



Del ensayo al concierto: efectos de la ansiedad social evaluativa y de la autoestima en el rendimiento musical¹

From Rehearsal to Concert: Effects of Evaluative Social Anxiety and Self-Esteem on Musical Performance

JOSÉ FERNANDO FERNÁNDEZ-COMPANY²

Universidad Internacional de La Rioja, España

josefernando.fernandez@unir.net

<https://orcid.org/0000-0001-5412-1957>

SANDRA SÁEZ-MARTÍNEZ

Conservatorio Profesional de Música de Almoradí, España

ssaez@almoradi.es

<https://orcid.org/0009-0003-6230-5651>

CARINA FREITAS

Universidade da Madeira, Portugal

cfreitas@staff.uma.pt

<https://orcid.org/0000-0002-3713-9386>

Resumen:

La ansiedad escénica musical constituye un fenómeno frecuente en la formación musical reglada, especialmente durante la adolescencia, etapa caracterizada por una elevada sensibilidad a la evaluación social. Sin embargo, la interacción entre ansiedad social evaluativa, autoestima y rendimiento musical en contextos ecológicamente válidos sigue estando insuficientemente explorada en alumnado de Conservatorios Profesionales. Participaron 32 estudiantes de Enseñanzas Profesionales

Abstract:

Stage fright is a common phenomenon in formal music training, especially during adolescence, a stage characterized by high sensitivity to social evaluation. However, the interaction between evaluative social anxiety, self-esteem, and musical performance in ecologically valid contexts remains insufficiently explored in Professional Conservatory students. Thirty-two students enrolled in professional music education (aged 12-18) participated. A quantitative, non-experimental, correla-

1 Como referenciar este artículo (How to reference this article): Fernández-Company, J. F., Sáez-Martínez, S. y Freitas, C. (2026). Del ensayo al concierto: efectos de la ansiedad social evaluativa y de la autoestima en el rendimiento musical. *Educatio Siglo XXI*, 44(2), 33-56. <https://doi.org/10.6018/educatio.698771>

2 Autor de correspondencia: José Fernando Fernández Company

les de Música (12-18 años). Se empleó un diseño cuantitativo no experimental y correlacional, con comparación intra-sujeto del rendimiento musical en dos contextos evaluativos (ensayo y concierto) y análisis transversal por etapa formativa (1º- 3º vs. 4º-6º). Se evaluaron el miedo a la evaluación negativa, la autoestima y la ansiedad general mediante cuestionarios estandarizados, y el rendimiento interpretativo mediante valoración experta. El rendimiento musical fue significativamente menor en la situación de concierto. El miedo a la evaluación negativa se asoció negativamente con el rendimiento en concierto y con una mayor caída del rendimiento respecto al ensayo, mientras que la autoestima actuó como un factor protector. La ansiedad generalizada no mostró asociaciones significativas directas con el rendimiento y se observaron diferencias evolutivas y de género, especialmente en las etapas iniciales de la formación. Los resultados evidencian el papel central de la ansiedad social evaluativa en el rendimiento musical y se considera la necesidad de integrar intervenciones psicológicas, incluida la musicoterapia, en la educación musical formal.

Palabras clave:

Ansiedad social; miedo a la evaluación negativa; autoestima; rendimiento musical; estudiantes de conservatorio.

tional design was used, with intra-subject comparison of musical performance in two evaluative contexts (rehearsal and concert) and cross-sectional analysis by training stage (1st-3rd vs. 4th-6th). Fear of negative evaluation, self-esteem, and general anxiety were assessed using standardized questionnaires, and performance was assessed by expert evaluation. Musical performance was significantly lower in the concert situation. Fear of negative evaluation was negatively associated with concert performance and with a greater drop in performance compared to rehearsal, while self-esteem acted as a protective factor. Generalized anxiety showed no significant direct associations with performance. Developmental and gender differences were observed, especially in the early stages of training. The results highlight the central role of evaluative social anxiety in musical performance and suggest the need to integrate psychological interventions, including music therapy, into formal music education.

Key words:

social anxiety; fear of negative evaluation; self-esteem; musical performance; conservatory students.

Résumé:

Le trac est un phénomène courant dans l'enseignement musical formel, en particulier pendant l'adolescence, une période caractérisée par une grande sensibilité à l'évaluation sociale. Cependant, l'interaction entre l'anxiété sociale liée à l'évaluation, l'estime de soi et la performance musicale dans des contextes écologiquement valides reste insuffisamment explorée chez les étudiants des conservatoires professionnels. Trente-deux étudiants inscrits à une formation musicale professionnelle (âgés de 12 à 18 ans) ont participé à l'étude. Une conception quantitative, non expérimentale et corrélative a été utilisée, avec une comparaison intra-sujet de la performance musicale dans deux contextes d'évaluation (répétition et concert) et une analyse transversale par niveau de formation (1er-3e vs 4e-6e). La peur d'une évaluation négative, l'estime de soi et l'anxiété générale ont été évaluées à l'aide de questionnaires standardisés, et les performances ont été évaluées par des experts. Les performances musicales étaient nettement moins bonnes en situation de concert. La peur d'une évaluation négative était associée de manière négative aux performances en concert et à une baisse plus importante des performances par rapport aux répétitions, tandis que l'estime de soi agissait comme un facteur de protection. L'anxiété généralisée ne présentait aucun lien direct significatif avec les performances. Des différences liées au développement et au genre ont été ob-

servées, en particulier aux premiers stades de la formation. Les résultats soulignent le rôle central de l'anxiété sociale évaluative dans la performance musicale et suggèrent la nécessité d'intégrer des interventions psychologiques, y compris la musicothérapie, dans l'enseignement musical formel.

Mots clés:

Anxiété sociale; crainte d'une évaluation négative; estime de soi; performance musicale; étudiants du conservatoire.

Fecha de recepción: 24-01-2026

Fecha de aceptación: 22-05-2026

Introducción

La música constituye un contexto privilegiado para el desarrollo cognitivo, emocional y social durante la adolescencia, una etapa evolutiva caracterizada por profundos cambios identitarios y una elevada sensibilidad a la evaluación social (García-Rodríguez et al., 2021; Hallam, 2010; Saarikallio y Erkkilä, 2007). Numerosas investigaciones han puesto de relieve el papel de la práctica musical en la regulación emocional, la expresión personal y la construcción del autoconcepto en muestras adolescentes y en contextos educativos reales de formación musical reglada (Fernández-Company et al., 2024; Kakaziani et al., 2025). En este sentido, desde el ámbito de la investigación educativa, diversos estudios han subrayado la relevancia de la educación emocional en el desarrollo integral del alumnado y su impacto sobre variables socioemocionales clave en contextos formativos (Gelpi et al., 2014). No obstante, en contextos formales de alta exigencia, como en Conservatorios Profesionales de Música, la formación musical implica también una exposición sistemática a situaciones de evaluación pública que pueden generar un impacto psicológico significativo en el alumnado (Kenny, 2011).

Entre los factores psicológicos más relevantes en este contexto destaca la ansiedad ante el rendimiento musical, conceptualizada como una forma específica de ansiedad social vinculada al miedo a cometer errores bajo la observación y la anticipación de juicios negativos por parte de profesores, compañeros y público (Kenny y Ackermann, 2013; Papageorgi et al., 2007). De tal forma que se ha indicado que la ansiedad escénica musical se asocia con un deterioro del rendimiento interpretativo, una reducción del disfrute musical y, en casos extremos, con el abandono de los estudios musicales (Kenny et al., 2012).

Desde una perspectiva cognitiva, diversos modelos explican el impacto negativo de la ansiedad sobre el rendimiento. Concretamente, el modelo de eficiencia del procesamiento propuesto por Eysenck y Calvo (1992) sostiene que la ansiedad consume recursos atencionales esenciales, reduciendo la eficiencia cognitiva disponible para tareas complejas como la interpretación musical. De forma complementaria, estudios acerca del deterioro del rendimiento bajo presión (*choking under pressure*) señalan que las situaciones de alta presión evaluativa pueden inducir procesos de sobreanálisis que interfieren con la ejecución automatizada por parte de los músicos (Beilock y Carr, 2001). Asimismo, la relación entre activación psicofisiológica y rendimiento se ha descrito clásicamente mediante una función en forma de U invertida, donde niveles moderados de activación favorecen el desempeño, mientras que niveles excesivos lo perjudican (Fernández-Company et al., 2023; Nieuwenhuis, 2024; Yerkes y Dodson, 1908).

Dentro de este marco, el miedo a la evaluación negativa se ha identificado como uno de los núcleos centrales de la ansiedad social y de la ansiedad generalizada (Leary, 1983). Este constructo resulta especialmente relevante durante la adolescencia, periodo en el que la construcción de la identidad y los procesos de comparación social intensifican la preocupación por la opinión de los demás (Freitas et al., 2022; La Greca y López, 1998; Somerville, 2013). Específicamente, estudios previos han mostrado que los niveles de ansiedad social tienden a disminuir con la edad y la experiencia, aunque con diferencias significativas por género, siendo las chicas quienes presentan, en general, mayores niveles de ansiedad social en etapas tempranas de la adolescencia (Else-Quest et al., 2006; Fehm et al., 2005).

Junto a la ansiedad, la autoestima constituye un factor psicológico clave en la experiencia emocional y académica de los estudiantes de música (Fernández-Company et al., 2022). Desde la teoría sociométrica, la autoestima se concibe como un indicador de la percepción de aceptación social, funcionando como un instrumento de la inclusión o del rechazo percibido (Leary, 2005). Además, la evidencia empírica sugiere que la autoestima disminuye desde la infancia hasta la adultez temprana y posteriormente aumenta en etapas posteriores del ciclo vital, con descensos característicos durante la adolescencia (Orth et al., 2012), y que niveles bajos de autoestima se asocian con un mayor miedo a la evaluación negativa y una mayor vulnerabilidad a la ansiedad

social (Ahadzadeh et al., 2018). En el ámbito musical, una autoestima sólida ha sido identificada como un factor protector frente a la ansiedad escénica, facilitando un rendimiento más estable bajo condiciones de presión evaluativa (Fernández Company et al., 2022; Ryan y Andrews, 2009).

No obstante, a pesar del creciente interés en la ansiedad escénica musical, la literatura presenta todavía importantes lagunas. En primer lugar, una parte sustancial de los estudios se ha centrado en poblaciones adultas o universitarias, prestando menor atención a la etapa adolescente en contextos de formación musical reglada. En segundo lugar, la ansiedad escénica ha sido abordada con frecuencia como un fenómeno relativamente homogéneo, sin considerar su posible evolución a lo largo de las distintas etapas de las enseñanzas profesionales. Finalmente, son escasos los estudios que analizan de forma conjunta la interacción entre miedo a la evaluación negativa, autoestima y rendimiento musical real en contextos ecológicamente válidos, comparando situaciones de baja y alta presión evaluativa (Musgrave, 2023; Osborne & Kenny, 2005). En este sentido, investigaciones recientes en el ámbito educativo han abordado distintas formas de ansiedad vinculadas a contextos evaluativos y su relación con variables académicas y motivacionales, subrayando la necesidad de profundizar en estos procesos desde una perspectiva educativa (Teherán et al., 2024).

Desde esta perspectiva, el contexto de los Conservatorios Profesionales ofrece un marco idóneo para abordar estas cuestiones, ya que combina altas demandas técnicas, evaluación formal frecuente y expectativas académicas y profesionales crecientes, especialmente en los cursos avanzados (Barrett y Veblen, 2012). Analizar cómo interactúan las variables psicológicas y el rendimiento musical en distintas etapas formativas resulta fundamental tanto para comprender los mecanismos subyacentes al rendimiento musical como para fundamentar intervenciones educativas ajustadas al desarrollo del alumnado.

En este contexto, el presente estudio tiene como objetivo analizar la relación entre el miedo a la evaluación negativa, la ansiedad generalizada, la autoestima y el rendimiento musical en estudiantes de Enseñanzas Profesionales de Música, atendiendo a diferencias por etapa formativa (1º- 3º frente a 4º- 6º) y contexto de evaluación (ensayo versus concierto). Desde una perspectiva aplicada, la identificación de estos factores psicológicos puede ser especialmente relevante en el diseño de interven-

ciones educativas y musicoterapéuticas orientadas a promover el bienestar emocional y el rendimiento sostenible del alumnado adolescente de Conservatorios Profesionales de Música. A partir de estas evidencias previas, se plantean las siguientes hipótesis:

H1. El rendimiento musical será significativamente menor en la situación de concierto en comparación con la situación de ensayo, reflejando el impacto negativo del contexto evaluativo de alta presión sobre la ejecución interpretativa.

H2. El miedo a la evaluación negativa se asociará de forma negativa y significativa con el rendimiento musical en situación de concierto y con una mayor magnitud en el descenso del rendimiento entre la situación de ensayo y la de concierto, indicando un efecto amplificador del contexto evaluativo sobre la ansiedad escénica.

H3. La autoestima se asociará de forma positiva y significativa con el rendimiento musical en situación de concierto y de forma negativa con el miedo a la evaluación negativa, actuando como un factor protector frente al impacto de la ansiedad escénica sobre la ejecución musical.

H4. La ansiedad general no mostrará una asociación significativa directa con el rendimiento musical en situación de concierto, apoyando la consideración de la ansiedad escénica musical como un constructo específico diferenciado de la ansiedad general.

H5. Se observarán diferencias evolutivas y de género en los niveles de miedo a la evaluación negativa y en su relación con el rendimiento musical, de modo que: (a) las diferencias de género serán más pronunciadas en los cursos iniciales de las Enseñanzas Profesionales y tenderán a reducirse en los cursos avanzados; y (b) en el alumnado de cursos avanzados (4º - 6º) el miedo a la evaluación negativa mostrará una asociación más fuerte con el rendimiento musical en situación de concierto.

Materiales y Método

El estudio se desarrolló siguiendo un diseño cuantitativo, no experimental y de tipo correlacional, adecuado para el análisis de relaciones entre variables psicológicas y de rendimiento en contextos educativos sin manipulación experimental directa (Creswell y Creswell, 2017; León y Montero, 2015). Asimismo, se incorporó un componente comparativo

intra-sujeto para examinar el rendimiento musical en dos contextos evaluativos contrastantes, ensayo y concierto, así como un enfoque comparativo transversal entre distintas etapas formativas de las Enseñanzas Profesionales de Música (1° - 3° frente a 4° - 6°), con el objetivo de explorar posibles diferencias evolutivas en las variables psicológicas y su relación con la ejecución interpretativa. En este punto, conviene precisar que la superposición de las Enseñanzas Profesionales de Música con distintas etapas del sistema educativo general conlleva cambios progresivos en las demandas académicas y en la dedicación requerida, especialmente durante la transición hacia el Bachillerato, lo que puede tener implicaciones relevantes tanto para el rendimiento musical como para el bienestar del alumnado. En términos generales, el alumnado que cursa de 1° a 3° de las Enseñanzas Profesionales de Música lo hace de manera simultánea a 1° - 3° de Educación Secundaria Obligatoria (ESO), mientras que el alumnado de 4° a 6° suele compatibilizar estos estudios con 4° de ESO y 1° y 2° de Bachillerato. Esta coincidencia temporal se asocia a diferencias significativas en los niveles de exigencia académica, la carga de trabajo y la dedicación al estudio, así como a la transición entre etapas educativas, factores susceptibles de influir en la experiencia formativa y en el rendimiento del alumnado.

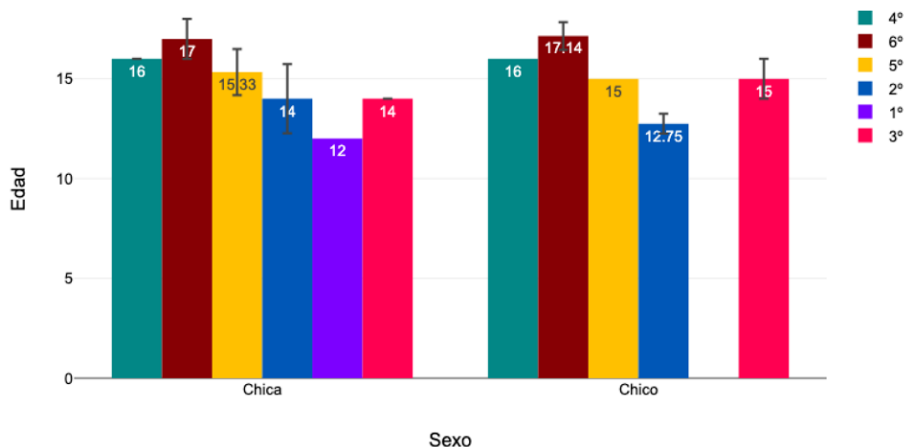
Desde este marco interpretativo, se considera que este tipo de diseño resulta especialmente apropiado para el estudio de la ansiedad escénica musical, considerada un constructo específico y altamente dependiente del contexto evaluativo (Kenny, 2011; Osborne y Kenny, 2005). Los análisis se realizaron diferenciando explícitamente entre etapas formativas cuando resultó metodológicamente pertinente, con el fin de explorar posibles patrones evolutivos.

Participantes y aprobación ética

La muestra estuvo compuesta por un total de 32 estudiantes de Enseñanzas Profesionales de Conservatorio Profesional de Música, con edades comprendidas entre 12 y 18 años ($M = 15.25$; $DE = 1.78$), de los cuales el 50% ($n = 16$) eran chicas. Los participantes se distribuyeron en función de la etapa formativa, correspondiendo 14 estudiantes al alumnado de 1° a 3° (50% chicas), con edades entre 12 y 16 años ($M = 13.71$; $DE = 1.27$), y 18 estudiantes de 4° a 6° (57.9% chicas), con edades comprendidas entre 14 y 18 años ($M = 16.44$; $DE = 1.04$).

Figura 1

Media de edad (\pm DE) del alumnado según curso académico y sexo



La Figura 1 muestra la media de edad del alumnado en función del curso académico y del sexo, evidenciando una progresión evolutiva consistente y sin diferencias relevantes entre chicas y chicos dentro de cada nivel formativo. El alumnado cursaba distintas especialidades instrumentales y presentaba una experiencia musical acorde con su nivel académico. No se observaron diferencias entre ambas submuestras en cuanto a la distribución por sexo ni en la progresión evolutiva de la edad.

La participación en el estudio se realizó previa aprobación del protocolo por parte de la Comisión de Ética de la Facultad de Artes y Ciencias Sociales de la Universidad Internacional de La Rioja. Asimismo, la contribución fue voluntaria y desinteresada, y se obtuvo el consentimiento informado del alumnado como firmado por parte de sus padres o tutores legales, de acuerdo con los principios éticos establecidos en la Declaración de Helsinki (World Medical Association, 2013) y con las recomendaciones para la investigación con población adolescente en el ámbito educativo (British Educational Research Association [BERA], 2018; Brown y Wild, 2022).

Medidas

Miedo a la evaluación negativa. El miedo a la evaluación negativa se evaluó mediante la versión española de la Brief Fear of Negative Evalua-

tion Scale (BFNE; Leary, 1983). Este instrumento consta de 12 ítems con formato Likert de 5 puntos (1 = nada característico de mí; 5 = extremadamente característico de mí) y evalúa la preocupación ante la posibilidad de ser juzgado negativamente por los demás. La BFNE ha mostrado adecuados índices de fiabilidad y validez en población adolescente y adulta, siendo ampliamente utilizada en estudios sobre ansiedad social y ansiedad escénica musical (Kenny, 2011; Leary, 1983). En el presente estudio, la escala presentó una consistencia interna elevada ($\alpha > .85$), acorde con los estándares psicométricos recomendados (Boateng et al., 2018).

Autoestima. La autoestima se midió mediante la Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES; Rosenberg, 1965), compuesta por 10 ítems con formato Likert de 4 puntos (1 = totalmente en desacuerdo; 4 = totalmente de acuerdo). Esta escala evalúa la percepción global de valía personal y cuenta con amplias evidencias de validez convergente y fiabilidad en población adolescente y adulta (Orth et al., 2012). En la muestra del estudio, la RSES mostró una consistencia interna adecuada ($\alpha > .80$), en línea con estudios previos realizados en población adolescente y en contextos educativos musicales (Fernández-Company et al., 2022; Martín-Albo et al., 2007).

Ansiedad generalizada. En el alumnado de cursos avanzados (4^o-6^o), se utilizó el Generalized Anxiety Disorder - 7 (GAD - 7), un instrumento breve de 7 ítems diseñado para evaluar la sintomatología de ansiedad generalizada en las dos semanas previas. El GAD - 7 ha mostrado adecuados índices psicométricos y ha sido ampliamente utilizado en investigación con adolescentes, permitiendo diferenciar la ansiedad general de constructos más específicos como la ansiedad escénica musical (Kenny y Osborne, 2006). En el presente estudio, el GAD - 7 presentó una consistencia interna satisfactoria ($\alpha > .85$). Se decidió no emplear este instrumento en el alumnado de cursos iniciales (1^o - 3^o) debido a consideraciones de adecuación evolutiva y a la necesidad de minimizar la carga evaluativa en estudiantes de menor edad, priorizando la evaluación de variables vinculadas, más directamente, al contexto musical.

Medidas de rendimiento musical. El rendimiento interpretativo se evaluó mediante el Cuestionario de Interpretación Instrumental Musical (CIIM), elaborado *ad hoc* para el presente estudio y sometido a un proceso de validación de contenido mediante la evaluación de un grupo de jueces expertos (profesorado de Conservatorio Profesional de Música), quienes valoraron la pertinencia, claridad y relevancia de las dimensio-

nes incluidas. Se alcanzó un alto grado de acuerdo interjueces en la valoración de los ítems. La evaluación del rendimiento musical basada en juicios de expertos constituye un procedimiento ampliamente utilizado y validado en investigación en educación musical, siempre que se garantice una adecuada fiabilidad interjueces (McPherson y Thompson, 1998).

El CIIM permitió valorar la ejecución instrumental en dos condiciones contextuales: (a) situación de ensayo, realizada en un entorno de práctica habitual, sin público y sin presión evaluativa explícita, y (b) situación de concierto, realizada en un contexto formal, con presencia de audiencia y evaluación externa. En ambas condiciones, un grupo de tres evaluadores expertos valoró dimensiones clave de la interpretación musical, precisión técnica, control postural, calidad sonora, afinación y expresividad musical, utilizando una escala de 0 a 50 puntos. La puntuación final se obtuvo a partir de la media de las valoraciones de los tres jueces. La fiabilidad interjueces fue elevada ($\alpha > .90$), en línea con los criterios recomendados para evaluaciones basadas en rendimiento (McPherson y Thompson, 1998).

Procedimiento

La investigación se desarrolló en dos fases consecutivas. En la Fase 1 (Evaluación psicológica), los participantes cumplimentaron de forma grupal los cuestionarios de miedo a la evaluación negativa (BFNE) y autoestima (RSES) en el aula del conservatorio, bajo la supervisión del equipo investigador. Esta sesión tuvo una duración aproximada de 20 minutos y permitió además recoger información sociodemográfica como la edad, el sexo, el curso académico o el instrumento principal. En el alumnado de cursos avanzados (4^o - 6^o), además cumplimentaron el cuestionario GAD - 7 con el objetivo de evaluar los niveles de ansiedad generalizada y diferenciarla de la ansiedad específica asociada a la interpretación musical.

Posteriormente, se llevó a cabo la Fase 2 (Evaluación del rendimiento musical) en la que cada estudiante interpretó la misma obra musical en los dos escenarios evaluativos (ensayo y concierto). El orden de presentación de los contextos fue contrabalanceado para controlar posibles efectos de secuencia, siguiendo las recomendaciones metodológicas para diseños intra-sujeto (Shadish et al., 2002).

Análisis de datos

Los análisis estadísticos se realizaron mediante el programa IBM SPSS Statistics (versión 28) y NUMIQA (2025), siguiendo las recomendaciones para el análisis de datos en investigación psicológica y educativa (Field, 2018). En primer lugar, se calcularon estadísticos descriptivos (medias y desviaciones típicas) para todas las variables. Para analizar el efecto del contexto evaluativo sobre el rendimiento musical se emplearon pruebas t de Student para muestras relacionadas, junto con el cálculo de tamaños del efecto (d de Cohen) (Rice y Harris, 2005).

Las relaciones entre las variables psicológicas y el rendimiento musical se examinaron mediante correlaciones de Pearson. Asimismo, se llevaron a cabo análisis de regresión lineal múltiple para evaluar el peso relativo del miedo a la evaluación negativa, la autoestima y la ansiedad general como predictores del rendimiento musical en situación de concierto. Finalmente, se realizaron análisis comparativos en función del sexo y de la etapa formativa mediante pruebas t y comparaciones exploratorias entre grupos, cuando resultó pertinente. El nivel de significación estadística se estableció en $p < .05$.

Resultados

Los resultados estadísticos descriptivos de las variables psicológicas y del rendimiento musical, organizados por etapa formativa, se presentan en la Tabla 1. En ambas etapas, el rendimiento musical fue sistemáticamente mayor en la situación de ensayo que en la de concierto. Asimismo, se observó una variabilidad interindividual considerable en las variables psicológicas y en el rendimiento interpretativo, especialmente bajo condiciones de evaluación pública. La ansiedad generalizada fue evaluada únicamente en el alumnado de cursos avanzados (4º - 6º), conforme al diseño del estudio.

Tabla 1

Estadísticos descriptivos de las variables psicológicas y del rendimiento musical por etapa formativa

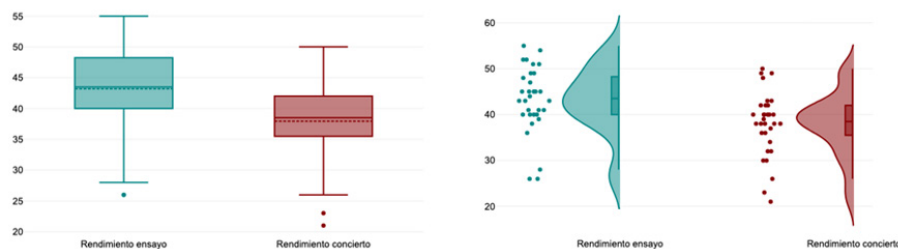
| Variable | 1º - 3º M (DT) | 4º - 6º M (DT) |
|--------------------------------|----------------|----------------|
| Miedo a la evaluación negativa | 17.64 (6.42) | 52.40 (8.90) |
| Autoestima | 17.79 (4.51) | 36.90 (7.60) |
| Ansiedad generalizada | — | 13.80 (4.10) |
| Rendimiento en ensayo | 41.14 (5.27) | 45.70 (8.10) |
| Rendimiento en concierto | 35.36 (5.67) | 41.40 (8.70) |
| Diferencia ensayo–concierto | 5.78 (3.12) | 4.30 (2.95) |

Nota. Valores más altos reflejan mayor presencia del constructo evaluado. La diferencia ensayo-concierto se obtuvo restando la puntuación en concierto de la de ensayo.

Para analizar el impacto del contexto evaluativo sobre el rendimiento musical, se realizaron pruebas t de Student para muestras relacionadas. Los resultados mostraron una disminución significativa del rendimiento musical en la situación de concierto en comparación con el ensayo, $t(17) = 6.12$, $p < .001$, con un tamaño del efecto grande ($d = .89$).

Figura 2

Rendimiento musical en función del contexto evaluativo (ensayo vs. concierto) en alumnado de Enseñanzas Profesionales de Música



Nota. La interpretación en concierto presenta un rendimiento medio inferior y una mayor variabilidad interindividual respecto a la condición de ensayo.

Este patrón se observó de forma consistente en ambas etapas formativas, lo que indica que la evaluación pública se asocia con un deterioro sustancial del rendimiento interpretativo. Como se observa en la Figura 2, el rendimiento musical medio es significativamente mayor en la situación de ensayo que en la de concierto. Asimismo, la interpretación pública se asocia con una mayor variabilidad interindividual en el rendimiento, evidenciada por una mayor dispersión de las puntuaciones y

la presencia de valores extremos en la condición de concierto. La diferencia ensayo–concierto se presenta de forma explícita en los análisis estadísticos y en las tablas correspondientes, pero no se incluyó en todas las representaciones gráficas con el fin de priorizar la claridad visual de los niveles absolutos de rendimiento en cada contexto.

El análisis de diferencias por género reveló que, en los cursos iniciales (1° - 3°), las chicas presentaron puntuaciones significativamente más elevadas en miedo a la evaluación negativa que los chicos, $t(11.02) = -2.75$, $p = .019$. No se observaron diferencias significativas por género en el rendimiento musical ni en las variables psicológicas en el alumnado de cursos avanzados (4° - 6°), con tamaños del efecto pequeños ($p > .05$).

En cuanto a las diferencias por etapa formativa, no se encontraron diferencias estadísticamente significativas en los niveles medios de miedo a la evaluación negativa. No obstante, sí que se observó una tendencia descriptiva a puntuaciones más elevadas en los cursos superiores, así como una mayor magnitud en la caída del rendimiento entre el ensayo y el concierto, aunque estas diferencias no alcanzaron significación estadística ($p = .08$). Asimismo, el tamaño muestral reducido ($n = 32$) limita la potencia estadística del estudio y la capacidad para detectar efectos de menor magnitud, por lo que los resultados deben interpretarse con cautela.

Para examinar la relación entre las variables psicológicas y el rendimiento musical, se calcularon coeficientes de correlación de Pearson, diferenciando por etapa formativa. Los resultados se presentan en las Tablas 3 y 4.

Tabla 3

Correlaciones entre variables psicológicas y rendimiento musical en cursos iniciales (1° - 3°)

| Variable | 1 | 2 | 3 |
|--------------------------------|------|------|---|
| Miedo a la evaluación negativa | - | | |
| Autoestima | -.03 | - | |
| Rendimiento en concierto | -.18 | -.35 | - |

Tabla 4

Correlaciones entre variables psicológicas y rendimiento musical en cursos avanzados (4° - 6°)

| Variable | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|--------------------------------|-------|-------|------|---------|---|
| Miedo a la evaluación negativa | - | | | | |
| Autoestima | -.74* | - | | | |
| Ansiedad generalizada | .29 | -.48 | - | | |
| Rendimiento en concierto | -.68* | .61* | -.31 | - | |
| Dif. ensayo–concierto | .72* | -.58* | .29 | -.81*** | - |

Nota. Coeficientes de correlación de Pearson. $p < .05^*$, $p < .01^{**}$, $p < .001^{***}$.

En los cursos iniciales, el miedo a la evaluación negativa y la autoestima no mostraron asociaciones significativas con el rendimiento musical, lo que sugiere una organización todavía poco estructurada de la ansiedad evaluativa en relación con la ejecución instrumental. En contraste, en los cursos avanzados se observaron asociaciones significativas entre el miedo a la evaluación negativa, la autoestima y el rendimiento musical bajo evaluación pública. La ansiedad generalizada no mostró asociaciones significativas directas con el rendimiento, reforzando la consideración de la ansiedad escénica musical como un constructo específico de dominio.

Para concluir, con el fin de examinar el peso relativo de las variables psicológicas sobre el rendimiento musical en situación de concierto en los cursos avanzados, se realizó un análisis de regresión lineal múltiple (Tabla 5).

Tabla 5

Modelo de regresión lineal múltiple para el rendimiento musical en concierto (4° - 6°)

| Predictor | β | EE | t | p |
|--------------------------------|---------|------|-------|------|
| Miedo a la evaluación negativa | -.51 | 0.17 | -3.05 | .003 |
| Autoestima | .39 | 0.14 | 2.78 | .012 |
| Ansiedad generalizada | -.12 | 0.15 | -0.84 | .41 |

Nota. Variable dependiente: rendimiento musical en concierto. Modelo: $F(3, 14) = 6.42$, $p = .004$, $R^2 = .58$

El modelo fue estadísticamente significativo y explicó una proporción elevada de la varianza del rendimiento musical en contexto de concierto. El miedo a la evaluación negativa emergió como el principal predictor

negativo, mientras que la autoestima actuó como predictor positivo significativo. La ansiedad generalizada no contribuyó de forma significativa al modelo. Dado al tamaño muestral reducido, estos resultados deben interpretarse con cautela y considerarse exploratorios. En conjunto, los resultados muestran que el contexto evaluativo de concierto se asocia con una disminución significativa del rendimiento musical en ambas etapas formativas. No obstante, las relaciones entre variables psicológicas y de rendimiento difieren en función del momento formativo, ya que mientras que en los cursos iniciales las variables psicológicas muestran una relación débil con relación a la interpretación musical, en cursos avanzados el miedo a la evaluación negativa y la autoestima adquieren un papel central en la explicación del rendimiento musical en situación de evaluación, desempeñando la ansiedad generalizada un papel secundario.

Discusión

El objetivo del estudio fue el de analizar la relación entre variables psicológicas y de rendimiento musical en alumnado de Enseñanzas Profesionales de Música, atendiendo al contexto evaluativo, la etapa formativa y las diferencias individuales y deben interpretarse dentro de un marco exploratorio y contextual, atendiendo al diseño no experimental y al tamaño muestral.

En relación con la Hipótesis 1, los resultados muestran que el rendimiento musical fue significativamente menor en la situación de concierto en comparación con la situación de ensayo. Este hallazgo confirma que el contexto evaluativo de alta presión constituye un factor crítico que afecta negativamente a la ejecución interpretativa, incluso en alumnado con formación musical avanzada.

Este patrón de resultados coincide con investigaciones previas que han documentado un deterioro del rendimiento bajo condiciones de evaluación pública en músicos jóvenes y adultos (Osborne y Kenny, 2005; Kenny et al., 2014). Desde un marco teórico, este efecto puede interpretarse a la luz del modelo de eficiencia del procesamiento (Eysenck y Calvo, 1992), según el cual la ansiedad asociada a la evaluación consume recursos atencionales y reduce la eficiencia cognitiva disponible para tareas complejas como la interpretación musical. Asimismo, el

contexto de concierto puede inducir procesos de sobreenálisis de habilidades normalmente automatizadas, dando lugar al fenómeno de *choking under pressure* descrito por Beilock y Carr (2001). De igual modo, es importante considerar que el propio conocimiento de estar siendo evaluado puede haber contribuido a incrementar los niveles de ansiedad en el alumnado, actuando como un factor contextual adicional que intensifica la respuesta emocional ante la interpretación pública.

Asimismo, los resultados apoyan la Hipótesis 2, al mostrar que el miedo a la evaluación negativa se asocia de forma negativa y significativa tanto con el rendimiento musical en situación de concierto como con el nivel del descenso del rendimiento entre el ensayo y el concierto. Este resultado sitúa al miedo a la evaluación negativa como un mecanismo central en la explicación del deterioro del rendimiento bajo presión evaluativa.

Desde una perspectiva cognitiva, es plausible considerar que estos resultados sugieren que la activación de esquemas evaluativos negativistas durante la interpretación pública incrementa la autofocalización atencional, los pensamientos intrusivos y la hipervigilancia, interfiriendo con el control motor automatizado necesario para una ejecución fluida. Esta interpretación es coherente con los modelos cognitivos de la ansiedad social (Clark y Wells, 1995) y con la conceptualización de la ansiedad escénica musical como una forma específica de ansiedad social centrada en la evaluación pública (Leary, 1983; Kenny, 2011).

En línea con la Hipótesis 3, la autoestima se asoció de forma positiva con el rendimiento musical en situación de concierto y de forma negativa con el miedo a la evaluación negativa. Estos resultados respaldan el papel de la autoestima como un factor protector frente al impacto de la ansiedad escénica sobre la ejecución musical.

Desde la teoría sociométrica (Leary, 2005), una autoestima más elevada reflejaría una mayor percepción de aceptación social, reduciendo la interpretación de la situación evaluativa como una amenaza para la valía personal. En el contexto musical, este mecanismo podría traducirse en una mayor percepción de control, menor reactividad emocional y una ejecución más estable bajo presión, tal como han señalado estudios previos en músicos adolescentes y adultos (Fernández-Company et al., 2022; Ryan y Andrews, 2009). A la luz de estos resultados, resulta razonable considerar la relevancia de trabajar el autoconcepto y la autoestima como parte integral de la formación musical reglada.

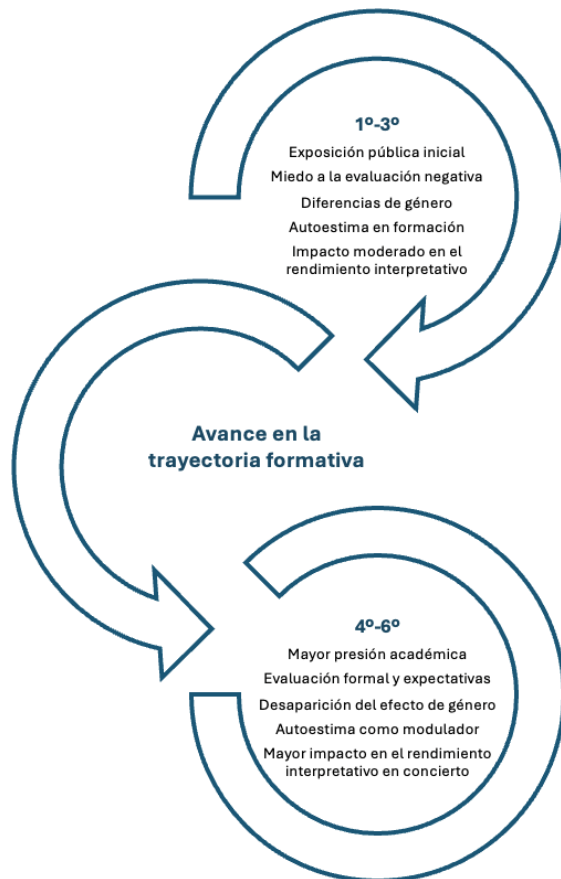
Los resultados obtenidos confirman la Hipótesis 4, al no encontrarse asociaciones significativas directas entre la ansiedad general y el rendimiento musical en situación de concierto. A partir de estos resultados, la evidencia obtenida apoya la consideración de la ansiedad escénica musical como un constructo específico de dominio, diferenciado de la ansiedad general. Esta distinción ha sido defendida por investigaciones previas que señalan que la ansiedad escénica musical posee mecanismos y desencadenantes propios, estrechamente ligados al contexto evaluativo y a la exposición pública, más que a un estado generalizado de ansiedad (Kenny y Osborne, 2006; Osborne y Kenny, 2005). En consecuencia, consideramos que la evaluación y la intervención psicológica en músicos deberían centrarse en factores específicos de la interpretación musical, en lugar de intervenciones genéricas de la ansiedad, por psicólogos y musicoterapeutas especializados en este ámbito.

No obstante, los resultados proporcionan un apoyo parcial a la Hipótesis 5, al evidenciar un patrón evolutivo diferenciado en la ansiedad evaluativa y su relación con el rendimiento musical. En los cursos iniciales de las Enseñanzas Profesionales, las chicas presentaron niveles más elevados de miedo a la evaluación negativa, en consonancia con estudios previos que documentan mayores niveles de ansiedad social en mujeres durante la adolescencia temprana (Else-Quest et al., 2006; Fehm et al., 2005). Sin embargo, estas diferencias tendieron a reducirse en los cursos avanzados, tal como se planteaba en la hipótesis. En este sentido, este patrón sugiere que las diferencias de género observadas podrían estar más vinculadas a factores evolutivos propios de las primeras etapas formativas que a diferencias de género estables a lo largo de la trayectoria formativa.

Por otro lado, en el alumnado de 4º - 6º se observó una relación más fuerte entre el miedo a la evaluación negativa y el rendimiento musical en situación de concierto, lo que sugiere que, a medida que avanza la formación, la ansiedad escénica se vincula menos a factores de género y más a la presión académica y a las expectativas de profesionalización. Este patrón apoya la propuesta de un modelo evolutivo de la ansiedad escénica musical, en el que las demandas contextuales y los recursos psicológicos interactúan dinámicamente a lo largo del desarrollo formativo. Con el fin de sintetizar los patrones observados a lo largo de las distintas etapas formativas, en la Figura 3 se presenta un modelo evolutivo interpretativo de la respuesta emocional ante la interpretación musical.

Figura 3

Modelo evolutivo de la respuesta emocional ante la interpretación en las Enseñanzas Profesionales de Música



Nota. El esquema representa una propuesta interpretativa del patrón observado en el alumnado de conservatorio a lo largo de su trayectoria formativa (1º - 3º y 4º - 6º cursos), mostrando la evolución de las respuestas emocionales ante la evaluación interpretativa y su relación con el rendimiento musical. El modelo no implica relaciones causales, sino que sintetiza procesos educativos dinámicos derivados de los resultados del estudio.

En conjunto, los resultados permiten proponer un modelo cognitivo-contextual del rendimiento musical en situaciones de evaluación, en el que la autoestima parece desempeñar un papel facilitador en el ajuste emocional del alumnado ante situaciones de evaluación interpretativa, el miedo a la evaluación negativa se configura como un elemento cen-

tral en la respuesta emocional ante la interpretación pública y el contexto de concierto amplifica las demandas propias de la ejecución musical. Este modelo contribuye a la literatura al integrar variables psicológicas y rendimiento interpretativo en contextos educativos reales, incorporando una perspectiva evolutiva a lo largo de las enseñanzas profesionales y sugiriendo la conveniencia de atender de forma diferenciada a las necesidades del alumnado según la etapa formativa: en los cursos iniciales, mediante el acompañamiento en los primeros procesos de exposición pública y evaluación, y en los cursos avanzados, a través del fortalecimiento de la autoestima académica, la gestión de la presión asociada a la evaluación formal y la consolidación de estrategias de afrontamiento ante la interpretación en público.

No obstante, este estudio presenta algunas limitaciones que deben ser consideradas. El diseño transversal no permite establecer relaciones causales entre las variables analizadas, por lo que futuras investigaciones podrían adoptar enfoques longitudinales que permitan examinar su evolución a lo largo de la formación musical. Asimismo, la muestra se circunscribe a un único conservatorio, lo que limita la generalización de los resultados a otros contextos educativos; en este sentido, sería de interés ampliar el estudio a distintos modelos formativos y niveles de enseñanza musical. Del mismo modo, el uso de medidas de autoinforme podría complementarse en futuras investigaciones con procedimientos observacionales o cualitativos que aporten una comprensión más amplia de la experiencia del alumnado. En definitiva, futuros estudios con muestras más amplias permitirán confirmar la estabilidad de los efectos observados.

A pesar de estas limitaciones, consideramos que los resultados ponen de manifiesto la relevancia del contexto evaluativo y de las respuestas emocionales asociadas a la interpretación pública en el rendimiento musical del alumnado adolescente. La disminución del rendimiento en situaciones de concierto confirma la influencia de evaluaciones de alta exigencia, mientras que la autoestima emerge como un recurso personal clave para favorecer una ejecución más estable. En conjunto, los datos apoyan una concepción evolutiva de la ansiedad escénica musical como un proceso dinámico, en el que interactúan las demandas educativas y los recursos personales del alumnado a lo largo de su trayectoria formativa, lo que subraya la importancia de integrar de manera explícita la dimensión emocional en la educación musical formal mediante una

Fernández-Company, J. F., Sáez-Martínez, S. y Freitas, C. (2026). Del ensayo al concierto: efectos de la ansiedad social evaluativa y de la autoestima en el rendimiento musical. *Educatio Siglo XXI*, 44(2), 33-56.

preparación progresiva para la evaluación pública y un acompañamiento educativo que favorezca tanto el rendimiento interpretativo como el bienestar y la continuidad formativa del alumnado en los conservatorios.

Referencias

- Ahadzadeh, A. S., Pahlevan Sharif, S. y Ong, F. S. (2017). Self-schema and self-discrepancy mediate the influence of Instagram usage on body image satisfaction among youth. *Computers in Human Behavior*, 68, 8-16. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.11.011>
- Barrett, J. R. y Veblen, K. K. (2012). Meaningful connections in a comprehensive approach to the music curriculum. En G. E. McPherson y G. F. Welch (Eds.), *The Oxford handbook of music education* (Vol. 1). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780199730810.013.0022>
- Beilock, S. L. y Carr, T. H. (2001). On the fragility of skilled performance: What governs choking under pressure? *Journal of Experimental Psychology: General*, 130(4), 701-725. <https://doi.org/10.1037/0096-3445.130.4.701>
- Boateng, G. O., Neilands, T. B., Frongillo, E. A., Melgar-Quiñonez, H. R. y Young, S. L. (2018). Best Practices for Developing and Validating Scales for Health, Social, and Behavioral Research: A Primer. *Frontiers in public health*, 6, 149. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2018.00149>
- British Educational Research Association. (2018). *Ethical guidelines for educational research* (4th ed.). <https://www.bera.ac.uk/publication/ethical-guidelines-for-educational-research-2018>
- Brown, C. y Wild, M. (2022). *Ethical dilemmas in education: Considering challenges and risks in practice*. Open University Press
- Clark, D. M. y Wells, A. (1995). A cognitive model of social phobia. En R. G. Heimberg, M. R. Liebowitz, D. A. Hope, y F. R. Schneier (Eds.), *Social phobia: Diagnosis, assessment, and treatment* (pp. 69-93). The Guilford Press.
- Creswell, J. W. y Creswell, J. D. (2017). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (5th ed.). SAGE Publications.
- Else-Quest, N. M., Hyde, J. S., Goldsmith, H. H. y Van Hulle, C. A. (2006). Gender differences in temperament: a meta-analysis. *Psychological bulletin*, 132(1), 33-72. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.132.1.33>
- Eysenck, M. W. y Calvo, M. G. (1992). Anxiety and performance: The processing efficiency theory. *Cognition & Emotion*, 6(6), 409-434. <https://doi.org/10.1080/02699939208409696>
- Fehm, L., Pelissolo, A., Furmark, T. y Wittchen, H. U. (2005). Size and burden of social phobia in Europe. *European neuropsychopharmacology : the journal of the European College of Neuropsychopharmacology*, 15(4), 453-462. <https://doi.org/10.1016/j.euroneuro.2005.04.002>
- Fernández-Company, J. F., García-Rodríguez, M. y Gamella González, D. J. (2024). Mood regulation through music in adolescence. [Regulación del estado de ánimo a

Fernández-Company, J. F., Sáez-Martínez, S. y Freitas, C. (2026). Del ensayo al concierto: efectos de la ansiedad social evaluativa y de la autoestima en el rendimiento musical. *Educatio Siglo XXI*, 44(2), 33-56.

- través de la música en la adolescencia]. *European Public & Social Innovation Review*, 9, 01-18. <https://doi.org/10.31637/epsir-2024-1363>
- Fernández-Company, J. F., Ondé, D. y García-Rodríguez, M. (2022). Autoestima y satisfacción con la vida en músicos y población general. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación – e Avaliação Psicológica. RIDEP*, 63(2), 73-89. <https://doi.org/10.21865/RIDEP63.2.06>
- Fernández-Company, J. F., Alvarado J. M., García-Rodríguez M. y Chamorro-Cantero I. (2023). Eficacia de la escucha musical en el rendimiento matemático: Efficacy of music listening on mathematical performance. *Revista Electrónica Complutense de Investigación en Educación Musical - RECIEM*, 20, 129-154. <https://doi.org/10.5209/rieci.80541>
- Field, A. (2018). *Discovering statistics using IBM SPSS statistics 5th ed.* University of Sussex.
- Freitas, C., Fernández-Company, J.F., Pita, M.F. y García-Rodríguez, M. (2022). Music therapy for adolescents with psychiatric disorders: An overview. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 27(3), 895-910. <https://doi.org/10.1177/13591045221079161>
- García-Rodríguez, M., Jiménez, V., Ivanova, A., Fernández-Company, J. F. y Alvarado, J. M. (2021). Academic performance in relation to emotional intelligence: emotional perception and musical sensitivity. *INTED2021 Proceedings*, 2075-2082. <https://doi.org/10.21125/inted.2021.0454>
- Gelpi, P., Romero-Martín, M. R., Mateu, M., Rovira, G. y Lavega, P. (2014). La educación emocional a través de las prácticas motrices de expresión. Perspectiva de género. *Educatio Siglo XXI*, 32, 49-70. <https://doi.org/10.6018/j/194081>
- Hallam, S. (2010). The power of music: Its impact on the intellectual, social and personal development of children and young people. *International Journal of Music Education*, 28(3), 269-289. <https://doi.org/10.1177/0255761410370658>
- IBM Corp. (2023). *IBM SPSS Statistics for Windows (Version 28.0)* [Computer software]. IBM Corp.
- Kakaziani, T. E., de Rooij, A. y van Bakel, H. (2025). A Perspective on How Music Performance Training in Childhood and Adolescence Transfers Across Creative Domains Through Self-Regulation and Parental Support. *Music & Science*, 8. <https://doi.org/10.1177/20592043251364627>
- Kenny, D. T. (2011). *The psychology of music performance anxiety*. Oxford University Press.
- Kenny, D. T. y Osborne, M. S. (2006). Music performance anxiety: New insights from young musicians. *Advances in Cognitive Psychology*, 2(2-3), 103-112. <https://doi.org/10.2478/v10053-008-0049-5>
- Kenny, D. y Ackermann, B. (2013). Performance-related musculoskeletal pain, depression and music performance anxiety in professional orchestral musicians: A population study. *Psychology of Music*, 43(1), 43-60. <https://doi.org/10.1177/0305735613493953>
- Kenny, D., Driscoll, T. y Ackermann, B. (2012). Psychological well-being in professional orchestral musicians in Australia: A descriptive population study. *Psychology of Music*, 42(2), 210-232. <https://doi.org/10.1177/0305735612463950>
- La Greca, A. M. y López, N. (1998). Social anxiety among adolescents: linkages with

Fernández-Company, J. F., Sáez-Martínez, S. y Freitas, C. (2026). Del ensayo al concierto: efectos de la ansiedad social evaluativa y de la autoestima en el rendimiento musical. *Educatio Siglo XXI*, 44(2), 33-56.

- peer relations and friendships. *Journal of abnormal child psychology*, 26(2), 83-94. <https://doi.org/10.1023/a:1022684520514>
- Leary, M. R. (1983). A Brief Version of the Fear of Negative Evaluation Scale. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 9(3), 371-375. <https://doi.org/10.1177/0146167283093007>
- Leary, M. R. (2005). Sociometer theory and the pursuit of relational value: Getting to the root of self-esteem. *European Review of Social Psychology*, 16, 75-111. <https://doi.org/10.1080/10463280540000007>
- León, O. G. y Montero, I. (2015). *Métodos de investigación en psicología y educación* (4.ª ed.). McGraw-Hill.
- Martín-Albo, J., Núñez, J. L., Navarro, J. G. y Grijalvo, F. (2007). The Rosenberg Self-Esteem Scale: translation and validation in university students. *The Spanish journal of psychology*, 10(2), 458-467. <https://doi.org/10.1017/s1138741600006727>
- McPherson, G. E. y Thompson, W. F. (1998). Assessing Music Performance: Issues and Influences. *Research Studies in Music Education*, 10(1), 12-24. <https://doi.org/10.1177/1321103X9801000102>
- Musgrave, G. (2023). Music and wellbeing vs. musicians' wellbeing: examining the paradox of music-making positively impacting wellbeing, but musicians suffering from poor mental health. *Cultural Trends*, 32(3), 280-295. <https://doi.org/10.1080/09548963.2022.2058354>
- Nieuwenhuis, S. (2024). Arousal and performance: revisiting the famous inverted-U-shaped curve. *Trends in cognitive sciences*, 28(5), 394-396. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2024.03.011>
- NUMIQO. (2025). *Statistics software*. <https://numiqo.es/statistics-software>
- Orth, U., Robins, R. W. y Widaman, K. F. (2012). Life-span development of self-esteem and its effects on important life outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 102(6), 1271-1288. <https://doi.org/10.1037/a0025558>
- Osborne, M. S. y Kenny, D. T. (2005). Development and validation of a music performance anxiety inventory for gifted adolescent musicians. *Journal of anxiety disorders*, 19(7), 725-751. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2004.09.002>
- Papageorgi, I., Hallam, S. y Welch, G. F. (2007). A conceptual framework for understanding musical performance anxiety. *Research Studies in Music Education*, 28(1), 83-107. <https://doi.org/10.1177/1321103X070280010207>
- Rice, M. E. y Harris, G. T. (2005). Comparing effect sizes in follow-up studies: ROC Area, Cohen's d, and r. *Law and human behavior*, 29(5), 615-620. <https://doi.org/10.1007/s10979-005-6832-7>
- Ryan, C. y Andrews, N. (2009). An Investigation Into the Choral Singer's Experience of Music Performance Anxiety. *Journal of Research in Music Education*, 57(2), 108-126. <https://doi.org/10.1177/0022429409336132>
- Saarikallio, S. y Erkkilä, J. (2007). The role of music in adolescents' mood regulation. *Psychology of Music*, 35(1), 88-109. <https://doi.org/10.1177/0305735607068889>
- Shadish, W. R., Cook, T. D. y Campbell, D. T. (2002). *Experimental and quasi-experimental designs for generalized causal inference*. Houghton, Mifflin and Company.
- Somerville, L. H. (2013). The teenage brain: Sensitivity to social evalua-

Fernández-Company, J. F., Sáez-Martínez, S. y Freitas, C. (2026). Del ensayo al concierto: efectos de la ansiedad social evaluativa y de la autoestima en el rendimiento musical. *Educatio Siglo XXI*, 44(2), 33-56.

tion. *Current Directions in Psychological Science*, 22(2), 121-127. <https://doi.org/10.1177/0963721413476512>

Teherán Barranco, V., Sánchez Ruiz, J. G. y Díaz Furlong, A. (2024). Ansiedad matemática y engagement académico en estudiantes de educación media superior en México. *Educatio Siglo XXI*, 42(2), 97-120. <https://doi.org/10.6018/educatio.591541>

World Medical Association. (2013). World Medical Association Declaration of Helsinki: Ethical principles for medical research involving human subjects. *JAMA*, 310(20), 2191-2194. <https://doi.org/10.1001/jama.2013.281053>

Yerkes, R.M. y Dodson, J.D. (1908). The Relation of Strength of Stimulus to Rapidity of Habit Formation. *Journal of Comparative Neurology & Psychology*, 18, 459-482. <https://doi.org/10.1002/cne.920180503>

