

REFERENCIA: Orejudo, Santos; Nuño, Javier; Ramos, Teresa, Herrero, María Luisa y Fernández-Turrado, Teresa (2005). Competencias desde la perspectiva intercultural para el grado de educación infantil. **REIFOP**, 8 (1). (Enlace web: <http://www.aufop.com/aufop/revistas/indice/digital/114>) - Consultada en fecha (dd-mm-aa):

El desarrollo de la competencia para hablar en público en el aula a través de la reducción de la ansiedad ante esta situación. Estudio previo

Santos OREJUDO HERNÁNDEZ
Javier NUÑO PÉREZ
Teresa RAMOS GASCÓN
M^a Luisa HERERO NIVELA
Teresa FERNÁNDEZ TURRADO

Correspondencia

Santos Orejudo Hernández
Facultad de Educación
Universidad de Zaragoza
C/ San Juan Bosco,7 –
50009 – ZARAGOZA
Teléfono: 976-761000 – ext 3578

e-mail:
sorejudo@unizar.es

Recibido: 9/11/2004
Aceptado: 10/1/2005

RESUMEN

Se presentan los resultados iniciales de un proyecto para el desarrollo de la competencia de hablar en público a través de la intervención sobre la ansiedad manifestada al enfrentarse a esta situación. Se ha evaluado a un total de 430 estudiantes universitarios de Zaragoza con el Cuestionario de confianza para hablar en público y otras variables predictoras de tipo personal, académico y psicológico. Los resultados indican que las mujeres experimentan más ansiedad ante esta situación, igual que los estudiantes menores de 23 años. La regresión muestra que la autoeficacia específica, la autoeficacia general, el sexo, la motivación de logro y la deseabilidad social llegan a explicar hasta el 64,8% de la varianza del miedo a hablar en público.

PALABRAS CLAVE: Miedo a hablar en público, estudiantes universitarios, predictores.

The development of the competition to speak in public in the classroom to traverse of the reduction of the anxiety before this situation. Previous study

ABSTRACT

It is presented the initial outcomes of a project which has as one of its main aims the development of the competence of how to speak in public through the contribution of the speech anxiety revealed when facing up to this situation. A total of 430 university students from Zaragoza have been evaluated with the informal questionnaire to speak in public and with other personal, academic and psychological variables types. Women show more anxiety when being faced with this situation, same as students under 23 years old. The regression shows that the specific efficacy, the general efficacy, the sex, the successes motivation and the social desirability reach the point of explaining up to 64,8% of the speech anxiety variation.

KEY WORDS: Speech anxiety, university students, predictors.

I.- Introducción

La ansiedad manifestada al hablar en público es uno de los problemas más frecuentes entre la población universitaria, que si bien no llega a alcanzar criterios de patología nada más que en una pequeña parte, si condiciona lo suficiente para que más del 75% evite al menos una exposición a esta situación cada año y casi un 50% presente mucho o muchísimo miedo al enfrentarse a la misma (MONTORIO, FERNÁNDEZ, LÁZARO y LÓPEZ, 1996).

Este miedo tiene un origen evolutivo, apareciendo en la adolescencia y, a diferencia de otros miedos, muestra una notable estabilidad con el paso del tiempo (MÉNDEZ, INGLÉS e HIDALGO, 2002). Conjuntamente con la ansiedad de evaluación y la realización de trabajos con una gran premura de tiempo se convierten en las principales fuentes de estrés de los universitarios (POLO, HERNÁNDEZ y POZO, 1996).

Este problema, aparte de las consecuencias para la salud mental de los estudiantes, tiene también notables repercusiones en el área formativa y pedagógica. Por un lado, los procesos de convergencia con la Unión Europea nos plantean un futuro en el que los objetivos educativos se centrarán en la formación por competencias. Entre estas, la habilidad para hablar en público forma parte de la mayor parte de las taxonomías de competencias generales, y como tal se considera en la selección de personal (ANJORENA, 1996), mientras que también se relaciona con otras más específicas como el trabajo en equipo, la cooperación, la comunicación oral o la realización de presentaciones. Por otra parte, desde la psicología educativa está suficientemente establecida la necesidad de la participación activa del alumno para generar un aprendizaje significativo, siendo a través de tareas que requieren intervenir en público, tales como pedir y dar información, resumir o facilitar la participación, como se logra éste de una manera más eficaz (MERCER, 1997). En este sentido y desde una perspectiva empírica, algunos trabajos relacionan la asistencia y la participación en clase con el rendimiento académico (GARCÍA, ALVARADO y JIMÉNEZ, 2000), mientras que cuando el miedo a hablar en público aparece dentro de un cuadro de más gravedad como la fobia social puede acabar incluso en el abandono de los estudios (STRAHAM, 2003).

El miedo a hablar en público ha sido abordado tradicionalmente desde la perspectiva clínica, existiendo en el presente programas de tratamiento tanto individuales como grupales suficientemente efectivos (BADÓS, 1991; OLIVARES y GARCÍA-LÓPEZ, 2002). No obstante, hay pocas experiencias de intervención en el aula (Ellis, 1995), aún cuando los contextos de aprendizaje conllevan situaciones de interacción y de mediación del profesor que pueden mejorar notablemente esta competencia.

El presente trabajo, dentro de un proyecto más amplio que intenta obtener datos sobre la evolución del miedo a hablar en público entre los estudiantes universitarios de Zaragoza, presentamos los resultados iniciales sobre la incidencia de este problema y su relación con otros variables personales, académicas y psicológicas.

II.- MÉTODO

2.1. Participantes

La muestra está compuesta por 430 alumnos estudiantes de la Universidad de Zaragoza que cursan estudios de Magisterio en sus distintas especialidades, Trabajo Social y Psicopedagogía (Tabla 1). Tienen una edad media de 21,50 años con desviación típica de 4,47. El 58,4% tienen entre 18 y 20 años y un 23% supera los 23 años. La mayor parte son chicas, el 85,1%, y aún dentro de este alto porcentaje, el sexo femenino se asocia a estudios como Magisterio de Audición y Lenguaje, de Educación Especial, Psicopedagogía o Trabajo Social ($\chi^2 = 82,976$, $p < ,0000$).

La selección de los mismos responde únicamente al criterio de tener al menos una asignatura durante el curso académico con los profesores implicados en el proyecto, ya que esta investigación también pretende comprobar si diferentes metodologías de enseñanza mejora esta habilidad.

2.2. Variables del estudio.

- Variables personales: Edad y sexo.
- Variables académicas: Tipos de estudios, orden de elección de los estudios en curso, frecuencia actual y expectativas de asistencia a clase.
- Variables psicológicas: Ansiedad general (STAI- Rasgo, SPILBERGERG, 1985), motivación de logro (MANASSERO y VÁZQUEZ, 1998), autoeficacia general (SANJUÁN, PÉREZ y BERMÚDEZ, 2000) y deseabilidad social (FERRANDO y CHICO, 2000).
- Ansiedad para hablar en público: Cuestionario de confianza para hablar en público (BADÓS, 1991) y 6 preguntas tipo likert (0-9 puntos) diseñadas *ad hoc*. De los mismos, tres saturan en un mismo factor, denominado como autoeficacia para hablar en público [“en qué medida te consideras capaz de hablar en público”, “manejas la ansiedad” y “evitas hablar en público”] y otros tres en un segundo factor, factores externos [“en qué medida prepara la universidad a sus alumnos para hablar en público”, “esperas tener que usar esta habilidad en el ejercicio de la profesión” y “necesidad de aprovechar las oportunidades de hablar en público durante la carrera para aprender la habilidad”].

Tabla 1: Distribución de la muestra y datos del cuestionario de confianza para hablar en público.

		Descripción de la muestra				Cuestionario de confianza para hablar en público			
		Sexo		Total	% muestra	Alumnos matriculados % respuestas	Media (Desviación típica)		Prob.
		Hombre	Mujer				Hombre	Mujer	
Magisterio	Educación Física (2º Curso)	22 55%	18 45%	40	9,3%	90 44,44%	103,95 (16,47)	108,77 (21,30)	n.s.
	Educación Primaria (2º curso)	10 23,8%	32 76,2%	42	9,8%	86 48,83%	105,30 (24,39)	118,62 (18,25)	n.s.
	Lengua Extranjera (2º curso)	6 17,1%	29 82,9%	35	8,1%	76 46,05%	90,16 (12,18)	109,53 (20,90)	0,038
	Educación Musical (2º curso)	11 31,4%	24	35	8,1%	88 39,77%	90,90 (19,12)	112,33 (19,84)	0,05
	Audición y Lenguaje (2º y 3º curso)	2 2,1%	90 97,9%	92	21,4%	163 55,21%	97,00 (24,04)	111,55 (20,45)	n.s.
	Educación Especial (Asignatura puente)		11 100%	11	2,6%	20 55,55%		113,54 (25,14)	--
	<i>Psicopedagogía</i>		16 100%	16	3,7%	27 59,25%		105,06 (22,64)	--
Trabajo Social (2º curso)	13 8,2%	145 91,8%	159	37%	303 52,47%	86,30 (24,92)	110,27 (22,42)	0,000	
Total	64 14,9%	365 85,1%	429	100%	853 50,29%	96,71 (20,93)	111,20 (21,34)	0.000	

2.3. Procedimiento

Cada uno de los profesores implicados en el proyecto pasaba los cuestionarios incluidos en un único cuadernillo entre la segunda y la cuarta semana de clase del curso académico 2004/2005. Este rango de tiempo responde únicamente al hecho de intentar obtener el mayor número de alumnos presentes en clase en el momento de la recogida de datos.

III.- RESULTADOS

En la tabla 1 se exponen algunos de los resultados obtenidos en la investigación. Los valores obtenidos para las Cuestionario de confianza para hablar en público muestra valores parecidos a los expuestos por BADÓS (1991). Encontramos igualmente que los chicos manifiestan un menor temor ante esta situación ($p < 0,000$), mientras que también aparece una relación con la edad, encontrándose valores menores en ansiedad para los mayores de 23 años (media 101,70, desviación típica 23.04, $p = 0.10$). No hay diferencias en función del tipo de especialidad estudiada, el orden de elección de estudios o la frecuencia y expectativa de asistencia a clase.

Las variables recogidas en el epígrafe de variables psicológicas muestran también relaciones significativas con el miedo para hablar en público. Concretamente, aparecen correlaciones significativas con la autoeficacia general, con la ansiedad general, con las escalas de motivación de logro consideradas y con un indicador de deseabilidad social. También se dan correlaciones significativas entre el cuestionario de confianza para hablar en público y los dos factores extraídos de las preguntas *ad hoc*. La tabla 2 muestra la regresión (método *step-wise*) del conjunto de variables consideradas y las puntuaciones del Cuestionario de confianza para hablar en público.

TABLA 2: Regresiones sobre el Cuestionario de confianza para hablar en público.

Etapa	Modelo 1 ¹	Beta	R ²	Incremento	Sig. Cambio
1	<i>Autoeficacia general</i>	-,325	,195	,195	,000
2	<i>STAI – Ítems ansiedad</i>	,137	,250	,055	,000
3	<i>Sexo</i>	,155	,271	,021	,001
4	<i>STAI- Ítems estabilidad</i>	-,132	,281	,009	,027
5	<i>Motivación logro –Subjetividad prof. Notas</i>	,090	,289	,008	,038
R ² corregida		.279	% de varianza explicado	28,9%	N= 388
Etapa	Modelo 2 ²	Beta	R ²	Incremento	Sig. Cambio
1	<i>Factor Autoeficacia hablar en público.</i>	-,677	,598	,598	,000
2	<i>STAI – Ítems estabilidad</i>	-,107	,618	,021	,000
3	<i>Sexo</i>	,099	,629	,011	,001
4	<i>Autoeficacia general</i>	-,095	,637	,008	,005
5	<i>Motivación logro –Subjetividad prof. Notas</i>	,078	,643	,006	,012
6	<i>Deseabilidad social – Ítems negativos</i>	,068	,647	,004	,034
R ² corregida		.641	% de varianza explicado	64.7%	N= 380

1. Variables predictoras: Variables personales, psicológicas y variables académicas
2. Variables predictoras: Las del modelo 1 + Factores ítems likert hablar en público.
3. Sexo: Chicos considerados como 0 y chicas como 1.

IV.- Conclusiones y discusión

La etapa universitaria es crucial para el desarrollo de competencias generales y específicas en los estudiantes universitarios, siendo la habilidad para hablar en público una de las más relevantes, pero cuyo desarrollo se ve amenazada por el temor que experimentan los estudiantes al enfrentarse a esta situación. Conocer el grado de afectación de nuestra población y buscar predictores resulta de interés para adaptar las intervenciones que los profesores pueden llevar en el aula.

En nuestra muestra encontramos niveles de ansiedad ante esta situación similares a los expuestos por otros autores con estudiantes de Psicología (BADÓS, 1991), no habiendo diferencias entre los estudiantes de las especialidades de Magisterio, Trabajo social o Psicopedagogía. Si hay diferencias en función del sexo, mayor temor en el caso de las chicas, y de la edad, menores niveles en los estudiantes mayores de 23 años.

La ecuación de regresión muestra una buena predicción sobre esta variable, sobre todo cuando se considera el nivel de autoeficacia específica. Resultan también de interés conocer que la autoeficacia general, la ansiedad general o la motivación de logro se relacionan con la misma. Estos datos resultan de gran interés para el profesor porque todas aquellas intervenciones que lleve en el aula que incidan sobre estos predictores permitirán mejorar la competencia para hablar en público. Además, es posible que alumnos con buenos niveles de motivación de logro, autoeficacia general o baja ansiedad general puedan mejorar esta habilidad únicamente con las actividades ordinarias del aula, mientras que los casos más extremos pueden requerir otras intervenciones adicionales, por ejemplo, en forma de seminarios específicos.

Referencias bibliográficas

- ANJORENA, A. (1996). *15 pasos para la selección de personal con éxito*. Barcelona: Paidós Empresa.
- BADÓS, A. (1991). *Hablar en público. Guía práctica para lograr habilidad y confianza*. Madrid: Pirámide.
- ELLIS, K. (1995). Apprehension, self-perceived competence, and teacher immediacy in the laboratory-supported public speaking course: Trends and relationship. *Communication Education*, 44, 64-78.
- FERRANDO, P.J. y Chico, E. (2000). Adaptación y Análisis psicométrico de la escala de discapacidad social de Marlowe y Crowne. *Psicothema*, 12, 383-389.
- GARCÍA, M.V., ALVARADO, J.M. y JIMÉNEZ, A. (2000). La predicción del rendimiento académico: regresión lineal versus regresión logística. *Psicothema*, 2, 248-252.
- MANASSERO, M.A. y VÁZQUEZ, M.A. (1998). Validación de una escala de Motivación de logro. *Psicothema*, 10, 333-351.
- MÉDEZ, F.X., INGLÉS, C.J. y HIDALGO, D. (2002). Estrés en las relaciones Interpersonales: Un estudio descriptivo en la adolescencia. *Ansiedad y Estrés*, 8, 25-36.
- MERCER, N. (1997). *La construcción guiada del conocimiento. El habla de profesores y alumnos*. Barcelona: Paidós.
- MONTORIO, I., FERNÁNDEZ, M., LÁZARO, S. y LÓPEZ, A. (1996). Dificultad para hablar en público en el ámbito universitario. Eficacia de un programa para su control. *Ansiedad y estrés*, 2, 227-244.
- POLO, A., HERNÁNDEZ, J.M. y POZO, C. (1996). Evaluación del estrés académico en estudiantes universitarios. *Ansiedad y estrés*, 2, 159-172.
- OLIVARES, J. y GARCÍA-LÓPEZ, J.L. (2002). Resultados a largo plazo de un tratamiento en grupo para el miedo a hablar en público. *Psicothema*, 14, 405-409.
- SANJUÁN, P., PÉREZ, A.M. y BERMÚDEZ, J. (2000). Escala de autoeficacia general: Datos psicométricos de la adaptación para población española. *Psicothema*, 12, 509-513.
- SPIELBERGER, C.D., GORSUCH, R.L. y LUSHENE, R.E. (1989). *STAI – Cuestionario de evaluación de ansiedad rasgo y estado*. Madrid: TEA.
- STRAHAN, E.Y. (2003). The effects of social anxiety and social skills on academic performance. *Personality and individual differences*, 34, 347-366.