

# INVESTIGACIÓN EN LA ANSIEDAD ANTE LA ACTUACIÓN EN PÚBLICO

Curso 2013/2014

(Código: 22200430)

## 1. PRESENTACIÓN

Pánico escénico, miedo a hablar en público, ansiedad ante los exámenes, el miedo a la hoja en blanco... todas estas etiquetas se engloban en lo que se conoce como la ansiedad de ejecución (performance anxiety) y afectan en un grado u otro a estudiantes y profesionales de muy distintos ámbitos, limitando así sus competencias y el resultado de su actuación personal, social o profesional.

Esta materia de 5 créditos pertenece al Master de Investigación en Psicología y se ubica en el Itinerario de Psicología de la Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológicos. Su organización, en cuatro módulos, tiene el propósito principal de que los estudiantes adquieran competencias profesionales del ámbito de la investigación a través del estudio y la comprensión científica de los aspectos teórico-prácticos más relevantes relacionados con la aplicación de la psicología clínica a las diferentes problemáticas vinculadas a este tipo de ansiedad.

## 2. CONTEXTUALIZACIÓN

Buscar y manejar diferentes fuentes bibliográficas, decantarse por un área de interés, formular preguntas que reflejan una cuestión, recoger datos relevantes relacionados con ese problema específico, analizar los datos para ver si se resuelve la cuestión planteada, dar forma argumentativa a todo lo recopilado, escribir un informe... todas estas tareas forman parte del proceso que conlleva un proyecto de investigación.

Esta materia tiene como objetivo general que los estudiantes, guiados a lo largo de las diversas tareas de este proceso, adquieran las competencias necesarias para su formación como investigadores en las diferentes áreas de aplicación de la Psicología de la Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológicos.

La materia, en primer lugar y en lo que se refiere a su contenido, diferencia los aspectos psicológicos teóricos relacionados con la ansiedad de ejecución de los aspectos más metodológicos de cualquier trabajo de investigación en el ámbito clínico y de la salud. En segundo lugar, está diseñada para que el alumno ponga en práctica lo que va estudiando enfrentándose a diversos problemas que se le plantean a lo largo del curso. Así, los diferentes módulos que componen esta propuesta se trabajan desde su contenido teórico y metodológico. De esta manera, se pretende hacer partícipe al estudiante de una forma crítica y formal de los principales factores de riesgo asociados a este tipo de ansiedad, modelos teóricos, así como de las diversas formas de intervención (evaluación, acciones preventivas y acciones secundarias) que han ido concretándose desde la investigación realizada por diferentes estudiosos.

Se espera que el estudiante al finalizar este curso sea capaz de generalizar lo aprehendido en esta materia a otras líneas de investigación de su interés.

## 3. REQUISITOS PREVIOS RECOMENDABLES

Para cursar la asignatura "Investigación de la ansiedad ante la actuación en público" sería conveniente que los estudiantes hayan cursado alguna asignatura sobre psicología clínica y de la salud en la licenciatura o en el curso de nivelación del postgrado.



Así mismo, se recomienda a los alumnos que cursen las asignaturas relacionadas con el tratamiento estadístico de datos y búsqueda de fuentes bibliográficas incluidas en el mismo Máster de Investigación en Psicología.

Por último, es relevante para el aprovechamiento del curso que los estudiantes se defiendan, a nivel usuario, con algunos programas informáticos de manejo de información digital y datos estadísticos, correo electrónico e Internet.

## 4.RESULTADOS DE APRENDIZAJE

Los resultados de aprendizaje se derivan de diferentes conocimientos, habilidades y actitudes que subyacen a los objetivos de la materia:

### Conocimientos

- Describir los modelos explicativos teóricos sobre la ansiedad y rendimiento.
- Adquirir formación empírica sobre la metodología de investigación en el ámbito de la psicología clínica y de la salud.
- Identificar y clasificar los distintos factores asociados con la protección ante la ansiedad de ejecución.
- Identificar y clasificar los distintos factores asociados con una mayor vulnerabilidad ante la ansiedad de ejecución.
- Conocer y diferenciar las diversas formas de evaluación de la ansiedad de ejecución.
- Describir y valorar las diversas las acciones preventivas ante la ansiedad de ejecución.
- Describir y valorar los diversos tratamientos que se han mostrado efectivos ante la ansiedad de ejecución.
- Interpretar los resultados empíricos relacionándolos con el contexto teórico en el que se encuadra un estudio empírico.

### Habilidades

- Recabar información actualizada sobre el tema propuesto en las fuentes bibliográficas adecuadas.
- Integrar la información procedente de diferentes estudios y/o distintos marcos teóricos.
- Diseñar un estudio para resolver una pregunta de investigación sobre el tema propuesto.
- Desglosar un diseño de análisis de datos adecuado al carácter de los datos.
- Preparar un informe que recoja los pasos de un artículo científico.
- Aplicar los aspectos más básicos de la normativa APA.

### Actitudes

- Guiarse por las normas éticas y códigos deontológicos establecidos.
- Demostrar una actitud crítica de las diferentes lecturas realizadas y estudios consultados.
- Participar de forma activa y constructiva con otros compañeros en los foros y actividades propuestas en el curso virtual.

## 5.CONTENIDOS DE LA ASIGNATURA

Los contenidos de la asignatura están organizados en módulos:



Módulo I

1.1 Introducción a la materia

1.2 Variables psicológicas y rendimiento óptimo ante la actuación en público

Módulo II

2.1. Estrategias de evaluación en la Ansiedad ante la actuación en público

Módulo III

1.3. Tratamientos psicológicos eficaces para la Ansiedad ante la actuación en público

Módulo IV

1.4. Elaboración del trabajo final

## 6.EQUIPO DOCENTE

- [AMAIA LASA ARISTU](#)

## 7.METODOLOGÍA

Dado que el aprendizaje de la materia debe llevarse a cabo en el marco de la enseñanza a distancia se hará especial hincapié en proporcionar al alumno materiales de aprendizaje científicamente rigurosos, actualizados y didácticos, acomodados a las características de la Universidad desde la que se imparte (UNED).

La plataforma virtual es el instrumento que permitirá la interacción constante entre los alumnos y el docente. La plataforma permite que el alumno pueda exponer sus dudas y el docente proporcione respuestas útiles a todos y no sólo a un alumno en particular; la duda de uno puede ser compartida por los demás y la respuesta, puede ser al tiempo, útil para todos. Esta será la estrategia básica para que el estudiante participe, exponga sus dudas y resuelva las actividades propuestas por el equipo docente.

El alumno debe saber que algunos materiales, pautas e instrucciones se irán colgando en dicha plataforma a lo largo del curso.

El trabajo de la asignatura se llevará a cabo a partir de la bibliografía recomendada en la plataforma virtual de forma que el alumno pueda afrontar el estudio de manera autónoma. Se recomienda que el alumno visite el espacio virtual en su conjunto y no sólo los foros con una periodicidad semanal.

El teléfono y el correo electrónico son herramientas que, adicionalmente, también permitirán a los alumnos contactar con el equipo docente.

## 8.BIBLIOGRAFÍA BÁSICA

Comentarios y anexos:

El estudiante trabaja a partir de la bibliografía que se especifica en el curso virtual.

## 9.BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA



## Comentarios y anexos:

La bibliografía va actualizándose en el curso virtual.

### *Investigación*

1. Carretero-Dios, H. y Pérez, C. (2007). Normas para el desarrollo de estudios instrumentales: consideraciones sobre la selección de tests en la investigación psicológica. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 7, 863-882.
2. Fernández-Ríos, L. y Buela-Casal, G. (2009). Standards for the preparation and writing of Psychology review articles. *Journal of Clinical and Health Psychology*, 9, 329-344. (en castellano)
3. Hartley, J. (2012). Nuevas fórmulas de redactar artículos académicos fáciles de leer. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 12, 143-160.
4. Ramos-Álvarez, M.M., Moreno-Fernández, M.M., Valdés-Conroy, B. y Catena, A. (2008). Criterios para el proceso de revisión de cara a la publicación de investigaciones experimentales y cuasi-experimentales en Psicología: una guía para la creación de artículos de investigación. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 8, 751-764.
5. Perestelo-Pérez, L. (2013). Normas para realizar y redactar revisiones sistemáticas en psicología y salud. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 13, 49-57.

### *Introducción a la materia*

1. Lazarus, A.A. y Abramavitz, A. (2004). A multimodal behavioral approach to performance anxiety. *Journal of Clinical Psychology*, 60, 831-840.
2. Powell, D. (2004). Treating individuals with debilitating performance anxiety: An introduction. *Journal of Clinical Psychology*, 60, 831-840

### *Variables psicológicas y Ansiedad ante la actuación en público*

1. Bados, A. (2008). Miedo hablar en público (pp. 2-11). Universidad de Barcelona. (accesible en Internet)
2. Bados, A. (2005). Fobia social (2-23). Universidad de Barcelona (accesible en Internet) 1. Bados, A. (2005). Fobia social (23-42). Universidad de Barcelona (accesible en Internet).
2. Bados, A. y Sanz, P. (2005). Validation of the Revised Test Anxiety Scale and the FRIEDBEN Test Anxiety Scale in a Spanish sample. *Ansiedad y Estrés*, 11, 163-174.
3. Bados, A. (2008). Miedo hablar en público (pp. 11-17). Universidad de Barcelona. (accesible en Internet).
4. Muñoz, M., Roa, A., Pérez, E., Santos-Olmo, A.B. y De Vicente, A. (2002). Fobia específica (pp. 69-80). En M. Muñoz, A. Roa, E. Pérez, A.B. Santos-Olmo, y A. De Vicente, A. Instrumentos de evaluación en salud mental. Madrid: Pirámide.
5. Méndez, F.X., Inglés, C.J., y Hidalgo M.D. (1999). Propiedades psicométricas del cuestionario de Confianza para hablar en público: Estudio con una muestra de alumnos de enseñanzas medias. *Psicothema*, 11, 65-74.
6. Muñoz, M., Roa, A., Pérez, E., Santos-Olmo, A.B. y De Vicente, A. (2002). Trastorno de Pánico y agorafobia, en M. Muñoz, A. Roa, E. Pérez, A.B. Santos-Olmo, y A. De Vicente, A. Instrumentos de evaluación en salud mental (pp. 81-89). Madrid: Pirámide.
7. Muñoz, M., Roa, A., Pérez, E., Santos-Olmo, A.B. y De Vicente, A. (2002). Fobia social, en M. Muñoz, A. Roa, E. Pérez, A.B. Santos-Olmo, y A. De Vicente, A. Instrumentos de evaluación en salud mental (91-102). Madrid: Pirámide.

### *Estrategias de evaluación de la Ansiedad ante la actuación en público*

1. Bados, A. (2005). Fobia social (23-42). Universidad de Barcelona (accesible en Internet).
2. Bados, A. y Sanz, P. (2005). Validation of the Revised Test Anxiety Scale and the FRIEDBEN Test Anxiety Scale in a Spanish sample. *Ansiedad y Estrés*, 11, 163-174.
3. Bados, A. (2008). Miedo hablar en público (pp. 11-17). Universidad de Barcelona. (accesible en Internet).
4. Muñoz, M., Roa, A., Pérez, E., Santos-Olmo, A.B. y De Vicente, A. (2002). Fobia específica (pp. 69-80). En M. Muñoz, A. Roa, E. Pérez, A.B. Santos-Olmo, y A. De Vicente, A. Instrumentos de evaluación en salud mental. Madrid: Pirámide.
5. Méndez, F.X., Inglés, C.J., y Hidalgo M.D. (1999). Propiedades psicométricas del cuestionario de Confianza para hablar en público: Estudio con una muestra de alumnos de enseñanzas medias. *Psicothema*, 11, 65-74.
6. Muñoz, M., Roa, A., Pérez, E., Santos-Olmo, A.B. y De Vicente, A. (2002). Trastorno de Pánico y agorafobia, en M. Muñoz, A. Roa, E. Pérez, A.B. Santos-Olmo, y A. De Vicente, A. Instrumentos de evaluación en salud mental (pp. 81-89). Madrid: Pirámide.
7. Muñoz, M., Roa, A., Pérez, E., Santos-Olmo, A.B. y De Vicente, A. (2002). Fobia social, en M. Muñoz, A. Roa, E. Pérez, A.B. Santos-Olmo, y A. De Vicente, A. Instrumentos de evaluación en salud mental (91-102). Madrid: Pirámide.



### Tratamientos psicológicos eficaces para la Ansiedad ante la actuación en público

1. Bados, A. (2008). Miedo hablar en público (pp. 23-43). Universidad de Barcelona. (accesible en Internet).
2. Birk, L. (2004). Pharmacotherapy for performance anxiety disorders: Occasionally useful but typically contraindicated. *Journal. of Clinical Psychology*, 60, 867-879.
3. Blanco, C., Schneier, F.R. y Schmidt, A. (2003). Pharmacological treatment of social anxiety disorder: A meta-analysis. *Depression and Anxiety*, 18, 29-40.
4. Botella, C., Hofmann, S.G. y Moscovitch, D.A. (2004). A self-applied, Internet-based intervention for fear of public speaking. *Journal. of Clinical Psychology*, 60, 821-830.
5. Lazarus, A.A. y Abramavitz, A. (2004). A multimodal behavioral approach to performance anxiety. *Journal of Clinical Psychology*, 60, 831-840.
6. McCullough, L. y Osborn, K.A.R. (2004). Short term dynamic psychotherapy goes to Hollywood: The treatment of performance anxiety in cinema. *Journal. of Clinical Psychology*, 60, 941-852.
7. 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.
8. Powell, D.H. (2004). Behavioral treatment of debilitating test anxiety among medical students. *Journal. of Clinical Psychology*, 60, 853-865.
9. Rodebaugh, T. L., y Chambless, D. L. (2004). Cognitive therapy for performance anxiety. *Journal. of Clinical Psychology*, 60, 809-820.

## 10.RECURSOS DE APOYO AL ESTUDIO

La materia se imparte a través de la plataforma Alf (curso virtual) y cuenta foros, materiales de diverso tipo, calendario, planificador de tareas, entrega de tareas, noticias, etc.

## 11.TUTORIZACIÓN Y SEGUIMIENTO

La tutorización de la asignatura conlleva la evaluación continua a través del seguimiento de los aprendizajes basados en las actividades propuestas en cada uno de los cuatro módulos por el equipo docente con las herramientas propias de la enseñanza a distancia como son la plataforma virtual, foros, correo electrónico, teléfono, etc.

Horario de atención

Martes y miércoles de 10 h. a 14 h.

Miércoles de 16 h. a 20 h.

Teléfono de contacto: 91 398 62 46 (si salta el contestador, por favor, deje sus datos personales, un asunto y un teléfono de contacto).

E-mail: [alasa@psi.uned.es](mailto:alasa@psi.uned.es)

Despacho 1.11 (Facultad e Psicología, UNED)

## 12.EVALUACIÓN DE LOS APRENDIZAJES

La evaluación de la asignatura se realizará a través de las actividades propuestas durante el curso. El calendario de entrega de las diferentes actividades se irá facilitando a lo largo del curso.

La realización de las actividades propuestas alcanza un 40% de la nota final, mientras que el 60% restante se basará en el informe final entregado al terminar el curso.

El informe final será un documento original sobre el trabajo realizado. El informe deberá seguir la estructura de los trabajos científicos y la normativa APA, de un mínimo de 10 páginas y máximo de 20 DIN A-4 (letra de 12 puntos, interlineado 1,5,



los 4 márgenes a 3 cm). En este trabajo se valorará especialmente la madurez intelectual, la calidad académica y el uso de bibliografía recomendada y aquella procedente de la búsqueda realizada personalmente.

### 13.COLABORADORES DOCENTES

Véase equipo docente.

