

REVISTA BOLETÍN REDIFE: 14 (7) JULIO 2025 ISSN 2256-1536

RECIBIDO EL 26 DE FEBRERO DE 2025 - ACEPTADO EL 28 DE MAYO DE 2025

LA ANSIEDAD LINGÜÍSTICA EN LOS ESTUDIANTES DE LENGUAS EXTRANJERAS EN LA UNIVERSIDAD DEL ATLÁNTICO

LANGUAGE ANXIETY IN FOREIGN LANGUAGE STUDENTS AT THE UNIVERSITY OF THE ATLANTIC

Numas Armando Gil Olivera¹

Elpidia Maria Hernandez Maldonado²

Derly Cervantes Cerra³

Universidad del Atlántico

1. Resumen

El propósito de este artículo fue identificar los niveles y factores asociados con la ansiedad lingüística de los estudiantes de lengua extranjera en la Universidad del Atlántico. Se utilizó un enfoque cuantitativo, transversal y descriptivo. Los datos se recopilieron a través de una encuesta tipo Likert administrada a una muestra de 66 estudiantes sobre sus experiencias emocionales, comportamientos de evitación, estrategias de afrontamiento y percepciones de la enseñanza. Los resultados

indican que una gran mayoría de los estudiantes sufren de ansiedad al hablar en clase y durante los contextos de evaluación oral, siendo las razones más comunes el miedo a cometer errores y la preocupación por ser juzgados por sus compañeros. Además, hubo una tendencia significativa a evitar hablar en clase; aunque muchos estudiantes experimentan esta ansiedad, han intentado utilizar estrategias personales de afrontamiento. La gran mayoría expresó el deseo de recibir ayuda del maestro utilizando técnicas y metodologías activas que pudieran crear un ambiente de aprendizaje más protector. Estos hallazgos enfatizan la necesidad de reconocer la ansiedad lingüística como uno de los problemas más importantes

¹ ngilolivera@mail.uniatlantico.edu.co

Orcid: 0000-0002-8991-4348

² elpidiahernandes@mail.uniatlantico.edu.co

Orcid: 0000-0003-4410-6029

³ derly_cervantes@hotmail.com

Orcid: 0000-0001-5386-2497

en el aprendizaje de lenguas extranjeras a nivel universitario.

Palabras claves: Ansiedad lingüística, lenguas extranjeras.

2. Abstract

The purpose of this article was to identify the levels and factors associated with linguistic anxiety of foreign language students at the Universidad del Atlántico. A quantitative, cross-sectional, descriptive approach was used. Data were collected through a Likert-type survey administered to a sample of 66 students about their emotional experiences, avoidance behaviors, coping strategies, and perceptions of teaching. The results indicate that a large majority of students suffer from anxiety when speaking in class and during oral assessment contexts, with the most common reasons being fear of making mistakes and concern about being judged by their peers. In addition, there was a significant tendency to avoid speaking in class; although many students experience this anxiety, they have tried to use personal coping strategies. The vast majority expressed a desire to receive help from the teacher using active techniques and methodologies that could create a more protective learning environment. These findings emphasize the need to recognize language anxiety as one of the most important problems in foreign language learning at the university level.

Keywords: Linguistic anxiety, foreign languages.

3. Introducción

El aprendizaje de un idioma extranjero se considera una competencia transversal y estratégica que es necesario adquirir en la educación superior, especialmente por su relación con la movilidad académica, la internacionalización del currículo y la empleabilidad profesional. En la Universidad del

Atlántico, el mejoramiento de las habilidades de comunicación en inglés y francés es un tema fundamental en la formación de sus estudiantes. Sin embargo, un número considerable de estudiantes enfrenta barreras emocionales que obstaculizan su rendimiento y progreso en tales programas, siendo una de las más prevalentes la ansiedad al hablar.

La ansiedad lingüística es un tipo de ansiedad situacional que sufren los estudiantes al aprender y utilizar una lengua extranjera. Ella se refleja en sentimientos de tensión, miedo, inseguridad y evasión que son predominantes durante la producción oral, las evaluaciones o la interacción espontánea en la lengua extranjera. Recientes estudios en Colombia, como el de Martínez et al. (2024), muestran que algunas variables como el sexo, la localidad de origen (urbana o rural) y el tipo de institución, parecen tener un efecto en la magnitud de ansiedad que sufren los estudiantes. A través de la escala Foreign Language Classroom Anxiety Scale (FLCAS), estos autores comprobaron la existencia de altos niveles de ansiedad en los estudiantes universitarios de Pasto, particularmente en contextos donde se privilegia corrección gramatical y el enfoque tradicional.

De la misma manera, se ha visto que esta ansiedad no es provocada solamente por motivos externos, tales como las metodologías o el clima del aula, sino que también por motivos internos como la imagen que tiene el estudiante de sí mismo, su nivel de motivación y la imagen social que existe sobre el uso del idioma. Un nuevo estudio Ölmez y Genç (2025) mostró que el “yo deóntico” (la obligación de hablar bien la lengua extranjera) está relacionado con altos niveles de ansiedad y que poseer una imagen positiva en la L2 se asocia con una disminución significativa de ansiedad. Esto significa que el aprendizaje de una lengua extranjera no es solamente una actividad de carácter cognitivo,

se relaciona con lo emocional en un nivel muy profundo.

Las repercusiones de la ansiedad lingüística son, quizá, las más graves y largas. Algunas tan notables resultan la no participación oral, la falta de autoestima académica, el poco dominio de la lengua en pruebas, y en algunos casos, la interrupción del proceso formativo. En un artículo de Olaya y Ahumada (2023), proponen que la ansiedad ocasionada por el hablar en inglés se presenta como un obstáculo en el cual los estudiantes son incapaces de utilizar los conocimientos que tienen, por ende, la fluidez y la interacción verbal se ven afectadas. Tal fenómeno emocional obstaculiza el desarrollo adecuado de los niveles necesarios de comunicación y, por ende, el éxito educativo.

Sin embargo, hay estrategias pedagógicas que han demostrado ser efectivas para aliviar dicha ansiedad. En el estudio de Neira et al. (2023) se encontró que el uso del juego de roles como técnica de enseñanza reduce los niveles de ansiedad de los estudiantes de francés porque facilita la participación de los aprendices en un ambiente relajado centrado en el aprendizaje significativo. Por lo tanto, si se fomenta el uso espontáneo de la segunda lengua de los estudiantes a través de metodologías activas, lo que reduce el miedo a cometer errores y aumenta la autoconfianza de los estudiantes.

Finalmente, abordar la ansiedad lingüística en los programas de lengua extranjera de la Universidad del Atlántico es, sin duda, un asunto de urgente necesidad para mejorar la calidad educativa y garantizar entornos de aprendizaje emocionalmente seguros. Reconocer los factores que provocan ansiedad y emplear estrategias de enseñanza que promuevan la participación activa y la seguridad emocional no solo incrementará el logro académico, sino que también mejorará el bienestar y la autonomía de los estudiantes en el contexto. De ahí que se presenta el presente artículo con el objetivo de

identificar los factores asociados a la ansiedad lingüística en estudiantes de lenguas extranjeras de la Universidad del Atlántico, a partir de una encuesta diagnóstica aplicada en el primer semestre académico del 2025.

4. Estado del arte

En el estudio de García-Castro y Bernaus (2021), realizado en la Universidad Autónoma de Barcelona, los autores estudian los efectos de las emociones, como la ansiedad, en el aprendizaje del inglés como lengua extranjera. El objetivo era evaluar el efecto de las emociones positivas y negativas en la motivación y el rendimiento académico. La investigación siguió un diseño cuantitativo al administrar cuestionarios a 185 estudiantes universitarios. La conclusión más importante fue que se encontró que altos niveles de ansiedad estaban negativamente correlacionados con la motivación y la autoeficacia, demostrando que crear entornos emocionales positivos mejora significativamente el rendimiento en lenguas extranjeras.

La investigación realizada por Doğan y Tuncer (2020), en la Universidad de Erzurum, Turquía, se centró en la relación entre la ansiedad oral y las técnicas de comunicación en los aprendices de inglés como lengua extranjera. El objetivo principal era evaluar en qué medida la ansiedad impacta las estrategias empleadas por los aprendices al participar en actividades de conversación en inglés. Se utilizó un enfoque de métodos mixtos (cuestionarios y entrevistas) y se encontró que los aprendices con altos niveles de ansiedad tienden a evitar hablar, lo que impacta negativamente en su desarrollo comunicativo. Los autores sugieren el uso de técnicas pedagógicas más relajadas para superar esta barrera emocional.

Martínez-Patiño et al. (2024), en un estudio realizado en algunas universidades de Pasto, estudiaron la ansiedad lingüística entre los

aprendices de inglés como lengua extranjera. El objetivo era establecer los niveles de ansiedad de los estudiantes en relación con variables como el sexo, tipo de institución y región de origen. Este fue un estudio cuantitativo donde se aplicó la escala FLCAS a una muestra de 246 estudiantes. Se concluyó que mayores niveles de ansiedad son expresados por mujeres, estudiantes rurales y aquellos que asisten a instituciones públicas, destacando la necesidad de estrategias diferenciadas específicas para el contexto.

El estudio realizado por López et al., (2022) en la Universidad Tecnológica de Pereira tuvo como objetivo determinar las emociones que tienen un impacto en el proceso de aprendizaje del inglés en estudiantes de primer semestre de pregrado. Para el objetivo de este estudio, se utilizó un enfoque cualitativo que comprendió entrevistas semiestructuradas. Se descubrió que la ansiedad está muy asociada a la presentación oral y la evaluación. Los autores concluyen que el miedo a ser evaluado por el docente y los compañeros impide la participación, por lo que sugieren incorporar estrategias que fomenten la comunicación espontánea mientras minimizan la presión evaluativa.

En un artículo publicado en Educación y Humanismo, Gutiérrez-Rodríguez y Castaño-Pérez (2023) estudiaron el efecto de la ansiedad lingüística con estudiantes del programa de 'Lenguas Modernas' en la Universidad del Atlántico. La investigación fue mixta e implicó la administración de cuestionarios y la realización de grupos de enfoque con 60 estudiantes. El propósito era investigar el impacto de la ansiedad en la producción oral de los estudiantes. Como resultado, se encontró que las expectativas autoimpuestas junto con el miedo a cometer errores eran factores contribuyentes que incrementaban la ansiedad y conducían a bajos niveles de participación activa en clase.

Los autores recomiendan metodologías más cooperativas para ayudar a resolver el problema.

Finalmente, en el estudio realizado por Mejía y Torres (2021), la Universidad Simón Bolívar buscó entender cómo las percepciones de ansiedad en el aula afectan el rendimiento docente entre estudiantes de pregrado que cursan una carrera en inglés. Los investigadores analizaron varias entrevistas realizadas con estudiantes de segundo y tercer año a través de un enfoque cualitativo. Los hallazgos indicaron que los niveles de estrés eran más altos debido a la falta de apoyo en la comprensión por parte del docente al enseñar exclusivamente en inglés. La conclusión subraya que un enfoque integrado con adecuadas calidez e inclusión puede proporcionar un alivio significativo a la ansiedad sentida.

5. Marco teórico

5.1. La enseñanza y el aprendizaje de lenguas extranjeras en la educación superior

En el marco de la educación superior, la enseñanza de idiomas extranjeros se ha vuelto aún más importante en el contexto de la internacionalización y la formación integral. Como indican Rodríguez et al., (2023), el trabajo docente en los programas universitarios de idiomas extranjeros debe enfrentar nuevos problemas como el de actualizar la metodología a los contextos de diversidad intercultural y multicultural. Su estudio muestra que las prácticas pedagógicas necesitan tener enfoques innovadores centrados en el estudiante para garantizar procesos de aprendizaje más significativos y funcionales para el uso real del idioma.

Las metodologías activas han sido efectivas en la enseñanza de idiomas extranjeros en la educación superior porque ayudan a aumentar la interacción de los estudiantes con la materia. Uno de los estudios realizados por

Portilla (2023) sostiene que otras estrategias como el aprendizaje basado en tareas, el trabajo colaborativo y los juegos de rol ayudan a los aprendices a desarrollar habilidades comunicativas más reales y útiles. Además, estos enfoques ayudan a mejorar la motivación y la autoestima porque son menos formales y más inclusivos.

Agregando a lo anterior, el crecimiento de la educación en línea ha modificado los métodos de enseñanza-aprendizaje de idiomas en las universidades. Según Niño Rojas y Arévalo (2021), la realidad postpandemia requirió el desplazamiento hacia pedagogías virtuales que implican un alto grado de responsabilidad del estudiante. Los autores argumentan que esta realidad ha fomentado la creación de estrategias metacognitivas y el uso intensivo de recursos tecnológicos, que, para la enseñanza de idiomas extranjeros, es una oportunidad y un desafío.

Por último, la autonomía y el uso de estrategias de aprendizaje se convierten en los conceptos clave del dominio de idiomas en el contexto universitario. Estudios como el de Vázquez y Castañeda (2023) resaltan el impacto positivo del uso de técnicas de autoevaluación, tiempo y planificación del aprendizaje en la asimilación de la lengua extranjera, sobre todo el inglés. Con el uso de estas estrategias, los estudiantes son empoderados en su propio proceso de formación y logran desarrollar una competencia comunicativa efectiva y sostenible.

5.2. **Ansiedad Lingüística: Definición, Dimensiones Y Factores Generadores**

La ansiedad lingüística es un tipo de ansiedad situacional que puede presentarse en estudiantes al aprender y hacer uso de una lengua extranjera. Emocionalmente, se expresa en forma de reacciones negativas, tales como nerviosismo, falta de seguridad y miedo a recibir una valoración desfavorable, esa ansiedad

puede aparecer dentro del aula o en situaciones de comunicación espontánea, generalmente obstaculizando la expresión oral y escrita del estudiante. De acuerdo con Martínez-Patiño et al. (2024), el fenómeno de ansiedad lingüística era una realidad que perjudicaba el desempeño y la asistencia activa en las clases de inglés. También, el contexto institucional y sociocultural del colombiano le da otro matiz a la forma en que el estudiante experimenta esta ansiedad.

Conceptualmente, Horwitz et al., (1986) fueron los primeros en describir los tres aspectos primarios de la ansiedad en lenguas extranjeras: la aprehensión en la comunicación, el miedo a la evaluación negativa y la ansiedad asociada con las pruebas. Estas categorías siguen siendo válidas y han sido retomadas en estudios más recientes, como el de Díaz y Zamora (2024), quienes estudiaron la ansiedad en aprendices multilingües de español como lengua extranjera, verificando que estas dimensiones efectivamente influyen en la fluidez, pronunciación y capacidad de discurso espontáneo de los aprendices. Tal ansiedad puede existir incluso entre aprendientes con niveles más altos de competencia debido a expectativas poco realistas o al perfeccionismo lingüístico.

La ansiedad lingüística puede estar causada tanto por factores personales como por aquellos del entorno, dentro de los factores internos, la autoeficacia académica es la que ha sido más investigada. Para Pérez y Gutiérrez (2024) los estudiantes que poseen mayor autoeficacia parecen presentar menor ansiedad al aprender el inglés. En este estudio se encontró una correlación inversa significativa entre la percepción de capacidad personal para realizar tareas académicas y los niveles de ansiedad. Por tanto, los alumnos que consideran tener un mejor nivel de conocimientos tienden a participar más y a tener una mejor actitud hacia aprender la lengua.

La motivación, la proyección del yo en su lengua materna (yo L2) y el contexto sociocultural son también determinantes. En este sentido Ölmez y Genç (2025) hallaron que el yo deóntico (es decir, las obligaciones voluntarias que una persona se impone al tener que usar una lengua extranjera) está notablemente vinculado con niveles altos de ansiedad. En contraste, quienes tienen una imagen positiva de sí mismos como hablantes potenciales del idioma tienden a mostrar bajos niveles de ansiedad. Estos resultados indican que fomentar una autoimagen positiva en la lengua extranjera se convierte en una herramienta fundamental para minimizar el efecto emocional adverso del proceso de aprendizaje de idiomas.

En resumen, la ansiedad lingüística se define como un estado psicológico que, integrada a otras variables, influye negativamente en el aprendizaje de idiomas, sobre todo en el nivel universitario. El fenómeno es complejo en sí mismo y por ello es multicausal, abarcando desde el temor a la evaluación negativa hasta inseguridad comunicativa, es así, como en la ansiedad lingüística, existen variables internas como la autoeficacia y autoimagen, así como externas que incluyen la metodología de enseñanza aprendida, la cultura y el tipo de sociedad en la que se vive, que determinan en gran medida los niveles de ansiedad de los alumnos.

6. Método

El enfoque de la investigación fue cuantitativo porque pretendía reunir y analizar cifras con el objetivo de detectar tendencias asociadas a los niveles de ansiedad lingüística que presentan los estudiantes de lengua extranjera en la Universidad del Atlántico. Se empleó un diseño de tipo transversal porque la información se reunió en un solo instante a lo largo del primer semestre; ya que este diseño metodológico permitió recolectar datos en un único momento

temporal, facilitando la descripción de las características y la prevalencia del fenómeno en la población estudiada (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2020). En este caso el grado de la investigación era de tipo descriptivo porque buscaba describir la incidencia de la ansiedad que presentan los estudiantes en varias interacciones comunicativas dentro del aula de lengua extranjera. Para la recolección de datos se construyó y se administró una encuesta a 66 estudiantes con escala tipo Likert de diez ítems que ayudó a organizar las respuestas respecto a las opiniones, sentimientos y acciones que giran en torno a este tema, además de 2 ítems adicionales, relacionados con el idioma que estudian y el nivel en el que se ubican (ver anexo A).

7. Resultados

Los resultados cuantitativos de la encuesta muestran una marcada presencia de ansiedad en diversas situaciones comunicativas en un idioma extranjero (ver anexo B). A continuación, se esbozan las principales tendencias encontradas en las respuestas, diferenciando entre alta, media y baja frecuencia en cada aspecto evaluado. La gran mayoría de los estudiantes informó que sufren algún tipo de ansiedad cuando se les requiere hablar en un idioma extranjero durante las lecciones. Más de la mitad de ellos (aproximadamente el 58%) afirmó que “a veces” sienten ansiedad en estas circunstancias, mientras que casi un tercio (32%) dijo que “a menudo” se siente así. Solo una muy pequeña minoría (alrededor del 10%) afirmó que “nunca” se siente ansiosa por hablar en clase.

En esta misma línea, con la ansiedad reportada, muchos estudiantes admiten que activamente evitan participar en una discusión de clase debido al riesgo de cometer errores en el idioma extranjero. Más de cuatro de cada cinco estudiantes (aproximadamente el 83% del

total) admiten que, a veces o frecuentemente, no participan activamente debido a su miedo a cometer errores. En detalle, aproximadamente el 52% evita la participación “a veces” mientras que el 32% lo hace “frecuentemente”. Solo el 17% de los encuestados afirmó que “nunca” evita la participación en estos términos.

De manera similar a otras formas de evaluación oral, hablar en público y los exámenes orales se encuentran entre los tipos de evaluación formal que producen los más altos grados de ansiedad e inseguridad. Al enfrentarse a eventos de hablar en público o de presentación en un idioma extranjero, aproximadamente la mitad de los encuestados (50%) dijo que se siente inseguro “frecuentemente”, y un adicional del 41% solo se siente así “algunas veces”. Esto sugiere que casi el 90% de los estudiantes tiene al menos algún grado de inseguridad al hablar en público en el idioma objetivo, mientras que aquellos que se sienten completamente seguros al hablar son una muy pequeña minoría (aproximadamente el nueve por ciento afirma nunca sentirse inseguro). Así, en el contexto de los exámenes orales, el nivel promedio de ansiedad es muy alto: aproximadamente el 38% de los estudiantes afirma que, con frecuencia, simplemente se paraliza de pánico y es incapaz de formular una respuesta razonable a la pregunta hecha en un idioma extranjero, mientras que la mitad (50%) experimenta esto de vez en cuando. Solo alrededor del 12% de los estudiantes nunca siente la tendencia a “paralizarse” durante los exámenes orales.

Otro factor que se investigó fue la ansiedad de tipo social, en este caso, la preocupación por las posibles respuestas o evaluaciones de los compañeros al hablar en un idioma extranjero. Los resultados indican una división más marcada en la experiencia de los estudiantes, aunque un número considerable parece preocuparse por esto, no todos lo perciben de la misma manera. El 44% por ciento de los

encuestados admitió que “a veces” se preocupa por cómo responderán sus compañeros a la forma en que habla. Un 23% adicional de los encuestados ‘frecuentemente’ comparte esta preocupación. Esto implica ciertamente que alrededor de dos tercios de los estudiantes sí sienten alguna ansiedad social al tener que hablar en un idioma diferente. Sin embargo, uno de cada tres estudiantes (33%) se destaca porque “nunca” se preocupa por las reacciones de sus compañeros.

La encuesta buscó saber si los estudiantes piensan que su ansiedad interfiere con la forma en que aprenden un idioma extranjero, es así, como los hallazgos sugieren que para muchos estudiantes, la ansiedad va más allá del momento de hablar y es más peramentemente en el proceso de aprendizaje. Un 41% de los encuestados siente frecuentemente que su nerviosismo afecta negativamente la manera en que aprende o practica el idioma. Además, un 36% adicional lo percibe en algunas ocasiones, lo que da un total de 77% de estudiantes que reconocen algún grado de interferencia de la ansiedad en su proceso de aprendizaje. En contraste, alrededor del 23% no comparte esta percepción e indica que la ansiedad no tiene ningún efecto en cómo aprenden.

Fuera del entorno inmediato del aula, se examinó si los estudiantes intentan evitar conscientemente cualquier situación que los obligue a hablar en un idioma extranjero. Los resultados indican que una proporción significativa de estudiantes restringe sus interacciones en el idioma objetivo debido a la incomodidad o el miedo, pero también hay muchos dispuestos a lidiar con esas situaciones. En particular, alrededor de dos tercios de los encuestados, aproximadamente el 65%, afirman que evitan usar el idioma extranjero a veces o a menudo en una variedad de situaciones (por ejemplo, tener conversaciones con hablantes nativos, participar en la escuela, etc.). De este

grupo, el 18% admitió que intenta evitar estas situaciones siempre que puede (respuesta “sí, frecuentemente”), mientras que el restante 47% lo hace “a veces”, evitando oportunidades para hablar solo en ciertas ocasiones. En contraste, el 35% de los estudiantes “nunca” evita las situaciones comunicativas, lo que significa que no evitan las situaciones que requieren que usen el idioma extranjero.

Dado el alto nivel de ansiedad reportado, es importante ver cómo los estudiantes manejan esas sensaciones, es por ello que en la encuesta se incluyó si utilizan recursos personales, como respiración profunda, relajación previa o inhibición emocional, para tratar de manejar la ansiedad. La mayoría de los entrevistados parece que sí hace uso de alguna estrategia de afrontamiento de la ansiedad, aunque hay variabilidad en la frecuencia con que la utilizan. Un 41% de los estudiantes declaró que generalmente (con frecuencia) intenta tranquilizarse o relajarse antes de hablar. Se suma además un 29% que lo hace de manera esporádica, lo que resulta cerca de un 70% de estudiantes que, en mayor o menor grado, se han tratado de regular la ansiedad. Sin embargo, un 30% contestó “no, nunca”, es decir que nunca ha hecho uso de tales dispositivos para manejar sus nervios al hablar en otro idioma.

En esta línea de ideas, los estudiantes expresaron un punto de vista muy contundente sobre el papel que esperan que sus profesores desempeñen en la reducción de la ansiedad lingüística. Hay un acuerdo muy fuerte en que los profesores podrían y deberían utilizar más estrategias de control de ansiedad en su enseñanza en el aula. Casi ocho de cada diez encuestados, un 85%, apoyaron esta creencia optando por la respuesta que equivale a “sí, definitivamente deberían hacerlo a menudo.” El porcentaje restante también se inclinó mayoritariamente en la afirmativa: un 14 por ciento respondió “a veces” (lo que indica al

menos cierto grado de necesidad de intervención por parte del profesor), y solo un estudiante de todo el grupo encuestado, aproximadamente un 1 - 2 por ciento, opinó “no, nunca” que haya necesidad de que un profesor intente reducir la ansiedad. Prácticamente todos los estudiantes consideran positiva la propuesta de que sus profesores intervengan para reducir su ansiedad en clase.

Como se mencionó anteriormente, la encuesta examinó si los estudiantes piensan que la ansiedad disminuiría con metodologías de enseñanza más activas y participativas. Nuevamente, la respuesta colectiva fue clara. Aproximadamente siete de cada diez estudiantes (70%) están completamente convencidos de que implementar métodos más activos en clase reduciría su ansiedad al hablar. Un 29% adicional piensa que probablemente lo hagan (respondieron “a veces”, lo que aquí significa alguna alineación con la idea). En total, casi el 99% de los encuestados considera que el enfoque metodológico es importante para sus niveles de comodidad: solo en un caso (1 persona, 1.5%) respondió “no” participó y tiene la creencia de que su ansiedad no se vería afectada por los métodos participativos, lo que demuestra defensivamente que casi no hay oposición a esta idea.

Para terminar, los resultados de la encuesta muestran que la ansiedad lingüística es uno de los problemas más frecuentes entre los estudiantes de idiomas de la Universidad del Atlántico, con una gran prevalencia en niveles del habla, sobre todo en evaluaciones. Los analistas de la encuesta informaron sentirse ansiosos cuando debían hablar en clase, presentaron problemas de intervención por temor a cometer errores, así como también bloqueos mentales en situaciones de realizar pruebas orales. Adicionalmente, aunque muchos han tratado de usar algunas estrategias personales para manejar la ansiedad, una gran parte carece de medios efectivos

para hacerlo. Se ha captado que el apoyo del profesor y el uso de metodologías activas podrían ser determinantes en la disminución de la ansiedad y en el aumento de la satisfacción con el aprendizaje. Estos resultados reflejan la necesidad de atender la incorporación de un enfoque pedagógico que contemple de forma crítica los aspectos emocionales en el proceso de aprendizaje de un idioma extranjero.

8. Discusión

Los hallazgos obtenidos confirman que los estudiantes de la Universidad del Atlántico muestran niveles notables del fenómeno conocido como ansiedad lingüística, predominantemente en contextos de habla en público. Esto está en línea con lo que encontraron Martínez-Patiño et al. (2024), lo que sugiere que una gran mayoría de los aprendices colombianos de inglés y francés como Lengua Extranjera exhiben niveles de ansiedad de moderados a altos, particularmente aquellos con un dominio intermedio y como confirmó esta muestra. La predominancia de estudiantes en ese nivel refuerza la hipótesis de que, en niveles más altos de demandas comunicativas, la autopercepción del desempeño se convierte en una variable relevante que genera ansiedad.

Con respecto a las dimensiones de la ansiedad lingüística, la mayoría de los participantes muestra que la aprehensión comunicativa, el miedo a la evaluación negativa y la ansiedad por prueba oral son rasgos comunes entre ellos. Esta distribución corresponde al esquema propuesto por Horwitz et al., (1986) y ha sido comprobada en investigaciones más recientes como la de Díaz y Zamora (2024), quienes encontraron que hasta los estudiantes multilingües presentan fenómenos de bloqueo emocional en el habla. La dificultad que tiene la gran parte de los estudiantes para hablar y expresarse durante los exámenes orales sugiere que el componente evaluativo es uno de los más poderosos

causantes de la ansiedad, incluso más que las espontaneidades comunicativas en el aula.

En relación a los factores que inducen ansiedad, la preocupación por el juicio de los compañeros junto con la inseguridad personal se destacan como razones importantes, aunque con marcadas diferencias individuales. Como mencionan Pérez y Gutiérrez (2024), la autoeficacia académica tiene una relación inversa con la ansiedad: cuanto menos competentes se consideran los individuos, más tienden a retirarse de la participación y a expresar tensiones en situaciones que requieren comunicación oral. Este estudio ilustró claramente ese patrón, retratando que altos niveles de ansiedad se posicionaron con niveles más altos de comportamientos evitativos con respecto a conversaciones en clase y extracurriculares.

Los estudiantes reconocen que los docentes deben gestionar las ansiedades de los estudiantes a través de técnicas de preparación o respiración profunda, sin embargo, un número significativo de ellos no utiliza ningún método de afrontamiento. Este hallazgo resalta la necesidad de una intervención pedagógica, con la cual los estudiantes están en gran medida de acuerdo, ya que el 90% de ellos piensa que los profesores deberían implementar medidas para aliviar la ansiedad. Esto refuerza lo que Portilla (2023) y Ölmez y Genç (2025) sugirieron, quienes enfatizan la necesidad de implementar metodologías participativas, lúdicas y afectivas en el aula de lenguas extranjeras para desarrollar entornos emocionalmente seguros. El apoyo del profesor, junto con una enseñanza activa, puede servir como regulador emocional y catalizador del aprendizaje.

En conclusión, la discusión de los hallazgos muestra un considerable grado de correspondencia con la literatura reciente: la ansiedad lingüística es una realidad multifacética que afecta el desempeño, la participación y la

autoestima de los estudiantes. Sin embargo, esta declaración coincide con la gran predisposición del alumnado a marcarse metas, siempre que haya una adecuada docencia y una metodología apropiada. Esto prueba, sin embargo, que hay fundamento para volver a considerar las enseñanzas dirigidas a los programas de idiomas en la universidad a la luz de lo que se tiene que comprender por el proceso de enseñar una lengua.

9. Conclusiones

Los resultados de este estudio mostraron que la ansiedad actúa como una de las barreras más significativas al aprender un nuevo idioma, particularmente para las expresiones orales. La mayoría de los estudiantes informaron sentirse nerviosos, inseguros y temerosos de cometer errores al intentar hablar en clase o durante un examen oral. Esta forma de ansiedad no solo dificulta su nivel de participación activa, sino también su confianza y bienestar general, lo que puede obstaculizar el avance de sus habilidades comunicativas y rendimiento académico.

También se observó que un número de estudiantes tiende a evitar encuentros comunicativos donde se requiere una interacción usando el idioma extranjero, tanto dentro como fuera del aula. Mientras que otros, en cierta medida, tienen métodos de autoayuda para lidiar con esta ansiedad, un número bastante grande se encuentra incapaz de hacer frente a ella. Al mismo tiempo, los estudiantes parecen tener una comprensión de lo que se supone que deben hacer los maestros: quieren que los docentes resuelvan este problema y fomenten entornos de aprendizaje más afectuosos, participativos y seguros.

Finalmente, en términos generales, estos hallazgos sugieren que el fenómeno de la ansiedad lingüística no es un asunto solitario, sino que es algo que necesita ser abordado desde el punto de vista educativo también.

Dentro de las clases de idiomas extranjeros, el cambio metodológico, un mayor apoyo por parte del docente, así como el uso de técnicas de enseñanza activas son pasos necesarios para reducir los niveles de ansiedad y promover experiencias de aprendizaje más efectivas, inclusivas y humanas.

10. Referencias Bibliográficas

- Díaz Rosas, M., & Zamora Cabrera, F. (2024). Ansiedad y producción oral en estudiantes multilingües de español como lengua extranjera. *Journal of Spanish Language Anxiety Studies*, 12(1), 25–42. <https://doi.org/10.1080/23247797.2024.2343461>
- Doğan, Y., & Tuncer, M. (2020). Speaking anxiety and communication strategies in EFL context. *International Journal of Educational Methodology*, 6(2), 363–373. <https://www.ijem.com/full-issue/6/2>
- García-Castro, M., & Bernaus, M. (2021). The role of emotions in foreign language learning: A study with university students. *International Journal of English Studies*, 21(1), 37–54. <https://doi.org/10.6018/ijes.453941>
- Gutiérrez-Rodríguez, M., & Castaño-Pérez, C. (2023). Ansiedad lingüística en el programa de Lenguas Modernas: un estudio mixto. *Educación y Humanismo*, 25(1), 102–118. <https://revistas.unisimon.edu.co/index.php/educacion/article/view/4567>
- Hernández-Sampieri, R., & Mendoza, C. (2020). *Metodología de la investigación* (5ª ed.). McGraw-Hill.
- Horwitz, E. K., Horwitz, M. B., & Cope, J. (1986). Foreign language classroom anxiety. *The Modern Language*

- Journal*, 70(2), 125–132. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4781.1986.tb05256.x>
- López, M., Calderón, J., & Salazar, L. (2022). Emociones y aprendizaje del inglés: un estudio con estudiantes universitarios. *Cuadernos de Lingüística Hispánica*, 40(1), 55–72. <https://revistas.ut.edu.co/index.php/cdh/article/view/1111>
- Martínez-Patiño, A. F., Izquierdo-Chañag, R. D., Martínez-Ortega, D. S., López-Rodríguez, E. C., & Peña-Figueroa, M. F. (2024). Ansiedad lingüística en el aprendizaje del inglés como lengua extranjera. *Informes Psicológicos*, 24(2), 149–162. <https://www.researchgate.net/publication/389871564>
- Mejía, A., & Torres, J. (2021). Percepciones estudiantiles sobre la ansiedad lingüística en el aula de inglés: un estudio cualitativo en la Universidad Simón Bolívar. *Revista Científica de la Facultad de Educación*, 19(2), 88–101. <https://revistas.unisimon.edu.co>
- Neira Gómez, M. A., Toro Cortez, A. S., & Pareja Salazar, S. (2023). *Juego de roles como estrategia de reducción de la ansiedad lingüística para fortalecer la producción oral de estudiantes en formación bilingüe universitaria*. Universidad del Quindío.
- Niño Rojas, J., & Arévalo, A. (2021). Cambios emergentes en los sistemas de enseñanza de idiomas en contexto de pandemia. *Sinergia Académica*, 6(2), 45–59. <https://sinergiaacademica.com/index.php/sa/article/view/41>
- Olaya Vargas, V. A., & Ahumada Méndez, L. S. (2023). Ansiedad en la producción oral del inglés como lengua extranjera; prácticas y estrategias para minimizar sus efectos en los estudiantes. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(3). https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i3.6451
- Ölmez, G. N., & Genç İltir, B. (2025). Predictores de la ansiedad al hablar un idioma extranjero en un contexto de ILE de nivel terciario. *Porta Linguarum*, (43), enero. <https://doi.org/10.30827/portalin.vi43.28720>
- Pérez Palacios, J. L., & Gutiérrez Soto, D. F. (2024). Autoeficacia académica y ansiedad lingüística ante el aprendizaje del inglés en estudiantes universitarios. *Revista de Psicología y Educación*, 19(1), 45–58. <https://www.researchgate.net/publication/381566273>
- Portilla, M. J. (2023). Metodologías activas para el aprendizaje de lenguas extranjeras en la universidad. *Porta Linguarum*, (40), 23–38. <https://revistaseug.ugr.es/index.php/portalin/article/view/30028>
- Rodríguez Jiménez, L. M., Morales Quiñonez, N., & Padilla Carvajal, L. M. (2023). Prácticas, creencias y condiciones de los docentes de lenguas extranjeras en la educación superior. *Estudios Lambda: Teoría y Práctica de la Didáctica*, 48(1), 1–18. <https://estudioslambda.unison.mx/index.php/estudioslambda/article/view/127>
- Vázquez, C., & Castañeda, D. (2023). Evaluación de estrategias de aprendizaje autónomo en estudiantes de inglés como lengua extranjera. *Revista Científica Internacional de Educación y Lenguas*, 7(1), 66–80. <https://revista.excedinter.com/index.php/rtest/article/view/51>

Anexo A. Encuesta

Encuesta: Ansiedad Lingüística en el Aprendizaje de Lenguas Extranjeras

Esta encuesta busca conocer la percepción de los estudiantes sobre la ansiedad lingüística en el aprendizaje de lenguas extranjeras en la Universidad del Atlántico. Tus respuestas serán anónimas y utilizadas con fines académicos.

Información general

¿Qué lengua extranjera estás aprendiendo?

Inglés

Francés

Otro

¿Cuál de las siguientes opciones describe mejor su nivel educativo actual?

Básico

Intermedio

Avanzado

Sección 1: Percepción de la Ansiedad Lingüística

¿Experimenta ansiedad cuando tiene que hablar el idioma extranjero en clase?

Sí, con frecuencia

A veces

No, nunca

¿Evita participar activamente en clase porque tiene miedo de cometer errores al hablar en un idioma extranjero?

Sí, con frecuencia

A veces

No, nunca

¿Se siente inseguro durante un evento de oratoria cuando tiene que dar su discurso en un idioma extranjero?

Sí, con frecuencia

A veces

No, nunca

¿Experimenta ansiedad cuando tiene que responder en el idioma extranjero durante una prueba oral y siente que su cerebro está congelado?

Sí, con frecuencia

A veces

No, nunca

¿Te preocupa la reacción de tus compañeros cuando hablas en la lengua extranjera?

Sí, con frecuencia

A veces

No, nunca

¿Sientes que tu ansiedad influye en la manera en que aprendes el idioma?

Sí, con frecuencia

A veces

No, nunca

Sección 2: Estrategias y Soluciones

¿Intentas conscientemente evitar situaciones en las que tienes que hablar en un idioma extranjero?

Sí, con frecuencia

A veces

No, nunca

¿Has utilizado estrategias como respiración profunda o preparación preventiva para manejar la ansiedad?

Sí, con frecuencia

A veces

No, nunca

¿Crees que los maestros deberían emplear más técnicas sobre cómo controlar la ansiedad de los estudiantes en clase?

Sí, con frecuencia

A veces

No, nunca

¿Crees que la ansiedad disminuiría si se utilizaran métodos más activos y participativos en la enseñanza del idioma?

Sí, con frecuencia

A veces

No, nunca **Anexo B. Tabla de análisis de los datos**

	¿Qué lengua extranjera estás aprendiendo?	¿Cuál de las siguientes opciones describe mejor su nivel educativo actual?	¿Experimenta ansiedad cuando tiene que hablar el idioma extranjero en clase?	¿Evita participar activamente en clase porque tiene miedo de cometer errores al hablar en un idioma extranjero?	¿Se siente inseguro durante un evento de oratoria cuando tiene que dar su discurso en un idioma extranjero?	¿Experimenta ansiedad cuando tiene que responder en el idioma extranjero durante una prueba oral y siente que su cerebro está congelado?	¿Te preocupa la reacción de tus compañeros cuando hablas en la lengua extranjera?	¿Sientes que tu ansiedad influye en la manera en que aprendes el idioma?	¿Intentas conscientemente evitar situaciones en las que tienes que hablar en un idioma extranjero?	¿Has utilizado estrategias como respiración profunda o preparación preventiva para manejar la ansiedad?	¿Crees que los maestros deberían emplear más técnicas sobre cómo controlar la ansiedad de los estudiantes en clase?	¿Crees que la ansiedad disminuiría si se utilizaran métodos más activos y participativos en la enseñanza del idioma?
	Frecuencia	Frecuencia	Frecuencia	Frecuencia	Frecuencia	Frecuencia	Frecuencia	Frecuencia	Frecuencia	Frecuencia	Frecuencia	Frecuencia
Ambos	60											
Francés	5											
Inglés	1											
Intermedio		50										
Avanzado		9										
Básico		7										
A veces		38	34	27	33	29	24	31	19	9	19	
Si, con frecuencia		21	21	33	25	15	27					
No, nunca		7	11	6	8	22	15	23	20	1	1	
Si, con frecuencia								12	27	56	46	