



Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, Ciudad de México, México.
ISSN 2707-2207 / ISSN 2707-2215 (en línea), mayo-junio 2025,
Volumen 9, Número 3.

https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v9i1

**IMPACTO DEL MÉTODO SUGESTOPÉDICO EN LA
PRONUNCIACIÓN Y USO DEL IDIOMA INGLÉS EN
ESTUDIANTES DE PRIMER GRADO DE
SECUNDARIA PÚBLICA**

**IMPACT OF THE SUGGESTOPEDIC METHOD ON THE
PRONUNCIATION AND USE OF THE ENGLISH LANGUAGE IN
FIRST-YEAR PUBLIC SECONDARY SCHOOL STUDENTS**

Sandra Beatriz Ruiz San Miguel

Centro de Investigación Pedagógica del Caribe, México

Impacto del Método Sugestopédico en la Pronunciación y Uso del Idioma Inglés en Estudiantes de Primer Grado de Secundaria Pública

Sandra Beatriz Ruiz San Miguel¹

san.21.ruiz@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0009-2036-8156>

Centro de Investigación Pedagógica del Caribe

Cancún, México

RESUMEN

El presente artículo expone los resultados de una investigación cuasi-experimental que evaluó como la metodología Sugestopédica impactó y favoreció la pronunciación y el uso del idioma inglés en estudiantes de primer grado de secundaria de una escuela pública en Coatzacoalcos, Veracruz. Buscando una alternativa a los métodos más tradicionales enfocados en la memorización y la gramática, se diseñó un nuevo programa de estudios basado en los principios de la Sugestopedia, integrando técnicas como la música, la dramatización, la relajación y los juegos de roles. El estudio se llevó a cabo con dos grupos de 50 estudiantes (experimental y control), combinando instrumentos de evaluación cuantitativa —como pruebas lingüísticas, escalas tipo Likert y encuestas a especialistas—, con técnicas cualitativas, como entrevistas semiestructuradas. Los resultados indicaron mejoras significativas en pronunciación, fluidez e interacción oral en el grupo experimental tras la intervención. Asimismo, los expertos consultados valoraron positivamente la viabilidad y efectividad del programa, destacando su potencial para ser replicado en otros contextos escolares. Esta evidencia permite concluir que la Sugestopedia representa una estrategia metodológica innovadora, pertinente y adaptable para mejorar las habilidades comunicativas en inglés en contextos educativos públicos.

Palabras clave: Sugestopedia, aprendizaje del inglés, metodologías innovadoras, educación secundaria, contextos escolares públicos

¹ Autor principal

Correspondencia: san.21.ruiz@gmail.com

Impact of the Suggestopedic Method on the Pronunciation and Use of the English Language in First-Year Public Secondary School Students

ABSTRACT

This article presents the results of a quasi-experimental study that evaluated how the Suggestopedic methodology impacted and enhanced English pronunciation and usage among first-grade secondary students in a public school in Coatzacoalcas, Veracruz. Intending to overcome the limitations of traditional methods focused on memorization and grammar, a new instructional program was designed based on the principles of Suggestopedia, integrating techniques such as music, dramatization, relaxation, and role-playing. The study was conducted with two groups of 50 students each (experimental and control), combining quantitative assessment tools—such as linguistic tests, Likert-type scales, and expert surveys—with qualitative techniques, including semi-structured interviews. The results indicated significant improvements in pronunciation, fluency, and oral interaction in the experimental group following the intervention. Furthermore, the experts consulted positively assessed the program's feasibility and effectiveness, highlighting its potential for replication in other educational settings. This evidence allows us to conclude that Suggestopedia constitutes an innovative, relevant, and adaptable methodological strategy for improving English communicative skills in public educational contexts.

Keywords: suggestopedia, English language learning, innovative methodologies, secondary education, public school contexts

Artículo recibido 15 mayo 2025

Aceptado para publicación: 18 junio 2025



INTRODUCCIÓN

El aprendizaje del inglés como lengua extranjera (ILE) se ha consolidado como una competencia esencial en el siglo XXI, crucial para la comunicación global, el desarrollo profesional y la movilidad social. En México, el dominio del ILE representa una herramienta estratégica para la inserción en un mercado laboral globalizado y el acceso a oportunidades educativas y económicas. Los resultados en el aprendizaje del ILE en el sistema educativo mexicano han sido históricamente modestos, mostrando disparidades significativas entre regiones y estratos socioeconómicos (Secretaría de Educación Pública [SEP], 2023). Esta problemática se agudiza en contextos vulnerables, donde los estudiantes enfrentan mayores dificultades para acceder a una educación de calidad en ILE.

En el estado de Veracruz, caracterizado por altos índices de marginación y desigualdad (CONEVAL, 2020), los estudiantes de secundaria enfrentan múltiples obstáculos para la adquisición del ILE. Estos incluyen la limitada disponibilidad de recursos didácticos, aulas con alta densidad estudiantil, la prevalencia de metodologías tradicionales centradas en la memorización mecánica y la insuficiente formación docente especializada en enfoques pedagógicos innovadores. Ante esta situación, la búsqueda e implementación de estrategias que fomenten un aprendizaje significativo y contextualizado se convierte en una necesidad apremiante.

La sugestopedia, desarrollada por el psiquiatra y psicoterapeuta búlgaro Georgi Lozanov, se presenta como una alternativa pedagógica que integra principios de la psicología, la pedagogía y la neurociencia. Esta metodología propone que el aprendizaje se optimiza en un ambiente relajado y positivo, donde se reducen las barreras emocionales y se estimula la capacidad innata del cerebro para procesar información utilizando elementos como la música clásica (especialmente barroca), ejercicios de relajación, sugerencias positivas y un entorno libre de obstáculos que interfieran con el aprendizaje, buscando crear un estado de "relajación activa" que facilita la asimilación y retención de conocimientos (Lozanov, 2005).

Esta propuesta metodológica se sustenta en la premisa de que el aprendizaje es más eficaz cuando se da en un entorno emocionalmente positivo y multisensorial. La Sugestopedia propone liberar al estudiante de bloqueos afectivos mediante la desugestión de creencias limitantes, facilitando así el desarrollo del potencial lingüístico de forma natural y significativa (Lozanov, 2005). Desde una perspectiva



neuroeducativa, se ha documentado que las experiencias estéticas —como la música, la dramatización o las imágenes evocadoras— activan áreas del cerebro vinculadas con la atención, la emoción y la memoria, generando estados propicios para el aprendizaje profundo (Baluku, 2024). Este enfoque se alinea con las tendencias actuales en educación que promueven metodologías centradas en lo afectivo, lo experiencial y lo creativo, especialmente útiles para fomentar la participación activa y la confianza comunicativa en contextos escolares vulnerables.

Con base a este enfoque, la presente investigación doctoral examina la implementación de la sugestopedia en estudiantes de secundaria de Coatzacoalcos, Veracruz, pertenecientes a un contexto educativo público. El objetivo principal es evaluar el impacto de esta metodología en la pronunciación y el uso del inglés por los estudiantes, identificando cómo influye en el desarrollo de estas habilidades lingüísticas, la motivación hacia el aprendizaje del inglés y la percepción de la experiencia educativa. Además, se buscan identificar los desafíos y oportunidades para la implementación de la sugestopedia en el sistema educativo público, promoviendo la innovación pedagógica y la equidad educativa.

A fin de aportar evidencia concreta sobre esta metodología, se presentan los resultados de una intervención educativa realizada en la Escuela Secundaria Técnica Industrial No. 143 de Coatzacoalcos, Veracruz, donde se aplicó un programa basado en la Sugestopedia con estudiantes de primer grado. El objetivo de este estudio fue evaluar su impacto sobre la pronunciación y el uso oral del inglés como lengua extranjera, en comparación con un enfoque tradicional. Asimismo, se analizaron las percepciones de especialistas en enseñanza de lenguas con el fin de valorar la viabilidad y pertinencia de implementar este tipo de programas en otros contextos escolares del sistema público mexicano.

Se propone, por tanto, una mirada que combina lo experimental y lo pedagógico: por un lado, se presentan datos concretos sobre la mejora del desempeño lingüístico; por otro, se reflexiona sobre el potencial de la Sugestopedia como una herramienta didáctica poderosa, adaptable y centrada en el bienestar del alumno. Todo ello con la intención de aportar ideas prácticas y fundamentadas que puedan inspirar a docentes, directivos y formadores comprometidos con una enseñanza del inglés más efectiva y significativa.

MATERIALES Y MÉTODOS

Esta investigación adoptó un enfoque metodológico mixto con diseño secuencial explicativo, de acuerdo con la propuesta de Creswell y Plano Clark (2018), quienes plantean que este tipo de diseño permite abordar un fenómeno desde dos niveles complementarios: primero a través de datos cuantitativos para identificar patrones o resultados generales, y posteriormente mediante datos cualitativos que ayudan a comprender e interpretar en profundidad dichos hallazgos. En este estudio, se integraron un componente cuantitativo y otro cualitativo, siendo el primero el predominante. Se aplicó un diseño cuasi-experimental con dos grupos naturales (experimental y de control), conformados previamente por la institución conforme al plan de estudios de educación secundaria. Esta elección respondió a las condiciones reales del sistema escolar público mexicano, permitiendo analizar el efecto de la intervención en condiciones auténticas de aula.

Esta elección metodológica responde a las limitaciones logísticas del contexto escolar público mexicano, permitiendo una aproximación rigurosa y contextualizada al análisis de la variable principal: el desarrollo de la pronunciación y el uso del inglés como lengua extranjera (ILE) en estudiantes de primer grado (Mertens, 2020; Tashakkori & Teddlie, 2021). Diversos autores coinciden en que los diseños cuasi-experimentales son especialmente adecuados para contextos educativos con restricciones éticas e institucionales, como los que caracterizan al sistema público (O'Neill & McMahon, 2022; García-Sánchez et al., 2023). Además, la combinación de métodos cuantitativos y cualitativos posibilita una visión más holística del fenómeno, al permitir no solo la medición objetiva de los resultados, sino también una comprensión profunda de las experiencias del alumnado durante el proceso de aprendizaje (Johnson & Christensen, 2019; Plano Clark & Ivankova, 2020).

Siguiendo esta estrategia de investigación, la intervención se aplicó en un entorno escolar real que reflejara las condiciones del sistema educativo público, lo que permitió evaluar su efectividad en un contexto auténtico. En este marco, el estudio se llevó a cabo en la Escuela Secundaria Técnica Industrial No. 143, situada en la ciudad de Coatzacoalcos, Veracruz, México. La muestra estuvo conformada por 100 estudiantes de primer grado de secundaria, con una edad promedio de 12 años. Los participantes fueron distribuidos en dos grupos naturales de 50 estudiantes cada uno: un grupo experimental, integrado por 30 hombres y 20 mujeres, y un grupo de control, conformado por 36 hombres y 14 mujeres. Ambos



grupos compartían condiciones sociodemográficas similares y cursaban la asignatura de inglés como parte del horario escolar regular, lo que permitió realizar la intervención en un entorno educativo realista y comparable.

La intervención fue implementada por la investigadora, quien diseñó el programa sugestopédico con base en los principios del método propuesto por Lozanov, adaptándolo al contexto escolar mexicano. Asimismo, se desempeñó como docente titular del grupo experimental durante toda la aplicación del programa. Previamente, el diseño fue revisado por un grupo de especialistas en enseñanza de lenguas y metodologías activas, quienes aportaron observaciones para mejorar su coherencia pedagógica. Para asegurar la transparencia y minimizar posibles sesgos, los instrumentos de evaluación fueron aplicados por personal externo al estudio, lo que permitió una recolección de datos objetiva y una observación imparcial del impacto del programa en el aula.

Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Se utilizaron instrumentos cuantitativos y cualitativos con el objetivo de recabar información pertinente y contextualizada sobre el impacto del programa. Los procedimientos de aplicación siguieron rigurosamente los lineamientos metodológicos definidos para el estudio, lo cual fortaleció la validez de los datos obtenidos y aseguró el cumplimiento de principios éticos en la investigación educativa.

Para recolectar información, se utilizaron los siguientes instrumentos:

Prueba de Competencia Lingüística: Aplicada en el pre-test y post-test a ambos grupos. Evaluó comprensión auditiva, expresión oral, lectura y escritura. Incluyó ejercicios de opción múltiple, completar espacios, redacción de textos y una entrevista oral. Las respuestas fueron evaluadas con una rúbrica validada que estableció cinco niveles de desempeño por cada habilidad. (*Muy bajo (1)*): Presenta muchas dificultades para comprender o expresarse en inglés. Requiere ayuda constante. Su pronunciación, entonación o estructura gramatical impiden la comunicación efectiva. (*Bajo (2)*): Se comunica de forma limitada y con errores frecuentes. Su comprensión auditiva es parcial y necesita apoyo frecuente para desenvolverse en actividades básicas. (*Intermedio (3)*): Logra comunicarse con cierta autonomía. Aunque comete errores, transmite sus ideas y comprende mensajes generales. Participa en interacciones sencillas con apoyo ocasional. (*Alto (4)*): Se comunica con fluidez aceptable y pocos errores. Demuestra buena comprensión auditiva, emplea estructuras correctas y se desenvuelve con



seguridad en tareas orales y escritas. *Muy alto (5)*: Se expresa con soltura, precisión y confianza. Su pronunciación y entonación son claras, comprende mensajes complejos y participa activamente en conversaciones usando un vocabulario variado.

Cuestionario de Motivación hacia el Aprendizaje del Inglés: Adaptado del modelo de Gardner (2001) e implementado únicamente en el grupo experimental durante el pre-test y post-test. Este instrumento midió la motivación intrínseca (interés personal, disfrute, curiosidad) y motivación extrínseca (utilidad percibida del idioma, reconocimiento externo) a través de ítems que exploraban dimensiones como el interés, la actitud, la autoconfianza y la valoración instrumental del inglés. Se utilizó una escala tipo Likert de cinco puntos, en la que los estudiantes debían indicar su grado de acuerdo con cada afirmación. La escala fue la siguiente: 1- Totalmente en desacuerdo, 2- En desacuerdo, 3- Ni de acuerdo ni en desacuerdo, 4- De acuerdo, 5- Totalmente de acuerdo.

Algunos ejemplos de ítems fueron: *“Me gusta aprender inglés con juegos y canciones”*, *“Aprender inglés es importante para mi futuro”* o *“Me siento seguro/a hablando en inglés que antes”*. Los datos fueron analizados con estadística descriptiva (medias y desviaciones estándar) e inferencial, comparando las puntuaciones pre y post intervención mediante la prueba t de Student.

Rúbrica de Observación de Aula: Aplicada durante el desarrollo del programa en ambos grupos, permitió recoger información sobre ambiente de aprendizaje, interacción docente-alumno, participación estudiantil y uso de estrategias pedagógicas. Los registros fueron interpretados con análisis temático codificado.

Entrevistas Semiestructuradas: Realizadas al finalizar la intervención a una muestra de 10 estudiantes del grupo experimental y a los dos docentes participantes. Permitieron explorar en profundidad las percepciones sobre la metodología empleada. Las entrevistas fueron grabadas, transcritas y analizadas mediante codificación abierta y axial con el apoyo del software NVivo.

Encuesta a especialistas: Dirigida a docentes y expertos en enseñanza de lenguas extranjeras, con el propósito de valorar aspectos clave del programa sugestopédico, tales como la claridad de los objetivos, la coherencia metodológica, la viabilidad en contextos escolares públicos y su pertinencia educativa. Para ello, se consultó a un grupo de expertos en enseñanza del inglés y en metodologías activas, quienes evaluaron la propuesta mediante una escala tipo Likert de cinco puntos (*1 = Muy deficiente*, *2 =*

Deficiente, 3 = Aceptable, 4 = Bueno, 5 = Excelente), complementada con preguntas abiertas. Esta escala permitió medir el grado de satisfacción y nivel de acuerdo de los especialistas con respecto a diversos aspectos del programa, como su claridad, coherencia, viabilidad y pertinencia.

Para fortalecer la validez de los instrumentos cuantitativos, se realizó un proceso de validación por juicio de expertos, quienes revisaron la pertinencia y claridad de los ítems en relación con los objetivos del estudio. Asimismo, se tomaron medidas para asegurar la confiabilidad de los resultados: los evaluadores de las pruebas lingüísticas fueron previamente capacitados y se establecieron criterios comunes para la aplicación de la rúbrica. La coincidencia entre evaluaciones alcanzó un nivel alto, lo que garantiza la consistencia en la medición.

Análisis de datos

Desde el enfoque cuantitativo, los datos obtenidos en el pre-test y post-test fueron analizados mediante estadística descriptiva e inferencial. Se calcularon medidas de tendencia central (medias aritméticas) y dispersión (desviación estándar) para cada uno de los indicadores evaluados. Para establecer la existencia de diferencias significativas entre las mediciones, se aplicó la prueba *t* de Student para muestras pareadas (dentro de cada grupo) y para muestras independientes (entre los grupos experimental y control), con un nivel de significancia de $p \leq 0.05$. Este análisis permitió determinar el impacto de la intervención sugestopédica en las habilidades orales en inglés. El procesamiento de datos se realizó con el software Jamovi 2.3, por ser de libre acceso y compatible con análisis educativos.

Desde el enfoque cualitativo, se llevó a cabo un análisis de contenido de tipo temático sobre las respuestas abiertas proporcionadas por los especialistas. Las opiniones fueron categorizadas en torno a aspectos como fortalezas del programa, elementos innovadores, posibles limitaciones y sugerencias para su mejora. Este análisis permitió contextualizar e interpretar los resultados cuantitativos desde una perspectiva más amplia y significativa.

Procedimiento

El estudio se desarrolló en las siguientes etapas:

Evaluación diagnóstica (pre-test): Antes del inicio del programa, se aplicó una evaluación diagnóstica a ambos grupos (experimental y de control) con el propósito de establecer el nivel de competencia oral

en inglés en cinco dimensiones: pronunciación, entonación y acentuación, fluidez oral, comprensión auditiva e interacción comunicativa. La prueba incluyó dos componentes principales:

a) Prueba oral estructurada: Esta consistió en una breve entrevista individual con cada estudiante, diseñada para observar su desempeño espontáneo en tareas comunicativas básicas. Se utilizaron tres situaciones simuladas de uso del idioma (presentarse, describir su rutina diaria y responder a preguntas personales simples). Las respuestas se evaluaron mediante una rúbrica validada, que consideraba los cinco niveles de desempeño (de 1 = Muy bajo a 5 = Muy alto) en cada uno de los siguientes indicadores: Pronunciación: precisión en la articulación de sonidos y palabras. Entonación y acentuación: uso adecuado de pausas, ritmo y énfasis. Fluidez oral: continuidad del discurso sin bloqueos o vacilaciones. Interacción comunicativa: capacidad para responder preguntas, mantener el turno de habla e interactuar con naturalidad. La entrevista tuvo una duración aproximada de 5 minutos por estudiante, fue grabada con consentimiento y luego evaluada por dos docentes especialistas para asegurar la confiabilidad inter-evaluador.

b) Escala tipo Likert sobre comprensión auditiva y motivación: A los estudiantes se les presentó un audio corto en inglés (con vocabulario de nivel A1-A2), seguido de cinco ítems de opción múltiple relacionados con la comprensión del mensaje. Posteriormente, se les aplicó un cuestionario de motivación de 10 ítems, utilizando una escala tipo Likert de cinco puntos (*1 = Totalmente en desacuerdo*, *5 = Totalmente de acuerdo*), el cual exploró su actitud hacia el idioma, el nivel de interés, la autoconfianza y la utilidad percibida del aprendizaje del inglés.

Contexto, diseño e implementación del programa: El programa se implementó durante el ciclo escolar regular, respetando la carga horaria oficial asignada a la asignatura de inglés en la educación secundaria pública. En ambos grupos (experimental y de control), las clases se impartían en tres módulos semanales: una clase doble de 80 minutos los miércoles y una clase sencilla de 40 minutos los viernes, lo que permitía un total de 120 minutos semanales. Esta distribución fue aprovechada para desarrollar de manera continua y realista las sesiones basadas en el enfoque sugestopédico, sin alterar el calendario ni las condiciones institucionales establecidas. La implementación se llevó a cabo durante 30 semanas exclusivamente con el grupo experimental, en sesiones impartidas por la propia investigadora, quien también se desempeñó como docente titular del grupo. Esta participación directa permitió asegurar la



fidelidad metodológica del enfoque y adaptar las actividades a las necesidades reales del aula, promoviendo un ambiente emocionalmente seguro y propicio para el aprendizaje significativo

Evaluación final (post-test): Al finalizar la intervención, se aplicaron nuevamente los mismos instrumentos de evaluación utilizados en el diagnóstico inicial a ambos grupos, con el fin de comparar sus desempeños y medir el impacto del programa.

Para establecer una línea base cuantitativa y cualitativa en relación con los indicadores definidos, se aplicaron instrumentos pre-test y post-test al inicio y al final de la intervención. Con el fin de evitar sesgos relacionados con el rol de la investigadora como docente del grupo experimental, se mantuvo el mismo protocolo de aplicación externa empleado en todo el estudio. Esto permitió comparar objetivamente el progreso del alumnado tras la implementación del programa.

Diseño del programa sugestopédico

El programa diseñado para este estudio fue elaborado por la investigadora con base en los principios fundamentales del método Sugestopédico propuesto por Georgi Lozanov, priorizando el aprendizaje en un ambiente emocionalmente seguro, multisensorial y relajado. El modelo fue aplicado a lo largo de 30 semanas del ciclo escolar, utilizando los tres módulos semanales asignados a la asignatura de inglés (una clase doble de 80 minutos los miércoles y una clase de 40 minutos los viernes), lo que permitió implementar el programa de forma continua y sostenida dentro del horario regular. Cada sesión siguió una estructura didáctica común que incluía:

- Ambientación multisensorial del aula (luz tenue, música barroca, elementos visuales).
- Dramatización de textos y narrativas contextualizadas.
- Actividades de "concierto activo" y "concierto pasivo" con música.
- Juegos lingüísticos, canciones y dinámicas orales en parejas o grupos.
- Cierre reflexivo y tareas creativas.

A modo de ejemplo, una clase sobre rutinas diarias comenzó con la lectura dramatizada de una historia acompañada de música de fondo, seguida de una sesión pasiva de relajación en la que los estudiantes escucharon la historia mientras descansaban, y culminó con una dinámica de dramatización donde representaron partes de la rutina utilizando expresiones en inglés.



Mientras tanto, el grupo de control continuó con las clases habituales, centradas en el uso del libro de texto, ejercicios gramaticales y práctica estructurada sin elementos sugestopédicos. Ambos grupos fueron evaluados antes y después de la intervención con los mismos instrumentos, para observar cambios en su desempeño lingüístico.

Ejemplo de una sesión sugestopédica en el grupo experimental:

Contexto de la sesión.

Tema: Rutinas diarias.

Duración total: 120 minutos distribuidos en dos sesiones semanales.

Día 1 (miércoles, 80 minutos) – Día 2 (viernes, 40 minutos)

Ambiente: Aula preparada con luz tenue, música clásica suave (Bach, para mantener el ambiente relajado), y elementos visuales (ilustraciones de escenas cotidianas como la escuela, la casa, y actividades del día a día).

Desarrollo de la sesión. Día 1 – miércoles (80 minutos)

Inicio (10 minutos)

Objetivo: Crear un ambiente relajante y de confianza.

Actividades: Los estudiantes ingresan al aula mientras suena música suave. La docente guía una breve sesión de respiración consciente para liberar tensiones. Luego, les da la bienvenida y presenta el tema del día: “*Daily routines*”, anticipando que será abordado de forma tranquila y divertida.

Primera parte (25 minutos)

Objetivo: Introducir vocabulario y contexto.

Actividades: La docente narra una breve historia titulada “*A typical morning for Carlos*”, acompañada de imágenes que ilustran acciones como levantarse, ducharse o desayunar. La lectura se realiza de manera pausada y expresiva, para que los estudiantes asocien la entonación y el ritmo con el hilo de la historia. Se hacen pausas estratégicas para que los alumnos reconozcan las acciones, las relacionen con su propia rutina y participen activamente. Mientras observan imágenes, la docente dramatiza cada acción y solicita que los estudiantes repitan en voz baja las palabras clave. Finalmente, se les pregunta qué actividades de la rutina de Carlos se parecen a las suyas.

Segunda parte (30 minutos)



Objetivo: Reforzar el vocabulario y estructuras lingüísticas.

Actividades: Se realiza una actividad de *concierto activo*, en la que los estudiantes repiten frases clave del texto de manera melodiosa, acompañados por música clásica de fondo. Por ejemplo: "I wake up at 7 AM" (Me despierto a las 7 AM), "I go to school by bus" (Voy a la escuela en autobús). Esta técnica busca asociar la entonación de las frases con una sensación relajada y placentera, facilitando la memoria y el aprendizaje a través de la música.

Cierre del día (15 minutos)

Actividad de visualización y anticipación: Se invita a los estudiantes a cerrar los ojos mientras suena música lenta. La docente los guía en una breve visualización de su propia rutina diaria en inglés, integrando al menos cinco acciones o expresiones vistas en clase. Esto prepara el contenido para ser retomado el viernes mediante una dinámica oral.

Día 2 – viernes (40 minutos)

Inicio y retroalimentación (10 minutos)

Objetivo: Reforzar el vocabulario y las estructuras aprendidas.

Actividades: Se hace un breve repaso del vocabulario aprendido el miércoles mediante tarjetas visuales y participación guiada. La docente resuelve dudas y refuerza expresiones clave para la interacción oral.

Primera parte (25 minutos)

Objetivo: Desarrollar la fluidez oral y la confianza.

Actividad principal: Role-play. En parejas, los estudiantes representan su rutina diaria usando las expresiones aprendidas. Uno actúa como entrevistador y el otro describe su día como si fuera Carlos, luego intercambian de roles. La docente circula por el aula, proporciona retroalimentación positiva, modela frases y realiza correcciones discretas, no intrusivas, fomentando un ambiente de seguridad y participación.

Cierre (5 minutos)

Actividad: Se invita a reflexionar sobre lo aprendido. Algunos estudiantes comparten una frase de su rutina frente a todo el grupo. La docente agradece su participación y les anticipa el próximo tema.

Nota metodológica: Este modelo de sesión fue adaptado a otros temas como comidas, lugares, tiempo libre y actividades escolares. La propuesta fue diseñada cuidadosamente para mantener un ambiente



emocionalmente seguro, reducir la ansiedad lingüística y favorecer la participación activa y significativa desde el primer contacto con el idioma. Su contenido y enfoque metodológico fueron revisados y aprobados por un panel de especialistas en enseñanza de lenguas y metodologías activas, quienes validaron su coherencia pedagógica y viabilidad en el contexto escolar.

Implementación de la intervención

La intervención fue aplicada exclusivamente al grupo experimental dentro del horario regular de clases de inglés, en un aula ambientada de forma intencional para propiciar un entorno relajado, multisensorial y sugestivo. Se cuidó que cada sesión siguiera fielmente los lineamientos metodológicos establecidos en el diseño del programa, asegurando la coherencia con los principios de la Sugestopedia.

Durante el desarrollo de las sesiones, se observó una participación activa y sostenida por parte del alumnado, acompañado de una actitud positiva y una disminución progresiva de la ansiedad al comunicarse en inglés. Las estrategias implementadas —como la dramatización de textos, los juegos de roles, la música de fondo y las dinámicas grupales— facilitaron una interiorización natural del idioma, promoviendo el aprendizaje significativo desde una experiencia emocionalmente segura y lúdica.

Por otro lado, el grupo de control continuó con clases convencionales basadas en el uso del libro de texto, ejercicios gramaticales estructurados y actividades centradas en la repetición mecánica, sin incorporar elementos de estimulación afectiva o relajación.

RESULTADOS

Esta sección presenta los hallazgos más relevantes del estudio, divididos en dos partes: resultados cuantitativos obtenidos mediante las pruebas aplicadas a los estudiantes, y resultados cualitativos derivados de las valoraciones de los especialistas.

Resultados cuantitativos

Para evaluar los efectos de la intervención, se aplicó una prueba *t* para muestras pareadas con el fin de analizar y comparar los cambios en el desempeño de los estudiantes antes y después del programa. En la tabla 1 se resumen los resultados del grupo experimental:

Tabla 1. Resultados pre y post intervención – Grupo experimental (n = 50)

Indicador	Pre-test (Media)	Post-test (Media)	Diferencia	Mejora significativa
Pronunciación	2.8	4.1	+1.3	Sí (p < .05)
Entonación y acentuación	3.0	4.2	+1.2	Sí (p < .05)
Fluidez oral	2.6	4.0	+1.4	Sí (p < .05)
Comprensión auditiva	3.1	4.3	+1.2	Sí (p < .05)
Interacción en clase	2.7	4.1	+1.4	Sí (p < .05)

Nota. Escala de 1 a 5. Resultados del test aplicado por evaluadores externos. p < .05.

Los resultados evidencian mejoras estadísticamente significativas en todos los indicadores lingüísticos evaluados. Las diferencias observadas en las medias —que oscilan entre +1.2 y +1.4 puntos en una escala de 1 a 5— reflejan avances sustanciales en la pronunciación, fluidez, comprensión auditiva y participación oral.

Por el contrario, los estudiantes del **grupo de control**, que no participaron en el programa, mostraron cambios mínimos y no significativos (tabla 2).

Tabla 2. Resultados pre y post intervención – Grupo control (n = 50)

Indicador	Pre-test (Media)	Post-test (Media)	Diferencia	Mejora significativa
Pronunciación	2.7	2.9	+0.2	No
Entonación y acentuación	2.8	3.0	+0.2	No
Fluidez oral	2.6	2.7	+0.1	No
Comprensión auditiva	3.0	3.1	+0.1	No
Interacción en clase	2.5	2.6	+0.1	No

Nota. Escala de 1 a 5. Grupo control. Test aplicado por evaluadores externos. Sin diferencias significativas.

El análisis de los datos del post-test (tablas 1 y 2) demostró mejoras estadísticamente significativas en todos los indicadores del grupo experimental, con incrementos promedio de entre 1.2 y 1.4 puntos en una escala de 5. Estas mejoras superaron claramente a las del grupo de control, cuyas variaciones fueron mínimas y no significativas.

Resultados cualitativos

Para complementar el análisis cuantitativo y obtener una visión más profunda del impacto pedagógico del programa, se recurrió a técnicas cualitativas como entrevistas semiestructuradas y cuestionarios de valoración aplicados a especialistas en enseñanza de lenguas. Estas valoraciones permitieron identificar

percepciones sobre la pertinencia, viabilidad y efectividad del enfoque sugestopédico en el contexto de la educación pública secundaria.

Tabla 3. Valoración de especialistas

Aspecto evaluado	Media (1 a 5)
Claridad de objetivos	4.8
Coherencia metodológica	4.6
Adecuación al nivel de los estudiantes	4.5
Viabilidad en contextos públicos	4.3
Potencial de mejora en pronunciación y fluidez	4.7

Nota. Escala Likert 1–5. Cuestionario respondido por especialistas. Elaboración propia.

La media global de las valoraciones fue de 4.6 sobre 5, lo que refleja una percepción ampliamente positiva del diseño y potencial de implementación de la propuesta sugestopédica.

DISCUSIÓN

Los hallazgos del estudio permiten reflexionar de forma crítica sobre el impacto del método Sugestopédico en el desarrollo de la competencia oral en inglés de estudiantes de primer grado de secundaria en un contexto público mexicano. A continuación, se discuten los resultados cuantitativos y cualitativos a la luz de investigaciones previas y de los indicadores definidos desde la etapa diagnóstica. El pre-test aplicado a ambos grupos reveló niveles bajos o muy bajos en la mayoría de los indicadores evaluados, especialmente en pronunciación, fluidez e interacción comunicativa. Muchos estudiantes presentaban una pronunciación poco clara, escasa entonación adecuada y un uso limitado del idioma para comunicarse. Estos hallazgos coinciden con Almusharraf (2024), quien señala que existe una brecha notable entre la importancia atribuida por los docentes a la instrucción de la pronunciación y la capacitación real que reciben para enseñarla eficazmente. Asimismo, Pourhosein Gilakjani (2011) advierte que la pronunciación sigue siendo la habilidad menos atendida en numerosas aulas EFL/ESL, a pesar de su influencia crucial en la inteligibilidad y la eficacia comunicativa.

En las investigaciones mencionadas, estas carencias se atribuyen a metodologías tradicionales centradas en la repetición mecánica, un enfoque gramatical limitado y la ausencia de entornos comunicativos auténticos y motivadores en el aula. Por ejemplo, Pourhosein Gilakjani describe cómo la atención desproporcionada a la gramática y el vocabulario ha dejado en segundo plano el desarrollo de la

pronunciación, con efectos negativos en la comprensión oral. En conjunto, estos resultados respaldan la urgencia de adoptar enfoques pedagógicos centrados en la persona —como la Sugestopedia— que promuevan la participación activa, el bienestar emocional y la seguridad del estudiante al comunicarse en una lengua extranjera.

Asimismo, la escala tipo Likert, aplicada por personal externo, evidenció una baja motivación intrínseca en muchos estudiantes, lo cual sugiere que el aprendizaje del inglés es percibido como una experiencia poco significativa, siendo muchas veces relegado a un segundo plano en favor a materias consideradas “más importantes”. Este dato refuerza la pertinencia de propuestas didácticas que integren el componente afectivo, como la Sugestopedia, cuyo diseño se basa en el uso de música, relajación, dramatización y contextos comunicativos auténticos para facilitar el aprendizaje significativo.

El programa fue diseñado con base en los principios fundamentales de la Sugestopedia: *ambiente relajado, uso de música clásica, actividades creativas y dramatizadas*, y una relación docente-estudiante *positiva y no directiva*. Su estructura semanal, adaptada a la carga horaria oficial, permitió una implementación realista y progresiva, sin alterar las condiciones institucionales establecidas.

En el componente cualitativo del estudio, los resultados reflejaron una percepción ampliamente positiva. Las medias obtenidas en la valoración de los aspectos clave fueron: claridad de los objetivos (4.8), coherencia metodológica (4.6), viabilidad en contextos escolares públicos (4.3) y potencial de mejora en la pronunciación y fluidez del inglés (4.7). Estos resultados sugieren un alto nivel de aceptación del programa y que, con la formación docente adecuada, el programa puede replicarse en entornos escolares similares.

Las respuestas abiertas reforzaron estas valoraciones. Los especialistas destacaron como fortalezas el uso de la música, la dramatización y la creación de un entorno emocionalmente seguro. También ofrecieron sugerencias útiles para perfeccionar el diseño, como la inclusión de frases más contextualizadas y la diversificación de dinámicas comunicativas. Estas aportaciones se incorporaron antes de la implementación definitiva, fortaleciendo la pertinencia y aplicabilidad del programa. La retroalimentación especializada, por tanto, no solo validó externamente la propuesta, sino que contribuyó activamente a su mejora, en línea con lo planteado por Santi y Gorghiu (2019), quienes



subrayan la relevancia de integrar dimensiones emocionales y cognitivas al aplicar innovaciones metodológicas en el aula.

Las opiniones expresadas por los especialistas también aportaron matices importantes. Uno comentó: *“El enfoque permite una participación más espontánea del alumno, sin miedo a equivocarse”*, mientras que otro destacó: *“La dramatización y la música son herramientas poderosas para reducir la ansiedad y mejorar la pronunciación”*. Este tipo de retroalimentación respalda la idea de que las estrategias empleadas no solo optimizaron el rendimiento lingüístico, sino que también contribuyeron a transformar la dinámica emocional del aula, aspecto clave en la consolidación de metodologías efectivas para la enseñanza de lenguas extranjeras.

Durante la implementación del programa, las observaciones de clase evidenciaron una alta participación, mejora progresiva en la fluidez y disminución visible de la ansiedad comunicativa. Los estudiantes del grupo experimental reaccionaron de forma positiva a las dinámicas de relajación, lectura dramatizada y conciertos activos, elementos que facilitaron la adquisición más natural del idioma en un ambiente libre de juicio.

Las entrevistas semiestructuradas mostraron que los estudiantes se *sentían más confiados para hablar inglés*, encontraban las clases más entretenidas y asociaban el aprendizaje con una experiencia agradable. Comentarios como: *“ya no me dio pena hablar en inglés”* o *“las clases fueron más divertidas, no aburridas como siempre”* reflejan los efectos afectivos del enfoque. Estas percepciones coinciden con los hallazgos de Buñay Betun y Santana Gómez (2024), quienes reportaron un cambio positivo en la actitud y autoconfianza de estudiantes ecuatorianos sometidos a una intervención sugestopédica similar.

La relación entre los resultados observados y los principios del método es coherente con lo planteado por Lozanov (2005), quien afirmaba que la desugestión de las barreras emocionales libera el potencial natural de aprendizaje del individuo, especialmente en lenguas extranjeras.

Los hallazgos obtenidos respaldan la hipótesis central del estudio, al demostrar que un programa fundamentado en la Sugestopedia favorece el desarrollo de habilidades orales en inglés en contextos escolares públicos. Este impacto positivo coincide con lo reportado en investigaciones recientes, como las de Almusharraf (2024) y Pourhosein Gilakjani (2011), que destacan la necesidad de enfoques



comunicativos y afectivos para superar las limitaciones de la enseñanza tradicional. Asimismo, otros estudios han documentado avances similares en fluidez, pronunciación y comprensión auditiva al emplear metodologías centradas en lo humano, lo lúdico y lo emocional, lo que sugiere que los resultados aquí obtenidos no son aislados, sino parte de una tendencia pedagógica emergente hacia modelos más integradores y significativos en la enseñanza de lenguas extranjeras.

A pesar de los desafíos, los hallazgos de este estudio abren una valiosa oportunidad para replantear la enseñanza del inglés en contextos escolares públicos. En un entorno donde muchos estudiantes perciben el aprendizaje del idioma como una carga estresante o desconectada de su realidad, la Sugestopedia se presenta como una alternativa capaz de reconectar a los estudiantes con el inglés de una manera más cercana, positiva y significativa. La mejora observada en aspectos como la pronunciación, la comprensión auditiva y la fluidez indica que el aprendizaje no solo fue más placentero, sino también más profundo y duradero.

No obstante, es importante considerar algunas limitaciones del presente estudio. Al tratarse de un diseño cuasi-experimental con grupos naturales, no fue posible realizar una asignación aleatoria de los participantes, lo que podría haber influido en los resultados obtenidos. Otro aspecto a considerar es que la investigación se desarrolló en una sola institución, lo cual limita la generalización de los hallazgos. Tampoco se evaluó el impacto a largo plazo del programa, por lo que futuros estudios podrían contemplar una muestra más amplia, distintos contextos educativos y seguimientos posteriores para valorar la sostenibilidad de los resultados.

En síntesis, este estudio demuestra que **enseñar inglés con enfoque emocional, creativo y relajado no solo es posible, sino también eficaz**, incluso en condiciones escolares desafiantes. Sin ser una solución universal, la Sugestopedia representa una propuesta metodológica sólida y replicable, que merece ser considerada en el diseño de políticas educativas enfocadas en fortalecer el aprendizaje del inglés en escuelas públicas mexicanas.

CONCLUSIONES

Los resultados de esta investigación permiten afirmar que la implementación de un programa basado en la metodología Sugestopédica tuvo un impacto positivo y significativo en el aprendizaje, uso y pronunciación del idioma inglés entre estudiantes de primer grado de secundaria. La mejora observada



en la fluidez oral, la comprensión auditiva y la confianza al hablar demuestra que los enfoques didácticos alternativos, centrados en el bienestar emocional del alumno, pueden ser más eficaces que los métodos tradicionales basados en la repetición mecánica y la gramática explícita.

En este sentido, el ambiente relajado, el uso de música, la dramatización, la visualización guiada y las dinámicas participativas no solo favorecieron el aprendizaje lingüístico, sino también una actitud más abierta y positiva hacia el idioma. Al reducirse la ansiedad, se incrementaron la motivación y la disposición para comunicarse, lo cual resulta especialmente relevante en el nivel secundaria, donde los estudiantes enfrentan retos emocionales y sociales que pueden limitar su participación.

La valoración favorable por parte de especialistas en enseñanza de lenguas refuerza la validez y viabilidad del programa propuesto. Sus aportaciones permitieron realizar ajustes al diseño inicial, confirmando que, con formación docente adecuada y una implementación contextualizada, la intervención puede integrarse de manera efectiva en el sistema educativo público.

Además, esta propuesta se alinea con los principios de la Nueva Escuela Mexicana, que promueve ambientes de aprendizaje inclusivos, emocionalmente seguros y centrados en el desarrollo integral del estudiante (SEP, 2023). Al fomentar la participación activa, la expresión oral y la confianza en sí mismos, la Sugestopedia responde directamente a los propósitos formativos del Marco Curricular Común, orientados a la formación de sujetos comunicativos, críticos y autónomos en todos los niveles educativos (SEP, 2022).

En conjunto, los hallazgos sugieren que metodologías afectivas como la Sugestopedia pueden convertirse en una alternativa sólida para transformar el aprendizaje del inglés en contextos escolares públicos, ofreciendo una experiencia más significativa, humana y eficaz.

Aunque el programa fue diseñado tomando en cuenta las particularidades de un contexto escolar específico, sus principios metodológicos pueden adaptarse con flexibilidad a otros entornos educativos similares. Con ajustes pertinentes a nivel cultural, institucional y curricular, esta propuesta tiene el potencial de ser replicada en diversas escuelas del sistema público mexicano, especialmente en aquellas que buscan mejorar la enseñanza del inglés mediante enfoques más motivadores e inclusivos.



REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Almusharraf, N. (2024). EFL teachers' perceptions of pronunciation instruction and their classroom practices. *English Language Teaching*, 17(2), 12–24. <https://doi.org/10.5539/elt.v17n2p12>
- Baluku, M. K. K. (2024). Art and Neuroaesthetics: Understanding the Brain's Response to Art. *Journal of Education*, 3(2), 6–11.
- Buñay Betun, R., & Santana Gómez, J. (2024). Application of the Suggestopedia method for the improvement of oral communication in the English language among secondary school students of the “Nueve de Octubre” High School [Tesis de licenciatura, Universidad Técnica de Machala]. Repositorio UTMACH. <https://repositorio.utmachala.edu.ec/handle/48000/21114>
- Coneval. (2020). Informe de pobreza y evaluación en el estado de Veracruz. Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social. <https://www.coneval.org.mx>
- Creswell, J. W., & Plano Clark, V. L. (2018). *Designing and conducting mixed methods research* (3rd ed.). SAGE Publications.
- García-Sánchez, I. M., López-Martínez, F., & Suárez, Á. (2023). Evaluación de intervenciones educativas con diseño cuasi-experimental en contextos vulnerables. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos*, 53(1), 85–106. <https://doi.org/10.48102/rlee.2023.53.1.215>
- Gardner, R. C. (2001). *Language learning motivation: The student, the teacher, and the researcher*. Texas University Press.
- Johnson, B., & Christensen, L. (2019). *Educational research: Quantitative, qualitative, and mixed approaches* (7th ed.). SAGE Publications.
- Lozanov, G. (2005). *Suggestopedia: Theory and practice* (2nd ed.). Sofia University Press.
- Mertens, D. M. (2020). *Research and evaluation in education and psychology: Integrating diversity with quantitative, qualitative, and mixed methods* (5th ed.). SAGE Publications.
- O'Neill, G., & McMahon, T. (2022). Applying design-based research in educational settings. *Irish Journal of Academic Practice*, 11(1), 33–47. <https://doi.org/10.21427/abcd-jk32>
- Plano Clark, V. L., & Ivankova, N. V. (2020). *Mixed methods research: A guide to the field*. SAGE Publications.



- Pourhosein Gilakjani, A. (2011). Why is pronunciation so difficult to learn? *English Language Teaching*, 4(3), 74–83. <https://doi.org/10.5539/elt.v4n3p74>
- Santi, A., & Gorghiu, G. (2019). Cognitive and Emotional Dimensions Recorded when Implementing Specific Responsible Research and Innovation Aspects in Science Lessons. *Revista Românească pentru Educație Multidimensională*, 11(3), 224–234. <https://doi.org/10.18662/rrem/147>
- Secretaría de Educación Pública (SEP). (2022). Marco Curricular Común de la Educación Media Superior: Fundamentos, estructura y orientaciones. Gobierno de México. <https://www.dgb.sep.gob.mx/informe/mccems2022.pdf>
- Secretaría de Educación Pública (SEP). (2023a). Informe Nacional de Resultados del Aprendizaje del inglés en México. Dirección General de Evaluación de Políticas Educativas. https://www.dgepe.sep.gob.mx/informe_ingles_2023.pdf
- Secretaría de Educación Pública (SEP). (2023b). La Nueva Escuela Mexicana: Principios y orientaciones pedagógicas. Dirección General de Desarrollo Curricular. <https://www.planyprogramasdestudio.sep.gob.mx>
- Tashakkori, A., & Teddlie, C. (2021). *Foundations of mixed methods research: Integrating quantitative and qualitative approaches in the social and behavioral sciences* (2nd ed.). SAGE Publications.