Factores culturales que se asocian con la ansiedad en el aula: reflexiones sobre sus implicaciones en el desempeño académico, la educación y el rol de la persona docente

Cultural Factors Associated with Classroom Anxiety: Reflections on Their Implications for Academic Performance, Education, and the Role of the Teacher

Fatores culturais associados à ansiedade em sala de aula: reflexões sobre suas implicações para o desempenho acadêmico, a educação e o papel docente

Yitsy Andreína Mora Elizondo
Universidad de Costa Rica
https://ror.org/02yzgww51
Puntarenas, Costa Rica
yitsy.mora@ucr.ac.cr
ORCID: https://orcid.org/0009-0005-8376-1343

María Lisbeth Mora Elizondo
Universidad de Costa Rica
https://ror.org/02yzgww51
Puntarenas, Costa Rica
maria.moraelizondo@ucr.ac.cr
ORCID: https://orcid.org/0000-0003-1967-3013

Recibido – Received – Recebido: 07/04/2026 Corregido – Revised – Revisado: 07/07/2026 Aceptado – Accepted – Aprovado: 17/09/2026

DOI: https://doi.org/10.22458/ie.v28iespecial.6503
URL: https://revistas.uned.ac.cr/index.php/innovaciones/article/view/6503

Resumen: En este ensayo académico, se analizan factores culturales como el individualismo y el colectivismo, estereotipos relacionados al género y la otredad que podrían estar asociados con la ansiedad de las personas estudiantes en el aula, lo que genera consecuencias desfavorables en el proceso de aprendizaje y el desempeño académico. Además, se discute el papel de la educación y el rol de la persona docente. En ocasiones, algunos aspectos culturales presentes en la población estudiantil se convierten en motivo de ansiedad, lo que provoca inseguridad en la persona estudiante, esto podría afectar el proceso académico y sus relaciones sociales, lo cual influye en el éxito o fracaso académico, así como el cumplimiento de objetivos esperados. Como conclusiones, el análisis evidenció que las diferencias culturales podrían generar ansiedad y afectar a la persona estudiante al experimentar condiciones desfavorables, tales como inseguridad, exclusión y discriminación, lo que repercute en el logro de objetivos académicos. Por último, se destaca el rol de la educación y, principalmente, el de la persona docente, con el objetivo de identificar y atender estos aspectos que podrían estar incidiendo de manera negativa en la persona estudiante.

Palabras clave: factor cultural, fracaso escolar, individualismo, estudiante, rendimiento escolar.

Artículo protegido por licencia Creative Commons

Abstract: This academic essay examines cultural factors such as individualism, collectivism, gender stereotypes, and otherness, which may be associated with students' classroom anxiety. Such anxiety has adverse consequences for learning and academic performance. The essay also discusses the role of education and of teachers. Some cultural factors among students can become a source of anxiety and lead to feelings of insecurity. This may affect students' academic progress and social relationships, with implications for academic success or failure and for achieving expected goals. The analysis concludes that cultural differences may contribute to anxiety and affect students when they experience adverse conditions such as insecurity, exclusion, and discrimination, with implications for the achievement of academic goals. The essay highlights the role of education and, in particular, of teachers in identifying and addressing factors that may adversely affect students.

Keywords: cultural factors, academic failure, individualism, students, academic achievement.

Resumo: Este ensaio acadêmico analisa fatores culturais como o individualismo, o coletivismo, os estereótipos de gênero e a alteridade, que podem estar associados à ansiedade dos estudantes em sala de aula. Essa ansiedade tem consequências desfavoráveis para a aprendizagem e o desempenho acadêmico. Também se discute o papel da educação e dos docentes. Em alguns casos, aspectos culturais presentes na população estudantil tornam-se motivo de ansiedade e geram insegurança entre os estudantes. Essa situação pode afetar seu percurso acadêmico e suas relações sociais, com repercussões no sucesso ou no fracasso acadêmico e no alcance dos objetivos propostos. A análise conclui que as diferenças culturais podem gerar ansiedade e afetar os estudantes quando eles vivenciam situações desfavoráveis, como insegurança, exclusão e discriminação, com repercussões no alcance dos objetivos acadêmicos. Por fim, destaca-se o papel da educação e, em particular, dos docentes na identificação e no enfrentamento desses aspectos que podem afetar negativamente os estudantes.

Palavras-chave: fator cultural, fracasso escolar, individualismo, estudante, desempenho escolar.

INTRODUCCIÓN

A diario las personas estudiantes enfrentan situaciones que generan ansiedad en el contexto educativo, cuando este problema persiste, se presentan consecuencias cada vez más evidentes y desfavorables, al punto de afectar el desempeño de la persona por factores como preocupación extrema, miedo, inquietud, reacciones intensas y patrones de pensamiento negativo (Vitasari et al., 2010). Consecuentemente, si el problema no es tratado, se convertirá en una dificultad permanente impidiendo el buen desarrollo del proceso de aprendizaje. Así lo menciona Moreno (2020):

> Los trastornos de ansiedad causan un gran malestar y empeoran la calidad de vida del paciente. Si no se recibe el tratamiento adecuado, el riesgo de hacerse crónicos es alto, de ahí que algunos pacientes acudan a consulta tras padecer ansiedad o miedo durante años; en ocasiones, después de varios tratamientos médicos o psicológicos sin resultados satisfactorios. (p. 18)

Dentro del contexto educativo, la ansiedad puede estar asociada no solo a factores personales, sino a causas externas de índole cultural y social que, a la larga, ocasionan que las personas estudiantes experimenten síntomas como los mencionados anteriormente, los cuales generan consecuencias negativas a nivel personal y académico. Por esta razón, resulta relevante analizar el impacto que generan factores de tipo cultural en las experiencias educativas de las personas discentes.

Artículo protegido por licencia Creative Commons

Con el fin de reducir la ansiedad generada en el aula, es necesario conocer cuáles factores la provocan, para tratarlos de una manera adecuada y evitar que estos influyan negativamente en el proceso de enseñanza-aprendizaje. El análisis de esta problemática se lleva a cabo para comprender de una manera más profunda cómo las situaciones presentes en las aulas podrían repercutir en la vida académica, profesional y personal del estudiantado. Asimismo, permite reflexionar acerca de cuál sería el rol de la educación, especialmente del profesorado ante problemas como la ansiedad a más altos niveles y los factores que las podrían estar causando.

En lo relacionado a la ansiedad, independientemente de su tipo, esta puede afectar a un individuo, particularmente en el desenlace de situaciones o resultados esperados en el desempeño de las personas estudiantes, ya que una persona bajo niveles de ansiedad considerables no podría rendir lo suficiente como sí lo haría en un ambiente sin presión.

Así, las personas estudiantes inmersas en situaciones de ansiedad enfrentan dificultades que podrían repercutir en el desempeño académico, lo cual lleva a la persona discente a una situación de desventaja. De acuerdo con Moreno (2020): "A menudo, los estados de ansiedad crónica pueden acompañarse de dificultades para concentrarse, sensación de confusión o distracción. Y esto puede dar lugar a fallos de memoria, sobre todo la relacionada con las cosas que tienen lugar en nuestra vida cotidiana actual" (p. 39).

De este modo, una persona estudiante que enfrente ansiedad mientras está en clases podría tener dificultades para aprender o establecer conexiones entre conceptos ya adquiridos y nuevos, debido a que, como menciona Moreno (2020), podría enfrentar problemas para concentrarse. Por esta causa, la ansiedad a más altos niveles es un problema real y de serias consecuencias que obstaculizan y entorpecen el aprendizaje. Sin embargo, en muchas ocasiones, no es identificada ni intervenida adecuadamente, lo que puede provocar un incremento en sus efectos a largo plazo.

Por lo tanto, reconocer posibles causas de la ansiedad en contextos educativos es una función muy relevante en la labor docente, con el propósito de abordar de la manera más adecuada situaciones relacionadas a detonantes de esta emoción negativa en las personas estudiantes. Jadue (2001) describe algunas causas y repercusiones:

> El ambiente cargado de evaluaciones del sistema escolar contribuye, además, al incremento del temor que puede provocar el contacto interpersonal intraescolar, especialmente cuando el alumno se siente inseguro de sus habilidades sociales y tiene temor a las evaluaciones negativas de sus compañeros, amigos y profesores. Asimismo, los estudiantes ansiosos a menudo presentan problemas en su socialización, porque su dependencia del adulto y sus propias aprensiones los hacen aparecer muy infantiles ante sus compañeros. (p. 115)

Algunos factores culturales como el individualismo y el colectivismo, los estereotipos de género y la otredad son ejemplo de aspectos que pueden causar ansiedad, debido a que la persona estudiante duda de su capacidad y "habilidades sociales", lo que la hace introvertida y reticente. Consecuentemente, podría sentirse excluida por tener características consideradas negativas por la sociedad en la que está inmersa. Por tanto, el objetivo de este ensayo académico es analizar críticamente cómo factores culturales relacionados a individualismo-colectivismo, estereotipos de género y la otredad podrían estar asociados a repercusiones negativas en el desarrollo de la persona estudiante en el contexto educativo.

DESARROLLO DEL TEMA

Los factores culturales como el individualismo y colectivismo, estereotipos de género y la otredad pueden influir negativamente en el desempeño académico de la persona estudiante, por lo que resulta esencial examinar el papel de la educación y el rol docente en torno a estas dinámicas, con el fin de fomentar el respeto a

Artículo protegido por licencia Creative Commons

la diversidad cultural. A partir de esta proposición, resulta necesario entender de qué manera estos aspectos culturales podrían estar asociados con la ansiedad experimentada en contextos educativos.

En primer lugar, es importante conocer las diferencias entre culturas individualistas y colectivistas para comprender mejor su incidencia en este tema. De acuerdo con Hofmann et al. (2010), las culturas individualistas son aquellas que le dan mucha importancia a la autonomía y logros personales. Desde esta perspectiva, se puede considerar que, si una persona estudiante tiene una orientación cultural individualista, al desenvolverse en un contexto educativo colectivista, podría enfrentar obstáculos para ajustarse a las dinámicas propias de un grupo y sentirse excluida, o bien su comportamiento podría ser interpretado de manera diferente desde la perspectiva colectivista.

Toyama y Yamazaki (2022) mencionan que, en las sociedades individualistas, es natural que las personas se expresen de manera directa y posean mayor autonomía a la hora de interactuar. Estas características o peculiaridades podrían ser interpretadas de forma negativa en contextos donde la forma de interacción es distinta, lo que podría incitar a dificultades en la comunicación, en el desarrollo de actividades académicas y en el cumplimiento de objetivos de aprendizaje, lo que podría generar ansiedad en la persona estudiante.

Por el contrario, en las sociedades colectivistas, se otorga mayor relevancia a las experiencias grupales y al sentido de pertenencia. Chaverri y Fernández (2023) resaltan que: "en la orientación colectivista la persona se ve como fusionada y dependiente con respecto al grupo social" (p. 85). Esta orientación cultural incluye normas y comportamientos que favorecen la integración de grupo; debido a esto, cuando la persona estudiante percibe que sus comportamientos, creencias y convicciones no forman parte del entorno en el que se encuentra, podría experimentar sentimientos relacionados a la ansiedad. Por ejemplo, Toyama y Yamazaki (2022) indican que las sociedades colectivistas dan mayor importancia a los sentimientos y emociones, por lo cual, quienes se desarrollan en este contexto cultural, tienden a sufrir más ansiedad y vergüenza a la hora de expresarse, esto funciona de manera contraria en el contexto cultural individualista.

De esta forma, si alguna persona perteneciente al contexto cultural colectivista se desenvolviera en un entorno individualista, su reticencia a la hora de participar en clase podría convertirse en una desventaja para alcanzar objetivos académicos, cumplir expectativas de grupo y educativas. Esto podría perjudicar el desempeño estudiantil y, por ende, sus evaluaciones tanto de índole formativas como sumativas.

Ante este escenario, resulta necesario que las personas docentes e instituciones educativas reconozcan la diversidad cultural presente en las aulas y, de esta manera, promover ajustes necesarios para el buen desarrollo de las actividades académicas, considerando y valorando la diversidad en contextos educativos. Leiva y Merino (2007) señalan la pertinencia del reconocimiento de la interculturalidad en el aula como responsabilidad educativa para favorecer ambientes más inclusivos, donde la persona estudiante sea reconocida y valorada de manera adecuada.

Otro de los factores culturales que podrían estar asociados con la ansiedad en el aula son los estereotipos de género, los cuales se relacionan con los sistemas patriarcales y afectar, por consiguiente, las dinámicas e interacciones dentro del aula. Por un lado, a las mujeres se les asigna roles de comportamientos sumisos e inferioridad; mientras que a los hombres se les inculca roles más autoritarios. Según Restrepo y Vélez (2023):

> La creación de estereotipos está relacionada con los comportamientos aprendidos por las mujeres, basados a su vez, en el miedo, el temor, la culpa, la baja autoestima y su estatus en los sistemas patriarcales. Estos atributos, que se asignan desde niños, determinan las acciones, marcan diferencias, y se fijan de forma natural. (p .43)

Estos comportamientos asociados con los estereotipos de género no solo se pueden presentar en el ámbito familiar, sino que se podrían manifestar también en las aulas. Como explican Restrepo y Vélez (2023), estos patrones son aprendidos desde la infancia y pueden seguir reflejándose en otras realidades. Desde esta perspectiva, es posible que algunos factores inadecuados se sigan reflejando en las aulas, de esta forma, se pueden concebir como aceptables y comunes e influir en actividades, intereses, formas de comunicarse, entre otras.

Artículo protegido por licencia Creative Commons

Cabe destacar que no solo las mujeres sufren las consecuencias en una sociedad patriarcal, sino también los hombres, al ser considerados inquebrantables y poderosos como parte de su "masculinidad". Restrepo y Vélez (2023) afirman que: "los hombres también son marginados de los roles asignados socialmente a las mujeres y en los que cada vez más quisieran participar sin temor a ser juzgados" (p. 53). Lo anterior sugiere que los hombres también pueden verse afectados por los roles de género implantados en la sociedad, lo cual, al igual que en las mujeres, podría tener implicaciones negativas en su desempeño académico. Si el rol no es el habitual o no cumple con las características que la sociedad esperaría, las personas estudiantes podrían sufrir consecuencias como rechazo, *bullying*, aislamiento, entre otros, y esto puede relacionarse con su bienestar emocional y su desempeño académico. Asimismo, estas experiencias podrían repercutir en su autoestima, impidiendo que se concentren o desenvuelvan en clase, debido a su ansiedad y preocupación acerca de cómo los ven las demás personas.

Por esta razón, el papel de la educación y el de la persona docente son relevantes en estos escenarios, ya que, mediante la concientización, se puede lograr el cambio de estos comportamientos o ideas asociadas a roles de género tradicionales. De esta forma, se podría evitar que los estereotipos relacionados al género afecten directa o indirectamente el proceso de aprendizaje y los objetivos por alcanzar. Además, la persona docente debe observar si en su clase se están presentando algunas manifestaciones asociadas a estereotipos de género que pudieran estar generando algún tipo de ansiedad. Así, por ejemplo, las personas pueden ser rechazadas por desempeñar roles que la sociedad atribuye a un género determinado, lo que podría estar asociado a discriminación o rechazo. Por lo tanto, las personas docentes en su rol de moldeadores y guías deben ser instruidas para reconocer y eliminar estos prejuicios, a fin de producir un cambio significativo a nivel de aula y sociedad; de esta forma, se evita que las personas estudiantes se sientan incapaces de participar en ciertas actividades que les están provocando ansiedad.

Por otro lado, puede haber estereotipos de género en los cuales, ya sea mujeres o hombres, se consideran más o menos privilegiados en ciertas habilidades. Así, por ejemplo, Li y McLellan (2021) realizaron una investigación donde se encontró que el estudiantado tenía una percepción estereotipada de las mujeres; es decir, se consideraba que ellas eran más talentosas, más motivadas y presentaban mejores rendimientos que los hombres en el aprendizaje de inglés. Apreciaciones como estas son las que podrían asociarse a emociones negativas como la ansiedad, pues estudiantes que consideran que otros son mejores pueden sentirse un poco ansiosos, abrumados o angustiados al enfrentarse a actividades de uso activo del idioma, pues, al compararse con otros que supuestamente sí poseen muy buenas habilidades lingüísticas, pensamientos aversivos podrían interferir con su desempeño.

Rojas (2021) explica la teoría de control atencional, en la cual las personas con ansiedad podrían experimentar estímulos considerados como amenazantes, esto puede causar que se concentre más la atención en los estímulos externos que en la actividad a realizar. En el caso explicado anteriormente, el estímulo externo podría ser el pensamiento de los hombres sobre que las mujeres son mejores.

Algunos estudios han encontrado diferencias en los niveles de ansiedad entre mujeres y hombres. En particular, se ha observado que los hombres han experimentado ansiedad más alta, debido a que presentaban algunas deficiencias lingüísticas o por miedo a la evaluación negativa de las demás personas; mientras que, las mujeres presentaron menor ansiedad y mayor disfrute, autoeficacia y motivación (Wang y Ran, 2026). Por lo tanto, esta emoción puede presentarse debido a varios factores relacionados con las experiencias que están enfrentando las personas y las respuestas que los individuos muestran, por ejemplo, la aparición de emociones negativas o positivas como la ansiedad o el disfrute.

Además de los estereotipos de género, otro factor cultural por considerar es la "otredad", la cual es definida por la Real Academia Española (RAE, s.f.) como "la condición de ser otro", es decir, la manera en que se perciben las diferencias entre los demás, las cuales pueden estar relacionadas a raza, preferencias, género, nacionalidad, entre otros. Estos aspectos tienden a estar influenciados por construcciones sociales o de estigmatización y estereotipos. Cartagena (2021) expresa que:

Artículo protegido por licencia Creative Commons

> (…) la manera en la que nos relacionamos con los otros, la incomodidad que nos producen, el no reconocimiento de su diferencia y la legitimación de su posición social o de su exclusión está condicionada por la dimensión simbólica de la interacción, esto es, por los imaginarios y representaciones que se han constituido históricamente sobre el "otro" y que se producen y reproducen a partir de los sistemas de clasificación social. A su vez, los procesos de clasificación social están íntimamente ligados con las dinámicas de desigualdad y asimetría entre grupos y sujetos sociales. (p. 7)

A partir de este planteamiento, algunas características culturales de la persona estudiante pueden considerarse ajenas o diferentes a las del grupo predominante, por lo que podría generar una tendencia a etiquetar o clasificar a los individuos de manera negativa o desigual. Como consecuencia ,estas diferencias se pueden convertir en motivo de burla o discriminación, por lo que la persona afectada podría experimentar sentimientos de inseguridad y desigualdad, esto, a su vez, afectaría la motivación y participación en clase. Según Molla (2026), en ambientes educativos y sociales, la percepción de individuos como ajenos a la cultura predominante puede incitar al trato desigual, lo que podría propiciar la segregación y construcción de estereotipos.

Cabe destacar que la diversidad cultural debe concebirse como una oportunidad para enriquecer el proceso de aprendizaje mediante intercambios de perspectivas, conocimientos y experiencias. El reconocimiento de esta diversidad como recurso educativo podría favorecer el análisis y adquisición de conocimientos relacionados a historia, cultura y valores, propiciando un ambiente sano donde la persona estudiante no sea etiquetada por ser diferente o juzgada por sus características de ser "otro", lo que podría aminorar el sentirse excluida o ansiosa por aspectos relacionados a su cultura.

Después de analizar los factores culturales que pueden estar generando ansiedad, es importante tomar en cuenta que estos problemas de ansiedad en las aulas provocan serias repercusiones en las personas estudiantes, ya que los niveles altos de ansiedad causan problemas más graves. La ansiedad causa una serie de inconvenientes que repercuten en el desempeño de la persona estudiante, como enfatizan Ávila-Toscano et al. (2011) retomando los planteamientos de Jadue: "...que la alta AE [Ansiedad Escolar] reduce la eficiencia en el aprendizaje, dado que disminuye la atención, la concentración y la capacidad de retención, conllevando al deterioro en el rendimiento académico" (p. 257).

La ansiedad es una emoción que a niveles más elevados se puede convertir en un problema más generalizado, transformándose en un trastorno severo; por ello es imperativo que el sistema educativo capacite, apoye y guíe a las personas docentes para tratar la ansiedad, identificar causas y consecuencias como resultado de factores culturales presentes en el aula y con esto flexibilizar y mejorar su quehacer docente; y no simplemente dejar de lado estos factores que, a la larga, sino se toman en cuenta podrían tener alguna influencia en el bienestar y desempeño académico del estudiantado.

Anteriormente se analizaron factores culturales como la individualidad y el colectivismo en las sociedades y su relación con la ansiedad en el aula, asimismo, el rol de género y el factor de la "otredad", pero ¿cuál es el rol de la educación ante este fenómeno y sobre todo el rol del docente? Ante estas interrogantes, se debe reflexionar en cuanto a los procesos educativos, ¿se debe actualizar el currículum tomando en cuenta estos factores?, ¿se toman en cuenta estos problemas relacionados con la ansiedad que van en aumento en las aulas?, ¿qué se hace al respecto? Es necesario replantear el papel de la educación en este sentido, tomando en cuenta la diversidad cultural en las aulas y así trabajar en un cambio significativo y positivo que promueva actividades académicas libres de estereotipos. Además, que las diferencias culturales sean utilizadas positivamente, de manera que los estereotipos de género desaparezcan y, a su vez, se reduzca la posibilidad de repetir estos patrones en la sociedad.

Debido a lo anterior, las personas docentes deben estar capacitadas para reconocer esos matices culturales y guiar a sus estudiantes a volver su mirada al "otro" de una manera positiva, sin necesidad de opacar a nadie por diferencias culturales o de género, y así identificar los factores culturales que influyen en la vida del estudiantado. Esto, sin duda, mejoraría los contextos educativos y las personas estudiantes se sentirían menos juzgadas o excluidas.

Artículo protegido por licencia Creative Commons

Por otro lado, el núcleo familiar es de gran importancia, los encargados de familia también necesitan estar involucrados y supervisar el buen desempeño de las personas estudiantes; en un trabajo conjunto, madres, padres y encargados deben conocer y aplicar estrategias para la buena comunicación con sus hijos e hijas, ya que algunas veces por razones de trabajo o dificultades personales, no están tan cerca de las personas jóvenes, lo que podría tener repercusiones en aspectos de la vida del estudiantado.

De esta manera lo expresa Urraco (2023):

> A través de la familia, los niños y las niñas aprenden normas y valores sociales y culturales que adquieren para la formación de su identidad personal. Posteriormente, y aún en la más temprana infancia, dichos patrones de referencia empezarán a vincularse con los de la institución escolar. De este modo, la educación debe reconocerse como un hecho social multifactorial y, por lo tanto, de gran complejidad. (p. 105)

Dicho esto, las personas estudiantes deben aprender a conocer y ser conscientes de su cultura, así mismo, deben ser instruidas a reconocer los estereotipos que forman parte de esta, con el fin de cambiar conductas y pensamientos negativos que podrían afectarlas, y así eliminar patrones inapropiados que puedan existir dentro y fuera del aula. Asimismo, es necesario ser sensible a culturas ajenas y tener en cuenta que en el aula no todas las personas estudiantes son iguales, sino que hay diversidad de contextos, necesidades, experiencias y prioridades, por lo cual es necesario que el personal docente adecue el currículum a dichos contextos de acuerdo con cada grupo, lo cual es un trabajo constante y permanente. Como mencionan Garay et al. (2023), la labor educativa en entornos diversos requiere profesionales innovadores, creadores de circunstancias sociales, económicas y culturales que fomenten el respeto a la diversidad, eliminando la discriminación.

Educar desde la otredad es un principio fundamental y el personal docente tiene la responsabilidad de adaptar su clase de acuerdo con las necesidades del estudiantado, así como motivarlo a desenvolverse de la mejor manera en la parte académica, como individuo capaz de ser parte importante del cambio para el mejoramiento de la sociedad, fomentando el reconocimiento y respeto a la diversidad desde edades tempranas con el fin de eliminar conductas aprendidas que causan *bullying*, ansiedad y exclusión, para lograr un aprendizaje más integral y eficaz. Así lo expresan Moraleda y Galán (2024): "Dado que los prejuicios y estereotipos son construcciones sociales susceptibles de ser desafiadas y cambiadas, las escuelas y otros espacios educativos se presentan como entornos propicios para promover la inclusión, el respeto y la diversidad" (p. 68).

Por consiguiente, desde la infancia, se debe instruir para obtener un cambio significativo y que no sea un problema que se hereda de generación en generación, como hasta ahora, así el trabajo es de todas las personas como miembros de una sociedad. De esta manera lo analizan Vega-Caro y Vico-Bosch (2022): "Los procesos de enseñanza-aprendizaje que se enmarcan en la educación inclusiva son emancipadores y liberadores, es decir, responden al desarrollo de la autonomía y el bienestar de cada persona en su dimensión individual y colectiva" (p. 21).

Así, mediante una atención adecuada a la diversidad y el respeto a factores culturales de cada individuo en el aula, se podría lograr el fortalecimiento de la autoeficacia, lo que propiciaría una disminución de emociones desfavorables como la ansiedad que estaría siendo causada por diferencias culturales, estereotipos de género o considerar a una persona como ajena, diferente, entre otras causas. Esto le permitiría a la persona estudiante desenvolverse apropiadamente y lograr un mejor desempeño académico sin presiones de grupo.

De igual manera, la persona docente necesita evaluar su quehacer en el aula y estar consciente de la necesidad de identificar factores generadores de ansiedad. Además, investigar acerca de las mejores estrategias para el manejo de estos factores, con el fin de tratarlos mejor, sin tomar estas situaciones a la ligera o "normalizar" este tipo de creencias y acciones; por lo cual, las personas docentes deben autoevaluarse y actualizarse en estos temas para cumplir su labor eficazmente. Así lo analizan Fortoul y Fierro (2021):

Artículo protegido por licencia Creative Commons

> Por otra parte, mantenerse actualizado sobre los cambios en las perspectivas sobre el conocimiento escolar resulta fundamental para prácticas docentes que se propongan abordar situaciones de aprendizaje pertinentes en los espacios disciplinares definidos en los currículos, trabajar en secuencias didácticas adecuadas para la enseñanza y consolidar una visión de mediano y largo plazos en la progresión de aprendizajes, fundamental para el desarrollo cognitivo de los y las estudiantes. (p. 31)

Definitivamente, es esencial repensar la educación, educar desde la concepción de la libertad; la educación no debe homogeneizar a los individuos. Igualmente, se debe dejar de lado los estereotipos de género que la persona docente por cuestiones culturales también podría poseer. El conocimiento debe empezar por el personal docente para generar un cambio y mejores comportamientos, lo cual es una práctica continua de reflexión y evaluación intrínseca. Según Barraza (2023):

> Los profesores deben adquirir conocimientos, habilidades y herramientas pedagógicas que les permitan abordar de manera efectiva la igualdad de género en el aula. Esto implica una reflexión constante sobre su propio comportamiento, actitudes y prejuicios, así como la capacidad de generar espacios de diálogo y reflexión con los estudiantes. (p. 65)

Por esta razón, la perseverancia y el trabajo constante en el reconocimiento de las formas en que los factores culturales pueden generar ansiedad en las personas discentes se vuelven primordiales para la mejora del desempeño del estudiantado, lo cual es un trabajo que se debe desarrollar en conjunto entre el personal docente, con el apoyo de la familia, la institución y la comunidad.

SÍNTESIS Y REFLEXIONES FINALES

El presente ensayo analiza la influencia de factores culturales como el individualismo y colectivismo, los estereotipos de género, la otredad y su relación con la ansiedad que podrían experimentar las personas estudiantes en el aula, cuando las características culturales que poseen no pertenecen a la cultura predominante, lo cual podría generar consecuencias negativas en el aprendizaje y desempeño académico.

Al analizar las sociedades individualistas y colectivistas, es notorio que las formas de interacción que cada una establece son opuestas en su mayoría. En la primera, se valora más los logros individuales, mientras que en la segunda se trabaja en beneficio colectivo sobre el individual; por lo cual, si alguna persona estudiante está inmersa en una sociedad que no es la propia, podría sufrir dificultades de adaptación, lo que podría asociarse con trastornos de ansiedad. De igual forma, los estereotipos de género se discuten como un factor importante, ya que estos podrían influir en las expectativas y conductas en hombres y mujeres de acuerdo con lo que se considere aceptable en la sociedad predominante. Cuando el bagaje cultural de alguna persona no se ajusta a lo esperado, esto podría causar que la persona se sienta excluida o rechazada, lo cual también generará ansiedad y obstáculos para el buen desarrollo académico.

Otro de los factores discutidos en este ensayo corresponde a la otredad, la cual se da cuando características personales, de cultura o sociedad son consideradas ajenas, minoritarias o diferentes a lo esperado. De acuerdo con la información recopilada, estas diferencias podrían asociarse a discriminación, prejuicios y, una vez más, exclusión, por lo cual el ser "diferente" podría representar una afectación para su bienestar emocional, causando ansiedad, *bullying* o discriminación, esto ocasiones consecuencias desfavorables en contextos académicos.

En respuesta a esta circunstancia, la educación adquiere un papel fundamental en la creación de espacios inclusivos que valoren, respeten y promuevan la diversidad cultural del aula, ya que forma parte de su compromiso con la sociedad: el contribuir a la formación integral de las personas estudiantes y enriquecer su bienestar educativo

Artículo protegido por licencia Creative Commons

y social. En particular, las personas docentes deben reconocer la existencia de estos factores y comprender su posible influencia en la ansiedad, así como las consecuencias negativas que esto podría tener en el desempeño académico. Es fundamental que la persona docente evalúe su propia práctica, cuestione estereotipos o prejuicios existentes en la cultura predominante, y sea capaz de promover el respeto a la diversidad cultural, además de adecuar estrategias educativas a las necesidades de su estudiantado. Así mismo, reflexionar permanentemente acerca de posibles mejoras en relación con el reconocimiento enriquecedor de la diversidad.

Finalmente, cabe destacar que el abordaje de esta problemática requiere un trabajo en conjunto de instituciones educativas, docentes y familias, ya que el reconocimiento de la diversidad cultural como recurso de aprendizaje favorece ambientes educativos inclusivos, evitando la ansiedad asociada a factores culturales y sus consecuencias. Ser conscientes de la necesidad de proveer un ambiente libre de discriminación, exclusión y perjuicios resulta esencial para generar cambios y favorecer mejores condiciones para el desarrollo académico, personal y social de las personas estudiantes.

Mediante este ensayo académico, se analizaron factores culturales como el individualismo-colectivismo, estereotipos de género, la otredad y sus repercusiones en contextos educativos, de esta manera, se contribuye a visibilizar la forma en que estas características culturales pueden influir en el desempeño académico. Además, el ensayo permite analizar el papel de la educación, docentes, familia y su entorno, con el fin de promover prácticas educativas más inclusivas y que valoren la diversidad. Sin embargo, como futura investigación, es pertinente explorar estrategias pedagógicas y prácticas docentes que contribuyan a disminuir las consecuencias negativas de la influencia de factores culturales y la ansiedad, que podrían influir en las dinámicas de comportamiento y desarrollo académico del estudiantado dentro y fuera de las instituciones educativas. Es pertinente, además, identificar necesidades de capacitación docente en relación a este tema, estudiar y analizar las perspectivas estudiantiles, y así crear un ambiente propicio para el desarrollo académico respetando la diversidad cultural.

CONTRIBUCIÓN DE LAS PERSONAS AUTORAS

Yitsy Andreína Mora Elizondo: conceptualización, investigación, metodología, redacción –borrador original–, redacción –revisión y edición.

María Lisbeth Mora Elizondo: conceptualización, investigación, metodología, redacción –borrador original–, redacción –revisión y edición.

REFERENCIAS

Ávila-Toscano, J. H., Hoyos Pacheco, S. L., González, D. P., y Cabrales Polo, A. (2011). Relación entre ansiedad ante los exámenes, tipos de pruebas y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Psicogente, 14*(26), 255–268. https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=497552359004

Barraza, L. A. (2023). Promoviendo la equidad: Estrategias para la igualdad de género en educación. *Ciencia y Educación, 4*(11), 53–69.

Cartagena Núñez, C. (2021). La otredad incómoda: Una reflexión sociológica. *Revista Estudios*, 1–34. https://archivo.revistas.ucr.ac.cr/index.php/estudios/article/view/47211/46715

Chaverri Chaves, P., y Fernández Sedano, I. (2023). Individualismo y colectivismo cultural en relación con la desigualdad socioeconómica desde el enfoque de la psicología social evolutiva. *Ánfora, 30*(55), 77–104. https://doi.org/10.30854/anf.v30.n55.2023.925

Artículo protegido por licencia Creative Commons

Fortoul, B., y Fierro, C. (Coords.). (2021). *Analizar las prácticas docentes: Aproximaciones desde el interaccionismo*. Newton Edición y Tecnología Educativa.

Garay Alemany, V., Lagos San Martín, N., Díaz Suazo, P., y Morales Mejías, P. (2023). Educar en diversidad en la formación inicial docente: Una revisión sistemática. *Revista de Estudios y Experiencias en Educación, 22*(49), 12–31. https://doi.org/10.21703/rexe.v22i49.1429

Hofmann, S. G., Asnaani, A., y Hinton, D. E. (2010). Cultural aspects in social anxiety and social anxiety disorder. *Depression and Anxiety, 27*(12), 1117–1127. https://doi.org/10.1002/da.20759

Jadue, G. (2001). Algunos efectos de la ansiedad en el rendimiento escolar. *Estudios Pedagógicos*, (27), 111–118. https://www.redalyc.org/pdf/1735/173513844008.pdf

Leiva Olivencia, J. J., y Merino Mata, D. (2007). La función docente en contextos de diversidad cultural. *Revista Iberoamericana de Educación, 41*(2), 1–8. https://doi.org/10.35362/rie4122472

Li, J., y McLellan, R. (2021). Is language learning a feminine domain? Examining the content and stereotype threat effect of female-language stereotypes among EFL learners in China. *Contemporary Educational Psychology, 66*, 101991. https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2021.101991

Molla, T. (2026). Racial othering in schools: A typology. *Race and Justice, 16*(4), 1491–1516. https://doi.org/10.1177/21533687261426435

Moraleda Ruano, Á., y Galán-Casado, D. (Coords.). (2024). *Estigma y educación: Un enfoque para la igualdad*. Narcea Ediciones.

Moreno, P. (2020). *Ansiedad crónica: Una guía para pacientes (e impacientes)* (2.ª ed.). Editorial Desclée de Brouwer.

Real Academia Española. (s. f.). Otredad. En *Diccionario de la lengua española*. https://dle.rae.es/otredad

Restrepo Torres, M., y Vélez Rolón, A. (2023). *Amarte: Para reconstruir los roles de género*. Editorial CESA.

Rojas, L. (2021). *Mecanismos subyacentes a la asociación de la relación de la ansiedad ante los exámenes con el rendimiento en pruebas* [Tesis de doctorado, Universidad de Costa Rica]. Repositorio Kerwa. https://www.kerwa.ucr.ac.cr/handle/10669/83636?locale-attribute=en

Toyama, M., y Yamazaki, Y. (2022). Foreign language anxiety and individualism-collectivism culture: A top-down approach for a country/regional-level analysis. *SAGE Open, 12*(1). https://doi.org/10.1177/21582440211069143

Urraco Solanilla, M. (2023). *Sociedad, familia, formación: Elementos para una sociología de la educación*. Los Libros de la Catarata.

Vega-Caro, L., y Vico-Bosch, A. (2022). *Investigaciones teóricas y experiencias prácticas para la equidad en educación*. Dykinson.

Vitasari, P., Wahab, M. N. A., Othman, A., y Awang, M. G. (2010). The use of study anxiety intervention in reducing anxiety to improve academic performance among university students. *International Journal of Psychological Studies, 2*(1), 89–95. https://doi.org/10.5539/ijps.v2n1p89

Wang, Y., y Ran, C. (2026). Rethinking foreign language anxiety: Psychological insights into gender and skill-specific patterns. *Humanities and Social Sciences Communications, 13*, Article 1266. https://doi.org/10.1057/s41599-026-07628-8

Artículo protegido por licencia Creative Commons