

CONCLUSIÓN

Muchos de los autores consultados, definen el miedo escénico como “una reacción del ser humano ante una situación de peligro”. Pero en esta conclusión, deberíamos ensalzar la importancia que tiene el saber detectar los síntomas principales que van apareciendo cuando sufrimos de miedo escénico, y una vez detectados, saber asumirlos y controlarlos para poder sacar el lado positivo de ellos, hacerlos productivos para nuestra actuación frente al público.

¿Cómo conseguimos esto? Tratando de entrenar, ensayar, hablar... creando un clima parecido al que se nos presentará cuando nos enfrentemos a un escenario. Debemos hacer que las condiciones fisiológicas, cognitivas y conductuales sean lo más parecidas, es decir, debemos elevar nuestro ritmo cardíaco, debemos equivocarnos para ir aprendiendo a asimilar estos fallos, debemos buscar que alguien nos vaya interrumpiendo.

Una vez que nos acostumbremos a todo esto, cuando nos asalte el miedo escénico y con él sus síntomas, estaremos acostumbrados y sabremos cómo aprovecharlos para mejorar nuestra intervención.

Es nuestro deber como profesores proporcionar al alumnado herramientas eficientes para controlar sus nervios, para que aprendan a admitir sus errores, para que se sientan seguros de sí mismos y en definitiva, para que comprendan que el fin principal de la música no es la venta de un producto, sino la transmisión de unos sentimientos por medio del sonido.