

La Ansiedad En El Aprendizaje De Un Segundo Idioma

Elizabeth Marcela López
Correo electrónico: marcela.lopez527 @gmail.com
Departamento de Lingüística e Idiomas
Universidad de Nariño

RESUMEN

En los últimos años, aprender una segunda lengua se ha convertido en una gran necesidad para el ser humano ya que día a día nos vemos enfrentados ante un mundo globalizado el cual nos exige conocer otra lengua. Esta necesidad se ha convertido para muchas personas en un gran reto el cual genera en ellos un sentimiento ansioso que les impide aprender fácilmente.

Es por esta razón que a través de este documento tratare de explicar en qué consiste la ansiedad y como esta interviene en el aprendizaje de una segunda lengua así como también cuales son las causas que la generan y el papel que puede cumplir el docente cuando este factor se presenta.

Palabras clave:

Ansiedad, tipos de ansiedad, carga cognitiva, aprendizaje de un idioma.

ABSTRACT

In recent years, learning a second language has become a great need for the human being since day by day we are faced with a globalized world that requires us to know another language. This need has become for many people a great challenge which generates in them an anxious feeling that prevents them from learning easily.

For this reason that through this document I try to explain what anxiety is and how it intervenes in the learning of a second language as well as what are the causes that generate it and the role that the teacher can play when this factor Presents itself

Keywords:

Anxiety, types of anxiety, cognitive load, learning of language.

INTRODUCCIÓN

Este artículo, surge de experiencias personales y de observaciones a estudiantes de la institución educativa Artemio Mendoza Carvajal sede club de leones que han padecido una sensación de tensión, nerviosismo, preocupación y angustia cuando realizan actividades relacionadas con el idioma inglés.

Si bien es cierto, que estos sentimientos pueden presentarse en las cuatro habilidades del lenguaje, es más común que se presenten en el desarrollo de la habilidad oral, por esta razón, mediante este documento, pretendo dar a conocer en que consiste la ansiedad. Además, se hablara sobre las posibles causas que generan este estado ansioso y como esta afecta la producción oral de los estudiantes.

La ansiedad es un factor afectivo que influye positiva y/o negativamente en la personalidad y la educación. Este sentimiento de angustia en la adquisición de un idioma, puede presentarse en las cuatro habilidades del lenguaje especialmente en la habilidad oral caracterizándose por un estado de tensión, nerviosismo y preocupación que le impide al estudiante tener un aprendizaje significativo y un buen desempeño académico.

Para (Horwitz, et al., 1986) a este tipo de sentimiento lo denomina ansiedad hacia el idioma extranjero.

Ya que para algunos estudiantes el aprendizaje de otra lengua resulta complejo debido a que se ven enfrentados a aprender una gramática diferente a la que

han adquirido innatamente por tal razón se les torna difícil de adquirir.

Este es el caso de los estudiantes de la sede club de leones los cuales han demostrado dificultad ante el aprendizaje del inglés ya que ellos conviven en un entorno alejado de este lenguaje y al verse expuestos ante una lengua que no conocen muestran conductas de nerviosismo y apatía frente al lenguaje

La ansiedad en estos estudiantes, ha hecho de ellos personas miedosas y nerviosas, y esto ha generado una competencia lingüística pobre ya que este sentimiento está estrechamente relacionado con el aspecto cognitivo del ser humano y con aspectos memorísticos del mismo.

Los estudiantes ansiosos, son aquellos que con frecuencia se muestran inferiores a los demás, son tímidos y se avergüenzan fácilmente. Además padecen otros cambios tales como: aumento del ritmo cardiaco, transpiran demasiado y en ocasiones presentan vómito, ganas de ir al baño, etc. y no pueden ordenar ni estructurar bien sus ideas y por ende no pueden dar una respuesta ante las preguntas que el docente le realice. (Torres Martínez G. 1997).

Herón (1989: 33) dice que el problema de ansiedad en una persona se puede haber presentado por la ridiculización por parte de otras personas al cometer algún error en alguna respuesta o actividad en clase a lo cual él llama "Ansiedad Arcaica"; es decir angustia reprimida del pasado.

Esta afirmación de Herón nos confirma que la ansiedad que presentan los estudiantes de la sede club de leones se debe a los regaños y pensamientos negativos que su docente titular ha creado en ellos

Según Douglas Brown en su Libro *Principles Of Language Learning And Teaching* la ansiedad es un estado de angustia relacionado principalmente con sentimientos como duda, aprehensión, autoestima, inhibición, miedo hablar, etc. Y afirma que pueden darse diferentes niveles de ansiedad o “Trait Anxiety”. Que es una constante predisposición a estar ansioso debido a un sin número de aspectos. Y un nivel de ansiedad situacional o “state Anxiety”; el cual es experimentado por algunos sucesos o actos en particular. Mientras tanto, Gardner y MacIntyre (1993) afirman que la ansiedad muchas veces aparece como respuesta a una situación o evento en particular al cual llaman Situacional o State Anxiety que muchas veces puede ser una característica del carácter y la forma de ser de una persona; lo que sería Trait Anxiety.

Gardner y MacIntyre (1993) dicen “la ansiedad en el lenguaje puede empezar como episodios transitorios de miedo en una situación en la cual el estudiante debe poner en uso el lenguaje por lo cual la ansiedad será pasajera y disminuirá con el tiempo.” los anteriores autores precisan que a pesar de ello la Ansiedad en el lenguaje en la mayoría de casos no disminuye con el paso del tiempo si el estudiante presenta ansiedad en el desempeño del lenguaje ya que puede convertirse en una característica de personalidad o un rasgo más que un estado momentáneo; de esta forma se convierte en un aspecto perjudicial y en un obstáculo que impide el aprendizaje y desempeño de una segunda lengua. Además, Alpertayd Haber (1960) citado por Scovel en el libro de Douglas Brown,

explica la diferencia entre la ansiedad debilitativa y facilitativa así: mientras la ansiedad facilitativa es una aprehensión por cumplir una tarea específica y es considerada como un factor positivo que impulsa a las personas a superarse, la ansiedad debilitativa es un factor negativo el cual se debe evitar ya que impide el óptimo desarrollo de las actividades a cumplir. En el caso de los estudiantes de la sede club de leones se puede notar que la ansiedad que ellos manejan es una ansiedad debilitativa ya que por temor a ser rechazados no cumplen con sus actividades ni tampoco tratan de expresarse.

A pesar de que algunos investigadores del lenguaje afirman que si existe una forma positiva de la ansiedad, muestran una relación negativa entre ansiedad y desempeño y es a esto que llaman ansiedad debilitativa debido a que esta perjudica el desempeño del estudiante directa o indirectamente; disminuyendo la participación creando preocupación, duda, y desapego al lenguaje. Esta ansiedad, puede estar relacionada con la motivación, actitud del estudiante.

TIPOS DE ANSIEDAD

- Ansiedad social: puede incluir timidez o vergüenza, estado de temor y aprehensión en la comunicación. Las personas con ansiedad social, evitan situaciones sociales en las cuales tengan que participar por miedo a la burla y al rechazo de los demás. Aida(1994)
- Ansiedad evaluativa: puede hacer parte de la ansiedad social

especialmente en situaciones en las que el estudiante debe comunicarse en el idioma que está aprendiendo. Cuando un estudiante presenta este tipo de ansiedad, tiende a estar inquieto y preocupado por los resultados de su expresión y además puede experimentar interferencias cognitivas.

Causas Por Las Cuales Se Genera Ansiedad

- Miedo hablar: Muchas veces el estudiante piensa que se va a equivocar y siente miedo de las consecuencias que esto puede traer; por tal razón se abstiene de hablar; esto se puede presentar por experiencias vividas en las cuales la burla de sus compañeros y el llamado de atención del docente los ha hecho sentir incapaces de comunicarse en otro idioma. Y esto de una manera u otra produce ansiedad en ellos ya que temen pasar nuevamente por una situación similar.

Según Brown un estudiante debe arriesgarse a hablar aunque cometa errores ya que esto le ayudara a mejorar y a cumplir su objetivo.

- Baja Autoestima: Los estudiantes con poco éxito en el aprendizaje de una lengua extranjera con frecuencia poseen una baja autoestima ya que tienen un auto juicio bajo, y se creen incapaces de realizar actividades que se relacionen con la producción oral del idioma que están aprendiendo. E incluso temen a interactuar con

los demás porque se sienten menos que ellos.

Horwitz (1988) comenta que los estudiantes creen que ellos deben hablar con gran fluidez, y con buen acento, y que el aprendizaje de un idioma debe ser en poco tiempo; y estas creencias de cierta forma generan ansiedad. Por otra parte, los profesores también contribuyen a que el estudiante sienta ansiedad, ya que son autoritarios y manejan un carácter fuerte al tratar de corregir los errores de los estudiantes. Y todo esto contribuye de cierta forma a que los estudiantes sean ansiosos.

- INHIBICION: toda persona, defiende su ego, pero esta defensa no facilita el aprendizaje de una segunda lengua puesto que este ego construido y manejado por uno mismo, no permite una buena comunicación y por consiguiente no se logra un conocimiento eficaz del idioma que se está aprendiendo.

Los factores antes mencionados reflejan claramente que la ansiedad está presente en casi todos los aspectos relacionados con el proceso de aprendizaje de un idioma y podría decirse que estos factores perjudican el aprendizaje de la segunda lengua ya que generan ansiedad.

En este artículo, al hablar de ansiedad cabe mencionar también la Teoría De La Carga Cognitiva la cual, se basa en estudiar las limitaciones de la memoria de trabajo y la automatización de esquemas en la memoria a largo plazo (Sweller, 2005) ya que la capacidad de almacenar información en la memoria es limitada.

Peterson (1959) encontró que la información que llega a nuestra memoria de trabajo se retiene solo unos 20 minutos si no se repite o se memoriza.

Existen diferentes tipos de carga cognitiva:

- Carga cognitiva intrínseca: que tiene que ver con los pensamientos entrantes.
- Carga cognitiva extrínseca: la cual es generada por intervenciones instruccionales.
- Carga cognitiva relevante: que ocurre cuando los recursos de la memoria de trabajo generan una fuerte carga cognitiva e interfieren con el aprendizaje.

Según una investigación realizada, se comprobó que las personas que tenían mayor carga cognitiva manejaban un gran nivel de ansiedad la cual les impedía realizar diferentes pruebas orales. Además en este estudio se dio a conocer que la carga cognitiva se aumentaba cuando el maestro realizaba actividades orales en las cuales los estudiantes tenían que competir entre ellos y esto de cierta forma generaba un estado ansioso en ellos.

En algunas ocasiones, los docentes generan mayor carga cognitiva en los estudiantes al mostrarse exigentes con las actividades que se deben desarrollar y de cierta forma, crean un ambiente incomodo que no deja que el alumno avance en su aprendizaje.

Por su parte, Garcia Galindo, G. (2010). proponen que los niños educados en ambientes flexiblemente estructurados obtienen mejores resultados que los que

provienen de ambientes rígidos, como es el caso de los niños de la sede club de leones quienes han tenido un bajo desempeño y han adoptado conductas y sentimientos negativos que generan ansiedad.

Bailey (1983) afirmó que la competitividad puede conducir a la ansiedad; Oxford (1992) agrega que la competitividad puede estar relacionada con la ansiedad del lenguaje y dice que la importancia emocional depende del estilo de aprendizaje y por ende de las demandas y recompensas del medio.

para obtener un aprendizaje optimo en los estudiantes se debe tener en cuenta factores externos que van ligados al contexto social que los rodea, ya que algunos factores podrían afectar su rendimiento, su comportamiento y su desempeño, además Bandura en su teoría de aprendizaje social, afirma que los seres humanos aprendemos observando la conducta de un modelo (por imitación), todo lo que se enseña debe tener una relación con el contexto ya que esto ayudara a un mejor aprendizaje ya que se tendrá en cuenta imágenes, lugares con lo que se relacionara el aprendizaje.

(Fauvre, 1989) Dice “algunas lenguas son más fácil de aprender que otras” algunos idiomas presentan mayor dificultad de aprender por su complejidad además cada persona aprende de diferente manera para algunos es más fácil aprender porque quieren adquirir nuevos conocimientos ,pero para personas que tal vez estudian por obligación o por alejarse de sus hogares y tener que trabajar con sus padres como es el caso de algunos estudiantes de la institución, van a presentar sentimientos de rechazo como lo es el temor a hablar.

Para el desarrollo de la producción oral es importante tener en cuenta ciertos elementos que se incluyen en el momento de expresar algo, como tratar de respirar sin dificultad, tener un tono de voz adecuado y utilizar las partes del cuerpo para enfatizar.

(Daly 1985) Afirma que algunas personas evitan y temen comunicarse oralmente, esto puede suceder por el temor que tienen las personas a equivocarse ya que pueden recibir burla por parte de los demás ,además de acuerdo a la edad del estudiante presenta mayor o menor dificultad, el aprendizaje en los niños es más fácil ya que están preparados para aprender ,les gusta adquirir nuevos conocimientos y les gusta ser reconocidos, en cambio los adultos que aprenden tienen miedo a equivocarse y que esto los lleve a fracasar en su intento por aprender.

(Luria,1990) Afirma que el aprendizaje es un proceso de apropiación de la realidad, en donde tanto el docente como el estudiante cumplen un rol muy importante en el momento de aprender un segundo idioma varios autores han hablado acerca de la ansiedad que es un estado de temor que impide expresarse de una manera natural.

Como se ha venido mencionando anteriormente, en el proceso de aprendizaje de una lengua existen varios obstáculos que impiden una buena adquisición del lenguaje si bien es cierto la carga cognitiva que el estudiante posee y la ansiedad que implica el aprender un nuevo idioma son unos de los principales factores que intervienen en este proceso sin embargo la actitud negativa del docente genera mayor grado de ansiedad. Teniendo en cuenta que el papel que desempeña el profesor en la enseñanza

aprendizaje de un idioma es de vital importancia he decidido hacer algunas recomendaciones para la enseñanza del idioma. Si bien es cierto que los niños deben aprender los contenidos solicitados por las instituciones los profesores deben primero predisponer a sus estudiantes para este proceso es decir motivarlos hacia el aprendizaje de la nueva lengua además, los maestros deben ser pacientes y comprender que cada estudiante maneja una carga cognitiva diferente y un ritmo de aprendizaje completamente distinto al de sus compañeros.

Por otra parte el docente debe tener en cuenta que actividades de clase causan ansiedad, Cómo se manifiesta la ansiedad en los estudiantes y de qué manera influye su actitud frente a esta situación. De esta forma podrá corregir sus errores y buscar la forma adecuada para poder transmitir su conocimiento.

REFERENCIAS

- Aida, Y. (1994). Examinations of Horwitz, Hortwitz and Cope's Construct of Foreign Language Anxiety: The Case of Students of Japanese. *The Modern Language Journal*,
- Gardner, R. (1985). *Psychology and Second Language Learning: The Role of Attitude and Motivation*. London: Edward Arnold.
- Garcia Galindo, G. (2010). La ansiedad ante el aprendizaje de una segunda lengua.
- Horwitz, E. K., Horwitz, M. B., y Cope, J. A. (1986). Foreign language classroom anxiety.
- MacIntyre, P. D., y Gardner, R. C. (1994). The subtle effects of language anxiety on cognitive processing in the second language.