

TIMIDEZ

ESTRATEGIA INTEGRAL PARA SU REDUCCION

LUISA FERNANDA HERNANDEZ ARIAS

Código: 9810135

**UNIVERSIDAD DE LA SABANA
FACULTAD DE EDUCACION
DEPARTAMENTO DE PREESCOLAR**

Chia Cundinamarca

2002

TIMIDEZ
ESTRATEGIA INTEGRAL PARA SU REDUCCION

Trabajo de Grado para optar el
Titulo de
Licenciada en Educación Preescolar

Autor: LUISA FERNANDA HERNANDEZ A.

Asesor: Leonardo Rivera

UNIVERSIDAD DE LA SABANA
FACULTAD DE EDUCACION
DEPARTAMENTO DE PREESCOLAR

Chia-Cundinamarca

2002

Directivas

Rector:	Doctor: Alvaro Mendoza Ramírez
Vicerrectora académica:	Doctora: Liliana Ospina de Guerrero
Secretario general:	Doctor: Javier Mojica Sánchez
Directora registro académico:	Doctora: Luz Angela Vanegas S.
Decana facultad educación:	Doctora: Julia Galofre Cano
Directora:	Doctora: Diana Varón

Bogotá D.C. 21 de enero de 2002

Señores
Comité de trabajo de Grado
E. S. D

Yo LUISA FERNANDA HERNANDEZ ARIAS; identificada con código estudiantil N° 9810135 de la Universidad de la Sabana, pongo a su consideración el presente Trabajo de Grado titulado TIMIDEZ: ESTRATEGIA INTEGRAL PARA SU REDUCCION; con el fin de optar al título de Licenciatura en Educación Preescolar.

Para la presente revisión, estaré gustosa en solucionar cualquier inquietud.

Agradezco su atención.

Luisa Fernanda Hernández A.

TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCIÓN	7
1. JUSTIFICACIÓN	9
2. SITUACIÓN CONTEXTUAL	10
3. OBJETIVO	11
3.1 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	12
4. REFERENTES TEORICOS	13
4.1 LA TIMIDEZ DESDE LA CONCEPCIÓN	13
4.2 LOS PADRES TIMIDOS	14
4.3 LOS PADRES DESCUIDADOS	16
4.4 LOS PADRES ASFIXIANTES	17
4.5 LOS PADRES DEMASIADO ERICTOS	14
4.6 TIMIDEZ EN SI	20
TIMIDEZ	202
4.7 TIMIDEZ SOCIAL	24
4.8 TIMIDEZ GENÉRICA	25
4.8.1 EFECTOS DE LA PERSONALIDAD EN EL LENGUAJE DIARIO DE LOS NIÑOS	26
4.9 TIMIDEZ: CONCEPTUALIZACIÓN Y MEDICIÓN	27
4.10 TIMIDEZ Y SOCIABILIDAD	27
5. DISEÑO Y ENFOQUE METODOLOGICO	34
6. ETAPAS DE PROCESO REFLEXIVO	35
6.1 PROPUESTA DE INTERVENCION	39
6.1.1 EL JARDÍN	40
6.1.2 LA MAESTRA	41
6.1.3 LA INCORPORACIÓN	43

6.1.4 LOS PADRES	43
6.2 TEST DE TIMIDEZ	47
BIBLIOGRAFIA	49

INTRODUCCIÓN

El presente constructo trata el tema de la timidez infantil, entendida como una reacción de la personalidad, caracterizada por: incomodidad, inhibición y ansiedad, frente a la evaluación e interacción social.

Mediante la realización de un trabajo bibliográfico, investigativo y cualitativo, se pretende, conocer distintos conceptos sobre la timidez, así como las características que le son propias.

Por otro lado, se intenta investigar respecto a la relación de la timidez con distintas variables tales como: La timidez desde la concepción, padres tímidos, padres descuidados, padres asfixiantes, padres demasiado estrictos y la diferencia existente entre timidez y sociabilidad.

Para tales efectos se realizaron actividades como: Investigación bibliográfica, basada en revista de personalidad y psicología social y revista de investigación en personalidad, así como, ¿porqué soy tímido? y el niño tímido, extracción de los contenidos principales relacionados con el tema, e integración de los conceptos encontrados.

Con este contenido teórico, se realizará en conjunto un material, para padres y docentes; que a la vez sirva como guía de consulta para buenos padres y mejores pedagogos. La identificación del problema, timidez infantil su prevención y posibles aportes a una solución, son el quid del presente proyecto.

1. JUSTIFICACIÓN

Las dudas existentes sobre la efectiva ayuda escolar y familiar, frente a los niños con problemas de timidez, y la consideración de que las soluciones a dichos problemas están un poco olvidadas dentro de la labor pedagógica, me han llevado a reflexionar sobre la importancia de un oportuno planteamiento para con este tema crucial.

El alto índice de niños introvertidos, tímidos, retraídos contrasta con el escaso énfasis que se da a la solución de dicho problema. Ahora bien, siendo la identificación prematura de problemas una responsabilidad del maestro eficiente, la realización del presente documento, se justifica en la obligación de realizar nuestra labor de la manera más ética posible.

Los presentes: diagnóstico, medición y propuesta, pretenden fijarse como una pauta efectiva y concreta que sirva de apoyo en la solución del problema Timidez Infantil; la identificación y detección del problema timidez se puede dar en un trabajo de campo con su respectiva evaluación, pero su solución debe ubicarse mucho más en el área de la prevención y de la ayuda profesional.

En lo personal, la idea que dicho tema sea mucho más difundido, dialogado y esclarecido, aporta en mí un sentimiento de fé y esperanza, en un futuro promisorio para el niño afectado y la infancia en general.

2. SITUACIÓN CONTEXTUAL

Para el desarrollo del presente proyecto se realizó durante cuatro (4) semestres, una serie de observaciones metodológicas en cinco instituciones diferentes, que cuentan con un alumnado de variada estratificación social.

La información recogida no elimina ningún estrato socioeconómico y cada semestre, esta acompañado de un registro de seguimiento y un diario de campo de todo alumno, en este caso se han tenido en cuenta solo los registros de niños que presentan comportamientos apáticos, introvertidos y tímidos en general.

3. OBJETIVO

El presente trabajo se pretende configurar como un documento de apoyo para docentes, padres y comunidad estudiantil, interesados en reducir los índices de timidez infantil.

El objetivo es ubicar, localizar e identificar la timidez. Una timidez que nos compromete con elevados índices y que no es exclusiva de determinados contextos, sino que aparece en la sociedad de manera indiscriminada. Una timidez que puede afectar de manera desapercibida a una infancia, que debe ser atendida con especial cuidado.

Incentivar el cuidado paterno y de educadores, es también objetivo a lograr, por lo tanto, padres y docentes deben estar atentos a descubrir, por medio de planes como el presente, las posibles causas y soluciones al problema que nos ocupa.

Los objetivos se desarrollarán paso a paso: primero se incorporarán para sí datos teóricos que esclarecerán: la timidez, sus síntomas, e implicaciones.

Luego por medio de ejemplos reales se medirán: la importancia del problema, sus consecuencias en el corto y largo plazo y su incidencia en lo pedagógico y social. Finalmente se trazarán unos parámetros de respuesta a dicho problema que conduzcan a la reducción efectiva del mismo.

3.1 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

* Lograr que padres y docentes abandonen su pasividad, frente al problema de la timidez en la niñez, y se conviertan en agentes transformadores de una fobia social, que nos inquieta por sus aparentes bajos efectos, pero que en realidad, trastorna de manera definitiva el correcto desarrollo infantil.

* Aportar una ayuda profesional a los niños tímidos, dentro del marco de una sociedad necesitada de individuos positivos, entusiastas y que den beneficios a una nación sedienta de ellos.

4. REFERENTES TEORICOS

4.1 LA TIMIDEZ DESDE LA CONCEPCIÓN

La preparación para el nacimiento, es básica en el futuro desarrollo de la personalidad del menor. Para comenzar a enfrentar el problema es necesario dar un clima de estabilidad en la relación de la pareja al infante porvenir.

No han sido bien comprendidos los mecanismos específicos de la herencia, pero parece probable que haya factores genéticos que predisponen a algunas personas a la timidez.

Dos niños criados en ambientes idénticos pueden desarrollar diferentes grados y tipos de timidez, debido a sus disposiciones hereditarias. Los niños aportan mucho a su ambiente y a su propio desarrollo. El niño recién nacido con una disposición heredada activa e inquisitiva, adquirirá reacciones más positivas del ambiente que el niño más pasivo genéticamente.

El niño que debido a su herencia tiene mayores reacciones fisiológicas ante las situaciones emocionales, vive en un mundo diferente al del niño cuyas glándulas tienen menos secreciones bajo los estímulos emocionales.

Nuestros conocimientos actuales de las influencias genéticas que sé ejercen sobre la conducta son demasiado simplistas como para que podamos determinar si el comportamiento lo causa la herencia o el ambiente. Es indudable que la timidez pueda atribuirse parcialmente a la herencia. (1)

Es evidente que el ambiente tiene una gran influencia sobre el desarrollo de la timidez. Dentro de los parámetros establecidos por los factores genéticos, los niños se vuelven tímidos en mayor o menor grado según su trato con las personas, especialmente con los padres.

La conducta paterna contribuye al desarrollo de la timidez en los niños.

4.2 LOS PADRES TIMIDOS

Los padres tímidos a menudo tienen algunos hijos tímidos. Esto no significa que la timidez se copie, se imite o se herede. Se transmite por medio de una compleja serie de factores de personalidad. El principal de ellos es la angustia de los padres para expresar emoción. Cuando el niño expresa alguna emoción, como por ejemplo la ira, los padres tímidos se sienten amenazados.

(1).Rohrer, Norman y Suther Land Philip. ¿Por qué soy tímido ?, Barcelona: Ed. Paidós. (1987)

No pueden tolerar que se reflejen sus propias emociones. Los padres que tiene miedo a ser activos y desean permanecer pasivos, se angustian. De manera que en lugar de atender el problema del niño, luchan por ocultar sus propias emociones.

Debido a que los padres tímidos tienden a rechazar a sus hijos durante las situaciones emocionales, los niños aprenden que es malo sentir emociones. Cuando los sienten, llegan a la conclusión de que son malos como personas y temen no ser amados. Para evitar que se refleje su maldad, se abstienen de hablar, evitan las conversaciones (excepto las superficiales) y desarrollan una conducta tímida.

Los padres tímidos continuamente extinguen los sentimientos de sus hijos. Prefieren dedicarse pasivamente a sus propios sentimientos que tratar activamente con sus hijos. Como resultado, la conversación es mínima y los hijos pronto aprenden que la mejor manera de vivir es en silencio; la conversación esta fuera de lugar.

Los padres tímidos muchas veces se preguntan por que sus hijos no se sienten en libertad y cómodos en su presencia. Estos padres se sienten sinceramente lastimados, porque consideran que sus hijos no los aman. Generalmente no pueden comprender que su propia angustia ante el trato recíproco se esta comunicando a los hijos y, por lo tanto, los niños se sienten incómodos y renuentes a platicar, igual puede suceder en su aula preescolar.

Las familias que cuentan con padres de este tipo a menudo pasan las noches sentados, unos frente a otros, sin hacer nada, con muy poca comunicación entre ellos. Cada uno de los miembros de la familia esta pidiendo a gritos que se le atienda, que se le ame; esta exigiendo compañía. No obstante su angustia es tan grande, que no se atreve a arriesgarse a tener un trato recíproco y vive en su mundo aislado

4.3 LOS PADRES DESCUIDADOS

Existen millones de niños que cuentan con ambos padres en el hogar y, sin embargo, nadie atiende sus necesidades, temores y deseos. Muchos hogares tienen una buena posición económica, atención médica y excelentes alimentos y, no obstante, tienen muy poca interacción.

Los niños cuyos padres temen a la intimidad se encuentran en una situación tan negativa como la del niño que carece de padres. Crecerán pensando que están solos en el mundo y que a nadie le interesan sus necesidades. Durante sus primeros años, no aprenderán las maneras adecuadas para relacionarse y comunicarse con la gente.(2)

A través de toda su vida, se sentirán insuficientes y sencillamente se alejarán de cualquier conversación no estructurada con otras personas.

(2). IBID, p. 68

La madre de un niño X lo abandonó durante los primeros seis meses de su vida y él pasó sus primeros años viviendo en uno y otro hogar ajeno. A los ocho años, una familia cristiana lo acogió e hizo todo lo que pudo con él, pero su perspectiva del mundo era que nadie se quedaría con él y que no podía confiar en persona alguna.

Actualmente esta casado y su esposa se queja de que él no le cree cuando le dice que lo ama. El tiene miedo a disfrutar la amorosa atención de su esposa. Su devoción lo pone

tenso. Inconscientemente, cree que si él la ama, ella se sentirá tan abrumada con su dependencia, que también lo abandonará.

Cada vez que llegan a la intimidad él se retrae y se vuelve frío, distante y realmente hostil. Como estuvo tan desatendido durante su niñez, él tiene muchas dificultades para poder entablar cualquier tipo de relación con otras personas, excepto de una manera que él considere muy formal.

Los padres demasiado absortos en sus interesantes y exigentes carreras, pueden, sin darse cuenta, contribuir a la dolorosa timidez de sus hijos. Si papá y mamá no ponen atención a los pasteles de lodo, los gusanos, las muñecas y las mariposas de sus hijos, estos aprenderán que sus ideas, intereses y emociones carecen de valor y que existen cosas más importantes en la vida que sus necesidades. Consecuentemente, los niños se auto valoran en muy poco y valoran también poco a los demás. Estos comportamientos pueden evidenciarse en la interrelación con sus compañeritos del preescolar.

4.4 LOS PADRES ASFIXIANTES

Otro tipo común de padres relacionados con el desarrollo de la timidez, es el de las madres y padres que “asfixian” a sus hijos. El comportamiento de los niños tímidos en sus días de adaptación en el colegio nuevo, también es notorio debido a la sobreprotección de los padres.

Esto es especialmente en las madres que se relacionan muy estrechamente con sus hijos y cuentan con el éxito de ellos como factor de sus propias satisfacciones emocionales.

Están demasiado involucrados en las vidas de sus hijos y utilizan maneras muy sutiles para que los hijos permanezcan dependientes e infantiles. Cada vez que el hijo sugiere la posibilidad de independizarse, la madre trata de hacerle sentir que se esta portando mal por dejarla sola.

Los hijos tratan de conservar la afectuosa relación original con la madre, de manera que evitan ser independientes y permanecen sumisos y tímidos. Crecen considerándose como una extensión de la personalidad del padre, en lugar de ser individuos claramente diferentes. (3)

(3) IBID, p. 70

La necesidad que crean los hijos hacia los padres, puede degenerar en una timidez dependiente. Los adultos intervienen en este caso de manera directa en la conformación del problema timidez.

4.5. LOS PADRES DEMASIADO ESTRUCTOS

Con más frecuencia, los niños tímidos provienen de hogares estrictos. Los padres consideran que el hecho de formar a sus hijos constituye una lucha por el poder. Los

padres de este tipo se quejan de que sus hijos tratan de afirmar su independencia, o de que tratan de hacer su voluntad, o de que son tan obstinados que necesitan ser domados.

Con el diálogo familiar, estos padres pueden llegar a comprender que se sienten un poco débiles e impotentes y, en consecuencia, se sienten amenazados fácilmente, se puede identificar también que erróneamente piensan que sus hijos son poderosos enemigos a los que siempre hay que someter.

Los hijos de padres estrictos consideran al padre como un terrible monstruo al que se debe consentir. Consecuentemente, las conversaciones con él se realizan con precaución.

Los muchachos tienen dificultad para identificarse con los padres demasiado estrictos. Tienden a aferrarse a la madre y no es probable que desarrollen una fuerza y poder normales. El hecho de ser agresivo significaría luchar con el padre, abandonando la seguridad de la madre y reprimiendo su propia agresividad.

Los niños que sienten muy poco afecto por parte de cualquiera de los padres se alejarán de ambos y crearán padres ideales en su imaginación, a quienes podrán dirigirse cuando estén angustiados.

Estos niños no serán capaces de experimentar sentimientos profundos hacia nadie, aunque superficialmente puedan ser personas atractivas y agradables.

Cuando los padres demasiado estrictos reconocen sus temores y su lucha por el poder, empiezan a relajarse, esto, a su vez, libera a los hijos para experimentar y expresar sus propios sentimientos de todo tipo, tanto agresivos como delicados. Su timidez disminuirá.

4.6 TIMIDEZ EN SI

A continuación se presentan los distintos conceptos de timidez, constructo que fue presentado también junto con varios más como: sociabilidad, atractivo, género y otros

TIMIDEZ:

Se define como incomodidad e inhibición en presencia de otros, y deriva directamente desde la naturaleza interpersonal de la situación más que de otras fuentes de amenaza e incomodidad, que no son esencialmente interpersonales, aun cuando ocurren en presencia de otro como por ejemplo amenaza de daño o dolencia física. (4)

Así también, la timidez tradicionalmente a sido vista como una característica personal permanente. La mayoría del trabajo empírico se ha basado en la perspectiva de timidez como rasgo, comenzando con Cattell (1947) y Guilford (1959).

La timidez como rasgo es la propensión a responder con exagerada ansiedad, autoconciencia y reticencia en una gran variedad de conceptos sociales; un niño con alto

grado de timidez, experimentará mayor excitación que un niño con baja timidez, independiente del nivel de amenaza interpersonal en la situación, es decir, se entiende timidez como un componente fundamental de la estructura y la organización de la personalidad.

(4). Jones, W.H, Collins T.M. Revista de personalidad y psicología social N° 61 p. 35-49 (1986)

Por otra parte se sugiere un compuesto de heredabilidad dentro de la timidez (Jones y Cols, 1986). Dentro de este mismo marco cabe señalar que para algunos niños, la timidez puede ocurrir como un estado, ocasionalmente experimentado, que es dependiente de la situación, pero para otros:

La timidez parece funcionar como una característica con estabilidad temporal y situacional. (5)

Buss (1980), define la timidez como una forma de ansiedad social (así como de ansiedad de audiencia y vergüenza), que puede ser un rasgo o un estado, pero que esta asociado a alta autoconciencia pública.

Cerca de 1985, este autor distinguió entre una temprana forma de timidez, la que estaría ligada a predisposiciones genéticas, y una forma tardía la que estaría ligada a procesos de socialización y al desarrollo de cogniciones auto relacionadas (citado en Jones y Cols, 1986).

Respecto a este punto, se sugiere que la inhibición por extraños surge temprano en el desarrollo humano y continua operando en la adultez. Muchos estudios han demostrado consistentemente que cerca de los 8 meses, los niños comienzan a mostrar reacciones de

cautela hacia adultos extraños; y a pesar de las diferencias individuales se ha visto que la duración e intensidad de estas reacciones en niños, son conductas universales.

(5). Briggs, S.R, Revista de investigación en personalidad N° en introversión o neuroticismo, P.290. (1988).

Durante la niñez temprana es menos probable encontrar respuestas solo de cautela ya que se muestra en forma constante una mezcla de ambos comportamientos: sociable y cauteloso; esto indica una ambivalencia e ilustra claramente el conflicto atracción - evitación de estados de timidez (Bretherton y Ainsworth, 1974; Greenberg y Marvin, 1982; en Asendorpf, 1989)

Bajo los cuatro años, los niños parecen ser incapaces de realizar cogniciones complejas involucradas en el comportamiento de acercamiento para la presentación personal. (6)

La habilidad de mirarse a sí mismo desde la perspectiva de otros probablemente surge después de los 4 años. La inhibición ante extraños entre infantes y niños pequeños no puede ser explicada sin el comportamiento de acercamiento para la presentación personal. Al parecer esta inhibición ante extraños, en la edad temprana se produce debido a una predisposición biológica en la cual se involucran elementos cognitivos en un bajo nivel. Así mismo Asendorpf, sugiere que los sentimientos mixtos aparecen en estado de timidez, los cuales son producto del conflicto atracción – evitación antes mencionado.

(6). Asendorpf. J.B. Revista de personalidad y psicología social N° 57, P.. 481-492. (1989)

El estado de timidez surge cuando los niños se sienten motivados a acercarse, pero también a evitar a otros. Esta noción de conflicto del estado de timidez, lleva a un estado de desinterés social (bajo acercamiento y baja motivación de evitación).

*La timidez se define como un síndrome de ansiedad- inhibición,
pero plantea que las experiencias cognitivas internas y emocionales
deben ser distintas de cualquier comportamiento o consecuencia
social ocasionalmente asociada. (7)*

Claramente la timidez involucra excitación emocional en ciertas situaciones sociales, lo que no es lo mismo que excitación general. El constructo de timidez puede ser mejor descrito aludiendo una falta de habilidad social e interpersonal. Si la timidez estuviese definida como nada más que la tendencia a evitar gente, debería ser lo inverso de sociabilidad. Cheek y Buss (1980) definen sociabilidad como tendencia a afiliarse con otros en vez de preferir quedarse solo.

Los mismos autores definen la timidez en términos de la reacción al estar con extraños o en encuentros casuales: tensión, preocupación, sentimientos de incomodidad y torpeza, Por ejemplo: En una visita casual de algún extraño en el aula de clase, el niño tímido revelará todos estos sentimientos evidentemente.

(7). Jones, Op. cit, P.. 35-49.

Por otra parte, la timidez puede ser definida desde el punto de vista motivacional: alta motivación de evitación social pasiva; los niños tímidos se inhiben por situaciones específicas de acercamiento a otros, sobre todo la gente con la que no esta familiarizada; y por la expectación de evaluación social negativa o insuficiente positiva, pero los niños tímidos no necesariamente tienen una motivación baja de acercamiento social ni tampoco puede ser que eviten activamente el acercamiento social.

*La timidez es un factor consistente en la predicción de medición
de ansiedad conductual, fisiológica y cognitiva. (8)*

4.7 TIMIDEZ SOCIAL

La timidez social es aquella en que la presencia de otros implica para el niño incomodidad e inhibición, las cuales derivan específicamente de la naturaleza interpersonal de la situación más que de otras causa de amenaza o angustia que no son esencialmente interpersonales, siempre que ellos ocurran en contextos sociales. Más niños experimentan el estado de timidez intermitentemente con extraños, en situaciones nuevas, con el alto estatus de otros o en ocasiones formales.

(8). Asendorpf, Op.cit, p. 1072-1083.

Los niños que presentan altas puntuaciones en escalas que miden ansiedad social, tienen pensamientos negativos acerca de sí mismos durante la interacción diádica, particularmente si se encuentra involucrado el sexo opuesto. Dentro del mismo marco los niños tímidos parecen ser más preocupados por sí mismos en relaciones interpersonales diádicas.

4.8 TIMIDEZ GENÉRICA

Se sugiere que el factor género puede moderar los efectos de la timidez en encuentros diádicos iniciales. Por ejemplo parece que las altas puntuaciones de timidez se relacionan más fuertemente a estados anímicos negativos en niños que en niñas según García y Cols, 1991.

El concepto de socialización de roles sexuales sugiere que los niños experimentan más expectativas sociales por ejecutar competencia en situaciones interpersonales, ya que tradicionalmente el rol masculino enfatiza la toma de iniciativa en contactos sociales, por lo tanto, puede ser que el conflicto atracción-evitación experimentado por el tímido sociable, puede ser exacerbado en relación a la expectativa, más por los niños que por las niñas.

Para finalizar se presentan a continuación 4 especificaciones respecto a la timidez: primero es un estado afectivo transitorio. Segundo, como estado afectivo, puede ser

percibido como un síndrome con procesos, experiencias y conductas, todos factores consistentes entre ellos.

Tercero, estados de timidez ocurren en situaciones sociales que involucran un elevado nivel de ansiedad, pero también afectos positivos, como interés en experiencias emocionales. Por último, la timidez se caracteriza también, por un elevado nivel de ansiedad, pero no por afectos positivos.

4.8.1 EFECTOS DE LA PERSONALIDAD EN EL LENGUAJE DIARIO DE LOS NIÑOS

En el experimento de Asendorpf y Meier, se monitoreó el lenguaje y la frecuencia cardíaca de 41 niños, desde la mañana hasta la tarde, en época de colegio y encontró que la frecuencia cardíaca no está relacionada con la timidez también se encontró que los niños sociables, a diferencia de los no sociables, hablan menos por la mañana y más por la tarde.

Algunos estudios han encontrado correlaciones de 40 o 67 entre la opinión parental y el comportamiento observado, respecto de la timidez. Al contrario de otros estudios en este no se demostró que los niños tímidos hablan menos, si no que los tímidos y los que no eran considerados como tales, no tuvieron diferencias significativas en su participación verbal.

Este estudio comparó también, familiaridad alta, media y baja, y la última no solo incluyó conocer extraños, sino también el interactuar en varios lugares fuera de casa.

Asendorpf no encontró baja autoestima social en niños, ni siquiera en grupos categorizados con timidez crónica alta ante extraños, durante la infancia.

Esta timidez en adultos esta relativamente relacionada en varios campos de acción del autoestima, quizás por que corresponde a alta incidencia y alta significancia emocional de confrontaciones con extraños, luego que el niño ha salido de su hogar.

4.9 TIMIDEZ: CONCEPTUALIZACIÓN Y MEDICIÓN

Se plantea que las investigaciones sobre personalidad deben ser hechas sobre la base de la relevancia de sus consecuencias sociales. Considerable evidencia muestra que los puntajes altos de timidez están correlacionados con altas reacciones afectivas (ansiedad y hostilidad).

En parejas de conversación con extraños y en monólogos, individuos con altos puntajes de timidez mostraron gran aversión al contacto visual y se enfrascaban más frecuentemente en auto manipulaciones nerviosas que las personas con bajos puntajes de timidez, así también, inician menos conversaciones y hablen menos.

Así mismo en el aula de clase los niños tímidos se muestran renuentes al trabajo en pareja y cuando lo hacen sus comportamientos nerviosos aumentan por ejemplo: sudoración, agitación, sonrojo, etc.

La timidez, independiente de la escala usada para medirla, parece ser la más fuertemente relacionada (inversamente) con extraversión, autoestima y asertividad; y directamente relacionada con miedo social y soledad. La medición de timidez no es idéntica a la medición de constructos similares como ansiedad de audiencia, miedo a la evaluación negativa o ansiedad a hablar en público, ni tampoco estos son simplemente inversos a conceptos como sociabilidad, asertividad y extraversión.

La timidez parece ser más o menos equivalente relacionada a uno de esos constructos, los autores indican que la timidez esta asociada con el auto reporte de relaciones intimas y sociales menos satisfactorias, como refleja la correlación con soledad. Así, la tendencia de niños tímidos a responder con alta ansiedad, autoconciencia y reticencia en situaciones interpersonales es maladaptativa por sí misma, se cree que es aún más devastador y permanente, la dificultad de los niños tímidos a iniciar y desarrollar nuevas amistades.

4.10 TIMIDEZ Y SOCIABILIDAD

Cheek & Buss (1981), indicaron en sus estudios realizados en la población infantil durante diez años que: la timidez y la sociabilidad son disposiciones de personalidad distintas. Se concluyó que la timidez no es solo baja sociabilidad.

En el estudio los niños tímidos- sociables tendieron a hablar menos, desviar la mirada y caer en auto manipulación, que los otros. Algunos niños son llamados introvertidos y tienden a permanecer callados durante el contacto social con extraños o en contactos casuales.

La pregunta es: que si son reticentes por que prefieren su propia compañía o por que se sienten torpes y tensos en presencia de otros.

Altos puntajes obtenidos en la escala de autoconciencia pública, están relacionados con sensibilidad a ser ignorado, renuencia a expresar la verdadera actitud en público y conformidad ante la presión del grupo.

El niño tímido parece ser de algún modo temeroso. En el experimento, los tímidos hablaron menos que los no tímidos. Los sujetos tímidos- sociables realizaban más auto manipulación que los tímidos no sociables.

La combinación de altos niveles de timidez y sociabilidad está asociada a pasar más tiempo en auto manipulación. La timidez y la sociabilidad están ligados. En el estudio los tímidos-sociables estuvieron más tensos e inhibidos que los tímidos- no sociables.

Para explicar esto se invoca la noción de conflicto: los tímidos- sociables están altamente motivados a estar con otros, pero se encuentran a sí mismos demasiado miedosos e inhibidos para mezclarse socialmente, entonces este conflicto entre necesidad de afiliación e inhabilidad para realizar adecuadas respuestas sociales, los hace más tensos y desorganizados.

Entonces si la temerosidad se solapa con la timidez puede ser un componente genético de la timidez, quizás por esto el ser sociable y tímido a la vez puede ser una disposición de personalidad innata. (9)

En el estudio de timidez y sociabilidad reexaminada, se planteo la relación entre timidez e interacción disfuncional, el estudio mostró que la timidez y la sociabilidad son factores inversamente relacionados.

(9). Cheek, J:M, Buss, A.H, revista de personalidad y psicología social N°41, P.. 330 a 339. (1981).4.10

Así también se presento la timidez como el predictor más consistente de índices fisiológicos, cognitivos y ansiosos, además de que los niños tímidos son más disfuncionales en algunos criterios.

5. DISEÑO Y ENFOQUE METODOLOGICO

El trabajo directo con los infantes determinó el hallazgo, o el descarte de posibles casos de timidez, la experiencia real es la base del presente estudio, la observación y correlación con los textos que hacen referencia a comportamientos adecuados e inadecuados de un niño, son nuestros puntos de partida para el propósito de identificación, prevención y solución de la timidez.

En ningún caso se pretende conformar como un estudio totalmente científico, psicológico, sino más bien desde el punto privilegiado del pedagogo en su contacto diario con el menor, establecer unas pautas que nos aporten ayudas esclarecedoras e identificadoras de la problemática a tratar.

Si bien nuestros referentes teóricos poseen sus bases en lo psicológico, es en lo educativo donde se busca dar un aporte de solución a la timidez infantil.

Se realizó un seguimiento a través de un registro y un diario de campo durante nueve semanas, a un niño tímido **X** en las materias de: Música, Expresión y Lecto-escritura.

En la materia de música se enseñó durante la primera semana las distintas familias de instrumentos, el niño **X** correspondía de manera correcta a lo que se le pedía: sonar el tambor y comprender la diferencia con una flauta, una marimba o unas maracas.

Todo esto lo realizaba de manera adecuada y similar a sus compañeritos; los cambios de comportamiento ocurrían en el momento del intercambio de instrumentos, y eran evidentes por dos cosas:

O bien mostraba poco interés en el intercambio, no queriendo cambiar de instrumento, o bien si otro niño le quería tomar el instrumento que él poseía lo entregaba muy fácilmente sin ninguna objeción. Esto se puede relacionar con un caso de timidez infantil:

El tímido se protege y se encierra en su timidez, que puede ser un pretexto para no obrar, puede disfrazarla de valores morales calificando erróneamente de modestia y de reserva (10)

En la clase de expresión artística al realizar el moldeado de plastilina el niño **X** fue capaz como sus compañeros de clase, de elaborar el moldeado dirigido por la profesora, pero llegado el punto de realizar un moldeado libre el niño **X** reprimía su propio ser y se limitaba a copiar las mismas formas del compañerito cercano.

(10). Chauchard Paul, Timidez voluntad y actividad, Ed: mensajero, Bilbao, p 34,(1971).

En la materia de lecto-escritura, al enseñar las vocales, el niño **X** parece aprender al igual que sus amigos de una manera efectiva, Pero cuando se les pide que mencionen palabras donde se encuentran las vocales aprendidas, el niño **X** se coloca en una posición angustiada y a pesar de saber algunas de ellas su timidez lo cohibe a expresarlas.

Para comprobar que el niño realmente ha incorporado la información y el motivo de su incapacidad a contestar la pregunta, es la timidez, se le hace la misma pregunta solo a él y en un momento en donde los demás niños no estén presentes. Sus respuestas aunque un poco más lentas de lo normal son correctas y comprobamos que todo se debe a una falta de incorporación social.

Como vimos en los casos recogidos con anterioridad parecía que la timidez no influye en el corto plazo, en la realización efectiva de actividades (ya que niños muy inteligentes pueden ser tímidos), sino más bien las dificultades aparecen en las relaciones interpersonales, es por esto que el niño tímido puede pasar más inadvertido que los demás, debido a su bajo perfil y su problema puede terminar o subvalorado o poco atendido.

Por medio de la observación de los niños preescolares en sus interrelaciones diarias. Se lograron identificar varios casos de timidez. De distintos orígenes y con diferentes resultados.

El comportamiento de los niños tímidos en ciertas circunstancias como por ejemplo: al hablar frente a los demás generaba reacción en lo físico, como sudoración en sus manos, cambio del color de sus mejillas, la incapacidad de sostener una mirada, jugar con el cabello y las manos, etc. Pasando a otras situaciones no puramente físicas, sino de comportamiento psicológico por ejemplo: Olvidar la lección, inseguridad frente a los demás, etc.

Fuera de las dificultades preestablecidas, los niños tímidos, en sus horas de descanso se mantienen aislados, no intentan hacer amigos. Su misma actitud hace que pasen desapercibidos frente a los educadores y es precisamente ahí donde se han centrado las observaciones y a pesar de la reticencia de estos niños de hablar, de dialogar de contarnos sus temores y experiencias se han finalmente identificado cada caso en particular acerca del origen de su timidez.

6. ETAPAS DE PROCESO REFLEXIVO

Definitivamente para encarar un proceso reflexivo cabal debemos crear un plan, de acciones basadas en teoría y praxis, como hemos visto a través de referentes teóricos y diseño metodológico. La timidez no aparece ni se da de forma independiente si no que hace parte de una dificultad contextual que puede ser desde hereditaria pasando por los momentos de la concepción siguiendo los primeros meses de infancia atravesando toda la evolución psicomotora infantil, timidez que dependiendo de un entorno de padres ya sea: tímidos, descuidados, sobre protectores, estrictos, etc. Puede ser alentada o atenuada participando dentro de un rol social que pueda darse bien sea en instituciones demasiado estrictas o falta de reglas.

Una timidez que puede ser cultivada o evitada por una docente consiente y cuidadosa o por una docente poco observadora y falta de ética.

Timidez que en fin de cuentas puede tener muchas causas y orígenes pero, más importante que todo es contar con efectivas herramientas para su solución.

Solo un trabajo unificado, una preocupación paternal, institucional y profesional puede disminuir los altos índices que hoy son ya casi de un 30% de la población infantil y que como dice el autor:

El tímido no es asocial; pero su timidez, al crear un desequilibrio contrario a la necesidad social de todo individuo lo hace asocial.(11)

Nos hace comprobar que no es simple tema a tratar, sino uno de los grandes temas que preocupa hoy en día a nuestra comunidad pedagógica.

6.1 PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

Antes que nada, la presente propuesta se objetiva como documento de apoyo para maestros y padres; se le entrega a ellos con la esperanza de que sea aprovechada de la mejor manera posible.

Los psicólogos recomiendan sin ningún género de duda:

Que los niños hagan una experiencia preescolar que los ayude a descubrir habilidades a una temprana edad.(12)

(11).IBID, p. 165-166.

(12). Zimbrado, P.G, Radl, S. El niño tímido, Ed: Paidós, Barcelona, p 28,(1991)

Conociendo ya la problemática de la timidez según la teoría académica y con base en la observación, gracias a un seguimiento realizado a un grupo de niños tímidos, se exponen a continuación unas pautas elaboradas que pueden resultar útiles para primero que todo; elegir una escuela adecuada, donde los factores que suscitan la timidez en el niño sean lo más escasos posibles.

Se han encontrado maneras sencillas de diagnosticar un jardín que contribuya a nuestros deseos.

6.1.1 EL JARDIN:

En una visita previa al jardín escogido los padres pueden ver el comportamiento de los alumnos en el recreo, entrada o en la salida.

El diagnóstico que pueden hacer los padres acerca de inconveniencia o conveniencia puede ser simplemente mirando si los niños se saludan, sonríen, están a sus anchas, se divierten, etc, y preguntándose además si quedan niños en la periferia que no se integren a la amistad o a los juegos, si los juegos son grupales o si se ven muchas actividades individuales, etc.

La conveniencia o inconveniencia del jardín dependerá entonces de una cuidadosa escogencia familiar.

Luego de haber escogido adecuadamente la institución, que a los ojos de unos padres conscientes, amorosos y preocupados por sus hijos hace parte de la mejor selección, miraremos como a la institución misma se le deben hacer ciertos cuestionamientos pensando siempre; que una estructuración moderada, puede crear un ambiente predecible en el cual el niño posea un rol estable y donde sus normas produzcan los resultados que se desean.

Cuestiones tan sencillas como ¿existe un plan de lecciones diarias? ¿se realizan actividades en grupos pequeños o por parejas? ¿que normas posee el aula?, ¿qué sucede si estas normas no son respetadas?, ¿la educadora realmente controla su clase?, ¿se les permite a los niños elegir alguna actividad con alternativas razonables?.

Muchas más cuestiones podrían ser lanzadas interrogadas en el intento de colaborar a los padres, con respecto al jardín adecuado.

6.1.2 LA MAESTRA

Vayamos a la maestra. Se ha podido ver a través de la experiencia que los niños tímidos prefieren maestras que sepan percibir sus necesidades; siendo así ,que la mejor maestra es aquella que por ejemplo:

- Saluda a cada niño individualmente por su nombre, cuando llega.
- Pregunta como está, como se encuentra, hace algún comentario positivo sobre el aspecto personal del niño reforzando su confianza en si mismo.
- La maestra debe mirar de frente al niño cuando se dirige a él en clase, como muestra positiva y educadora, para enseñar así al niño a enfrentar la mirada a los demás.
- Al hablar con los niños debe situarse a la estatura de ellos en una silla baja, o en cuclillas.
- Debe sentirse realmente cómoda en el desarrollo de su trabajo.
- Sonreír para comodidad de todos.

- Debe ser una maestra sensible que invite, que no ordene.
- Una maestra atenta a las susceptibilidades de los niños, en este caso, atenta a los niños tímidos.

En pocas palabras debe ser una maestra inteligente, para saber cuando conviene o no conviene destacar a un niño cohibido o cuando no debe reforzar una conducta tímida, brindando una excesiva atención, por que la timidez puede convertirse en un recurso simple para llamar la atención.

Si definitivamente jardín y maestra son lo más adecuado, entonces la incorporación del niño a la escuela debe también ser dirigido.

6.1.3 LA INCORPORACION

Previamente se le describirá la escuela al niño luego, se le llevará antes de comienzo de clases a una visita, podrá inspeccionar su escuela, juguetes, maestras, se le dará la mayor información posible acerca de normas, reglas, etc.

Los primeros días es mejor quedarse un rato con el niño, y a medida que pase el tiempo dejarlo solo para que se valla adaptando.

De ahí en adelante es la escuela la única responsable de la adecuada incorporación del niño a su metodología y medio social. Pero hablemos primero de las estrategias para los

padres, la verdad es que la educación empieza desde la concepción y acompaña al niño durante su crecimiento.

6.1.4 LOS PADRES

Para la futura estabilidad emocional del niño y la prevención de los casos de timidez infantil, se aconseja que desde la unión de la pareja, y antes de la concepción se capaciten sobre una psicología básica del niño, así mismo adquieran una preparación para la paternidad y maternidad, todo en búsqueda de que el niño se desarrolle plenamente con unos padres capaces de controlarse y de crear un ambiente familiar acogedor, de calma, paz y alegría.

Que su solo nacimiento sea una gran dicha para la pareja, para que así esta felicidad se extienda durante todos sus años de convivencia, y esto se convierta en beneficio de una familia sana siquicamente.

Ya vimos como:

Demasiadas facilidades al igual que demasiados fracasos

Contribuirán muy poco a la formación.(13)

La convivencia de padres con hijos tímidos debe ser ante todo medida, es decir: Los excesos no deben existir para con ellos.

La medida en sus cuidados debe primar: su ambiente debe ser apropiado sin transmitir comportamientos de timidez sino de confianza, la preocupación por el diálogo, la comprensión de sus necesidades y sus obligaciones, la entrega de responsabilidades a menor escala sin descargar en ellos pesos insostenibles que los lleven a la autocrítica, deben ser partes esenciales de su trato especial.

La forma cuidadosa y adecuada de los padres en hacer que el niño se incorpore al medio social sin forzarlo, puede ser la solución a una timidez pasajera , o por el contrario una apatía que perdurará en todos sus años de vida.

(13). Chauchard, Op. Cit, p. 191. Bilbao,

De igual manera la poca atención que se le dé a este problema, puede traer consecuencias indeterminadas en el adulto.

Si bien como ya vimos la timidez infantil puede ser heredada, la oportuna toma de conciencia desde sus primeros días, puede ser un primer paso para una adecuada solución.

Así mismo el hecho de convivir con padres tímidos pero conscientes, puede aminorar los efectos de una timidez que se trasmite como ejemplo, el cambio de comportamiento de padres descuidados a comprensivos, de padres asfixiantes a respetuosos, de padres estrictos a consecuentes y de toda una sociedad que valore causas y efectos a la vez, serán el oportuno tratamiento que solucionará uno de los mayores problemas infantiles del momento.

La invitación que se hace a los padres, es que el desarrollo infantil suceda bajo una sana pedagogía familiar, en lo posible consultando una ayuda profesional, un psicólogo que los oriente, pero sobretodo mantener el equilibrio justo en el que se insiste para no desamparar ni sobreproteger.

Las estrategias propuestas son prácticas y sencillas pero no simples, son perfectamente aplicables pero no de cualquier modo, son estrategias mixtas y variadas que incluyen fuentes de diversa índole y que pueden servir como instrumento de apoyo a padres, educadores e instituciones. La propuesta para nada debe ser etérea, el educador ante todo debe identificar los casos, es más; se encuentra en la obligación ética de delatarlos y aplicar las estrategias de una maestra atenta, cuidadosa y eficaz, para trabajar así en la solución de la mano de padres, y terapeutas cuando sea necesario.

Si los padres deben perseguir o deben preocuparse por encontrar la eficiencia del educador, todo educador debe preocuparse por encontrar su verdadera eficacia frente a los educandos.

El verdadero sentido de la palabra pedagogo solo puede ser dado a maestros que conducen, guían, se cuestionan acerca de los niños a cargo y no simplemente realizan una acción mecánica, esperando una retribución económica.

Los resultados del presente proceso serán perfectamente medibles, pero no en simples tabulaciones, sino en toda una sociedad que demuestre por medio de sus maduras acciones una congruente estabilidad emocional, una sociedad sana, una sociedad que sea el ejemplo de una infancia feliz.

6.2 TEST DE TIMIDEZ

Este documento pretende ayudar a los padres y profesores a descubrir ciertos síntomas reveladores de timidez en la infancia.

Conteste SI o NO a cada una de las siguientes preguntas:

1. ¿Su niño entabla conversaciones con facilidad con otros niños?
2. ¿Su niño tiende a enrojecerse ante la sorpresa o cuando le ocurre algún imprevisto?
3. ¿Es su niño capaz de hablar ante un grupo de personas?
4. ¿El niño presenta algún tipo de tartamudez al hablar en público?
5. ¿Habitualmente el niño al encontrarse con personas nuevas para él se sonroja, suda o evita la mirada?
6. ¿Prefiere ver la televisión o jugar con amigos?
7. ¿El niño gusta de parques y sitios abiertos o prefiere su casa o habitación?
8. ¿Las manos del niño se muestran inquietas al entablar conversaciones con los demás?
9. ¿En su colegio el niño se muestra aislado en las actividades comunes?
10. Todos los anteriores síntomas de timidez se han presentado durante más de seis meses?

- Si hay una o dos preguntas positivas el niño no presenta timidez alguna.
- Si el niño presenta tres o cinco preguntas positivas no es una persona tímida, pero en ciertas ocasiones puede mostrarse como tal.
- Si hay cinco o más preguntas positivas la timidez es un rasgo de su personalidad, y deben entrar padres y maestros a analizar nuestro documento de apoyo.

No olviden que la timidez es un rasgo de la personalidad que se puede superar con motivación perseverancia y algo de dedicación a ello.

Para la elaboración de este test se tuvo como punto de apoyo los test elaborados por el doctor Paul Chauchard, en su publicación timidez (voluntad y actividad, del año 1971 editada en la ciudad de Bilbao)

BIBLIOGRAFIA

Asendorpf. J.B. (1989) Shyness as a final common pathway for two different kinds of inhibitions. *Journal of Personality and Social psychology* **57**, 481-492.

Asendorpf. J.B. & Meier. G. (1993). Personality effects on children's speech in everyday life: Sociability-mediated exposure and shyness-mediated reactivity to social situation. *Journal of Personality and Social psychology*, **64**, 1072-1083.

Briggs, S.R. (1998). Shyness: Introversion or neuroticism? *Journal of Research in Personality*, **2**, 290-307

Brunch, M.A, Gorsky, J.M., Collins, T.M & Berger, P.A. (1998). Shyness and Sociability reexamined: A multicomponent analysis. *Journal of Personality and Social psychology*, **57**, 904-915.

Brunch, M.A, Heinberg, R, Haney, C, Maman, M, Mahone, M. & Slavkin, S. (1992). Shyness, alcohol expectancies, and alcohol use: Suppressor effect. *Journal of Research in Personality*, **26**, 137-149.

Brodz, S.E & Zimbardo, P.G. (1981). Modifying Shyness-related social behavior through symptom misattribution. *Journal of Personality and Social psychology*, **41**, 330-339.

Chauchard, Paul. (1971). Timidez voluntad y actividad. Bilbao: Ed: mensajero.

Cheek, J.M, Buss, A.H, (1981). Shiness and Sociability. *Journal of Personality and Social psychology*, **41**, 330 a 339.

Garcia, S, Stinson, L, Ickes, W, Bissonett, V. & Briggs, S. (1991) Shyness and physical attractiveness in mixed-sex dyads. *Journal of Personality and Social psychology*, **61**, 35-49.

Jones, W.H, Briggs, S.R. & Smith, T.G. (1986). Shyness: Conceptualization and measurement. . *Journal of Personality and Social psychology*, **51**, 629-639.

Rohrer, Norman y Suther Land Philip. (1987) ¿Por qué soy tímido ?,
Barcelona: Ed. Paidos.

Zimbrado, P.G, Radl, S. (1991) El niño tímido, Ed: Paidos, Barcelona,

Zimbrado, P.G, Radl, S.(1991). Padres e hijos. Barcelona, Ed: Paidos.