

# REALIDAD VIRTUAL CON DISTRACTORES PARA SUPERAR EL MIEDO A HABLAR EN PÚBLICO EN UNIVERSITARIOS

Dr. Emma Rodero y Dr. Olatz Larrea

<https://doi.org/10.3916/C72-2022-07>

## INTRODUCCIÓN

**Realidad virtual,** importancia de la práctica para desarrollar habilidades orales. Facilitar prácticas en un entorno virtual controlado debería formar parte de los planes de estudio de las instituciones educativas



**Hablar en público,** las personas con esta fobia suelen sufrir un miedo intenso a la actuación social

## OBJETIVOS Y METODOLOGÍA

Este estudio tiene como objetivo implementar un programa de capacitación utilizando Realidad Virtual (RV) con distractores para reducir la ansiedad de los estudiantes universitarios medida con actividad electrodérmica y métodos autoinformados.

Dos pruebas (antes y después del entrenamiento de RV)  
+  
Diseño factorial mixto aplicado a dos géneros (masculino y femenino)

N= 100 estudiantes

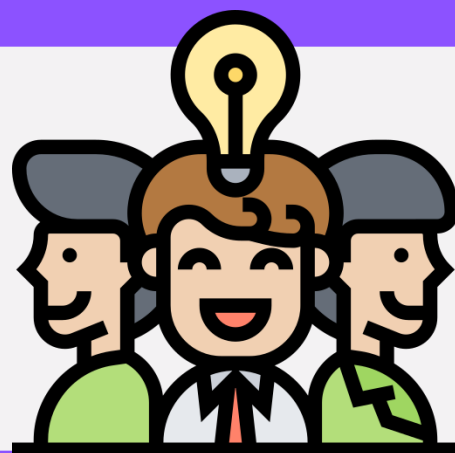
un grupo experimental (30 mujeres y 20 hombres)



un grupo de control (28 mujeres y 22 hombres)

### Herramientas y procedimientos

- Redacción de guiones
- Tecnología Psious
- Escala de Ansiedad al Hablar en Público de Bartholomay y Houlihan (2016)



## CONCLUSIONES

Las principales contribuciones de este estudio fueron tres

- a) Demostramos la eficacia de un programa de RV con distractores y preguntas para reducir la ansiedad de los estudiantes
- b) Combinamos diferentes métodos, la actividad electrodérmica (respuesta fisiológica) y el autoinforme (percepción) para medir la ansiedad y lograr resultados más fiables
- c) Mostramos diferencias de género en la ansiedad al hablar en público, ya que los estudiantes varones mostraron niveles más altos y una menor reducción en la prueba posterior.

# Comunicar

[www.revistacomunicar.com](http://www.revistacomunicar.com)