ICUFOR
Cursos de Formación Permanente Universitaria

Curso de Formación Permanente

Ansiedad Escénica en el Alumnado de Conservatorio: Estrategias Pedagógicas para el Profesorado

6 ECTS | 150 horas | Online, a tu ritmo

Formación acreditada por
Universidad de Vitoria-Gasteiz EUNEIZ



Acerca de ICUFOR

ICUFOR es un centro privado de formación online, Centro Acreditado y Autorizado por la Universidad EUNEIZ de Vitoria-Gasteiz. Diseñamos e impartimos Cursos de Formación Permanente universitarios, pensados para la actualización y la especialización de profesionales en activo.

Nuestros cursos se estudian a tu ritmo en un campus virtual propio y terminan con el diploma de la Universidad EUNEIZ y con certificados de ICUFOR verificables.

Centro acreditado
Universidad EUNEIZ

100 % online
Campus virtual propio

Equipo docente
Disponible todo el curso



Metodología de estudio

Campus virtual propio
Estudias desde cualquier lugar y dispositivo, sin horarios.

Aprendizaje autónomo, pero acompañado
Tú marcas el ritmo y nuestro equipo de docentes resuelve tus dudas y orienta tu estudio.

Contenido del curso en PDF
El material principal, para estudiarlo a fondo, tema a tema.

Abstract de cada tema
Su síntesis, para situarte al empezar y repasar al final.

Presentación con los aspectos clave
Lo esencial de cada bloque, para jerarquizar y fijar.

Cuestionarios de evaluación
De respuesta múltiple, uno por tema.



Campus virtual

Mis cursos
Tu progreso y el siguiente tema por estudiar

Materiales
Contenido en PDF, Abstract y presentación con los aspectos clave

Cuestionarios de evaluación
Tu nota y la revisión de tus respuestas

Equipo docente
Consulta por escrito, chat y asesor de IA a cualquier hora

Secretaría
Certificados en PDF con código de verificación

Pagos y facturas
Descarga de facturas en PDF



Presentación del programa



Especialízate con el Curso de Formación Permanente en Ansiedad Escénica en el Alumnado de Conservatorio: Estrategias Pedagógicas para el Profesorado de ICUFOR. La ansiedad escénica constituye uno de los principales obstáculos en la formación musical, afectando significativamente al rendimiento interpretativo y al bienestar emocional del alumnado. Este programa responde a una necesidad real del profesorado de conservatorio, proporcionando herramientas especializadas para identificar, prevenir y abordar esta problemática desde el aula.

A lo largo de la formación, profundizarás en los fundamentos psicológicos y neurobiológicos de la ansiedad, los modelos teóricos específicos aplicados a la interpretación musical y los factores que predisponen o mantienen este fenómeno en estudiantes de diferentes etapas formativas.

Duración
150 horas

Créditos
6 Créditos ECTS

Metodología
Online

Matriculación
Permanente

Objetivos del curso

Comprender los fundamentos psicológicos y neurobiológicos de la ansiedad, identificando sus componentes y modelos teóricos explicativos en relación con el rendimiento musical.

Identificar los factores predisponentes, precipitantes y de mantenimiento de la ansiedad escénica en el alumnado, distinguiendo las particularidades asociadas a cada etapa formativa del conservatorio.

Aplicar estrategias cognitivas, de regulación emocional y corporales para la gestión de la ansiedad escénica, adaptándolas según la edad, la especialidad instrumental y el perfil psicológico del alumnado.

Implementar estrategias pedagógicas y metodológicas preventivas en el aula de conservatorio, incorporando un clima de seguridad emocional, una gestión constructiva del feedback y una colaboración eficaz con las familias.

Definir y delimitar el constructo de ansiedad escénica musical, diferenciándolo de otros trastornos afines y reconociendo sus manifestaciones cognitivas, fisiológicas y conductuales.

Dominar los procedimientos de detección, evaluación y seguimiento de la ansiedad escénica en el aula, aplicando instrumentos estandarizados, herramientas cualitativas y criterios de derivación a profesionales especializados.

Desarrollar competencias de preparación mental, práctica deliberada y planificación de la actuación en público, diseñando protocolos de exposición progresiva y rutinas pre-actuación personalizadas.

Diseñar programas de intervención pedagógica integrales para la reducción de la ansiedad escénica, fundamentando su estructura, evaluación e implementación institucional, e incorporando el autocuidado emocional y la formación continua del propio profesorado.

Temario

01 Fundamentos psicológicos de la ansiedad: bases teóricas y neurobiológicas para el profesorado de conservatorio

1.1. Conceptualización general de la ansiedad como respuesta adaptativa y desadaptativa
1.2. Bases neurobiológicas y psicofisiológicas de la respuesta de ansiedad
1.3. Principales modelos teóricos explicativos de la ansiedad
1.4. Relación funcional entre ansiedad, activación fisiológica y rendimiento
1.5. La ansiedad en el ámbito del rendimiento artístico y su relevancia para la práctica docente en el conservatorio

Temario

02 La ansiedad escénica musical: delimitación conceptual, modelos específicos y diferenciación de constructos afines

2.1. Definición y delimitación del concepto de ansiedad escénica musical (Music Performance Anxiety)
2.2. Modelos teóricos específicos de la ansiedad escénica musical
2.3. Manifestaciones de la ansiedad escénica en sus tres sistemas de respuesta
2.4. Diferenciación entre ansiedad escénica, miedo escénico, fobia social y trastornos de ansiedad generalizada
2.5. Prevalencia e impacto de la ansiedad escénica en músicos profesionales y en formación
2.6. Consecuencias de la ansiedad escénica no abordada en la trayectoria formativa y profesional del músico

Temario

03 Factores predisponentes, precipitantes y de mantenimiento de la ansiedad escénica en el alumnado de conservatorio

3.1. Factores individuales de vulnerabilidad psicológica
3.2. Factores contextuales y situacionales vinculados al entorno del conservatorio
3.3. Factores de desarrollo evolutivo según la etapa formativa
3.4. Factores de mantenimiento y cronificación de la ansiedad escénica
3.5. Diferencias de género en la experiencia y manifestación de la ansiedad escénica musical
3.6. Influencia de la familia y del entorno sociocultural en la configuración de la ansiedad escénica

Temario

04 Evaluación, detección e identificación de la ansiedad escénica en el aula de conservatorio por parte del profesorado

4.1. El papel del profesorado de conservatorio como agente de detección temprana
4.2. Indicadores observables de ansiedad escénica durante la clase instrumental y las audiciones
4.3. Instrumentos estandarizados de evaluación de la ansiedad escénica musical
4.4. Herramientas cualitativas y registros pedagógicos para el seguimiento del alumnado
4.5. Criterios para la derivación a profesionales especializados en salud mental

Temario

05 Estrategias cognitivas y de regulación emocional aplicables por el profesorado para la gestión de la ansiedad escénica

5.1. Fundamentos de la reestructuración cognitiva adaptados al contexto de la enseñanza musical
5.2. Estrategias para la gestión del perfeccionismo desadaptativo en el alumnado de conservatorio
5.3. Desarrollo de la autoeficacia musical como factor protector frente a la ansiedad escénica
5.4. Técnicas de regulación emocional aplicables en el aula de música
5.5. Fomento de la motivación intrínseca y la orientación al proceso como antídotos frente a la ansiedad de resultado
5.6. Desarrollo de la mentalidad de crecimiento y la relación saludable con el error en el aprendizaje musical
5.7. Pautas para la adaptación de las estrategias cognitivas y emocionales según la edad y el perfil del alumnado

Temario

06 Estrategias corporales y psicofisiológicas para el control de la activación en la interpretación musical

6.1. La relación entre cuerpo, respiración y estado emocional en el intérprete musical
6.2. Técnicas de respiración aplicadas a la preparación y el momento de la actuación musical
6.3. Técnicas de relajación muscular progresiva adaptadas a las necesidades del instrumentista
6.4. Aportaciones de disciplinas corporales y somáticas a la reducción de la tensión escénica
6.5. Biofeedback y recursos tecnológicos para el entrenamiento en control de la activación fisiológica
6.6. Diseño de rutinas de calentamiento psicofísico previas a la actuación integrando las técnicas presentadas

Temario

07 Preparación mental, práctica deliberada y planificación de la actuación musical en público

7.1. La práctica mental como complemento de la práctica instrumental física
7.2. Técnicas de focalización atencional y gestión de la concentración durante la interpretación
7.3. Planificación estratégica del estudio orientado a la seguridad escénica
7.4. Diseño pedagógico de la exposición progresiva a la actuación en público
7.5. Simulacros de actuación y audiciones formativas como herramientas de desensibilización
7.6. Establecimiento de rutinas pre-actuación personalizadas para el alumnado
7.7. El procesamiento post-actuación: análisis constructivo y aprendizaje a partir de la experiencia escénica

Temario

08 Estrategias pedagógicas y metodológicas del profesorado para la prevención de la ansiedad escénica en el aula de conservatorio

8.1. El perfil del docente de conservatorio como facilitador emocional y no solo transmisor de contenidos técnicos
8.2. Creación de un clima de aula seguro, inclusivo y propicio para la toma de riesgos artísticos
8.3. Comunicación docente y gestión del feedback en la enseñanza instrumental
8.4. Adaptación de las estrategias pedagógicas a las diferentes etapas formativas del conservatorio
8.5. Rediseño pedagógico de las audiciones y evaluaciones públicas como experiencias formativas positivas
8.6. Fomento de la práctica de música de cámara y la interpretación colectiva como factores protectores
8.7. Colaboración con las familias del alumnado para el abordaje de la ansiedad escénica
8.8. Integración de la educación emocional y la gestión de la ansiedad escénica en la programación didáctica

Temario

09 Diseño de programas de intervención pedagógica para la reducción de la ansiedad escénica en el conservatorio

9.1. Principios fundamentales para el diseño de programas de intervención pedagógica sobre ansiedad escénica
9.2. Estructura y componentes de un programa de intervención pedagógica integral
9.3. Revisión de programas y experiencias de referencia en centros de enseñanza musical nacionales e internacionales
9.4. Recursos, materiales y herramientas didácticas para la implementación del programa
9.5. Evaluación de la eficacia del programa y coordinación interprofesional

10 El bienestar del profesorado de conservatorio: gestión de la propia ansiedad escénica y prevención del desgaste profesional

10.1. La ansiedad escénica del propio docente de conservatorio como factor de influencia en el alumnado
10.2. Autocuidado emocional y prevención del burnout en el profesorado de enseñanzas musicales
10.3. Formación continua del profesorado en competencias psicopedagógicas y emocionales
10.4. Comunidades de práctica, redes de colaboración y reflexión sobre la propia práctica docente

Titulación y certificados

Diploma de la Universidad EUNEIZ

Al aprobar todos los cuestionarios de evaluación recibes el **diploma en formato digital** de Curso de Formación Permanente, con sus 6 créditos ECTS y 150 horas.

Certificados de ICUFOR

Se descargan en PDF desde la Secretaría del campus, con un código único y QR para verificarlos.



Universidad de Vitoria-Gasteiz EUNEIZ

Proceso de matriculación

1 **Pulsa «Matricularme» en la ficha del curso**
Completa tus datos personales y de facturación.

2 **Elige la forma de pago**
Tarjeta, PayPal o transferencia bancaria.

3 **Entra en el campus y empieza**
Recibes por correo tus datos de acceso y, en cuanto se confirma el pago, tienes el temario completo. La matrícula está abierta todo el año.

Matricúlate | Más información



Métodos de pago

Pago único
El precio se abona una sola vez, sin cuotas ni renovaciones.

Seguridad
Pago online en la pasarela de Stripe o de PayPal.

Flexibilidad
Tarjeta de crédito o débito, PayPal o transferencia.

Acceso inmediato
Con tarjeta o PayPal, el campus se activa al momento.

Simplicidad
Matrícula y pago en dos pasos.

Facturación
Facturas en «Pagos y facturas» del campus.



¿Por qué elegir ICUFOR?

01

Formación accesible

Formación universitaria rigurosa y acreditada, íntegramente online y compatible con tu trabajo.

02

Calidad universitaria

Cada curso está acreditado por la Universidad EUNEIZ, con su memoria académica y sus créditos ECTS.

03

Impulso a tu carrera

Contenidos de utilidad práctica y una titulación que suma en méritos, concursos y bolsas de empleo.

04

Especialización

Cada curso trata una única temática a fondo: combínalos y construye tu propio itinerario.

05

Atención de calidad

Consultas al equipo docente por escrito o por chat, y un asesor de IA a cualquier hora.

¿Por qué elegir ICUFOR?

06

Contenidos actualizados

Los cursos se revisan periódicamente para incorporar las novedades de cada ámbito.

07

El curso, por escrito

Cada tema en tres formatos: contenido en PDF, Abstract y presentación con los aspectos clave.

08

Autónomo, pero acompañado

Tú decides tu ritmo y nuestro equipo de docentes resuelve tus dudas y orienta tu estudio.

09

Enseñanza adaptada

Sin horarios ni conexiones obligatorias: seis meses para terminar, ampliables si lo necesitas.

10

Estudio sencillo e intuitivo

Un campus virtual propio, sin instalar nada y accesible desde cualquier dispositivo.

¿Necesitas más información?

Te contamos cómo funciona el curso, los plazos y la titulación, sin compromiso.

www.icufor.com

info@icufor.com

+34 858 895 080

+34 746 044 519

Formación acreditada por Universidad de Vitoria-Gasteiz EUNEIZ

