

Relación entre ansiedad escénica, perfeccionismo y calificaciones en estudiantes del Título Superior de Música

Francisco Javier Zarza-Alzugaray, Óscar Casanova-López y José Elías Robles-Rubio.
Universidad de Zaragoza

Recepción: 1 de febrero de 2016 | Revisión: 3 de febrero de 2016 | Aceptado: 4 febrero de 2016

Correspondencia: fjarza@unizar.es

Citar: Zarza-Alzugaray, F.J., Casanova-López, O., y Robles-Rubio, J.E. (2016). Relación entre ansiedad escénica, perfeccionismo y calificaciones en estudiantes del Título Superior de Música. *ReiDoCrea*, 5, 16-21.

Resumen: La ansiedad escénica es uno de los principales problemas a los que los músicos, estudiantes y profesionales, deben enfrentarse. El perfeccionismo es un constructo asociado a problemas de fobia social como pueda ser la ansiedad escénica. La asociación entre perfeccionismo y ansiedad escénica no ha recibido especial atención dentro del ámbito investigador y formativo español. Objetivos: Estudiar la presencia de niveles de ansiedad escénica en una muestra de estudiantes del Conservatorio Superior de Música de Alicante y cómo se relaciona ésta con el perfeccionismo y las calificaciones obtenidas. Método: El estudio de los datos es cuantitativo mediante un diseño selectivo con un muestreo por disponibilidad. Las respuestas corresponden a dos instrumentos de medida específicos de la ansiedad escénica y del perfeccionismo por parte de 87 estudiantes del Conservatorio Superior de Música de Alicante. Resultados: Encontramos niveles de ansiedad escénica algo mayores a la media. La ansiedad escénica está relacionada significativamente con el perfeccionismo, y éste con las calificaciones del alumnado. Conclusiones: El perfeccionismo explica una parte tanto de la ansiedad escénica como de las calificaciones obtenidas por parte de los estudiantes. Es necesaria más investigación sobre la ansiedad escénica que suponga en un futuro implementar mejoras formativas.

Palabras clave: Psicología | Educación Musical

Relationship between Performance Anxiety, Perfectionism and Grades Students Graduate Degree in Music

Abstract: Performance anxiety is one of the main problems that musicians, students and professionals, must face. Perfectionism is a construct associated with problems such as social phobia may be the performance anxiety. The association between perfectionism and performance anxiety has received special attention in the training field investigator and Spanish. Objectives: To study the presence of levels of performance anxiety in a sample of students from the Conservatory of Music of Alicante and how it relates to the perfectionism and grades obtained. Method: The study is quantitative data by selective sampling design for availability. The answers fall into two specific instruments measure of performance anxiety and perfectionism by 87 students from the Conservatory of Music of Alicante. Results: We found levels of performance anxiety somewhat higher than average. Performance anxiety is significantly related to perfectionism, and this with the grades of students. Conclusions: Perfectionism explains part of both the performance anxiety as the marks obtained by the students. More research on performance anxiety involving training in the future implement improvements necessary.

Keywords: Psychology | Musical Education

En España, las enseñanzas superiores musicales se cursan en los conservatorios de música, obteniéndose el correspondiente Título Superior de Música. Estos estudios, a todos los niveles universitarios, desarrollan unas competencias que en gran parte están relacionadas con la interpretación musical pública. La ansiedad escénica en músicos en formación es uno de los aspectos más relevantes en la práctica y el estudio musical, pudiendo llegar a convertirse en un auténtico problema de cara a tener una carrera profesional con cierta garantía de éxito.

En general, la comunidad de estudiantes universitarios es especialmente sensible al desarrollo de problemáticas relacionadas con las intervenciones públicas (Orejudo, Nuño, Fernández, Ramos y Herrero, 2006). A su vez, a los estresores habituales de los estudiantes universitarios, relacionados con la difícil inserción laboral y facilidad de despido actual que se desprende de Aguilar de Tena, Mudarra, Perelló y Rojas (2013), los estudiantes de música suman otros más particulares. La comunidad de estudiantes del Título Superior de Música cuenta con estresores poblacionales específicos que no son tan habituales entre el resto de estudiantes universitarios como pueda ser el abandono del hogar para estudiar con profesores concretos. También es exclusiva de

este entorno la presión por la obtención de unos primeros resultados interpretativos nacionales o internacionales, la participación en concursos, audiciones en orquestas, primeras grabaciones, etc.

Sobre la incidencia de la ansiedad escénica, podemos ver cómo hay estudios que señalan que el 91.7% de los estudiantes universitarios de música habían sufrido ansiedad escénica, así como que en torno a un 76% manifestaba que la ansiedad escénica había afectado de manera negativa en el resultado de las actuaciones (Tamborrino, 2001). Señalando alguna de las escasas investigaciones en el marco formativo español podemos ver cómo en Herrera y Manjón (2013) el 52.4% de la muestra encuestada ($n=42$; *Edad media*=15.6; *Instrumento musical: flauta*) se sienten preocupados por las actuaciones musicales públicas.

Tal y como apuntan Kenny, Davis y Oates (2004), podemos pensar que tanto ansiedad escénica como perfeccionismo son dos constructos diferenciados relacionados que pueden influir en la capacitación futura de los profesionales de la música en España. Sin embargo, esta relación no ha sido especialmente estudiada en los músicos tanto profesionales como en formación en el entorno formativo español.

Tomando como marco teórico de la ansiedad el expuesto por Barlow (2000), vemos que la ansiedad escénica es el resultado de la interacción de un factor triple de vulnerabilidad. Barlow (2000) describe un primer factor de vulnerabilidad biológica que es heredable, un factor de vulnerabilidad general en el que se enmarcan los hechos cotidianos y habituales, y un factor de vulnerabilidad específico más relacionado con tareas o momentos concretos como pudieran ser las actuaciones musicales en público.

Esta teoría general es operativizada por investigadores como Kenny et al. (2004) para quienes la ansiedad escénica es el resultado de la interacción de los tres factores anteriormente descritos. Encontramos un primer factor encargado del estudio del contexto de las relaciones tempranas del estudiante en el entorno más cercano, así como las primeras experiencias de actuación. Otro segundo factor encargado de evaluar la vulnerabilidad psicológica general o estado de indefensión. Un tercer factor que estudia las preocupaciones concretas relacionadas con la actuación que va a acontecer.

El perfeccionismo es un constructo multidimensional que va más allá del mero esfuerzo por la impecabilidad (Flett, Hewitt, Oliver y MacDonald, 2002). Se relaciona con la lucha auto-impuesta idealista, una mentalidad fija, altos niveles de auto-crítica y altos estándares hacia los demás (Flett et al, 2002; Stairs, 2009). El perfeccionismo se ha identificado como un factor de vulnerabilidad psicológico y existe un amplio consenso en que el perfeccionismo está relacionado con el rendimiento humano en áreas como el deporte, la música y entornos de ejecución académica (Patston y Osborne, 2015).

Como señalan Carrasco, Belloch y Perpiñá (2010), el perfeccionismo es una variable a tener muy en cuenta en el estudio de problemas psicológicos de diversa índole; entre ellos encontramos los problemas de ansiedad o fobia social como la ansiedad escénica en músicos. En este sentido, y pese a las múltiples aproximaciones factoriales desde las que podemos estudiar este constructo, hay autores como Purdon, Antony y Swinson (1999) que señalan que existen puntos en común generalizados que contemplan al perfeccionismo como un constructo con dos componentes claros. En primer término exigencias personales elevadas directamente relacionadas con la presencia de criterios exigentes para la definición del éxito personal. En segundo la

presencia de autoevaluación negativa en caso de no alcanzar criterios mínimos de exigencia descritos en primer lugar. Así, nos encontramos con un constructo multidimensional en el que la depuración del mismo ha reconocido 4 subdimensiones relativamente independientes entre sí: miedo a errores, influencias paternas, expectativas de logro y organización.

Autores como Kenny et al (2004) señalan que tanto ansiedad escénica como perfeccionismo están correlacionados de manera directa, teniendo el perfeccionismo en términos generales una capacidad predictiva de en torno al 28% de la ansiedad escénica reportada por músicos profesionales. Siguiendo a Patston y Osborne (2015), el estudio de las relaciones entre la ansiedad escénica y el perfeccionismo puede tener implicaciones tanto para profesores como alumnos. En este sentido, un mayor conocimiento de las relaciones entre estos dos constructos puede hacer mejorar la práctica educativa, así como del rendimiento tanto en las actuaciones públicas de los estudiantes como en el transcurso de las clases instrumentales.

En resumen, tenemos estudiantes de música con unas características diferenciadas y un problema específico, la ansiedad escénica. El principal objetivo de esta investigación es constatar la presencia de este tipo de ansiedad y examinar las relaciones entre los distintos factores que componen el constructo de la ansiedad escénica dentro del marco teórico de la misma de Barlow (2000). Así mismo, se pretende analizar los constructos de ansiedad escénica y perfeccionismo así como su posible asociación con las calificaciones de un número importante de estudiantes del Conservatorio Superior de Música de Alicante. La constatación de la realidad existente es el primer paso para proponer cualquier tipo de medida de mejora.

Método

Participantes

Una muestra de 87 estudiantes (59.8% chicos, 40.2% chicas) del Conservatorio Superior de Música de Alicante completaron un instrumento *online* en la plataforma Google Docs (encuestas) diseñado *ad hoc*. Estos 87 estudiantes comparados con el número de matriculados totales (curso 2014-2015) suponen en torno al 25% del alumnado del centro. Encontramos en la muestra 15 trombonistas, 8 estudiantes de oboe, 5 de tuba, 4 violinistas, 5 cellistas, 2 estudiantes de viola, 9 flautistas, 4 trompetistas, 6 saxofonistas, 4 guitarristas, 8 clarinetistas, 5 percusionistas, 5 pianistas, 3 estudiantes de trompa, 2 fagotistas y 2 cantantes.

Procedimiento

Los participantes fueron seleccionados mediante un criterio de disponibilidad muestral. Para ello se les mandó un *mail* institucional explicándoles la investigación que se estaba llevando a cabo, y a los que respondieron favorablemente a la realización del cuestionario se les envió el enlace web al antedicho cuestionario.

Instrumentos

En este instrumento se recoge la adaptación al castellano del K-MPAI (Kenny et al., 2004) realizada por Zarza, Orejudo, Casanova y Mazas (2015) así como la adaptación al castellano de la MPS de Frost et al. (1990) realizada por Carrasco et al. (2010). La versión en español del KMPAI de Zarza et al. (2015) consta de 24 ítems distribuidos en tres subescalas, indefensión (10 ítems), ansiedad escénica (11 ítems) y contextual (3 ítems) medidos con una escala Likert de 7 puntos y en la que mayores

puntuaciones indican mayores niveles de ansiedad. Por su parte, la escala total de perfeccionismo cuenta con 35 ítems medidos con una Likert de 5 puntos y divididos en 4 subescalas, miedo a errores (11 ítems), influencias paternas (9 ítems), expectativas de logro (9 ítems) y organización (6 ítems) en donde el sumatorio de las subescalas dan cuenta de la medida general de perfeccionismo (Carrasco et al., 2010).

Además de los dos cuestionarios anteriores, también se incluyeron dos preguntas de carácter sociodemográfico, una pregunta para saber el sexo de los estudiantes y otra para la edad (edad media=22.71; DT=4.22), además de otra pregunta para saber el tipo de instrumento que estudiaban.

Análisis de datos

Los datos se han tratado con técnicas cuantitativas y tanto el anonimato de los respondedores como la participación voluntaria en el estudio estuvieron garantizados en todo momento. Los programas estadísticos empleados para el tratamiento de los datos han sido el SPSS versión 15.0.

Resultados

Un primer análisis del factor de ansiedad escénica muestra cómo la puntuación media de la misma (M=40.90; DT=12.03) se encuentra por encima de la media aritmética del cuestionario (38.5) con una significación ($p=.065$) que puede estar indicándonos la presencia leve de un nivel de ansiedad por encima de lo deseado. Mediante un estudio correlacional observamos cómo las calificaciones están directa y significativamente relacionadas con el perfeccionismo ($r=.260$; $p=.014$) mientras que no lo están con ninguno de los componentes de la ansiedad escénica. Por otra parte, encontramos que la ansiedad escénica está relacionada significativamente con la indefensión ($r=.529$; $p=.000$) y con el perfeccionismo ($r=.370$; $p=.000$) de manera directamente proporcional. En este sentido, encontramos que el perfeccionismo es el constructo que presenta relaciones directamente proporcionales con el factor específico de ansiedad escénica, así como con el factor de indefensión ($r=.384$; $p=.000$). En cuanto al factor encargado de evaluar el contexto temprano y las primeras relaciones vemos que no presenta relación significativa con las notas, ni con ninguno de los otros dos factores que componen el KMPAI.

Tabla 1. Correlaciones entre calificaciones, factores de ansiedad y perfeccionismo				
	A.E.	Indefensión	Contexto	Perfeccionismo
Nota	-.057	-.061	-.125	.262(*)
Ansiedad escénica		.529(**)	.060	.370(**)
Indefensión			.140	.384(**)
Contexto				.056

* La correlación es significativa al nivel 0.05 (bilateral).
 ** La correlación es significativa al nivel 0.01 (bilateral).

A partir de estos resultados efectuamos una aproximación con técnicas de regresión por pasos hacia adelante. Vemos que en un modelo en el que se toma al factor específico de ansiedad como variable dependiente del perfeccionismo y de los factores de indefensión y contextuales, llegamos a un segundo modelo significativo ($F=19.116$; $p=.000$; DW=1.774) en donde se explica en torno al 29.6% de la varianza del factor específico de ansiedad. Así, tanto el perfeccionismo ($\beta=.195$; $t=1.993$; $p=.050$) como el factor de indefensión ($\beta=.454$; $t=4.639$; $p=.000$) presentan capacidad explicativa significativa de la ansiedad escénica mientras que el factor contextual no presenta potencia explicativa significativa ($\beta=-.014$; $t=-.156$; $p=.876$).

V.I.	F	Sig.	β	t	Sig.
Perfeccionismo	19.116	.000	.195	1.993	.050
Indefensión			.454	4.639	.000

También observamos que en lo que concierne a una posible explicación de los resultados en términos de calificaciones, en el instrumento principal únicamente el perfeccionismo ($\beta=.262$; $t=2.500$; $p=.014$) arroja un modelo explicativo significativo ($F=6.249$; $p=.014$; $DW=1.735$) al nivel $p<.05$ en el que se explica en torno al 5.8% de la varianza de las calificaciones. Vemos cómo ni la ansiedad escénica ($\beta=-.178$; $t=-1.591$; $p=.115$) ni el contexto inicial ($\beta=-.140$; $t=-1.344$; $p=.182$), y únicamente relajando el parámetro de significación hasta niveles de $p<.1$ como sugieren en estos casos autores como Van Dyck, Cardon, Deforche y Bourdeaudhuij (2010), encontramos que la indefensión podría presentar aportación significativa ($\beta=-.189$; $t=-1.685$; $p=.096$) e inversamente proporcional a las calificaciones.

V.I.	F	Sig.	β	t	Sig.
Perfeccionismo	6.249	.004	.262	2.500	.014
Indefensión			-.189	-1.685	.096

Discusión y contribuciones

Este trabajo desarrolla una temática poco estudiada en la población de estudiantes de música españoles. Aporta resultados relevantes que ponen de manifiesto la importancia de las prácticas pedagógicas encaminadas a la reducción de los niveles de ansiedad, así como al estudio del papel del perfeccionismo en la práctica tanto docente como interpretativa. En este sentido, estos resultados se suman a los obtenidos por Patston y Osborne (2015) para quienes también la ansiedad escénica estaba relacionada con el perfeccionismo de manera directa. Así, puede que los estilos de enseñanza, tal y como apunta Patston (2014) puedan estar detrás de esta asociación y de la presencia de conductas y cogniciones maladaptativas. Hemos podido comprobar, así como también lo hacen Arana et al. (2013), que las personas con mayores índices de perfeccionismo correlacionan directa y proporcionalmente con calificaciones más altas.

En cuanto a las calificaciones, en España suele emplearse en las enseñanzas musicales superiores una ponderación en la que la asistencia a clase y la evolución del alumno medida en la evaluación continua teniendo mucho peso. Debemos destacar también la influencia significativa del estado de indefensión como una característica general que vemos cómo a su vez influye en las calificaciones de manera inversamente proporcional a éstas, al igual que ocurre en otras investigaciones como Ávila-Toscano, Pacheco, González y Polo (2011). Son por lo tanto los constructos definidos como más estables a lo largo del tiempo o rasgo (Indefensión y Perfeccionismo) frente al constructo más específico relacionado con la ansiedad estado (Ansiedad Escénica) los que han presentado peso significativo en las calificaciones finales de los estudiantes.

Debemos señalar que estos resultados deben ser tomados con ciertas precauciones ante una posible extrapolación a la población de estudiantes del Título Superior de Música en España, debido fundamentalmente a la escasez de la muestra. Sin embargo, podemos pensar que el número de encuestados (87) es suficientemente alto dentro del Conservatorio Superior de Música de Alicante como para poder reconocer la muestra representativa del centro. Podemos considerar así que estos datos ponen de manifiesto la presencia de niveles de ansiedad escénica moderados y la necesidad

de mayor estudio para implementar prácticas pedagógicas novedosas en el centro. Estas propuestas redundarán en una mejor formación y salud emocional de los estudiantes. Las mejoras en la enseñanza y aprendizaje terminarán propiciando mejores y más sólidas carreras interpretativas entre los futuros profesionales de la interpretación musical.

Referencias

- Aguilar de Tena, P., Mudarra Fernández, R., Perelló Alberola, S. y Rojas González, C. (2013). Ansiedad y motivación de logro en estudiantes universitarios: un estudio correlacional. *Reidocrea*, 2, 11-16.
- Arana, F.G., Galarregui, M.S., Miracco, M.C., Partarrieu, A.I., De Rosa, L., Lago, A.E., Traiber, L.I., Nusshold, P.T., Rutzstein, G. y Keegan, E.G. (2014). Perfeccionismo y desempeño académico en estudiantes universitarios de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires. *Acta Colombiana de Psicología*, 17(1), 71-77.
- Ávila-Toscano, J.H., Pacheco, S.L.H., González, D.P. y Polo, A.C. (2011). Relación entre la ansiedad ante los exámenes, tipos de pruebas y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Psicogente*, 14(26), 255-268.
- Barlow, D. (2000). Unraveling the mysteries of anxiety and its disorders from the perspective of emotion theory. *American Psychologist*, 55, 1247-1263.
- Carrasco, A., Belloch, A. y Perpiña, C. (2010). La evaluación del perfeccionismo: utilidad de la Escala Multidimensional de Perfeccionismo en población española. *Análisis y Modificación de Conducta*, 36(153), 49-65.
- Flett, G.L., Hewitt, P.L., Oliver, J.M. y MacDonald, S. (2002). Perfectionism in children and their parents: A developmental analysis. En Flett, G.L. y Hewitt, P.L. (Eds.), *Perfectionism: Theory, research, and treatment* (pp. 89-132). Washington, DC: APA.
- Frost, R.O., Marten, P., Lahart, C. y Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14(5), 449-468.
- Herrera, L. y Manjón, G. J. (2013). Ansiedad escénica musical en estudiantes de flauta travesera. *Eufonía. Didáctica de la música*, 57, 43-55.
- Kenny, D.T., Davis, P. y Oates, J. (2004). Music performance anxiety and occupational stress amongst opera chorus artists and their relationship with state and trait anxiety and perfectionism. *Journal of Anxiety Disorders*, 18, 757-777.
- Orejudo Hernández, S., Nuño Pérez, J., Fernández Turrado, T., Ramos Gascón, M^a.T., Herrero Nivelá, M^a.L. (2006). Participación del alumnado universitario en el aula. Una investigación sobre el temor a hablar en público en grandes grupos. *Revista de psicología general y aplicada*, 59, 257-276.
- Patston, T. (2014). Teaching stage fright? – Implications for music educators. *British Journal of Music Education*, 31, 85-98.
- Patston, T. y Osborne, M.S. (2015). The developmental features of music performance anxiety and perfectionism in school age music students. *Performance Enhancement & Health*. DOI: 0.1016/j.peh.2015.09.003
- Purdon, C., Antony, M.M. y Swinson, R.P. (1999). Psychometric properties of the Frost Multidimensional Perfectionism Scale in a clinical anxiety disorders sample. *Journal of Clinical Psychology*, 55, 1271-1286.
- Stairs, A. (2009). *Examining the construct of perfectionism: A factor-analytic study*. Tesis doctoral sin publicar. Kentucky: University of Kentucky.
- Tamborino, R. A. (2001). An examination of performance anxiety associated solo performance of college level music majors. *Dissertation Abstracts International Section A: Humanities and Social Sciences*, 62, (5-A).
- Van Dyck, D., Cardon, G., Deforche, B. y De Bourdeaudhuij, I. (2010). Urban–Rural Differences in physical activity in Belgian adults and the importance of psychosocial factors. *Journal of Urban Health: Bulletin of the New York Academy of Medicine*, 88(1), 154-167.
- Zarza Alzugaray, F.J., Orejudo Hernández, S., Casanova López, O., & Mazas Gil, B. (2015). Kenny Music Performance Anxiety Inventory: Confirmatory Factor Analysis of the Spanish versión. *Psychology of Music*, 43(1), 1-13.