

El miedo escénico en el aprendizaje del inglés de 4º Año, Educación Media General en Mérida - Venezuela

The stage panic in the English learning at 4th year of High School in Mérida, Venezuela

María Fernanda Méndez Noguera¹

mafernoguera30@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0002-8009-6905>

Teléfonos: + 58 416 1590380 (WhatsApp) + 58 414 0079272

Ana Delina Salinas de Valero²

anasalinas460@gmail.com asalina@ula.ve

<https://orcid.org/0009-0005-0204-7309>

Teléfono: +58 416 4153804

Universidad de Los Andes

Facultad de Humanidades y Educación

Escuela de Educación

¹Estudiante de la Licenciatura en Educación, mención Lenguas Modernas

²Tutora

Mérida edo. Mérida

República Bolivariana de Venezuela



Recepción / Received: 09/06/2026

Arbitraje / Sent to peers: 09/06/2026

Aprobación / Approved: 27/06/2026

Publicado / Published: 01/07/2026

RESUMEN

El miedo escénico es una reacción emocional que ocurre cuando el estudiante interactúa en el aula para desarrollar su competencia comunicativa en el proceso de enseñanza y aprendizaje del inglés. Por ello, se planteó determinar su efecto en estudiantes de 4º Año de Educación Media General, en un colegio de Mérida, Venezuela. El enfoque de la investigación fue cualitativo, descriptivo, sustentado en un estudio de campo, con aplicación de una encuesta y como instrumentos se emplearon cuestionarios dirigidos a estudiantes y docente. Entre sus hallazgos, se demostró que el miedo escénico es un factor que impacta significativamente en los procesos de enseñanza y aprendizaje del inglés. Como aporte del estudio, se diseñó una propuesta pedagógica para mitigarlo, y coadyuvar con un clima favorable en el aula, donde el estudiante se pueda expresar de manera segura y efectiva en la lengua meta.

Palabras clave: miedo escénico, enseñanza y aprendizaje, inglés, Lengua extranjera.

ABSTRACT

The stage panic is an emotional reaction that takes place when the students interact in the classroom in order to develop their communicative skill in the English teaching and learning processes. Therefore, the objective was set to determine its effect in fourth-year students in a High School College in Mérida, Venezuela. Its research approach was qualitative, descriptive based in a field study, through the application of a survey with questionnaires addressed to both students and teacher. Among its findings, it was demonstrated that the stage panic significantly impacted the English teaching and learning. As a contribution of this research, a pedagogic and didactic proposal was designed to mitigate it and to help with a favorable classroom atmosphere, where the students could feel confident to express in a safe and effective way in the target language.

Key words: stage panic, teaching and learning, English, foreign language.

INTRODUCCIÓN

El conocimiento de lenguas extranjeras se constituye en un factor de interés ante una sociedad que demanda la comunicación entre diferentes culturas, interacción económica, laboral y social en un contexto de globalización. No obstante, el aprendizaje de idiomas presenta complejidades, por ejemplo, aprender Inglés en un contexto hispanohablante, tiene sus dificultades y lo constituye en un reto, al ser una lengua franca. Por ende, el aprendizaje de una lengua extranjera no es un proceso fácil, pero tampoco imposible y la Educación Media General en Venezuela no escapa de esa realidad. Es innegable que para los estudiantes resulta difícil desarrollar las cuatro destrezas lingüísticas a la par, puesto que hay factores que inciden en este proceso de aprendizaje, entre estos, el tiempo limitado que se le dedica en las instituciones educativas, sin embargo, este podría ser solventado con disciplina y dedicación del aprendiz. En ese orden, es preciso que los docentes de lenguas modernas estimen la necesidad de establecer un diagnóstico adecuado de sus estudiantes, que les permita abordar de manera efectiva los elementos que desfavorecen los procesos de enseñanza y aprendizaje de los idiomas.

Entre los muchos aspectos desfavorecedores, resalta el temor a equivocarse y el miedo escénico que se pueden presentar al momento de interactuar en una clase de idiomas y que conduce a que algunos estudiantes no puedan expresarse en forma oral de manera efectiva, como se requiere en el idioma. Es por ello que, para efectos del presente estudio se toman en consideración investigaciones, experiencias de enseñanza y aprendizaje observadas en el aula para comprender la problemática en estudio: el miedo escénico en el aprendizaje del Idioma Inglés en una institución católica y privada de Educación Media General en el estado Mérida-Venezuela. Por tal motivo, surge como interrogante central: ¿Qué factores generan el miedo escénico en los estudiantes de inglés de 4° de Educación Media del Colegio objeto de estudio? Y como preguntas adicionales: ¿Cómo influye el miedo escénico en el aprendizaje del Inglés como lengua extranjera en 4° año de Educación Media?, ¿cuáles estrategias podrían implementarse para reducir el miedo escénico en el proceso de aprendizaje del Inglés en la institución seleccionada para el estudio?

Para el presente estudio sobre el miedo escénico en el aprendizaje del Inglés en el contexto de Educación Media General se plantea el siguiente objetivo general: Determinar el efecto del miedo escénico en el aprendizaje del Inglés en 4° Año de Educación Media General, en un colegio privado de la ciudad de Mérida, Venezuela. De ahí se derivan los siguientes objetivos específicos:

- Describir los factores que producen el miedo escénico en el aprendizaje del inglés en estudiantes de 4° año del colegio seleccionado para el estudio.
- Identificar las consecuencias del efecto del miedo escénico en el aprendizaje del inglés en estudiantes de 4° del colegio seleccionado para objeto de estudio.
- Establecer una propuesta pedagógica de intervención que coadyuve con la superación del miedo escénico en el aprendizaje del inglés de los estudiantes de 4to año del colegio objeto de estudio.

A continuación, se incluyen los fundamentos teóricos de la presente investigación, entre estos estudios previos realizados sobre la problemática en estudio, conceptos básicos relacionados con el miedo escénico y las estrategias de intervención.

FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

En este apartado se incluyen algunos estudios previos que se han realizado sobre el miedo escénico en el aprendizaje de las lenguas extranjeras, así como las estrategias para su superación en diversos contextos, entre otros conceptos que se convierten en unidades de análisis para el presente estudio.

En primer lugar, Pinto et al. (2022), aplicaron un plan de acción que incorporó los juegos teatrales como estrategia para el manejo de la confianza. El objetivo del estudio fue establecer la influencia de los juegos teatrales para la mitigación del pánico escénico en los estudiantes de lenguas extranjeras de la Universidad Nacional Abierta, a Distancia. La investigación respondió a un avance del proceso de investigación-acción realizado, para incorporar mejoras en las estrategias de enseñanza. En su análisis emergieron tres categorías: pensamientos, sentimientos y comportamientos de los aprendices del inglés para construir representaciones, manifestar emociones y comportarse ante el público. Los resultados mostraron que posterior a los ejercicios teatrales sus pensamientos, actitudes e impresiones fueron positivas, lo que les permitió fortalecer sus habilidades comunicativas en otro idioma y su seguridad al hablar en inglés en público.

En segundo lugar, Piguave (2023) realizó un estudio sobre el miedo escénico y su incidencia sobre el desarrollo de las habilidades socioemocionales y lingüísticas de los estudiantes. Como metodología, utilizó una revisión sistemática de la literatura, considerando un nivel descriptivo. Para ello, examinó artículos científicos publicados en las bases de datos de Scopus, Dialnet, ERIHPLus y Latindex. Los resultados develaron que el país con mayor cantidad de publicaciones sobre la problemática del estudio fue España, seguido por Ecuador; la base de datos con mayor cantidad de publicaciones fue Latindex mientras que Scopus ocupó el tercer lugar; el año en el cual el mayor porcentaje de publicaciones fue el 2022 y el nivel educativo preferido para investigar fue el superior. Como conclusión, se precisó la necesidad de ampliar el campo de estudio sobre esta temática debido al impacto que tiene especialmente en los estudiantes adolescentes.

Por último, Espaillat y Salinas (2024), realizaron un estudio bajo el paradigma de investigación cualitativo, de tipo descriptivo apoyado en un estudio de campo, en el cual se proyectó medir la producción oral y el nivel de inteligencia emocional de los estudiantes del Módulo A1 de la Alianza Francesa de Mérida. En él se aplicó una prueba de producción oral, con criterio del Marco Común Europeo de Referencia (2021), un test de inteligencia emocional TMMS-24 (Trait Meta-Mood Scale) y una encuesta. Con los datos obtenidos, se demostró la correlación entre la inteligencia emocional y la producción oral. Por consiguiente, se comprobó la viabilidad de la aplicación prospectiva de estrategias de aprendizaje colaborativo e inteligencia emocional para promover la producción oral.

Estos antecedentes son relevantes para la presente investigación puesto que permiten articular una visión integral del miedo escénico, abordándolo simultáneamente como un desafío teórico, metodológico y contextual. Por su parte, Piguave (2023) permite dimensionar su impacto como un fenómeno global que frena las habilidades sociales y el potencial académico. En ese mismo orden de ideas, Pinto et al. (2022) aportan una hoja de ruta práctica, evidenciando que estrategias dinámicas como el teatro son efectivas para reducir la inhibición y estimular la producción oral. A este marco se suma el aporte de Espaillat y Salinas (2024), quienes, desde la realidad educativa en el Estado Mérida validan la viabilidad de intervenciones basadas en la inteligencia emocional para la superación del miedo escénico y mejorar la producción oral en la lengua meta. En conjunto, estos estudios respaldan la propuesta dirigida a los estudiantes de 4º Año de Educación Media General, para fundamentar la necesidad de crear un entorno de aprendizaje seguro y colaborativo donde la

gestión emocional y la práctica lúdica converjan para transformar las barreras comunicativas que interfieren en la fluidez en el idioma Inglés.

Para profundizar en las unidades de análisis de la presente investigación a continuación se definen conceptos fundamentales para la comprensión del problema en estudio, entre estos: miedo, sus causas y consecuencias, miedo escénico, sus niveles e intensidad. Por otra parte, se establecen las definiciones de aprendizaje y estrategias didácticas de intervención para disminuir el efecto de este factor emocional.

Miedo, causas y consecuencias

Lovecraft (1927) afirma que: “el miedo es la emoción más primitiva y más fuerte de la humanidad” (s.p.), es decir, que el miedo está presente en el individuo desde antes de nacer, solo que se evidencia en ocasiones en las que algún evento negativo ocurre para el individuo. De igual manera, Domínguez (2003), recurre a Aristóteles quien define el miedo como una aflicción o barullo de la imaginación cuando está a punto de sobrevenir a un mal destructivo o aflictivo. En otras palabras, el miedo puede ser producto de pensamientos que el individuo desarrolla previendo una experiencia o situación en la que anticipa que se sentirá presionado o abrumado por su grado de dificultad o complejidad. Aunado a esto, según Martín (2022), el miedo suele aparecer en situaciones específicas, en su mayoría amenazantes o comprometedoras para la integridad de la persona. En consecuencia, el miedo se presenta como una reacción corporal que se experimenta y refleja en un estado de excitación y tensión. Por otra parte, Deming (1989) señala que, el miedo no permite el crecimiento profesional y devasta la creatividad y la innovación. Además, Gephart et al. (2009) mencionan que, el miedo ha influido en el comportamiento humano desde hace mucho tiempo y continúa ejerciéndolo en la actualidad, e incluso en el campo laboral. En suma, el miedo escénico se constituye en un factor que obstaculiza los procesos de enseñanza y aprendizaje, en consecuencia, requiere atención y diseño de estrategias para su superación en entornos educativos.

Adicionalmente, para Sandner (2025), el miedo se exterioriza en cuatro niveles: cognitivo, esta manifestación se presenta ante un estímulo o situación en la cual se originan pensamientos e imágenes negativas, y la interpretación que ocurre en ese instante. En el nivel fisiológico, sucede frente a una situación de riesgo o peligro, debido a que, al sentir miedo ocurren cambios fisiológicos en el cuerpo, entre estos: la aceleración del ritmo cardíaco, contracción muscular, temblores en las manos y piernas, sudoración, dilatación de las pupilas, palidez en el rostro, piloerección, otros. En el nivel conductual, se muestra un comportamiento que se origina con acciones hacia el estímulo o situación que produce temor, por ejemplo, paralizarse, escapar o llorar, entre otros. Por último, está el nivel neuronal, su centro se ubica en un área del cerebro llamada amígdala, específicamente en el sistema límbico, el cual tiene la tarea de regular las emociones y funciones de conservación del individuo.

Por lo antes descrito, el miedo escénico afecta varios niveles del ser, de allí la relevancia de intervenir desde la didáctica de las lenguas modernas para adecuar el contexto de enseñanza y aprendizaje de manera que los estudiantes puedan desarrollar todo su potencial.

En cuanto al procesamiento del miedo Rivera (2024), señala que, éste se inicia cuando una región denominada tálamo recibe la información percibida por los sentidos y la transmite a la amígdala, cuya función es regular las emociones; se distingue un estímulo que al interpretarlo como dañino, envía señales al hipotálamo y al sistema nervioso central, en el cual se desencadenan los cambios fisiológicos para encender la alerta. Luego, en la corteza prefrontal, en la que se almacenan todos los recuerdos que pueden ser evocados de forma consciente, se procesa el contexto para interpretar lo observado. De acuerdo con las experiencias previas del individuo, el contexto lo ayuda a comprender si la amenaza es seria o si no representa un riesgo mayor.

Lo antes expuesto, permite conocer la manera en que las personas procesan el miedo, desde un punto de vista científico que reviste una complejidad. En algunos casos, pudieran requerir el apoyo de especialistas, por lo tanto, habrá situaciones que demandan ser abordadas desde la capacidad investigadora, planificadora y creativa del docente. Sin embargo, el docente debe estar abierto a considerar la ayuda de expertos en casos que exceden sus conocimientos.

Por otro, Rivera (Ob.cit.), indica que, en el proceso de la regulación del miedo intervienen, principalmente, tres neurotransmisores: la noradrenalina que se encarga de mandar proyecciones a todo el cerebro y activar al sistema nervioso simpático para iniciar con las reacciones fisiológicas ante el estímulo que se presenta; la serotonina, que estimula las conductas de temor similares a la ansiedad y GABA (Ácido Gamma-Aminobutírico) que se utiliza para impedir la transmisión de los impulsos nerviosos, y así disminuir la intensidad de las respuestas fisiológicas. En consecuencia, el ser humano, tiene la capacidad de manejar situaciones de miedo, sin embargo, es importante el autoconocimiento, puesto que el funcionamiento de los neurotransmisores depende de algunos factores como la alimentación, el descanso, la respiración, sentirse en confianza, estar motivado, entre otros.

En cuanto a la intensidad del miedo, el autor la divide en varios niveles, entre ellos: el temor se encuentra en el primer nivel, es aquel que se produce porque existe un indicio de que algo pueda ocurrir o surgir; en el segundo nivel, se ubica el horror, más concerniente con la aversión que con el peligro. Dentro de los niveles de miedo intenso, también está el terror, presente cuando la amenaza sobrepasa las posibilidades reales de afrontarlo, en estos casos, se expresa como parálisis en el pensamiento y en la acción; y tercero el pánico, cuya sensación lleva a acciones descontroladas y caóticas.

Lo antes señalado, permite comprender la relevancia de tratar los síntomas del miedo de manera adecuada y oportuna, debido a que, si no se interviene, su intensidad aumenta y desencadena eventos de mayor gravedad para el individuo. En el contexto en estudio, es fundamental conocer este tipo de emociones y sus consecuencias, para poder generar condiciones que favorezcan el nivel de confianza de los estudiantes y reducir el incremento de la intensidad del miedo, el cual puede ser una emoción que aflore ante un contenido nuevo que les represente dificultad.

Ahora bien, la interrogante que surge referente a lo anterior es ¿qué causa el miedo? A lo que Sandner (2025), responde: pueden concurrir diferentes factores, principalmente psicológicos, que hacen desarrollar miedo ante diversas circunstancias. Asimismo, el autor también refiere que alguna de las causas son los traumas, situaciones del pasado que afectan a la persona desde su infancia hasta su vida adulta. Luego, se incluyen los fracasos, las expectativas sociales o las planeadas por las personas pueden ser muy altas y demandantes que pueden sentir si no llegan a cumplirlas, se constituirán en un fracaso.

Sumado a lo anterior, es conocido que las personas que sufren de ansiedad siempre buscan adelantarse a los acontecimientos e imaginarse todos los escenarios posibles, uno más adverso que el otro. Un aspecto adicional, es salir de la zona de confort, cuando la persona no sale de su estado de comodidad, acaba temiéndole a todo, puesto que no conoce sus limitaciones; otro elemento es la inseguridad, cuando se quiere confrontar las situaciones que producen miedo, se debe hacer frente también a esa inseguridad que le impide a la persona ver toda su capacidad para enfrentar un problema. Por último, se describe la fobia, la cual es ser un miedo irracional en respuesta a traumas del pasado o a pensamientos invasivos calamitosos.

Asimismo, Camín (2024) afirma que “el miedo puede ser desencadenado por una amplia variedad de causas, que pueden ser reales o percibidas” (s.p.). Es decir, que aquello que sentimos o ima-

ginamos como amenaza por muy simple que sea, es una causa que hace se active el miedo. Por lo tanto, para el autor, existen factores biológicos, psicológicos, familiares y sociales que suelen influir en la experiencia del miedo. Como situaciones de peligro físico, amenazas a la seguridad personal, situaciones de mucha incertidumbre acerca del futuro, entornos de alta exigencia, contextos sociales con riesgo de evaluación, exposición a estímulos desconocidos, o novedosos y traumas pasados. En otros términos, pueden ser situaciones de dolor pasadas, no procesadas que pueden afectar la percepción de las cosas. Y esto a su vez es el síntoma más frecuente de problemas psicológicos como la depresión, la ansiedad, los ataques de ansiedad, las fobias y la autoestima.

El miedo escénico

Según Mato (2025), el miedo escénico o pánico escénico consiste en una reacción de ansiedad que ocurre al enfrentar una situación social particular, por ejemplo, suele suceder cuando una persona tiene que desarrollar algún tipo de actividad públicamente, entre estas: hablar, cantar, actuar, otras. De lo antes expuesto, se infiere que este tipo de reacción emocional se produce cuando el individuo se ve expuesto a situaciones de interacción oral frente a otras personas. En el contexto de aprendizaje de un idioma, es fundamental la exposición a situaciones en las cuales los estudiantes deben expresarse en forma oral de manera constante para poder desarrollar su competencia comunicativa. Ahora, es pertinente precisar en los síntomas del miedo escénico, los cuales según Sessa (2023) son: “pulso y respiración acelerados, boca seca, sensación de obstrucción en la garganta, temblor en las manos, rodillas, labios y voz, manos sudorosas y frías, náuseas y sensación de malestar estomacal (ansiedad en el estómago), cambios en la visión, ataques de pánico y ansiedad en exceso”. (s.p.). Este autor proporciona criterios necesarios para identificar este fenómeno en el aula de clases, comprendiendo que el miedo escénico produce bloqueos emocionales y reacciones físicas en los estudiantes. Por esta razón, es necesario diseñar estrategias pedagógicas para superar o reducir su efecto, y así garantizar un aprendizaje efectivo del idioma.

Aprendizaje

El aprendizaje es el proceso del cual el ser humano adquiere, modifica o refina sus habilidades, destrezas, conocimientos o conductas, como resultado de la experiencia, que puede incluir el estudio, la observación, la instrucción o la práctica. (Gómez, 2025). Lo indicado por el autor permite comprender que el aprendizaje del inglés es una meta intelectual, y un área de formación obligatoria en la Educación Media en Venezuela. Es común que, en esta etapa educativa, las habilidades comunicativas de los adolescentes se diversifican, amplían y refinan mediante la práctica y la experiencia. Es evidente que el miedo escénico es el principal “enemigo” del estudiante, quien tiene miedo se bloquea, evade su práctica y como resultado no aprende.

Así mismo, Ausubel (1980) sostiene que: “el aprendizaje significativo comprende la adquisición de nuevos significados y, a la inversa, éstos son producto del aprendizaje significativo. Esto es, el surgimiento de nuevos significados en el alumno refleja la consumación de un proceso de aprendizaje significativo” (p. 55). Se infiere que el aprendizaje, para considerarse significativo, implica la adquisición de un nuevo conocimiento y a su vez, cuando este se consolida en el estudiante se convierte en significativo.

Por otra parte, Pérez (2007), afirma que el aprendizaje también se genera por intuición, es decir, por medio del inesperado descubrimiento de la manera de resolver alguna situación problema. En el aprendizaje de una lengua extranjera como el inglés se presentan muchos aspectos gramaticales y lexicales nuevos para el estudiante, algunos de ellos pueden ser aprendidos por intuición, puesto que, al ver el funcionamiento de los términos en contexto, el estudiante puede apropiarse de la manera en que se utiliza correctamente. No obstante, el miedo escénico no dificulta en este caso el

desarrollo de las destrezas de escritura y lectura, sin embargo, en la comprensión y la producción oral si puede afectar al estudiante, impidiendo su participación espontánea y su intervención oral empleando el idioma en público.

INGLÉS COMO LENGUA EXTRANJERA

Según Martínez et al. (2019) se define como:

Lengua que no es la nativa o propia de un país pero que se enseña/aprende como asignatura en sus escuelas. Su empleo se restringe generalmente a la comunicación internacional y al manejo de documentación escrita. Los términos lengua extranjera y segunda lengua se emplean indistintamente en determinados ámbitos académicos. (s.p.).

Los autores definen la lengua extranjera como un idioma que se aprende por obligación o necesidad académica dentro de un país donde no se habla habitualmente. No es algo que el alumno use en la cotidianidad o para hablar con sus amigos, sino que se restringe al salón de clases o cuando requiera leer materiales auténticos en inglés. Esta distancia entre el idioma y la vida real del estudiante, en un contexto hispanohablante no favorece su aprendizaje efectivo, puesto que no siente la necesidad de hablarlo para comunicarse con regularidad. En consecuencia, es un factor determinante en la ansiedad que siente al intentar expresarse de forma oral en el idioma.

Adicionalmente, cuando el estudiante solo ve el inglés como una asignatura y no como una herramienta comunicativa necesaria para su desarrollo intelectual, proyección académica y posterior desempeño laboral, reduce su motivación por su aprendizaje. No obstante, la presión la focaliza en la mera aprobación de la asignatura, lo que genera esa inseguridad y temor a ser juzgado al momento de hablar en público. De allí, la relevancia de fomentar el aprendizaje del Inglés, haciendo conscientes a los estudiantes de los beneficios que aporta el dominio de una lengua extranjera que tiene un impacto global que se requiere en todas las áreas de conocimiento y diversos campos laborales.

ESTRATEGIAS PARA INTERVENIR

De acuerdo con las propuestas de Pinillos (2024), la superación del miedo escénico requiere un manejo integral que abarca desde identificar que causa el miedo hasta la regulación biológica del individuo. Para este proceso ella plantea 5 estrategias fundamentales:

1) El ejercicio de hablar en público; 2) el entrenamiento en respiración diafragmática para dominar el aire; 3) uso de la técnica 4-7-8 que consiste en agarrar aires durante 4 segundos, retener hasta los 7 segundos y soltar en los 8 segundos, lo cual ayuda a disminuir el cortisol y dominar la situación; 4) tener visualización positiva que refuerza la confianza; 5) el aprendizaje por observación, analizar personas que ya han superado el miedo escénico

Según el autor, el éxito de estas herramientas reside en el grado de preparación previa del estudiante. Lo antes mencionado, propone un enfoque integral para combatir el miedo escénico que no solo se basa en la práctica constante del idioma, sino en el control biológico y mental que el estudiante debe desarrollar progresivamente. Su propuesta sugiere que, para vencer el miedo, el estudiante debe primero entender qué pensamientos negativos o situaciones externas a él/ella lo generan, sin embargo, la identificación de estos elementos requiere del apoyo del docente. Por consiguiente, el docente debe diseñar o incorporar estrategias de intervención que permitan la optimización del tiempo empleado para el aprendizaje del idioma en el aula. Al disminuir la ocurrencia

de situaciones que generen temor en el estudiante el desarrollo de su potencial cognitivo puede ser alcanzado.

Otro aspecto a considerar consiste en que el estudiante debe aprender a relajarse mediante la técnica de respiración, la cual reduce químicamente el cortisol, por ende, al estar en calma puede controlar el miedo. Por último, Pinillos (Ob. cit.) recalca que el éxito en la comunicación oral depende de una mezcla entre la preparación técnica, la imitación de modelos positivos y la capacidad de visualizarse logrando el objetivo.

Por lo tanto, el presente estudio plantea el diseño de una propuesta de intervención en la que confluyan estrategias como las antes descritas y otras que puedan surgir en el transcurso de la investigación. Por consiguiente, la intención es reducir el efecto del miedo escénico como factor limitante de la participación activa del estudiante en su proceso de desarrollo de competencias comunicativas en el idioma Inglés.

METODOLOGÍA

El enfoque de la investigación se basa en el paradigma cualitativo. A juicio de Taylor y Bogdan (1984), quienes lo definen como: “la metodología cualitativa se refiere en su más amplio sentido a la investigación que produce datos descriptivos, las propias palabras de las personas, habladas o escritas y la conducta observable”. (p.20). En ese sentido, la presente investigación será de tipo descriptivo, sustentada en un estudio de campo.

Para precisar, el contexto seleccionado para la investigación es un colegio privado, dedicado a la Educación Básica y ubicado en el estado Mérida, Venezuela, el cual apoya la recepción de estudiantes universitarios en formación, en su fase de prácticas docentes correspondiente a la licenciatura en Educación mención Lenguas Modernas, entorno educativo en el cual se detectó el problema estudiado. Además, esta institución facilita la investigación en búsqueda de mejorar la práctica docente en los procesos de enseñanza y aprendizaje de las lenguas extranjeras.

En ese orden, el nivel educativo determinado para la investigación será Educación Media General, específicamente del Área de Formación: Idiomas-Inglés. Los informantes clave para el estudio serán: los estudiantes de 4º Año sección “A”, integrada por 33 estudiantes adolescentes, 14 varones y 19 damas, en edades que oscilan entre los 15 y 16 años, y un docente de idiomas del colegio privado objeto de estudio.

La técnica de recolección de información será la encuesta y como instrumentos se emplearán dos cuestionarios de preguntas (dicotómicas y de selección múltiple) dirigidos a los informantes clave (estudiantes y docente). Para su aplicación se utilizará un formulario de Google. Además, para la validación de estos instrumentos, se aplicará el juicio de expertos, con el apoyo de tres profesionales de la docencia en Lenguas Modernas, para determinar su confiabilidad y viabilidad.

Por último, la técnica de interpretación de la información obtenida, será el análisis cualitativo de las respuestas emitidas en las encuestas, apoyado en gráficas para ilustrar los resultados obtenidos, los cuales servirán de fundamento para el diseño de la propuesta pedagógica y didáctica que se plantea desarrollar en el estudio.

ANÁLISIS DE RESULTADOS

En este apartado, se desglosan los resultados obtenidos en el estudio de campo, a través de la aplicación de la encuesta cualitativa, realizada tanto a estudiantes de 4º Año sección A, como a la

docente del Área de formación Idiomas, Inglés. Para obtener información sobre el miedo escénico en el aprendizaje del inglés en una institución del nivel Educación Media General, perteneciente al Subsistema de Educación Básica Venezolano. Con tal propósito, se muestran de manera más representativa los hallazgos de la investigación se han diseñado gráficos, los cuales contienen algunos porcentajes que serán descritos y analizados a continuación.

En primer lugar, se presenta, el análisis descriptivo de los resultados obtenidos a través de la encuesta aplicada a los estudiantes de 4° año sección A, en el Área de Formación Idiomas, específicamente, del inglés en la institución seleccionada para el estudio.

Fig. 1. Ítem 1. ¿En cuáles de las siguientes situaciones sientes más miedo escénico al usar el inglés?

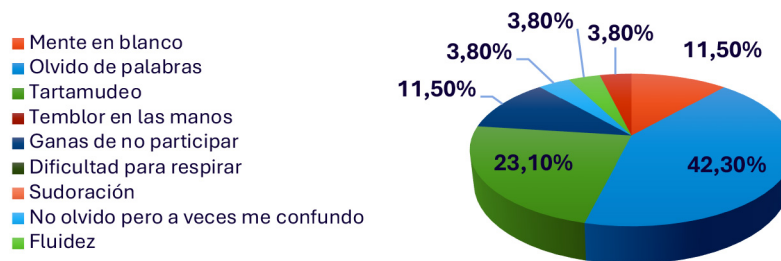


Nota. Elaboración propia de la investigadora. (2026).

En la figura anterior se observa que el 42,50% de los estudiantes seleccionó que hablar frente a toda la clase es el mayor factor que les genera miedo escénico; un 27% refirió que realizar presentaciones orales es también una causa; un 11,50%, respondió que sienten miedo ante las preguntas que realiza el profesor; y 3,80% de los participantes coincidió con la participación en grupos pequeños y realizar exposiciones (3,80%); mientras que, un 3,80% indicó que les produce miedo usar palabras nuevas de las cuales desconocen su pronunciación en Inglés. En ese mismo orden, un 3,80% de los estudiantes manifestó que experimentan miedo cuando intentan que su discurso oral sea fluido y no lo logran. Por último, un 3,80% expresó que realmente hablar en Inglés no les causa miedo. Sin embargo, en la opción: hacer preguntas al profesor/a no fue elegida por ningún participante, lo cual indica que el docente es receptivo ante las preguntas formulan los estudiantes durante la clase. En conclusión, a través de este ítem se infiere que el miedo escénico si es un factor que limita el aprendizaje del Inglés como Lengua Extranjera. Por otra parte, se extrae que los estudiantes pueden sentir miedo escénico al pensar que van a ser ridiculizados por sus pares ante cualquier error que cometan al hablar en el Idioma, tal como sugieren García y Miller (2019), puesto que cometer errores lingüísticos de pronunciación, gramaticales, entre otros, durante la clase puede afectar la imagen del estudiante frente a sus compañeros. Por otra parte, de no existir un clima de respeto en el aula puede desencadenar en situaciones de burla, que incrementan la intensidad del miedo escénico en el estudiante.

Se prosigue con el análisis del ítem 2.

Fig. 2. Ítem 2. ¿Qué sueles experimentar al hablar en *inglés*?

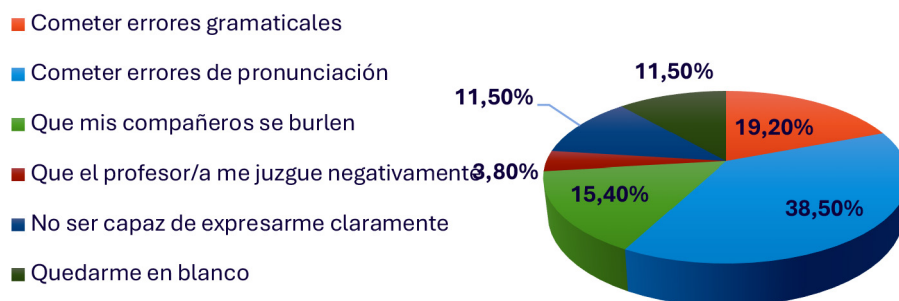


Nota. Elaboración propia de la investigadora. (2026).

En el gráfico anterior se aprecia que, en el ítem 2 se obtuvo como resultado que, a los estudiantes también les genera miedo escénico las siguientes situaciones: olvido de palabras (42,3%); el tartamudeo (23,1%); las ganas de no participar (11,5%); mente en blanco (11,5%); confusión de palabras (3,80%); fluidez (3,80%); todas las opciones anteriores (3,80%). Lo antes descrito, corrobora la existencia de factores que, por inducir el miedo escénico, no contribuyen con el aprendizaje significativo de la lengua meta. Aún más, al sentir afectados los estudiantes bloquean las funciones cognitivas superiores, y les impide demostrar sus conocimientos, lo cual es percibido en conductas que reflejan una profunda frustración personal. Por otra parte, las opciones: temblor en las manos, dificultad para respirar y sudoración, no fueron consideradas por los estudiantes, como lo indica Sessa (2023).

A continuación se avanza con el análisis del ítem 3.

Fig. 3. Ítem 3. ¿Qué es lo que más te preocupa cuando tienes que hablar en *inglés* durante la clase?



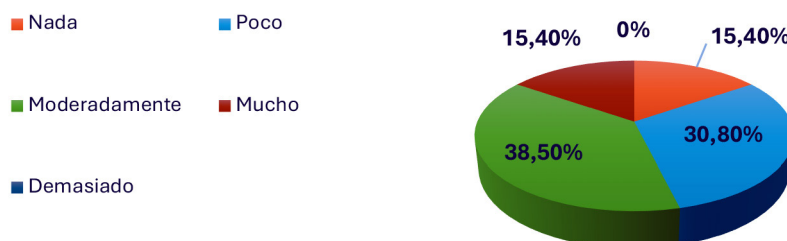
Nota. Elaboración propia de la investigadora. (2026).

En el ítem 3, se obtuvieron los siguientes resultados al consultar sobre los aspectos que les genera preocupación en la clase de inglés. En primer lugar, un factor dominante es la pronunciación (38,5%); en segundo lugar, cometer errores gramaticales (19,2%), seguido de la burla de los compañeros (15,4%), no ser capaz de expresarse claramente (11,5%), quedarse en blanco (11,5%), en último lugar, la opción: que el profesor juzgue negativamente (3,8%). Este análisis concuerda con lo que establece Arcia (2023) sobre el enfoque comunicativo de la lengua, en el cual el error es parte del proceso, por lo tanto, no es un aspecto negativo, quizás lo perjudicial es lo que ocurre cuando el estudiante se equivoca, es decir, las reacciones que puedan tener tantos sus pares como el profesor. De allí, la importancia de generar un clima en el aula con base en el respeto mutuo y la empatía.

Por su parte el profesor, debe hacer una retroalimentación sutil que no implica dejar pasar el error, sino que le brinde herramientas al estudiante para superar sus falencias o debilidades en cuanto a la pronunciación, la fluidez, y la claridad de sus ideas. De este modo, el estudiante no siente que, si no habla con una fonética perfecta, su comunicación pierde valor y se evita una barrera psicológica difícil de superar como lo constituye el miedo escénico al hablar en el idioma, como lo señala Deming (1989).

Se avanza con el análisis del ítem 4 de los estudiantes.

Fig. 4. Ítem 4. ¿En qué medida crees que el miedo escénico ha limitado tu progreso en el aprendizaje del inglés?



Nota. Elaboración propia de la investigadora. (2026).

El 38,5% de los estudiantes reconoce que el miedo escénico ha limitado su aprendizaje del inglés moderadamente, un 30,8% poco, mientras que un 15,4% mucho, y un 15,4% nada. Los resultados antes descritos reconocen que, en la mayoría de los estudiantes su progreso está frenado por las emociones que desencadenan el miedo escénico. Esto es un hallazgo crítico para estudiantes de 4to año de Educación Media, puesto que ya han estado estudiando inglés desde primaria y aún persiste ese bloqueo emocional producto del temor a expresarse oralmente en el idioma. Se infiere que, el éxito académico en inglés puede depender de la seguridad emocional del estudiante, sin embargo, la constancia en la práctica del idioma permite el desarrollo de la destreza comunicativa.

A continuación se desglosa el resultado obtenido en el ítem 5.

Fig. 5. Ítem 5. ¿Qué sueles hacer para manejar el miedo escénico antes o durante una actividad oral en inglés?



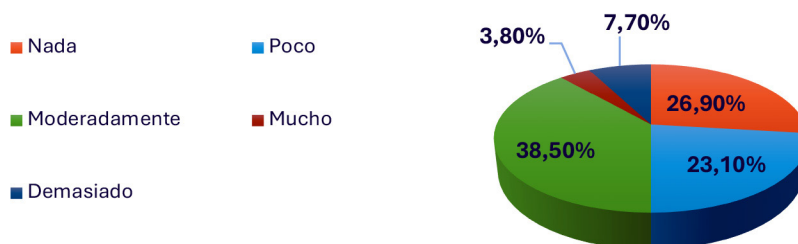
Nota. Elaboración propia de la investigadora. (2026).

De la figura anterior se extrae que la opción “prepararse mucho con anticipación” obtuvo la selección más amplia por parte de los estudiantes (30.80%), lo cual sugiere que es necesario esforzarse en la preparación de las actividades de producción oral en inglés, de este modo el estudiante estará más seguro y evitará el miedo escénico al comunicarse. En segundo lugar, las opciones “evitar participar si es posible” y “no hago nada especial” alcanzaron un 19.20%, esto de **Nota** que el estu-

te con miedo escénico opta por hacerse invisible en la clase para que el docente no le formule preguntas, en consecuencia, se inhibe de utilizar el idioma en forma oral y no desarrolla su potencial comunicativo y el vocabulario que ha ido adquiriendo tiende a olvidarse por desuso. Por último, las opciones “respirar profundamente” e “intentar pensar en positivo” obtuvieron un 15.40%, lo que indica que el estudiante utiliza estrategias de respiración para superar el miedo escénico; y a su vez tener confianza al momento de expresarse en el idioma también ayuda, con pensamientos proactivos la comunicación en el idioma fluye con seguridad.

Se avanza con el análisis del ítem 6.

Fig. 6. Ítem 6. ¿En qué medida sientes que el ambiente en tu clase de *inglés* te permite hablar sin miedo a cometer errores?



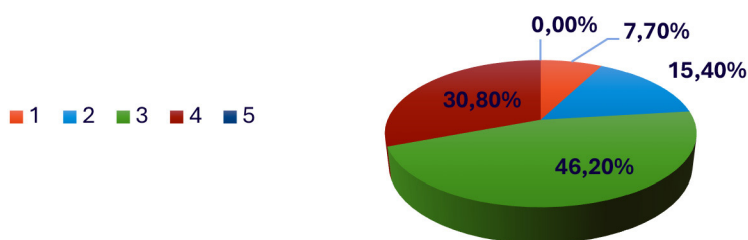
Nota. Elaboración propia de la investigadora. (2026).

En el ítem 6, los estudiantes eligieron con un 38,50% la opción moderadamente, se aprecia que para ellos es importante que el clima de la clase sea agradable, genere confianza, no sea punitivo, que las correcciones se hagan con amabilidad y respeto a su condición de aprendices. Por otra parte, es indispensable que, el docente tenga control de los demás estudiantes, y evite que se burlen, o emitan comentarios despectivos al momento de la interacción oral en la clase. Por otro lado, un 26.90% de los estudiantes eligió a la opción “nada”, lo que indica, que el ambiente de la clase no le afecta en su desarrollo comunicativo del inglés en el aula; hay que destacar que la sección A de 4to año, existen estudiantes que están haciendo cursos en academias y su nivel de inglés les permite hablar con fluidez el idioma y no ven como limitante el ambiente de la clase para expresarse. Mientras que, 23,10% respondió a “poco”, es decir, que según como este el clima del aula, pueden sentir miedo escénico o no. Para finalizar, las alternativas demasiado (7,70%) y mucho (3,80%), también fueron elegidas por los estudiantes, aunque en menor número, se infiere que, son más susceptibles al miedo escénico y requieren un ambiente relajado y armónico para expresarse oralmente en el idioma. En síntesis, las condiciones que ofrece el aula de idiomas son fundamentales para disminuir el impacto del miedo escénico en los estudiantes.

Por último, se procede con el análisis del ítem 7 de los estudiantes.

Con base en los resultados representados en la figura anterior, se observa que ningún estudiante se siente completamente en confianza para hablar en inglés en la clase, lo cual es algo natural y que con la práctica se puede mejorar. En contraste, los puntajes de confianza más elegidos fueron: 3 con un 46,20% y 4 con 30.80%, este hallazgo guarda correspondencia con lo arrojado por el ítem 4, que advierte que el miedo escénico influye de manera moderada en la participación oral del estudiante en el idioma, por consiguiente reduce sus niveles de confianza en sí mismos y se constituye un obstáculo para el desarrollo de las destreza comunicativa oral del Inglés como lengua extranjera. En otro orden, las opciones de puntaje 2 (15,40%) y 1 (7.70%), demuestran que un grupo significativo de estudiantes, tiene un margen limitado de confianza para expresarse oralmente en el idioma. Se

Fig. 7. Ítem 7. En una escala del 1 al 5, ¿Cómo calificarías tu nivel de confianza en ti mismo al hablar en inglés?



Nota. Elaboración propia de la investigadora. (2026).

puede deducir que podría ser producto del temor, sin embargo, también pudiera darse por falta de práctica, o desinterés en el aprendizaje del idioma.

En segundo lugar, se presenta, el análisis descriptivo de los resultados obtenidos a través de la encuesta aplicada a la docente de inglés de la institución seleccionada para el estudio, el cual consta de 7 ítems relacionados con aspectos que influyen en el proceso de enseñanza del idioma Inglés, así como también, su aprendizaje en los estudiantes.

Fig. 8. Ítem 1 ¿Con qué frecuencia observa signos de miedo escénico en sus estudiantes durante la clase de inglés?



Nota. Elaboración propia de la investigadora. (2026).

En la figura anterior se aprecia que la docente casi siempre observa comportamientos que reflejan miedo escénico en sus estudiantes. Esto demuestra que no es un fenómeno aislado, sino una constante en el aula de inglés como lengua extranjera. El hallazgo antes señalado es fundamental para determinar la relevancia del problema descrito en la actual investigación, puesto que, se corrobora que el miedo escénico es un obstáculo emocional que influye negativamente tanto en el proceso de enseñanza y aprendizaje del idioma. Para la actual investigación es fundamental, generar estrategias que permitan la disminución del impacto del temor en los estudiantes y así poder contribuir con el desarrollo de sus destrezas comunicativas orales en el idioma.

Se avanza en el análisis del ítem 2 de la docente.

En el ítem número 2 la docente confirma que hablar en voz muy baja es la señal predominante, observa en los estudiantes y le hace inferir que tienen temor al hablar en inglés. Este comportamiento también, refleja una actitud de inseguridad, el estudiante intenta minimizar su presencia o evitar ser escuchado claramente para reducir el riesgo de ser juzgado, lo cual afecta directamente el desarrollo de la competencia comunicativa oral.

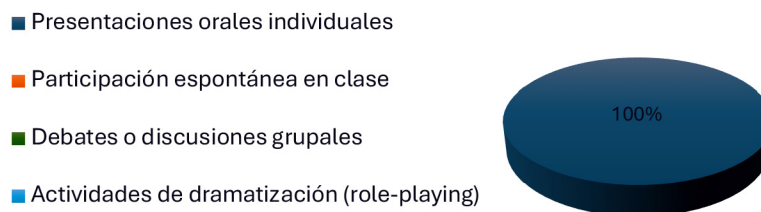
Se prosigue con el análisis del ítem 3 de la docente.

Fig. 9. Ítem 2. ¿Cuáles son las señales más comunes que le indican que un estudiante está experimentando miedo escénico?



Nota. Elaboración propia de la investigadora. (2026).

Fig. 10. Ítem 3. ¿En qué tipo de actividades cree que los estudiantes suelen experimentar mayor miedo escénico?



Nota. Elaboración propia de la investigadora. (2026).

En la figura anterior se observa que la docente identifica las presentaciones orales individuales como la actividad que genera mayor nivel de miedo escénico en los estudiantes. El carácter público y formal de la exposición individual maximiza la ansiedad de evaluación social. El foco de atención total sobre el individuo intensifica la parálisis comunicativa. Lo antes expuesto, guarda estrecha relación por lo establecido por Horwitz et al. (1986) quienes afirman que el miedo a comunicarse puede ser visto como una forma de ansiedad lingüística que interfiere significativamente con los procesos tanto de enseñanza como de aprendizaje de una lengua extranjera.

A continuación el análisis del ítem 4 de la docente

Fig. 11. Ítem 4. ¿En qué medida considera que el miedo escénico impacta negativamente el desarrollo de la competencia comunicativa oral de sus estudiantes?



Nota. Elaboración propia de la investigadora. (2026).

Del ítem anterior se infiere que la docente considera que el miedo escénico afecta significativamente a sus estudiantes, por consiguiente, se justifica la necesidad de intervenir para proponer alternativas que contribuyan con la superación de este obstáculo cognitivo en los estudiantes como lo expone Pinillos (2024). En otras palabras, no es solo un malestar emocional, es una barrera que impide que el alumno alcance las competencias comunicativas en el idioma.

Se avanza en el análisis del ítem 5 de la docente

Fig. 12. Ítem 5. ¿Qué estrategias implementa en el aula para ayudar a los estudiantes a superar o manejar el miedo escénico?

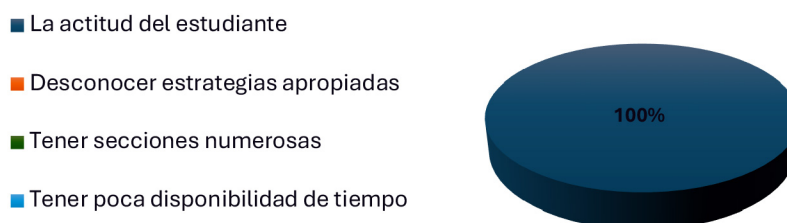


Nota. Elaboración propia de la investigadora. (2026).

En el resultado obtenido en el ítem previo, la docente indicó que utilizaba el trabajo en grupos pequeños como estrategia de mitigación del miedo escénico. Por lo tanto, busca evitar el individualismo o grandes grupos para bajar los niveles de cortisol y ansiedad en los estudiantes como signos de temor ante actividades de producción oral en el idioma. De este modo, se crea un entorno de apoyo entre pares que facilita la interacción comunicativa en la clase. En relación con el aprendizaje en grupos Aparicio y Sepúlveda (2021) destacan que el trabajo en pequeños grupos contribuyen con la superación de obstáculos en el aprendizaje y el alcanza de objetivos de enseñanza. De hecho, la interacción de estudiantes con sus pares evita que sientan temor a expresarse en el idioma, lo cual facilita el desarrollo progresivo de la competencia comunicativa en la Lengua meta.

Se avanza en el análisis del ítem 6 de la docente.

Fig. 13. Ítem 6. ¿Cuál considera que es el mayor desafío al tratar de ayudar a los estudiantes a superar el miedo escénico en la clase de inglés?

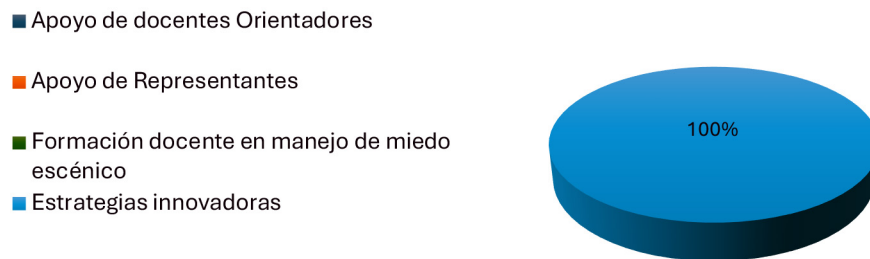


Nota. Elaboración propia de la investigadora. (2026).

En el ítem 6 se observa que, la docente considera que la actitud del estudiante es el mayor reto a superar. Esto sugiere que, aunque el docente aplique estrategias didácticas innovadoras, el componente de motivación intrínseca, el control emocional y los rasgos de personalidad del estudiante son los aspectos más difíciles de influir o modificar. Lo antes descrito, implica que el interés del estudiante por aprender el idioma es fundamental; así como también el auto control de las emociones en los estudiantes, debido a que se puede sentir miedo al comunicarse en el idioma. No obstante, con manejo emocional acorde el estudiante puede superarlo. Adicionalmente, los valores que caractericen la personalidad de los aprendices del idioma se verán reflejados en la calidad de su aprendizaje, entre más responsables sean con sus deberes se sentirán más seguros de sí mismos. Esto facilitará el desarrollo de su competencia comunicativa oral.

Se prosigue en el análisis del ítem 7 de la docente.

Fig. 14. Ítem 7. ¿Qué tipo de apoyo adicional considera que sería más útil para abordar de manera efectiva el miedo escénico en sus estudiantes?



Nota. Elaboración propia de la investigadora. (2026).

De acuerdo al resultado obtenido en el ítem 7, la docente opta por la opción que sugiere crear nuevas estrategias para abordar el miedo escénico como limitante para la producción oral del inglés. De allí, la necesidad imperativa de innovar y aplicar estrategias actuales para abordar este obstáculo emocional en el aula. Ante este panorama, se infiere que, a pesar de la experiencia y los métodos tradicionales de enseñanza, la docente se siente motivada ante la complejidad emocional del estudiante moderno y tiene buena disposición para asumir los cambios que se requieren para optimizar su praxis pedagógica, y el aprendizaje del idioma.

Bajo esta perspectiva, el actual estudio sobre el miedo escénico y su impacto en la producción oral del Inglés, en un testimonio sobre la realidad del aula. La docente reconoció la necesidad de introducir estrategias innovadoras para disminuir el impacto de este factor emocional limitante en los aprendices del idioma, y descarta las demás alternativas como el traslado de la responsabilidad a orientadores o representantes. Este punto de vista, evidencia un profundo compromiso pedagógico. Adicionalmente, la docente identifica que la solución primordial para el miedo escénico no radica en factores externos, sino en la transformación e innovación de las metodologías didácticas vigentes para fortalecer la seguridad de sus estudiantes. No obstante, se infiere que no se debe desestimar totalmente el apoyo de especialistas para la atención de estudiantes con casos más complejos de miedo escénico, y a su vez, brinden orientaciones al docente para la transformación del clima del aula, con el objeto de favorecer el desarrollo de las cuatro destrezas lingüísticas en el inglés de manera efectiva.

CONCLUSIÓN

Para finalizar, a través de esta investigación se ha constatado lo importante de mitigar el miedo escénico en la enseñanza y aprendizaje del inglés, pues su impacto en el aula impide que el estudiante desarrolle sus competencias comunicativas al momento de hablar en inglés, a su vez no permite que el clima de la clase sea óptimo. Ante este panorama, el docente también se encuentra afectado en la efectividad de su praxis pedagógica.

En relación con los objetivos planteados en el inicio del estudio, se concluye que sí se cumplieron, se logró describir los factores que producen el miedo escénico en el aprendizaje del inglés en estudiantes de 4° año del Colegio seleccionado para el estudio. Además, se identificaron las consecuencias del efecto del miedo escénico en la enseñanza y aprendizaje del inglés. Con tal fin, se

diseñó una propuesta pedagógica y didáctica de intervención para coadyuvar con la superación del miedo escénico en el aprendizaje del idioma.

En síntesis, esta investigación, deja abiertos nuevos escenarios de estudio, debido a que el miedo escénico al ser una reacción emocional que interfiere negativamente en los procesos de enseñanza y aprendizaje del inglés como lengua extranjera, aún tiene muchos aspectos de explorar y conocer. Finalmente, es de vital importancia seguir aportando e indagando opciones que puedan mitigar este obstáculo emocional en futuros estudiantes. Asimismo, es relevante que los docentes empleen nuevas estrategias que mejoren el clima del aula para que el estudiante pueda expresarse de forma segura durante la clase de inglés como lengua extranjera.

PROPUESTA PEDAGÓGICA Y DIDÁCTICA

A continuación, se presenta el diseño de la propuesta pedagógica y didáctica derivada de los hallazgos de la actual investigación sobre el miedo escénico en el aprendizaje del inglés en 4to año de Educación Media General, como aporte de aplicación prospectiva en el Colegio objeto de estudio. Asimismo, este producto académico puede ser empleado en otros entornos escolares con características similares. Se anexa el siguiente link para su ingreso de manera libre y gratuita: <https://docs.google.com/document/d/1MQxzEGEaAxR6eqjq0AwKomRLbWXV4GNC/edit?usp=sharing&ouid=103369945040714379819&rtpof=true&sd=true> 

María Fernanda Méndez Noguera. Estudiante del 9no semestre de la Licenciatura en Educación mención Lenguas Modernas en la Escuela de Educación, Facultad de Humanidades y Educación de la Universidad de Los Andes Mérida (actualmente), Idioma A Inglés, Idioma B Francés. Niveles Principiante, Avanzado y Avanzado Integrado del Inglés en el Centro Venezolano Americano del Estado Mérida (CEVAM 2018-2019). Docente de Idiomas (Inglés) 2021-2024 en el Complejo Educativo Alejandra Ramírez de Mancilla (Capurí, Municipio Arzobispo Chacón del estado Mérida, Ministerio del Poder Popular para la Educación); Clases particulares de Inglés presencial y en línea (actualmente). Práctica Profesional Docente I de Lenguas Modernas: Unidad Educativa Vicente Dávila (2024); Práctica Profesional Docente II de Lenguas Modernas: Colegio Salesiano San Luis (2024-2025); Práctica Profesional Docente III de Lenguas Modernas: Centro Venezolano Americano de Mérida (CEVAM 2025).

Ana Delina Salinas de Valero (Tutora). Profesora de Didáctica y Prácticas Profesionales Docentes de la Licenciatura en Educación Mención Lenguas Modernas, Escuela de Educación, Facultad de Humanidades y Educación de la Universidad de Los Andes Mérida desde 2017. Licenciada en Idiomas Modernos, Licenciada en Educación, Especialista en Administración Educativa, Magister Scientiarum en Administración Educativa. Experiencia laboral adicional: 22 años de praxis docente de inglés y francés en Educación Media y dos años en Educación No formal. Teléfono: +58 416 4153804

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ausubel, D. (1980). *Psicología evolutiva. Un punto de vista cognoscitivo*. Editorial Trillas.
- Aparicio, C., y Sepúlveda, F. (2021). Trabajo colaborativo docente: nuevas perspectivas para el desarrollo docente. *Psicología Escolar y Educativa*, 5 (4). https://doi.org/https://www.researchgate.net/publication/368882263_Trabajo_colaborativo_docente_nuevas_perspectivas_para_el_desarrollo_docente
- Arcia, K. (2023). Enfoque comunicativo socio cultural, referentes de calidad educativa y producción de textos narrativos. *Investigación y praxis sociales*, 2 (2). 1-24. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=10018084>

- Beringheli, S. (2024). *Miedo a lo desconocido: Lovecraft y la emoción más antigua y más fuerte de la humanidad*. El espejo gótico. <http://elespejogotico.blogspot.com/2024/05/miedo-lo-desconocido-lovecraft-y-la.html>
- Camín, L. (2024). ¿Qué es el miedo y cuál es su función? ALCEA Psicología y Psicoterapia. <https://alceapsicologia.com/blog/que-es-el-miedo/>
- Deming, E. (1989). *Salida de la crisis: Calidad, Productividad y Competitividad*. Ediciones Díaz de Santos.
- Domínguez, V. (2003). El miedo en Aristóteles. *Revista Psicothema*. 15(4) 662-666. <https://www.psicothema.com/pdf/1121.pdf>
- Españillat, Y. y Salinas, A. Manejo emocional y aprendizaje colaborativo para impulsar la producción oral. Alianza Francesa, Mérida-Venezuela. *Revista Educere*. 28(90) 465-481
- Etherington, M. (2011). Investigative Primary Science: A Problem-Based Learning Approach. *Australian Journal of Teacher Education*. 53-74
- García, A. (2023, 21 de septiembre). ¿Qué es el pánico escénico? Blog Topdoctors' Diccionario Médico. <https://www.topdoctors.es/diccionario-medico/panico-escenico/>
- García, M. y Miller, R. (2019). Disfemia y ansiedad en el aprendizaje de inglés como lengua extranjera. *Revista española de discapacidad*, 7, (1), 87-109. <https://acortar.link/bxtVR8>
- Gephart, J., Trevino, L., Detert, J. y Edmondson, A. (2009). Silenced by fear: The nature, sources, and consequences of fear at work. *Research in Organizational Behavior* 29, 163-193.
- Gómez, M. (2025, 3 de marzo). ¿Qué es el aprendizaje? Blog Concepto. <https://concepto.de/aprendizaje/>
- Horwitz, E., Horwitz M., Cope, J. (1986). Ansiedad en el aula de lenguas extranjeras. *La revista de lengua moderna*, 70 (2). 125-132. <http://www.jstor.org/stable/327317>
- Jones, K. (1982). *Simulation in language teaching*. Cambridge University Press, Cambridge
- Kapp, K. (2012). The gamification of learning and instruction: game-based methods and strategies for training and education. *SoBrief Scrib* <https://es.scribd.com/document/869259304/the-gamification-of-learning-and-instruction>
- Keziah, A. (2010). A comparative study of problem-based and lecture-based learning in secondary school students' motivation to learn science. *International journal of science and technology education research*. 126-131
- Kukulska, A. (2021). Mobile and AI-supported language learning. *ReCALL*, 33(3), 213-229
- Martín, M. (2022). La emoción común del miedo y su comunicación en psicología. *Comunicación y Hombre* (19), 185-193. <https://doi.org/10.32466/eufv-cyh.2023.19.774.185-193>
- Martínez, I., Alonso, R., Cal M., Calvo, Y., Fernández F., Gómez, L., López, P., Rodríguez, Y. y Varela, J. (2019). Lengua extranjera. En *Diccionario electrónico de enseñanza y aprendizaje de lenguas*. <https://www.dicen-len.eu/es/diccionario/entradas/lengua-extranjera>
- Mato, E. (2025, 14 de mayo). Miedo escénico ¿qué es? Blog DKV. <https://quierocuidarme.dkv.es/ocio-y-bienestar/miedo-escenico-que-es>
- Pérez, E. (2007). *Calidad de la educación Popular*. San Pablo
- Piguave, V. (2023). Miedo escénico y habilidades socioemocionales lingüísticas Stage fright and linguistic socio-emotional skills. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria KOINONIA*. VIII(2) 756-771. <https://ve.scielo.org/pdf/raiko/v8s2/2542-3088-raiko-8-s2-756.pdf>
- Pinillos, M. (2024, 28 febrero). 5 trucos para superar el miedo escénico. Consejos para hablar en público. [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=hvi0Aqsn9fs&t=77s>
- Pinto, A., Regnier, L., González, O. y Boses, J. (2022). Influencia de los juegos teatrales en la mitigación del pánico escénico para los estudiantes de lenguas extranjeras de la Universidad Nacional Abierta y a Distancia. *Revista de investigación Órgano de divulgación de la Coordinación de Investigación e Innovación*. Universidad Pedagógica Experimental Libertador. 46 (106) 37-59. <http://historico.upel.edu.ve:81/revistas/index.php/revinvest/article/view/9650>
- Rivera, S. (2024, 12 de marzo). Desde la oscuridad hasta la muerte: el origen del miedo. Blog Cinvestav Multidisciplinarios. <https://conexion.cinvestav.mx/Publicaciones/desde-la-oscuridad-hasta-la-muerte-el-origen-del-miedo>

- Sandner, I. (2025, 11 de agosto). *Miedo: ¿qué es y cómo enfrentarlo?* Blog Sanarai. <https://www.sanarai.com/blog/miedo-que-es-y-como-enfrentarlo#:~:text=Los%20traumas%20son%20los%20causantes,en%20nuestro%20comportamiento%20como%20adultos>.
- Santander Universidades. (2021, 10 de diciembre). *La investigación cualitativa*. Blog Santander Open Academic. <https://www.santanderopenacademy.com/es/blog/cualitativa-y-cuantitativa.html#:~:text=La%20investigaci%C3%B3n%20cualitativa%20implica%20recopilar,que%20las%20personas%20les%20atribuyen>.
- Sessa, A. (2023, 26 de noviembre). *¿Qué es el miedo escénico?* Blog Unobravo. <https://www.unobravo.com/es/blog/miedo-escenico>
- Taylor, S. y Bogdan, R. (1984). *Introducción a los métodos cualitativos de Investigación*. Paidós.
- Vega, J. (2011) Simulación en el aula contextos imaginarios en la enseñanza de ELE. Universidad de Oviedo. 1-53. https://digibuo.uniovi.es/dspace/bitstream/handle/10651/4016/TFM_Joaqu%EDnVegaGonz%E1lez.pdf;jsessionid=72B7ECB203D636FAF2B66F4EE3D0C26A?sequence=6

ANEXOS

Anexo 1. Cuestionario para estudiantes

En este apartado se incluye el cuestionario de preguntas mixtas aplicado a estudiantes de inglés, en 4to año de Educación Media General del Colegio objeto de estudio, el cual permitió conocer su perspectiva sobre el miedo escénico en el aprendizaje de esta lengua extranjera. Disponible en el siguiente link: https://docs.google.com/forms/d/1BM7RPfMGvPoxzCBLoinGm9hp3p7jves-7KAi_2EaEORc/edit

Anexo 2. Cuestionario para docentes

A continuación se incluye el cuestionario de preguntas mixtas aplicado a la docente de inglés, del 4to año, del nivel Educación Media General en el Colegio objeto de estudio, para indagar cómo el miedo escénico ha interferido en el proceso de enseñanza y aprendizaje de este idioma. Se puede acceder a su contenido en el siguiente link: <https://docs.google.com/forms/d/1gb1bzbeys-myC8dWk3qxyDXnzoHolc6wnzxIMLpba52s/edit>