar adecuadamente el aprendizaje, la salud física y mental de los estudiantes, lo que se vería reflejado en el accionar académico. Todo ello, debido a que el cierre escolar no permitía brindar las comidas escolares por tanto, aumentó el riesgo de desnutrición, creció la violencia doméstica, los problemas de salud mental como la ansiedad y la depresión, además de que el estudiante no desarrollaba hábitos cotidianos y practicaba la sociabilización.

Esta situación persistió en la reintegración de los estudiantes a la presencialidad porque siguen vigentes los problemas emocionales. Inclusive, la Organización Panamericana de la Salud (2021) afirmó que alrededor del 20% al 70% de la población sigue sufriendo depresión y ansiedad. Así como otros estudios también sugieren que durante años seguirán observándose las consecuencias del deficiente aprendizaje que se obtuvo durante la pandemia. Cabe destacar que muchos estudiantes han mostrado dificultad para socializar, autorregularse y conectar con experiencias de aprendizaje que no respondan a patrones digitales (UNESCO, 2024).

Por otra parte, el uso excesivo de las pantallas según Carr (2010), ha traído consigo una disminución en la capacidad de atención y concentración en los educandos y estos son factores que influyen de manera negativa en el aprendizaje, por ejemplo, en la capacidad de lectura profunda, la concentración sostenida y el pensamiento crítico.

Este escenario se agrava al considerar las características propias de la Generación Alfa (niños nacidos desde 2010 en adelante), quienes, al haber nacido en un mundo completamente digitalizado y acelerado, muestran una marcada impaciencia, baja tolerancia a la frustración y alta dependencia tecnológica. Dicho conjunto social crece con múltiples estímulos, acceso inmediato a la información y a una gratificación instantánea excesiva por el uso de la tecnología, lo que moldea su forma de aprender y de responder ante los desafíos escolares e incluso, de su vida diaria. (McCrinkle y Fell, 2020).

El auge de las redes sociales y su constante oferta de gratificación instantánea, ha fomentado una cultura de inmediatez, por eso, los estudiantes en la actualidad están acostumbrados a obtener resultados rápidos y tangibles y esto, choca con la naturaleza progresiva del aprendizaje musical e incluso, con la manera en la que el cerebro aprende. Así lo argumenta Desmurget (2019), al considerar que el consumo excesivo de contenidos digitales rápidos (como redes sociales y videojuegos) genera intolerancia a la frustración y al esfuerzo prolongado, favoreciendo la búsqueda constante de la recompensa y a la creación de un cerebro perezoso.

Si bien, estas dificultades ya se percibían en la Generación Z o de cristal, debido a que estos jóvenes se caracterizan por ser más sensibles emocionalmente y menos tolerantes a la frustración cuando los

resultados no son inmediatos (Universidad Privada del Norte UPN, 2022), en la Generación Alfa esta tendencia es aún más pronunciada debido a que están acostumbrados a la inmediatez de las respuestas, la rapidez de los entornos digitales y por tanto, muchos niños presentan dificultad en sostener el esfuerzo, afrontar errores o desarrollar la perseverancia necesaria para adquirir habilidades completas (Twenge, 2017; Operti, 2025), tal como lo amerita la educación musical.

Es necesario destacar que el aprendizaje musical es un proceso complejo que requiere repetición, coordinación, atención sostenida, paciencia, gestionar la frustración ante el error durante el ensayo de una canción o la práctica de algún ejercicio en el instrumento y es precisamente el docente el responsable de que esto suceda. Por eso, es importante que en el momento de planificar se promuevan y apliquen estrategias didácticas que favorezcan este proceso. (Zaragozá, 2009).

Aprender un instrumento como el piano requiere tiempo, paciencia, perseverancia y disciplina, lo que puede ser frustrante para quienes esperan resultados inmediatos. Aunado a esto, las características emocionales y cognitivas de los estudiantes de la generación Alfa dificultan la calidad y/o la construcción de este aprendizaje musical a largo plazo (McPherson y Zimmerman, 2011), esto se traduce en una mayor incidencia de frustración, desinterés o bloqueos emocionales cuando el estudiante no logra ejecutar correctamente una pieza o no ve avances inmediatos. Puesto que, al ejecutar el piano aparecen una serie de obstáculos técnicos, que requieren la repetición en la práctica musical constante.

Además, la exposición constante a redes sociales donde se muestran interpretaciones musicales editadas o ejecutadas por pianistas profesionales, puede generar una percepción distorsionada del proceso de aprendizaje. Esta comparación irreal puede llevar a creer que el dominio del instrumento se alcanza con facilidad y al no lograrlo rápidamente, aparece la frustración cuando su propio progreso es más lento. Este fenómeno se intensifica por el perfeccionismo característico de la adolescencia, una etapa en la que los errores tienden a interpretarse como fracasos personales. (Hallan, 2010)

En el aprendizaje del piano, muchos adolescentes experimentan frustración al enfrentar los desafíos propios del proceso, y esto puede impactar negativamente el bienestar emocional, contribuyendo a sentimientos de tristeza, irritabilidad, baja autoestima e incluso síntomas de ansiedad o desmotivación (Santos, 2020). Por ello, es necesario ayudar a los estudiantes a comprender que el aprendizaje musical es un proceso gradual que requiere esfuerzo y práctica constante, donde el error es una herramienta valiosa para el crecimiento de las habilidades musicales (Dweck, 2006).

Ahora bien, específicamente, en la academia de música “Dacapo” ubicada en el sector Este de Barquisimeto, Estado Lara, mediante entrevistas y observaciones informales realizadas en la institución, permitió al investigador determinar que los niños y adolescentes principiantes de piano y que pertenecen a

la generación alfa, no tienen paciencia para aprender y corregir sus errores en clase al ejecutar un instrumento musical, especialmente, el piano. Ellos, tienden a frustrarse rápidamente cuando no consiguen tocar correctamente en pocos minutos, sino que, se muestran ansiosos, impacientes, desmotivados, sin tolerancia a la frustración, y algunos, generan un ambiente hostil e inapropiado durante la clase, lo que dificulta el logro de los objetivos establecidos.

A pesar del esfuerzo de los docentes por mantener la motivación y evitar que los estudiantes se rindan, es evidente que frente a esta realidad, el docente debe estar más capacitado para saber enfrentar pedagógicamente esta situación. Cabe acotar, que la mayoría del personal docente de la academia, carece de la formación pedagógica, lo que se aúna a la situación descrita hasta el momento en cuanto a las características de los estudiantes principiantes de piano. En consecuencia, los resultados de aprendizajes y comportamientos inapropiados son una característica que exhiben los niños o adolescentes que estudian en esta institución.

Otro aspecto importante que se puede destacar es que el personal directivo ha manifestado la necesidad de buscar apoyo de un especialista en psicología que permanezca en la Academia, debido a que son altos los porcentajes de estudiantes que presentan problemas de depresión, ansiedad, frustración, falta de concentración y disciplina y esto afecta el rendimiento musical. Actualmente, ya se cuenta con un psicólogo que frecuentemente visita la academia y realiza capacitaciones para los docentes en la parte psicológica con la intención de brindarle más herramientas a la hora de enseñar, así como también atiende al estudiante que lo solicite.

Frente a esta realidad descrita, la investigación pretende proponer estrategias didácticas para el docente que enseñen a sus estudiantes principiantes de piano pertenecientes a la generación alfa a manejar la frustración frente al aprendizaje y ejecución del piano, las cuales deben considerar tanto aspectos emocionales como las particularidades generacionales, y de esta manera, promover un entorno perseverante, resiliente, donde se disfruta el proceso, es decir, que no solo se enseñe música, sino que también se busque formar individuos emocionalmente fuertes y autónomos.

En consecuencia, surgen las siguientes interrogantes: ¿Existe la necesidad de crear estrategias didácticas para manejar la frustración en estudiantes de la generación alfa principiantes de piano de la Academia Dacapo?, ¿Cuál es la factibilidad técnica, financiera y de campo de un plan de estrategias didácticas para el manejo de la frustración de estudiantes de la Generación Alfa principiantes de piano?, ¿Qué elementos debe tener el plan de estrategias didácticas para el manejo de la frustración de estudiantes de la Generación Alfa principiantes de piano?

Por tanto, los objetivos de la investigación se derivaron en: 1) Diagnosticar la necesidad de diseñar un plan de estrategias didácticas para el manejo de la frustración de estudiantes de la Generación Alfa principiantes de piano. 2) Determinar la factibilidad técnica, financiera y de campo de estrategias didácticas para el manejo de la frustración de estudiantes de la Generación Alfa principiantes de piano. 3) Diseñar plan de estrategias didácticas para el manejo de la frustración de estudiantes de la Generación Alfa principiantes de piano.

Argumentación teórica

Para la elaboración de este estudio se hace necesario definir las bases teóricas tales como: plan, estrategias didácticas, manejo de la frustración, generación Alfa y estudiantes principiantes de piano, que servirán de soporte para desarrollar el mismo, debido a que estos aportes son pilares fundamentales para dar sentido y argumentación teórica a la investigación.

Plan

El término plan, de manera general, es un instrumento orientador de acciones. En este sentido, Ayala (citado por Trujillo, 2013), lo define como el “*conjunto coherente de metas e instrumentos que tiene como fin orientar una actividad humana en cierta dirección anticipada*”. (p.1). Y Ortega (citado por Trujillo, 2013) señala que el plan no significa solamente un documento con un conjunto de perspectivas y previsiones, sino que representa el instrumento más eficaz para racionalizar la intervención sobre una realidad determinada.

Asimismo, planear implica prever, organizar y anticipar acciones orientadas al logro de objetivos concretos (Rodríguez y Sierra, 2021). En el ámbito educativo, es importante diferenciar el concepto general de plan con el de la planificación didáctica, debido a que esta última se centra en los procesos de enseñanza y aprendizaje dentro del aula y es responsabilidad directa del docente. Y, está compuesta por elementos como: objetivos, contenidos, actividades, métodos y técnicas, recursos y evaluación (Rodríguez y Sierra, 2021).

Sin embargo, en la presente investigación no se elaboró un plan didáctico porque no contiene los elementos del mismo, sino que, se diseñó un plan orientado a proponer estrategias didácticas específicas para el manejo de la frustración en estudiantes principiantes de piano de la generación alfa en la Academia Dacapo, Barquisimeto, sin incluir una planificación detallada de la clase. Dicho plan de estrategias didácticas está compuesto por: objetivo general y específicos, instrucciones generales para el docente, nombre de la estrategia, descripción, aplicación y medios.

Estrategias didácticas

Las estrategias didácticas se entienden como procedimientos organizados y formales que el docente diseña para guiar el proceso de enseñanza-aprendizaje y alcanzar metas claras. Estas acciones planificadas requieren tanto de una estructuración previa como de la capacidad del docente, de seleccionar cuidadosamente las técnicas y actividades que favorezcan el logro de los objetivos educativos, tal como señalan documentos de la Universidad Estatal a Distancia (UNED, 2013).

La planificación es fundamental en el acto pedagógico, puesto que este implica tomar decisiones conscientes y reflexivas en cuanto a objetivos, contenidos, métodos, recursos, tiempo y evaluación. Según la UNED (2013), este enfoque evita improvisaciones, alinea el proceso con las necesidades del grupo y garantiza coherencia entre la intención pedagógica, la ejecución y valoración de aprendizajes. Además, Marqués (2000) sostiene que las actividades utilizadas deben ser motivadoras, significativas, colaborativas, integradas y aplicables, promoviendo así el desarrollo personal y social de los estudiantes.

Investigaciones como las de Revelo et al. (2017), Pastre y Monteiro (2018), Colorado y Gutiérrez (2016), coinciden en que la correcta selección de estrategias didácticas, ya sean digitales o tradicionales, permite desarrollar apropiadamente las competencias y habilidades de los estudiantes. El modelo pedagógico debe ser flexible y personalizado, permitiendo al docente potenciar las áreas débiles del aprendizaje de sus estudiantes para lograr resultados formativos más eficaces. Asimismo, es fundamental incluir los avances tecnológicos como parte de las nuevas estrategias de enseñanza y aprendizaje, con la intención de estimular la construcción del conocimiento.

En cuanto al ámbito musical y del mismo modo que en la explicación anterior, las estrategias didácticas permiten al docente organizar el proceso de enseñanza de manera creativa y estructurada al utilizar métodos activos y significativos que fomenten el desarrollo auditivo, rítmico, expresivo y técnico del estudiante. Según Ramírez (2017), estas estrategias deben vincularse a contextos reales, promover la participación y facilitar la construcción del conocimiento musical de forma progresiva. Además, la integración de recursos visuales, auditivos y kinestésicos resulta fundamental para captar el interés y favorecer la comprensión de los elementos musicales desde edades tempranas. Así, la enseñanza musical se vuelve más cercana, eficaz y dinámica, lo que contribuye a una formación integral del estudiante.

El método Orff, por ejemplo, emplea la voz, el cuerpo, el movimiento y los instrumentos de percusión de forma activa y creativa, proporciona una experiencia viva, dinámica y participativa de la música, antes de abordar la notación formal. Estudios recientes demuestran que mediante canciones, juegos rítmicos y percusión corporal, los estudiantes no solo comprenden los conceptos musicales, sino que también mejoran su memoria, atención y motivación. (Rojas y Coronado, 2024). Del mismo modo, la

combinación de la palabra, ritmo y movimiento hacen de este enfoque un recurso pedagógico valioso para la inclusión, el desarrollo emocional y la cohesión grupal en contextos diversos (Ob. cit).

Aunado a lo anterior, estas estrategias son particularmente útiles para la Generación Alfa, caracterizada por su impaciencia, baja tolerancia a la frustración y dificultad para mantener la concentración, debido a que al usar metodologías centradas en el juego, el uso de herramientas digitales y metas a corto plazo, pueden motivar a los niños, disminuir la ansiedad ante los errores y facilitar el aprendizaje progresivo de habilidades musicales complejas (Casasola, 2020; Erueda, 2022).

En especial, en instrumentos como el piano, el cual es un gran demandante de atención sostenida, coordinación motora, independización de manos, entre otras habilidades que requieren años de disciplina para desarrollarse, es esencial aplicar estrategias que ayuden a fragmentar el contenido en unidades breves (Ramírez, 2017). Incluso, implementar herramientas digitales como aplicaciones de práctica pianística, videojuegos musicales o metrónomos interactivos con una retroalimentación inmediata, las cuales ofrecen recompensas constantes y visuales, se alinean el proceso de aprendizaje de los estudiantes Alfa, optimizando su experiencia frente al instrumento.

Un ejemplo concreto es la plataforma PianoEscalaForte, desarrollada por investigadores de la Pontificia Universidad Católica de Valparaíso, que permite a los estudiantes practicar escalas recibiendo una respuesta visual, auditiva y verbal de manera inmediata, lo que mejora notablemente su progreso técnico y permite mantener la motivación, reforzar las habilidades adquiridas y reducir la frustración por errores frecuentes. (Cara, Figueroa y otros, 2020)

Manejo de la frustración

Desde los inicios de las civilizaciones hasta la actualidad, el ser humano ha buscado principalmente aspirar al éxito. La frustración es una vivencia emocional y subjetiva que surge cuando una persona no logra satisfacer un deseo, necesidad, meta o ilusión previamente trazada, a pesar del esfuerzo invertido (Haykal, 2017; Hurtado, 2015). Esta experiencia se percibe como desagradable y dolorosa, aunque forma parte natural de la vida emocional humana (Reyes, 2022).

Cabe destacar que la forma en que se experimenta y reacciona ante la frustración varía según la personalidad, la intensidad del evento y los recursos emocionales del individuo. Las respuestas pueden ir desde emociones como la tristeza, el miedo o la angustia, hasta reacciones más complejas como la ira o la agresión, las cuales pueden dirigirse hacia otros, hacia uno mismo o hacia sustitutos simbólicos (Molina, 2017; Haykal, 2017).

Cuando la frustración es persistente, puede tener consecuencias psicológicas y físicas significativas, tales como estrés, ansiedad, insomnio, falta de apetito, depresión o problemas de conducta (Reyes, 2022; Molina, 2017). En contextos educativos, por ejemplo, muchas manifestaciones de indisciplina o “problemas de conducta”, pueden estar relacionadas con niveles elevados de frustración que se refleja en agresión. Además, no siempre se enfrenta de manera directa, ya que es común recurrir a mecanismos de defensa de forma inconsciente para mitigar la incomodidad sin resolver la causa real (Molina, 2017).

Por ello, aunque la frustración es algo doloroso, también es un estado emocional normal, sin embargo, lo fundamental, es la actitud que se adopta frente a ella, como por ejemplo, aplicar estrategias que permitan reconocer, aceptar y gestionar adecuadamente estas emociones para evitar consecuencias negativas en la salud mental y el comportamiento.

Ahora bien, la tolerancia a la frustración se entiende como la capacidad de una persona para enfrentar obstáculos, contratiempos o situaciones que no se ajustan a sus expectativas, sin caer en reacciones emocionales desproporcionadas ni abandonar sus objetivos. Esta habilidad permite reconocer, aceptar y gestionar las emociones negativas que emergen ante la insatisfacción, conservando así el equilibrio emocional necesario para persistir en las metas propuestas (Molina, 2017; Reyes, 2022).

Según Ortuño (2019), la tolerancia a la frustración se trata de la habilidad para manejar con inteligencia aquellas situaciones en las que no se consigue lo que se desea. Degante (2022) añade que, especialmente en la adolescencia, desarrollar esta capacidad es crucial para que los jóvenes aprendan a reconocer sus emociones más íntimas, canalizar la frustración de manera positiva y fortalecer su autoestima y resiliencia. En efecto, cuando aparece un obstáculo inesperado, las personas con mayor tolerancia a la frustración suelen adoptar una actitud perseverante y flexible, mientras que quienes carecen de esta habilidad tienden a rendirse o a reaccionar de forma impulsiva (Reyes, 2022).

En el ámbito educativo, el manejo de la frustración es crucial para el bienestar, buen comportamiento y el rendimiento académico de los estudiantes. De acuerdo con Amsel, citado por Haykal (2017), identificar el origen de la frustración y redirigir los esfuerzos hacia metas alternativas, realistas y alcanzables, son pasos clave para prevenir el estancamiento emocional.

En este sentido, diversas estrategias pueden contribuir al fortalecimiento de la tolerancia a la frustración: 1) aceptar que no todo se puede controlar; 2) reformular pensamientos negativos; 3) establecer objetivos claros y realistas; 4) practicar la paciencia mediante actividades que requieran constancia; 5) aplicar técnicas de relajación como la respiración profunda o la meditación; 6) fomentar el pensamiento flexible; y 7) reforzar la autoestima a través del reconocimiento del esfuerzo personal. Además, integrar estos recursos en el currículo escolar, junto con habilidades como la inteligencia emocional, el

autoconocimiento y la comunicación asertiva, puede brindar a los estudiantes herramientas eficaces para gestionar la frustración y enfrentar los desafíos con mayor madurez y resiliencia. (Fuenzalida, 2024).

La frustración es una experiencia inevitable en la vida cotidiana, y aunque no siempre pueda evitarse, sí es posible aprender a manejarla de forma saludable. Al igual que ocurre con otras emociones, lo importante no es reprimirla, sino canalizarla de manera que permita a la persona adaptarse a las dificultades y limitaciones que enfrenta día a día. Vivir una situación frustrante no significa fracasar, sino que puede convertirse en una oportunidad para crecer. Desarrollar la tolerancia a la frustración es un proceso continuo que comienza desde la niñez y se fortalece a lo largo de toda la vida (Molina, 2017).

Generación Alfa

Desde 1920, distintos investigadores, entre ellos, Mannheim, Howe, Strauss, entre otros, han intentado categorizar a las generaciones humanas para analizar cómo distintos grupos, nacidos en períodos específicos, comparten rasgos comunes, valores, comportamientos y formas de ver el mundo, lo que les permite comprender fenómenos sociales, culturales y educativos. Sin embargo, los años de inicio y de fin de cada generación dependen del demógrafo que se consulte.

Así, nacieron etiquetas como: **Generación Silenciosa** (1928-1945, disciplinados y conformistas), **Baby Boomers** (1946-1964, vivieron el fin de la II Guerra Mundial, son idealistas y trabajadores), **Generación X** (1965-1980, vivieron la época de los 80's, escépticos e independientes), **Millennials** o Generación Y (1981-1996, digitales y colaborativos), Centennials o **Generación Z** (1997-2012, nativos digitales, autodidactas, creativos y resilientes) y **Generación Alfa**, (desde el 2010 aunque algunos ubican su inicio en 2012, hasta aproximadamente 2024) hiperconectados y adaptables). La Generación “Alfa” representa no solo una continuación, sino también un nuevo comienzo. Su nombre simboliza este reinicio al retomar el abecedario con la primera letra griega, una propuesta del demógrafo Mark McCrindle (Chew, 2024).

La Generación Alfa hereda muchos de los rasgos de la Z, como la cercanía con la tecnología, la preocupación por la sostenibilidad y la defensa de la diversidad. Sin embargo, ha intensificado estos elementos. Son nativos digitales puros: han crecido inmersos desde su nacimiento en un entorno dominado por smartphones, redes sociales, inteligencia artificial y dispositivos conectados. La tecnología no solo es una herramienta, sino una extensión de su identidad. Esta hiperconexión influye en su forma de aprender, comunicarse y desarrollarse, lo que ha dado lugar a nuevas metodologías educativas, como el microaprendizaje, la gamificación o el uso de realidad aumentada (Chew, 2024; Ortega, s.f.).

Las características de los niños Alfa son diversas: se identifican por su independencia, pensamiento creativo, enfoque visual y capacidad de adaptación. Han sido educados en entornos digitales, lo que ha modelado no solo su acceso al conocimiento, sino también su forma de socializar y ver el mundo. Según informes como el de McCrindle citado por Adevinta (2023), tendrán acceso sin precedentes a la información, desempeñarán profesiones aún inexistentes y serán ciudadanos globales activos, comprometidos con causas como el cambio climático y la diversidad. A su vez, su individualismo y personalización del entorno serán rasgos dominantes, desde los juguetes que usan hasta la educación que demandan.

No obstante, también enfrentan desafíos importantes. Según MkImpulso (2023) y otras páginas consultadas, entre los riesgos asociados a su estilo de vida digital se encuentran la disminución de la atención sostenida, la reducción de la interacción social presencial, la fragilidad emocional y la menor creatividad simbólica. El psicólogo Twenge (citado en MkImpulso) advierte incluso un vínculo entre el uso intensivo de pantallas y el incremento de la ansiedad, depresión y soledad. Estos factores, junto con la incertidumbre social y económica global, presentan un panorama complejo para su desarrollo. Por ello, educadores como Endara (citado por Cahuasa, 2024) señalan la urgencia de adaptar profundamente la enseñanza para atender a esta generación con metodologías tecnológicas, flexibles y emocionalmente integradoras.

Por tanto, acercarse a la descripción a las características de los estudiantes que pertenecen a la Generación Alfa es clave para diseñar estrategias didácticas que se ajusten a sus particularidades y que, especialmente en contextos musicales, puedan prevenir el abandono del instrumento ante los desafíos técnicos del piano y fomenten la tolerancia ante la frustración.

Estudiantes principiantes de piano

El piano es un instrumento especialmente complejo porque demanda al principiante coordinar simultáneamente la lectura de clave de sol y de fa en las partituras, independizar ambas manos, tener un sentido rítmico y del pulso preciso, además, de aprender a mantener una postura adecuada. (Varró, 1996; La Touche Musicale, s.f).

La independencia motora es uno de los principales retos, ya que cada mano realiza patrones rítmicos diferentes, lo cual puede entorpecer la fluidez y la memorización de las piezas al inicio. Desde la primera lección, es habitual que se introduzcan ejercicios simples, como tocar las escalas básicas o pequeñas melodías con ambas manos, primero de forma alternada y luego, de manera simultánea, con el fin de

desarrollar la coordinación bimanual e ir consolidando bases sólidas para las habilidades motoras, musicales y poder alcanzar el dominio del instrumento. (Roldán, 2010).

Sin embargo, estas exigencias se intensifican en la Generación Alfa, cuyos integrantes según Cahuasa (2024), suelen presentar características como hiperconectividad acompañada de menores niveles de concentración sostenida, impaciencia y tendencia a frustrarse ante desafíos prolongados. Al combinar estos rasgos con los requerimientos técnicos del piano, es común que los estudiantes Alfa se sientan desmotivados o abrumados frente a piezas largas o ejercicios complejos. Por esta razón, adaptar la enseñanza con estrategias didácticas específicas y acertadas, es crucial. Por ejemplo, el uso de imágenes, patrones rítmicos, juegos sonoros y recursos digitales.

En síntesis, al analizar las demandas cognitivas y emocionales del aprendizaje del piano, especialmente en estudiantes de la Generación Alfa, se hace imprescindible el diseño de estrategias didácticas que consideren tanto la dimensión técnica como afectiva del proceso de aprendizaje, y de esta manera, poder acompañar adecuadamente a estos estudiantes en el manejo de la frustración y fomentar su desarrollo musical de forma progresiva, sostenida e integral.

Aspectos metodológicos

La presente investigación es de naturaleza cuantitativa, dado que según Palella y Martins (2006) se *“asume la objetividad como única vía para alcanzar el conocimiento”* (p.44) y su finalidad es explicar, predecir, controlar fenómenos y verificar teorías. Todo lo anterior se realizó a través de un instrumento de recolección de información para su posterior análisis mediante la tabulación. Los hallazgos fueron presentados en gráficos estadísticos de barras, seguidos de los análisis respectivos.

Además, se apoya en una investigación de campo. Ante esto, Hernández, Fernández y Baptista (2014), plantean que la investigación es de campo cuando se estudia el fenómeno o la situación en su ambiente natural, a fin de recolectar datos directamente de la realidad donde ocurren los hechos, sin manipular o controlar variables. Y de acuerdo con los objetivos formulados, el diseño de la investigación consta de tres fases para el desarrollo del estudio, definido como proyecto factible: Fase I. Diagnóstico, Fase II. Estudio de Factibilidad y Fase III. Diseño del Plan.

Asimismo, está enmarcada bajo la modalidad de Proyecto Factible, en el cual El Manual de Trabajos de Grado, Especialización, Maestría y Tesis Doctorales de la UPEL-IPB (2016), refiere que el proyecto factible consiste en *“la investigación, elaboración y desarrollo de una propuesta de un modelo operativo viable para solucionar problemas, requerimientos o necesidades de organizaciones o grupos sociales; puede referirse a la formulación de políticas, programas, tecnologías, métodos o procesos”*.

(p.21). Desde esta perspectiva se propone el diseño un plan de estrategias didácticas para el manejo de la frustración de estudiantes de la Generación Alfa, principiantes de piano en la Academia Dacapo, Barquisimeto, Estado Lara.

Por otro lado, los sujetos de estudio o muestra censal se refieren al “estudio de toda la población objetivo en lugar de seleccionar una muestra representativa de la misma”. Pérez (2024, p.1). Dichos sujetos de estudio están conformados por cuatro (4) docentes de piano de la Academia Dacapo, Barquisimeto, Estado Lara.

La técnica de recolección de información en esta investigación fue la encuesta tipo cuestionario, que según Hernández, Fernández y Batista (2006), es una técnica de recogida de información por medio de preguntas escritas organizadas en un cuestionario impreso, se emplea para investigar hechos o fenómenos de forma general y no particular. Dicho instrumento emplea una escala descriptiva de necesidad compuesta por las opciones: Muy necesario (MN), Necesario (N), Medianamente necesario (MDN), Poco necesario (PN), Innecesario (I), lo que permitió clasificar el nivel de necesidad para el plan de estrategias didácticas para el manejo de la frustración de estudiantes de la Generación Alfa, principiantes de piano en la Academia Dacapo, Barquisimeto, Estado Lara. Finalmente, se realizó el estudio técnico al instrumento, lo cual permitió su posterior aplicación.

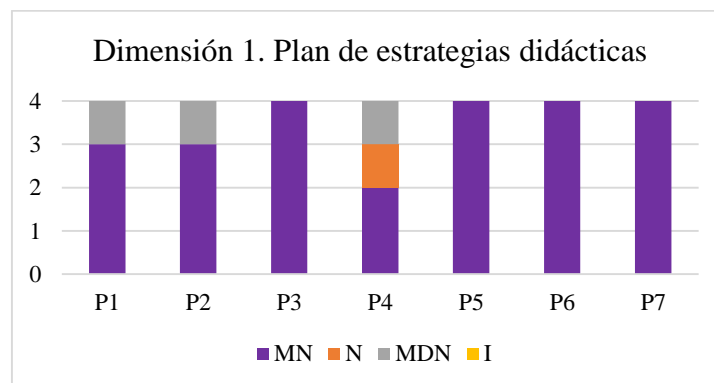
Presentación de los resultados

Tabla 1. Distribución de frecuencias y porcentajes de las respuestas emitidas por los docentes de piano de la Academia Dacapo sobre la Dimensión: Plan de estrategias didácticas. E Indicadores: Plan y estrategias didácticas.

N.	Enunciado	MN		N		MDN		PN		I	
		F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
1	Realizar una planificación didáctica (objetivos, contenidos, estrategias didácticas, recursos, y evaluación) para el proceso de la enseñanza del piano dirigido a sus estudiantes principiantes de la generación alfa.	3	75			1	25				
2	Aplicar una planificación didáctica (objetivos, contenidos, estrategias didácticas, recursos, y evaluación) para el proceso de la enseñanza del piano dirigido a sus estudiantes principiantes de la generación alfa.	3	75			1	25				
3	Ayudar a los estudiantes principiantes de piano de la generación alfa a manejar la frustración.	4	100								
4	Aplicar herramientas tecnológicas o interactivas (apps, videos, juegos) como estrategias didácticas para la enseñanza del piano a sus estudiantes principiantes de la generación alfa.	2	50	1	25	1	25				

5	Desarrollar actividades lúdicas para manejar la frustración en la ejecución de escalas a ambas manos con sus estudiantes principiantes de piano de la generación alfa.	4	100
6	Realizar actividades lúdicas para la lectura simultánea de claves en la partitura de piano con sus estudiantes principiantes de la generación alfa.	4	100
7	Contar con una capacitación relacionada con las estrategias didácticas de enseñanza para estudiantes principiantes de piano de la generación alfa	4	100
Total		85.71	3.57
			10.71

Figura 1. Distribución porcentual de las respuestas emitidas por los docentes de piano de la Academia Dacapo sobre la Dimensión: Plan de estrategias didácticas. E Indicadores: Plan y estrategias didácticas.



El 85.71 % de los docentes consideraron que es muy necesario diseñar un plan de estrategias didácticas en la Academia Dacapo para garantizar el proceso de enseñanza y aprendizaje de los estudiantes principiantes de piano de la generación alfa. Además, el 100% de los docentes consideró que es muy necesario incorporar en dicho plan de estrategias didácticas aquellas que estén orientadas al manejo de la frustración para que esta no afecte el aprendizaje de los estudiantes principiantes de piano y de la generación alfa de la Academia Dacapo.

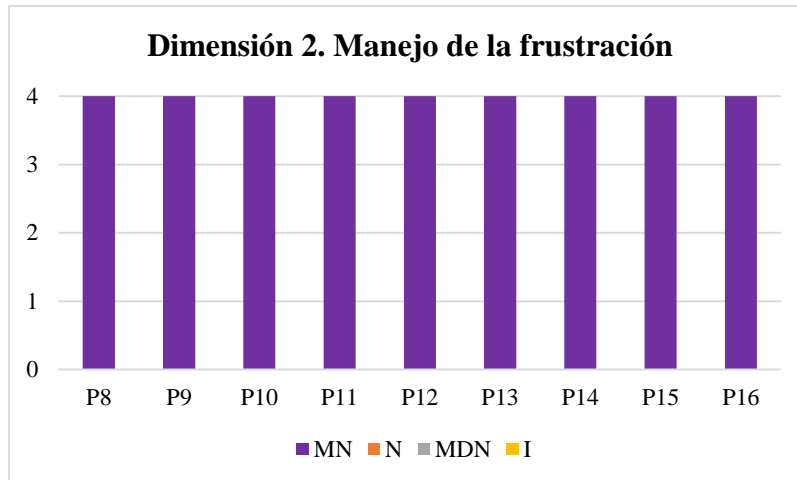
Por tanto, los resultados confirman que este plan se considera una herramienta valiosa para anticipar y guiar las acciones educativas en la Academia, tal como lo menciona Ayala (citado por Trujillo, 2013), el cual explica que este recurso ayuda a organizar la intervención pedagógica ante las dificultades que enfrentan los estudiantes Alfa. Además, estos porcentajes respaldan la propuesta de la UNED (2013), que

sugiere planificar estrategias que se adapten a las necesidades del grupo, asegurando así la coherencia y evitando la improvisación en la enseñanza.

Tabla 2. Distribución de frecuencias y porcentajes de las respuestas emitidas por los docentes de piano de la Academia Dacapo sobre la Dimensión: Manejo de la frustración. E Indicadores: Reacción emocional ante el fracaso, gestión individual de emociones y tolerancia a la frustración.

N.	Enunciado	MN		N		MDN		PN		I	
		F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
8	Diseñar estrategias que permitan manejar el enojo, tristeza o apatía al cometer errores estudiantes principiantes de la generación alfa.	4	100								
9	Contar con estrategias para que los estudiantes principiantes de piano de la generación alfa no abandonen la actividad cuando sus resultados no son favorables de forma inmediata.	4	100								
10	Ayudar a los estudiantes principiantes de piano de la generación alfa a gestionar sus emociones para calmarse sin ayuda externa.	4	100								
11	Ayudar a los estudiantes principiantes de piano de la generación alfa a controlar sus emociones frente a nuevos retos musicales.	4	100								
12	Manejar los episodios de frustración presentados en clase para que no afectan el aprendizaje de los estudiantes principiantes de piano de la generación alfa.	4	100								
13	Promover en los estudiantes principiantes de piano de la generación alfa la perseverancia al aprender una pieza musical en los primeros intentos de ejecución.	4	100								
14	Ayudar a los estudiantes principiantes de piano de la generación alfa a aceptar tareas difíciles y enfrentarse a la posibilidad de fallar.	4	100								
15	Generar estrategias para que los estudiantes principiantes de piano de la generación alfa manejen un diálogo resiliente durante la clase.	4	100								
16	Promover en sus estudiantes principiantes de piano de la generación alfa la idea de que equivocarse es parte del aprendizaje.	4	100								
	Total		100%								

Figura 2. Distribución porcentual de las respuestas emitidas por los docentes de piano de la Academia Dacapo sobre la Dimensión: Manejo de la frustración. E Indicadores: Reacción emocional ante el fracaso, gestión individual de emociones y tolerancia a la frustración.



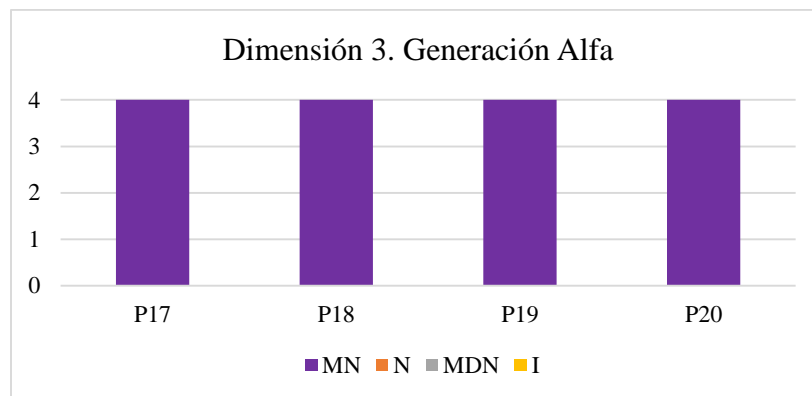
El 100% de los docentes consideró muy necesario aplicar estrategias didácticas dirigidas a los estudiantes principiantes de piano de la generación alfa de la academia Dacapo para favorecer su proceso de aprendizaje y ayudarles a gestionar emociones como el enojo o la tristeza. Asimismo, el 100% de los docentes consideraron que es muy necesario contar con estrategias didácticas dirigidas a estudiantes principiantes de piano de la generación alfa de la Academia Dacapo, con el fin de apoyarlos en la gestión de sus emociones cuando sus resultados no sean los esperados, lo que se adecua con Molina (2017) y Reyes (2022), quienes señalan que la tolerancia a la frustración es clave para evitar reacciones desproporcionadas ante el fracaso y mantener la motivación.

En este sentido, el 100% de los docentes consideraron muy necesario desarrollar estrategias didácticas que permitan a los estudiantes principiantes de piano de la generación alfa de la Academia Dacapo manejar la frustración, a favor de mejorar el proceso de enseñanza y aprendizaje en la Academia Dacapo. Ante esto, Casasola (2020), afirma que por las características de la generación alfa, los cuales suelen presentar menor tolerancia ante los errores, es necesario aplicar metodologías flexibles y motivadores para sostener su aprendizaje musical.

Tabla 3. Distribución de frecuencias y porcentajes de las respuestas emitidas por los docentes de piano de la Academia Dacapo sobre la Dimensión: Generación Alfa. E Indicadores: Nivel de atención y concentración e interacción social presencial.

N.	Enunciado	MN		N		MDN		PN		I	
		F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
17	Ayudar a los estudiantes principiantes de piano de la generación alfa a mantener la atención en ejercicios que requieren práctica constante o un esfuerzo sostenido.	4	100								
18	Emplear diferentes estímulos para mantener la atención de los estudiantes principiantes de piano de la generación alfa durante la clase.	4	100								
19	Manejar en los estudiantes principiantes de piano de la generación alfa la impaciencia en tareas que requieren espera o repetición.	4	100								
20	Promover en los estudiantes principiantes de piano de la generación alfa actividades para relacionarse con otros compañeros en clase.	4	100								
	Total		100%								

Figura 3. Distribución porcentual de las respuestas emitidas por los docentes de piano de la Academia Dacapo sobre la Dimensión: Generación Alfa. E Indicadores: Nivel de atención y concentración e interacción social presencial.



El 100% de los docentes considera muy necesario que los estudiantes principiantes de piano de la generación Alfa de la academia Dacapo requieren estrategias didácticas que ayude a los estudiantes alfa a mejorar sus procesos de atención y aprendizaje en clases. Esto refuerza lo establecido por Ramírez (2017), sobre la importancia de crear recursos didácticos que despierten el interés, incorporando estímulos visuales, auditivos y kinestésicos para maximizar la concentración. También, coincide con Chew (2024), quien describe a la generación alfa propensa a la distracción, y por esto, ameritan propuestas pedagógicas activas, adaptativas y que se alinee a sus realidades digitales.

Conclusiones de la Fase Diagnostica

A partir de los resultados del cuestionario aplicado a los docentes de piano de la Academia Dacapo, ubicada en Barquisimeto, Estado Lara, se evidenció que sí existe la necesidad de diseñar

un plan de estrategias didácticas dirigido al manejo de la frustración en estudiantes principiantes de piano de la generación Alfa. Los datos reflejaron que el 85,75% de los docentes consideraron muy necesario contar con este plan, destacando que su implementación facilitaría los procesos de enseñanza y aprendizaje, aportando beneficios a la academia.

Asimismo, los docentes coincidieron en que el diseño y la aplicación de estrategias didácticas adecuadas mejorarían el desarrollo de las clases, favoreciendo el aprendizaje musical y el bienestar emocional de los estudiantes. Además, el 100% de los encuestados consideró relevante incorporar estrategias específicas para el fortalecimiento de la tolerancia a la frustración y gestión de emociones, contribuyendo a una formación integral que incluya la educación de la resiliencia y la regulación emocional dentro del ámbito pedagógico.

Conclusiones del estudio de Factibilidad

Con base en los hallazgos de la fase diagnóstica, se procedió a evaluar la factibilidad técnica, financiero y de campo del plan propuesto. Se constató que existen suficientes docentes dispuestos y capacitados de la Academia Dacapo, Barquisimeto, para aplicar el plan sugerido, y que necesitan el diseño de un plan de estrategias didácticas, el cual impactará positivamente en los estudiantes principiantes de piano de la generación Alfa de dicha academia. Asimismo, se proyecta que la demanda del plan aumente en el futuro, dada la necesidad manifiesta de implementar recursos pedagógicos específicos para el manejo de la frustración en la Academia Dacapo.

En cuanto al aspecto técnico, la academia dispone de los recursos materiales necesarios para garantizar la ejecución del plan (videobeam, laptop, cornetas, recursos didácticos, etc). Desde el punto de vista financiero, la implementación del plan será asumida por la directora de la academia, requiriendo únicamente la impresión y reproducción del material dirigido a los docentes de piano de la Academia Dacapo. Por tanto, el proyecto resulta factible desde el punto de vista técnico y económico por disponer tanto de los materiales como del financiamiento que garantizan la puesta en marcha del plan de estrategias didácticas.

En síntesis, el plan de estrategias didácticas resulta viable, pertinente y factible, beneficiando principalmente a los estudiantes principiantes de piano de la generación Alfa, al brindarles herramientas para gestionar la frustración y desarrollar competencias emocionales esenciales para su aprendizaje musical y su desarrollo integral.

Diseño del Plan

De acuerdo a los resultados del cuestionario aplicado a los docentes de piano de la Academia Dacapo, Barquisimeto, se evidenció en un 100% de unanimidad la necesidad de diseñar un plan de estrategias didácticas para el manejo de la frustración en estudiantes principiantes de piano de la generación alfa pertenecientes a la Academia Dacapo, por ser el piano, un instrumento que implica altas exigencias técnicas y artísticas.

Si bien, los docentes no poseen formación psicológica, se espera que este plan les proporcione recursos didácticas que le permitan atender las necesidades emocionales de sus estudiantes de piano de la generación alfa y así favorecer el proceso de enseñanza y aprendizaje en la Academia Dacapo. Las estrategias del plan se crearon de acuerdo a las dimensiones establecidas en esta investigación.

Tabla 4. Fundamentación del plan de estrategias didácticas para el manejo de la frustración

ELEMENTO	DESCRIPCIÓN
Objetivo General	Promover un entorno de aprendizaje musical positivo mediante estrategias didácticas que ayuden al estudiante de la generación Alfa a manejar la frustración durante el proceso inicial del aprendizaje pianístico.
Objetivos Específicos	- Implementar estrategias lúdicas que reduzcan la frustración ante errores técnicos o dificultades motoras. -Fomentar el desarrollo de la autorregulación emocional en clases de piano. -Adaptar la enseñanza del piano a las características atencionales y sensoriales de la generación Alfa. -Facilitar el uso de recursos tecnológicos motivadores y progresivos.
Dirigido	Docentes de piano de la Academia Dacapo
Destinado	Estudiantes principiantes de piano pertenecientes a la generación Alfa. (1-15 años)
INSTRUCCIONES GENERALES PARA EL DOCENTE	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Este plan debe ser utilizado como una guía flexible y contextualizable. 2. Las estrategias deben aplicarse de manera progresiva y adaptativa según las características del estudiante. 3. Se sugiere registrar observaciones individuales para evaluar la efectividad de cada estrategia. 4. La comunicación constante con los padres y representantes es clave para reforzar el trabajo emocional en casa. 5. No se espera que el docente resuelva dificultades psicológicas profundas, pero sí que contribuya al desarrollo de una mayor autorregulación emocional a través de la práctica musical. 6. Mantener una actitud empática y paciente para no forzar la ejecución del instrumento si hay señales claras de bloqueo emocional. 7. Evitar etiquetas negativas y comparaciones entre estudiantes cuando se frustran. 8. Trabajar de forma colaborativa con especialistas si el caso lo requiere (psicólogos, psiquiatras, etc.) 9. Priorizar el vínculo emocional sobre el resultado técnico. Si el estudiante se bloquea, parar la actividad, cambiar de dinámica, y regresar más tarde. 10. Validar la frustración (“entiendo que te sientas así”) y no usar castigos por errores. 	

Tabla 5. Plan de estrategias didácticas para el manejo de la frustración

Estrategia didáctica	Descripción	Aplicación	Medios
<p>Juego de semáforos Momento de clase: Parte técnica inicial, calentamiento de dedos.</p>	<p>Recurso lúdico que asocia colores con los dedos de ambas manos para mejorar la coordinación motora fina y reforzar la memoria muscular. Al convertir el aprendizaje técnico en un juego con reglas claras (semáforo verde para avanzar, rojo para detenerse), disminuye la ansiedad y tensión emocional típica del aprendizaje de escalas a ambas manos o de movimientos simultáneos complejos. Además, permite practicar las escalas de forma divertida, manteniendo la motivación y el enfoque mientras toleran mejor sus propios errores.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Asignar colores a los dedos. 2. Practicar escalas siguiendo el código de colores. 3. Pausar si hay errores (“luz roja”) y retomar. 4. Avanzar celebrando el éxito (“luz verde”). 	<p>Tarjetas de colores (verde y rojo), marcadores, teclado.</p>
<p>Carrera de dedos Momento de clase: Después de la revisión de técnica, para motivar la práctica autónoma.</p>	<p>Introduce retos cronometrados para que el estudiante mejore progresivamente su velocidad en la ejecución de escalas, con la idea de un juego de superación personal, pero sin la presión de competir contra otros, desarrollando motivación intrínseca, autoestima, tolerancia a la frustración y se normaliza el error como parte del proceso. Asimismo, el sentido de progreso continuo fomenta la persistencia ante la dificultad.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Cronometrar la escala base. 2. Registrar el tiempo. 3. Intentar superarse en siguientes repeticiones. 	<p>Cronómetro, metrónomo, teclado.</p>
<p>Partitura en bloques Momento de clase: parte central de la sesión, aprendizaje de nuevas piezas.</p>	<p>División de la partitura en frases o bloques, para reducir la sobrecarga cognitiva que genera la lectura simultánea de claves (Sol y Fa), evitado la frustración de “no poder con toda la partitura”, refuerza la sensación de avance progresivo, disminuye la ansiedad y facilita la retención.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Cortar o marcar las frases musicales. 2. Practicar cada sección. 3. Unir progresivamente. 	<p>Tijeras, carteles, partitura, teclado.</p>
<p>Narrativa del error Momento de clase: posterior a la ejecución, en espacios de retroalimentación.</p>	<p>Convertir el error en una pequeña historia divertida o relato permite resignificarlo normalizarlo y disminuir la carga emocional negativa que los estudiantes pueden asociar al fracaso, fomentando así la resiliencia. Esto es clave en niños y jóvenes Alfa, quienes tienden a ser autoexigentes y sensibles a la crítica. A través de la narrativa, se fomenta una visión positiva y flexible ante la equivocación.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Nombrar el error. 2. Crear una pequeña historia divertida sobre él. 3. Buscar juntos una estrategia para la próxima vez. 	<p>Diálogo, cuaderno de registro.</p>
<p>Semáforo emocional Momento de clase: inicio y cierre de la sesión.</p>	<p>Este recurso ayuda a identificar y expresar emociones antes y después de la clase, fomentando la autoconciencia y la capacidad de verbalizar emociones, reduciendo la frustración acumulada y normalizando compartir cómo se sienten, habilidades</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Presentar el código de colores. 2. Indicar el color al iniciar y finalizar la clase. 	<p>Tarjetas, emoticones.</p>

<p>Técnica del reset Momento de clase: aplicable en cualquier momento cuando surja frustración.</p>	<p>fundamentales para prevenir frustraciones graves. Al ser visual y simple, se adapta bien a la mentalidad Alfa.</p>	<p>3. Reflexionar los cambios si los hay.</p>	<p>Palabra clave, apoyo verbal del docente.</p>
<p>Micro-metas progresivas Momento de clase: desarrollo de piezas nuevas, aprendizaje técnico.</p>	<p>Consiste en crear un ritual de reinicio para cortar el bucle de frustración, para luego retomar la actividad con un estado emocional más equilibrado. Facilita la autorregulación, disminuye el miedo a equivocarse y refuerza la percepción de que siempre se puede volver a intentar. Consiste en fraccionar una meta compleja en logros más simples y alcanzables, para reforzar la percepción de éxito frecuente. Esto reduce la sensación de fracaso continuo y alimenta la motivación de los estudiantes Alfa, quienes suelen abandonar cuando perciben dificultades prolongadas. En este sentido, aumenta la motivación, evita el abandono y entrena la paciencia de forma progresiva.</p>	<p>1. Acordar la palabra clave. 2. Pronunciarla al sentir frustración. 3. Respirar profundamente y reanudar. 1. Trazar micro-objetivos (por compás, por frase). 2. Reforzar cada logro con reconocimiento positivo. 3. Juntar los fragmentos gradualmente.</p>	<p>Stickers, tablón de progresos.</p>
<p>Modelo del ensayo Momento de clase: antes de comenzar la práctica de repertorio nuevo.</p>	<p>Enseñar explícitamente que “ensayar” incluye errores ayuda a normalizar la frustración, elimina la creencia de que fallar es equivalente a ser incapaz, disminuye la autoexigencia extrema y refuerza la tolerancia a equivocarse.</p>	<p>1. Explicar qué significa “ensayar”. 2. Mostrar grabaciones o ejemplos de artistas que fallan. 3. Reflexionar sobre la mejora progresiva.</p>	<p>Videos, anécdotas de músicos.</p>
<p>Bloques breves Momento de clase: toda la sesión, en su estructura general.</p>	<p>Fragmentar la clase en segmentos de corta duración facilita mantener la atención de los estudiantes Alfa, acostumbrados a estímulos rápidos y múltiples. Permite trabajar diferentes áreas sin saturar su capacidad de concentración y mejora el rendimiento global.</p>	<p>1. Dividir la clase en bloques de 5–8 min. 2. Alternar contenidos: teoría, técnica, juego. 3. Incluir pausas activas breves.</p>	<p>Cronómetro, agenda visible de clase.</p>
<p>Dueto cooperativa Momento de clase: práctica de repertorio, parte final o central.</p>	<p>Tocando en pareja, el estudiante aprende a coordinarse, respetar los turnos, compartir logros, desarrolla habilidades sociales y cooperativas fundamentales en la formación integral. La generación Alfa, muy individualista, se beneficia de esta práctica para desarrollar empatía y tolerancia a la frustración compartida.</p>	<p>1. Dividir una pieza entre dos estudiantes. 2. Practicar primero por separado, luego juntos. 3. Dialogar sobre los ajustes o correcciones pertinentes entre estudiantes con la guía del profesor.</p>	<p>Partituras compartidas, teclado.</p>

Retroalimentación de pares Momento de clase: cierre de la sesión, espacio de reflexión final.	Esta técnica fomenta la capacidad de reconocer fortalezas en otros y aceptar retroalimentación positiva, favoreciendo la autoestima y habilidades de comunicación de los estudiantes Alfa. Disminuye la frustración generada por la comparación, transformándola en aprendizaje colaborativo.	1. Cada alumno comenta fortalezas del otro. 2. Sugiere mejoras de forma amable. 3. Se cierran los comentarios con aplauso grupal.
---	--	---

Consideraciones finales

El plan de estrategias didácticas para el manejo de la frustración en estudiantes de la generación alfa principiantes de piano, se basó en los intereses, necesidades y expectativas manifestadas por los docentes de la Academia Dacapo, Barquisimeto, quienes aportaron su visión a través de un cuestionario tipo encuesta. Luego de finalizar los estudios necesarios para el diseño del plan, se llegó a las siguientes conclusiones:

1. En el estudio diagnóstico se evidenció de manera clara la necesidad de diseñar un plan de estrategias didácticas para el manejo de la frustración de estudiantes de la generación alfa principiantes de piano en la Academia Dacapo, Barquisimeto, puesto que el 100% de los docentes de piano manifestó estar totalmente de acuerdo con la creación de dicho plan para optimizar el proceso de enseñanza y aprendizaje.
2. El resultado del estudio demostró la viabilidad técnica, financiera y de campo, en vista de que la Academia Dacapo está dispuesta en asumir los costos de impresión, reproducción e implementación del plan, así como de promover la capacitación de los docentes y aprovechar los materiales ya disponibles en la institución para su adecuada aplicación.
3. Para el diseño del plan de estrategias didácticas se consideró las competencias cognitivas, musicales y socioemocionales, con el propósito de fomentar la tolerancia a la frustración y mejorar la gestión de las emociones, lo que contribuye a la formación integral del estudiante alfa en su aprendizaje del piano.
4. En la medida en que el docente conozca y aplique las estrategias didácticas propuestas para manejar la frustración, se facilitará el proceso de aprendizaje del piano en los estudiantes de la generación alfa, potenciando su desarrollo musical y personal.

Con base a las conclusiones, se recomienda lo siguiente:

1. Implementar el plan en la Academia Dacapo, Barquisimeto, en el menor plazo posible, debido a que cuenta con el interés y alta disposición del personal docente y su potencial beneficio para los estudiantes alfa.
2. Evaluar periódicamente el impacto de la utilización del plan presentado, a fin de monitorear su incidencia en el rendimiento académico y en el desarrollo socioemocional de los estudiantes alfa.
3. Actualizar y capacitar continuamente a los docentes en el uso de estrategias didácticas tanto musicales como las adaptadas al aprendizaje de la generación alfa.
4. Extender la aplicación de estas estrategias a la enseñanza de otros instrumentos musicales dentro de la Academia para ampliar los beneficios a toda la población docente y estudiantil.
5. Promover que los docentes registren y sistematicen los resultados de aprendizaje, relacionados con la gestión de emociones y la tolerancia a la frustración, de forma que pueda retroalimentar y ajustar su práctica pedagógica en beneficio de la mejora continua.
6. Incorporar la planificación como un proceso obligatorio y sistemático con el fin de optimizar los procesos de enseñanza y aprendizaje y garantizar el logro de los objetivos educativos planteados.

Referencias

- Adevinta. (2023). ¿Cómo se pueden preparar las marcas para satisfacer a la generación alfa?: <https://adevinta.com/es/cuentos/articulos/generacion-alfa-los-consumidores-del-futuro/>
- Arias, F. (2012). *El Proyecto de investigación*. Introducción a la metodología científica. 6° ed. Caracas: Episteme.
- Barrett, M. S., Creech, A., & Welch, G. (2021). *Musical development in adolescence: An international perspective*. Routledge.
- Bueno, D. (2019). Neurociencia para educadores. Ediciones OCTAEDRO, S.L.: https://www.academia.edu/44263523/Neurociencia_para_educadores_david_bueno
- Cahuasa, P. (2024). La generación Alfa, el reto de educar a quienes lideran un mundo 100% digital. UNIFRANZ Innovación en Educación: <https://unifranz.edu.bo/blog/generacion-alfa-el-reto-de-educar-a-quienes-lideran-un-mundo-100-digital/>
- Cara, M.; Figueroa, I. y otros. (2020). PianoEscalaForte: una herramienta digital para el aprendizaje de escalas en el piano. *Perspectiva Educativa*. Universidad de Valparaíso, Chile: https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S071897292020000100102&script=sci_arttext&utm_source=
- Carr, N. (2010). *Superficiales: Qué está haciendo internet con nuestras mentes*: Taurus. Bogotá, Colombia: https://www.ses.unam.mx/docencia/2018i/carr2011_superficiales.pdf

- Chew, Z. (2024). Las 9 características clave la Generación Alfa que los profesores y los padres deben conocer: <https://www.classpoint.io/blog/es/las-9-caracteristicas-clave-de-la-generacion-alfa-que-los-profesores-y-los-padres-deben-conocer>
- Degante, M.; Caselin, J. (2022). Manejo de la Frustración. *Revista Electrónica Desafíos Educativos*.
- Desmurget, M. (2019). *La fábrica de cretinos digitales: Los peligros de las pantallas para nuestros hijos*: https://proassetspdlcom.cdnstatics2.com/usuarios/libros_contenido/arxius/44/43948_La_fabrica_de_cretinos_digitales.pdf
- Dweck, C. (2006). *Mindset La actitud del éxito*: Editorial Sirio: https://www.academia.edu/127960117/mindset_la_actitud_del_exito_carol_dweck
- Fuenzalida, A. (2024). Tolerancia a la frustración: claves para el desarrollo de estudiantes resilientes. Umáximo: https://www.umaximo.com/post/tolerancia-a-la-frustracion-claves-para-el-desarrollo-de-estudiantes-resilientes?utm_source=m
- Hallan, S. (2010) El poder de la música: su impacto en el ámbito intelectual, social y desarrollo personal de niños y jóvenes. *Revista Internacional de Educación Musical*: https://es.scribd.com/document/715054689/susan-hallam-the-power-of-music-its-impact-on-the-intellectual-1?utm_source=
- Haykal, I. (2017). La Teoría de la Frustración de Abram Amsel. *Portal Psicología y Mente*: <https://psicologiaymente.com/psicologia/teoria-frustracion-abram-amsel>
- Hernández, R; Fernández, C. y Batista, P. (2006). *Metodología de la Investigación*. 4ta Edición. México: Editorial McGraw W-Hill
- Hurtado, M.; Patricia, De la Cruz, P.; Robles, X. (2015). Manejo de Frustración en niños. Instituto Educativo Humanitas: https://se-humanitas.com.mx/autoadministrable/pdf/formacion_padres/07.pdf
- La Touche Musicale. (s.f). ¿Es difícil aprender a tocar el piano? Guía para principiantes: https://latouchemusical.com/es/es-dificil-aprender-tocar-piano/?utm_source=
- Lavado, F.; Pérez, J. (2023). Experiencia en Práctica Virtual de Pedagogía en Música en tiempos de COVID-19. Universidad La Plata, Argentina: Epistemus. *Revista de estudios en música, cognición y cultura*: <https://revistas.unlp.edu.ar/Epistemus/article/view/15104/15719>
- Manual de Trabajo de Grado, Especialización y Maestría y Tesis Doctorales (2016). Universidad Pedagógica Experimental Libertador. 5ta edición. FEDUPEL, Venezuela.
- Marqués, P. (2000). *Los docentes: funciones, roles, competencias necesarias, formación*: <http://formacioncontinuaedomex.files.wordpress.com/2011/06/peremarques-los-formadores-ante-la-sociedad.pdf>
- McCrinkle, M.; Fell, A. (2020). *Generation Alpha: Understanding our children and helping them thrive* [Generación Alfa: Comprender a nuestros hijos y guiarlos hacia el éxito]. Hachette Australia: https://www.researchgate.net/publication/342803353_understanding_generation_alpha
- Mcperson, G.; Zimmerman, B. (2011). Self-regulation and music learning. [La autorregulación y el aprendizaje musical] Springer: https://www.researchgate.net/publication/286487521_Self-Regulation_of_Musical_Learning
- MkImpulso (2023). Problemas de la generación Alfa. [Blog]: <https://mkimpulso.com/blog/f/problemas-de-la-generaci%C3%B3n-alfa>

- Molina, V. (2017). La frustración. Centro San Camilo: <https://cscbiblioteca.com/psicologia%20ok/la%20frustracion.pdf>
- Ochoa, D.; Gutiérrez, L.; Méndez, S. y otros. (2022). Confinamiento y distanciamiento social: estrés, ansiedad, depresión en niños y adolescentes. *Revista Médica del Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS)*: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/pmc10396026/>
- Operti, R. (2025). Sobre la generación alfa y la educación. *El Observador*. [Blog]: <https://www.elobservador.com.uy/opinion/sobre-la-generacion-alfa-y-la-educacion-n5990472>
- Organización Panamericana de la Salud OPS (2021). Boletín Desastres N.131.- El Impacto de la pandemia COVID-19 en la salud mental de la población: <https://www.paho.org/es/boletin-desastres-n131-impacto-pandemia-covid-19-salud-mental-poblacion>
- Ortega, C. (s.f). Generación Alfa: Características de los nacidos en la era digital: <https://www.questionpro.com/blog/es/generacion-alfa/>
- Ortuño, A. (2019). Claves prácticas para fomentar el autocontrol y la tolerancia a la frustración en los hijos e hijas. CEAPA Confederación española de asociaciones de padres y madres del alumnado: https://pnsd.sanidad.gob.es/noticiasEventos/actualidad/2019_Actualidadpublica/pdf/2019_CEAPA_Claves_practicas_autocontrol.pdf
- Palella, S. y Martins, F. (2006). *Metodología de la investigación cuantitativa*. Fedupel: <https://metodologiaecs.wordpress.com/wp-content/uploads/2015/09/metodologic3ada-de-la-investigacic3b3n-cuantitativa-3ra-ed-2012-santa-palella-stracuzzi-feliberto-martins-pestana.pdf>
- Pérez, A. (2024). Respuesta cara editor “Población y muestra”. Universidad de Concepción, Chile: <https://www.scielo.cl/pdf/ijoid/v17n2/2452-5588-ijoid-17-02-67.pdf>
- Ramírez, Y. (2017). Estrategias didácticas para el acompañamiento del aprendizaje musical en primera infancia. *Epistemus – Revista de estudios en Música, Cognición y Cultura*: <https://revistas.unlp.edu.ar/Epistemus/article/view/3904/4176>
- Reyes, Á. (2022). La frustración es una emoción normal que impacta en nuestras vidas. Uniminuto. Corporación Universitaria Minuto de Dios: <https://virtual.uniminuto.edu/blog/la-frustracion-es-una-emocion-normal-que-impacta-en-nuestras-vidas/>
- Ríos, J. (2023). Educación virtual y la resiliencia de docentes en el contexto COVID-19. Universidad César Vallejo. Lima, Perú: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/108839/rios_djjsd.pdf?sequence=1
- Rodríguez, D.; Sierra, D. (2021). Planeamiento didáctico. Universidad Pedagógica Nacional Francisco Morazán. Honduras: https://escuelajudicialpva.poderjudicial.gob.hn/pluginfile.php/24421/mod_folder/content/0/multidisciplinaria%20/2021/fundamentos%20metodologicos%20y%20didacticos/planeamiento%20didactico%202021.pdf?forcedownload=1
- Rojas, N.; Coronado, Y. (2024). Fomentando el interés musical en los niños de primaria por medio del método Orff en el segundo semestre del año 2024. Universidad Nacional Abierta y a Distancia (UNAD): https://repository.unad.edu.co/bitstream/handle/10596/64826/ylcoronador.pdf?isallowwed=y&sequence=1&utm_source=chatgpt.com
- Roldán, M. (2010). Análisis de los métodos para la enseñanza del piano en los primeros niveles. Hekademos: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3745814>
- Santos, M. (2020). *Educación del corazón: Los sentimientos en la escuela*. Homo Sapiens Ediciones.

- Schleicher, A. (2020). El impacto del Covid-19 en la educación: OECD: <https://www.redeamerica.org/Portals/0/Publicaciones/Covid/the-impact-of-covid-19-on-education-insights-education-at-a-glance-2020.pdf?ver=2020-10-26-123619-633>
- Sierra, M. (2022). Te enseñamos cómo manejar la frustración de manera efectiva. Universidad Pontificia Bolivariana: https://www.upb.edu.co/es/central-blogs/salud-y-bienestar/como-manejar-la-frustracion?utm_source=m
- Trianes, M. V. (2002). *Educación emocional y resolución de conflictos*. Editorial Pirámide.
- Trujillo, M. (2013). Definiciones de Plan: <https://es.scribd.com/document/171845953/Definiciones-de-Plan>
- Twenge, J. (2017). ¡Gen: Por qué los niños super conectados de hoy están creciendo menos rebeldes, más tolerante, menos felices y completamente no preparados para la adultez. Atria Books. Nueva York: https://www.rockandpop.cl/2018/01/quieres-feliz-deberias-disminuir-uso-del-celular/?utm_source=
- Twenge, J. (2017). iGen: Por qué los jóvenes hiperconectados de hoy son menos rebeldes, más tolerantes, menos felices y están completamente despreparados para adultez: Atria Books: https://www.academia.edu/50545239/iGen_why_today_s_super_connected_kids_are_growing_up_less_rebellious_more_tolerant_less_happy_and_completely_unprepared_for_adulthood
- UNED. (2013) ¿Qué son las estrategias didácticas?: https://www.uned.ac.cr/docencia/images/ceced/docs/estaticos/contenidos_curso_2013.pdf
- UNESCO (2024). Qué necesita saber acerca del aprendizaje digital y la transformación de la educación. <https://www.unesco.org/es/digital-education/need-know>
- UNESCO. (2020). Surgen alarmantes brechas digitales en el aprendizaje a distancia: <https://www.unesco.org/es/articles/surgen-alarmantes-brechas-digitales-en-el-aprendizaje-distancia>
- UNICEF (2020). *Educación en Pausa*. Una generación de niños y niñas en América Latina y el Caribe está perdiendo la escolarización debido al COVID-19: <https://www.unicef.org/lac/media/18251/file/educacion-en-pausa-web-1107.pdf>
- UNIR. (2022). Desarrollo afectivo y social en niños: clave en el neurodesarrollo de adultos sanos.
- Universidad Privada del Norte (UPN). (2022). ¿Qué es la Generación de Cristal? Concepto y características. [Blog]: <https://blogs.upn.edu.pe/salud/que-es-la-generacion-de-cristal-concepto-y-suscaracteristicas>
- Varró, M. (1996). La enseñanza viva del piano, su método y su psicología: <https://es.scribd.com/document/474391538/enseanzas-dinamicas-para-piano-partes-1-y-2traducccion>
- Zaragozá, J. (2009). Didáctica de la música en la educación secundaria. Competencias docentes y aprendizaje. Editorial Graó: <https://es.scribd.com/document/393798843/didactica-de-la-musica-en-la-educacion-secundaria-competencias-docentes-y-aprendizaje-josep-lluis-zaragoza-munoz-pdf?ut>