

51824
Secretaría de Educación Pública

SEAD 302

VERACRUZ, VER.


UNIVERSIDAD
PEDAGÓGICA
NACIONAL

La Timidez como un Obstáculo
Psicológico de la Educación
en la Escuela Primaria



María del Socorro González Figueroa 1305

Tesina presentada para optar por el
Título de Licenciado en
Educación Primaria

VERACRUZ, VER. 1984

DICTAMEN DEL TRABAJO DE TITULACION

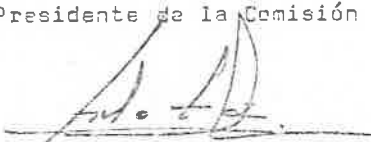
H. VERACRUZ, VER, a 18 de ENERO de 19 84

C. Profr. (a) MARIA DEL SOCORRO GONZALEZ FIGUEROA
Presente (nombre del egresado)

En mi calidad de Presidentes de la Comisión de Exámenes --
Profesionales y después de haber analizado el trabajo de titula-
ción alternativa TESINA
titulado LA TIMIDEZ COMO UN OBSTACULO PSICOLOGICO DE LA EDUCACION EN LA ESCUELA PRIMARIA
presentado por usted, le manifiesto que reúne los requisitos a --
que obligan los reglamentos en vigor para ser presentado ante el
H. Jurado del Examen Profesional, por lo que deberá entregar diez
ejemplares como parte de su expediente al solicitar el examen.

ATENTAMENTE

El Presidente de la Comisión



PROFR. ALFREDO C. MACHORRO MOTA.



B. E. P.
UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL
UNIDAD SEAD
VERACRUZ

MI AGRADECIMIENTO A LAS PERSONAS
QUE DE ALGUNA MANERA ME AYUDARON
Y AYUDAN A SUPERAR MI TIMIDEZ.

I N D I C E

	Página
INTRODUCCION.....	5
1. EL PROBLEMA.....	7
1.1. Hipótesis.....	7
1.2. Variables.....	7
1.3. Aspectos conceptuales.....	8
1.3.1. Definición de timidez.....	8
1.4. Contribución.....	9
2. CONCEPTOS SOBRE TIMIDEZ.....	10
2.1. La timidez y sus diferencias con el autismo.....	10
2.2. Diferencias en la conducta del niño autista y el niño tímido.....	10
2.2.1. Características del niño tímido.....	10
2.2.2. Características del autista.....	11
2.3. Causas que originan el autismo.....	12
2.3.1. Formas de tratamiento.....	12
2.4. El caso de Manolo un ejemplo de autismo.....	13
3.- MANIFESTACIONES MAS FRECUENTES DE LA TIMIDEZ EN LA ESCUELA PRIMARIA.....	15
3.1. Inseguridad.....	15
3.2. Falta de comunicación en el aula.....	16
3.3. Falta de relación con el maestro.....	17
3.4. Falta de integración grupal.....	18
3.5. Falta de participación en clase.....	19
3.6. Bajo aprendizaje.....	20
3.7. Deserción escolar y ausentismo.....	21

3.8. Actitudes negativas.....	21
4. CAUSAS QUE OCASIONAN LA TIMIDEZ.....	23
4.1. Causas educativas.....	23
4.2. Causas psicológicas.....	23
4.2.1. Las alteraciones del sistema nervioso.....	24
4.2.2. Temor al ridículo.....	24
4.2.3. El negativismo.....	25
4.2.4. Inseguridad.....	25
4.2.5. Los sentimientos de inferioridad.....	26
4.2.6. La inadaptación.....	26
4.2.7. Desconfianza.....	27
4.2.8. Desinterés.....	27
4.2.9. La falta de sentido del humor.....	27
4.3. Causas físicas.....	28
4.3.1. Defectos genéticos.....	23
4.3.2. Defectos congénitos.....	28
4.3.3. Defectos traumáticos.....	29
4.4. Causas socioculturales.....	30
4.4.1. Causas familiares.....	30
4.4.1.1. Respeto o temor excesivo.....	30
4.4.1.2. Desatención de los padres.....	30
4.4.1.3. Familia numerosa.....	30
4.4.1.4. La falta de afecto.....	31
4.4.1.5. La sobreprotección.....	32
4.4.1.6. La falta de preparación adecuada de los progenito-- res.....	32

4.4.2. Causas ambientales.....	33
5. CONSECUENCIAS DE LA TIMIDEZ.....	34
5.1. Efectos educativos.....	34
5.2. Efectos psicológicos.....	35
5.2.1. Mitomanía.....	35
5.2.2. Conductas negativas y sentimientos de inferioridad.	36
5.2.3. Trastornos del lenguaje.....	36
5.2.4. Fobias.....	36
5.3.5. Depresión.....	37
5.3. Efectos físicos.....	37
5.3.1. Obesidad y delgadez extrema.....	38
5.3.2. Porte inadecuado.....	39
5.3.3. Tics nerviosos.....	39
5.4. Efectos socioculturales.....	39
5.4.1. Retraimiento.....	40
5.4.2. Marginación.....	40
5.4.3. Pobreza.....	40
5.4.4. Delincuencia.....	41
CONCLUSIONES.....	42
SUGERENCIAS PARA SOLUCIONAR LA TIMIDEZ.....	43

BIBLIOGRAFIA..... 45

GLOSARIO..... 46

COLABORADORES.

I N T R O D U C C I O N

La presente tesina es el resultado de la investigación en la bibliografía que consulté para realizarla, y tiene como objetivo el aportar conocimientos sobre el fenómeno psicológico de la timidez que existe en algunos alumnos de la escuela primaria - y que puede repercutir en el educando como: deserción escolar, bajo aprendizaje, trastornos emocionales, poca participación en clase, falta de integración grupal, dificultad en el proceso de la socialización, etc.

Considero que la timidez es la causante de muchos trastornos que se presentan en la escuela primaria y que muchas veces el maestro no sabe enfrentarse a este tipo de problemas, debido a que carece de la información necesaria y actualizada sobre temas psicológicos, siendo cada vez más patente el hecho de que el alumno no se retraiga e inhiba hasta que resulte casi imposible solucionar su caso sin la intervención de un especialista.

Es necesario detectar el problema a tiempo y solucionarlo con el fin de lograr el desarrollo integral del alumno.

Corresponde a los profesores hacer sentir en los niños seguridad, brindándoles soportes que contribuyan a que él se sienta confiado e intente seguir adelante, con paso inseguro al principio, pero de una manera firme al final.

También tuvo un papel importante la inquietud por consolidar los conceptos que sobre el mismo tenía y así, poder contribuir en mínima parte a orientar a quien se interese en este trabajo. Porque puede servir, como un instrumento que ayude en la solución de los distintos problemas que sobre la timidez existen, y que de no ser atendidos en su oportunidad, pueden agudizarse en la etapa de la adolescencia y de la juventud.

Con esta aportación pretendo crear conciencia en los profesores de primaria, sobre lo importante que es localizar en el aula los casos de timidez.

Respecto al contenido de la guía, he puesto especial interés en presentar todo lo que obtuve, en forma ordenada y gradual.

Asimismo deseo que se conozca todo lo referente al tema, con el objeto de efectuar futuros estudios con rigor científico.

Porque la timidez tiene consecuencias de diferente índole, principalmente en el aspecto educativo, social, psicológico y cultural, que repercuten tanto en lo físico como en lo psicológico del educando, dentro y fuera del salón de clases, manifiestándose como temores e inseguridad dentro del aula. Repercutiendo en el aprendizaje y conducta del infante, que puede atrasarse e incluso reprobar, si no recibe la ayuda necesaria. Por lo que en la presente tesina, se tratará de enfocar el problema y darle solu-

ciones útiles al maestro que encuentre entre sus alumnos las características propias de la timidez.

El maestro debe tratar que sus alumnos se desarrollen física, intelectual, emocional y psíquicamente; no dar prioridad únicamente al aspecto informativo, pues de poco sirve ser instruído si no se es capaz de permanecer en convivencia en un pequeño grupo de personas con las mismas características, o si se carece de la mínima seguridad en sí para presentar una conducta normal.

Los fenómenos estudiados tienen un carácter general - con las limitaciones que pueda tener una tesis.

1. EL PROBLEMA.

Al fenómeno psicológico de la timidez se le ha dado poca importancia tanto en el área educativa como en la psicológica.

Las pocas aportaciones bibliográficas e investigaciones sobre el tema, limitan la profundidad de este trabajo, sin embargo trataré de plantear alternativas que contribuyan a disminuir este fenómeno y a concientizar entre los maestros y padres de familia, su importancia y algunas formas de superarlo en la escuela primaria.

1.1. HIPOTESIS.

La timidez como problema educativo en la escuela primaria es el resultado de una educación deficiente y actitudes negativas de los padres y maestros.

1.2. VARIABLES.

Las variables que se manejan en la presente investigación para la elaboración de la tesina son:

Edad.

Escolaridad.

Sexo.

Estructura familiar

Escolaridad de los padres.

Nivel socioeconómico.

Actitud de los padres.

Actitud de los maestros.

1.3. ASPECTOS CONCEPTUALES.

A continuación mencionaré varios conceptos sobre la timidez para tener una idea general de ella y ver su diferencia con el autismo, ya que se podría prestar a confusión entre ambos términos.

1.3.1 DEFINICION DE TIMIDEZ.

"Actitud emotiva caracterizada por vacilación y por tendencia a experimentar miedo en situaciones que no lo justifican." (1).

["La timidez es el fruto de un conflicto permanente entre dos sentimientos incompatibles, por una parte, el deseo vehemente de triunfar, de alcanzar notoriedad incluso gloria; por otra parte, el inevitable temor de fracasar, con sus lógicas consecuencias: sustraerse a las pruebas y humillaciones iniciales." "Nadie da más la impresión de modestia que el tímido. (El silencio es su refugio; su sola búsqueda, la obscuridad y la anulación." "Falta de seguridad, principalmente en las relaciones con las personas que no estamos familiarizados." (2)

* Con lo anteriormente visto resumo que la persona tímida es alguien con un grave problema de personalidad que se refugia en sí mismo y que se siente incapaz de comunicarse con los demás, o hacer amistad o expresar sus gustos por temor a ser rechazado, no es capaz de enfrentarse a ningún problema pues cree que va a ser vencido y su ánimo ya está predispuesto.

* Se va encerrando más y más en su problema sin hacer nada por salir de él pues se considera torpe y rechazado por lo que permanece quieto y mudo cuando él íntimamente desea salir, hacer y sobresalir pero teme al rechazo o al ridículo.

No acepta la ayuda que quieren brindarle abierta y de sinceramente pues considera que el problema no está en él sino en los que lo rodean.

(1).-HOWARD C.Warren.,Diccionario de Psicología, Fondo de Cultura Económica., 10ª Impresión, México.,D.F.,Editor, 12ª Edición. p. 361.

(2).-VALIE BOLQUIE Paul., Diccionario de Pedagogía, Editorial Alhambra Mexicana, S.A., del Valle de México, México, 7, D.F. P. 434.

1.4. CONTRIBUCION.

Que el maestro tenga más conciencia sobre el fenómeno psicológico de la timidez para poder ayudar a detectar, solucionar o canalizar dentro de las limitaciones y posibilidades los casos que se le presenten.

Que ayude a conocer las causas y efectos en los aspectos educativos, social, cultural y psicológico.

Que sea un instrumento que ayude a encausar y rehabilitar a los escolares con éste tipo de problemas.

Que contribuya a hacer más conscientes a los padres de los niños que presenten estas características, mediante entrevistas e información del maestro y encausarlos de ser preciso a algún especialista en la materia.

2. CONCEPTOS SOBRE LA TIMIDEZ.

2.1. LA TIMIDEZ Y SU DIFERENCIA CON EL AUTISMO.

La timidez es un estado emocional que le impide al sujeto a mejorar en cualquier aspecto, pues siente inseguridad y temores infundados la mayor parte de las veces, por lo que se refugia en la soledad y en sí mismo, se siente cohibido y rechazado. Su problema no tiene bases físicas ni biológicas reales, sin embargo sí hay muchas causas conceptuales y psicológicas para ser.

El autismo es una enfermedad en que el sujeto permanece con su interés concentrado en sí mismo, la mayor parte del tiempo callado, en una misma posición, pues no es de su requisito efectuar ningún cambio.

No presenta retraso mental agudo, pues es capaz de realizar algunas cosas que despierte su interés, pero cuando no centra su atención no es capaz ni de moverse, el trastorno del lenguaje es su problema principal, no logra comunicarse.

2.2. DIFERENCIAS EN LA CONDUCTA DEL NIÑO AUTISTA Y EL NIÑO TIMIDO.

2.2.1. CARACTERISTICAS DEL NIÑO TIMIDO.

- Tiene dificultad para iniciar una amistad y jugar con otros niños.
- Reacciona con temor hacia cualquier ruido, principalmente a los desconocidos.
- Aprende cualquier cosa, siempre y cuando tenga un estímulo adecuado.
- Presenta miedo a cosas o situaciones a las que no debe temer.
- Se resiste a cambiar la rutina, más que nada por temor a lo desconocido.
- Indica sus necesidades con palabras entrecortadas y monosílabos.
- Muy difícilmente ríe o se expresa.
- Le gusta que lo mimen e interiormente lo desea.
- Casi no muestra actividad física: Prefiere tratar de pasar desapercibido.
- No mira directamente a los ojos sino en forma huidiza y esquiva con la cabeza baja.
- Se aficióna extraordinariamente a un objeto u objetos determinados. En él centra toda su atención y cariño que no pue-

de manifestar hacia las personas que él quiere.

» Le da vueltas a los objetos, principalmente cuando se encuentra en situaciones que no desea y de las que quiere liberarse, lo que hace para desahogar sus frustraciones y estado nervioso.

» Se dedica repetida y sostenidamente a juegos solitarios, los prefiere pues debido a su timidez varias veces ha sido rechazado en los juegos grupales por lo que opta por los juegos solitarios en los que él es el centro y/o persona más importante.

Se muestra indiferente a cualquier acercamiento que se le trate de hacer mientras él no considere que la persona es digna de su atención y amistad, cuando esto sucede derrumba su muro protector y con cierto temor inicial comienza a platicar. Aquí hay que tener cuidado, pues fácilmente se siente traicionado y vuelve a caer en la indiferencia.

2.2.2. CARACTERISTICAS DEL AUTISTA.

Sujetos con gran dificultad para tratar y jugar con otros niños.

Actúan como sordos, no reaccionan al habla ni al ruido.

Se resisten a aprender cualquier cosa, ya sean nuevas conductas o nuevas destrezas.

Falta de miedo a peligros reales; puede jugar con fuego, saltar desde alturas peligrosas, correr a media calle o internarse en el mar.

Se resiste a cambiar la rutina. Los más pequeños cambios pueden producir ansiedad aguda, excesiva y al parecer ilógica; por ejemplo: rechaza todas o casi todas las comidas desconocidas para él.

Prefiere indicar sus necesidades mediante ademanes. Quizás hable, quizás no.

No ríe, ni se expresa.

No se deja mimar como los bebés normales. O se pone rígido o completamente suelto cuando se le mima.

Muestra marcada hiperactividad física. El niño puede despertar y jugar horas enteras en la noche y sin embargo estar lleno de energías al día siguiente.

No mira directamente a los ojos. Presenta tendencia persistente a mirar de lado o a volverse especialmente cuando se le habla.

Se aficiona extraordinariamente a un objeto u objetos determinados. Se preocupa exageradamente por detalles o rasgos especiales de tal objeto, y no lo usa para lo que sirve en realidad.

Le da vuelta a los objetos, especialmente a los redondos. Puede llegar a absorberse totalmente en esta actividad hasta angustiarse si se le interrumpe.

Se dedica repetida y sostenidamente a juegos raros; por ejemplo, sacude pedazos de cuerda, hace sonar piedras dentro de una lata, hace tiras de papel.

Se muestra indiferente. Se comunica muy poco con los demás. Trata a las personas más bien como objetos que como gente.

2.3. CAUSAS QUE ORIGINAN EL AUTISMO.

El autismo puede deberse a diversas causas como son el aislamiento social a que son sometidos muchos chicos desde muy temprana edad, la falta de afecto de los padres es determinante pues generalmente se muestran fríos, obsesivos y desapegados con los infantes cuando más necesitan de su comprensión y cariño.

Los niños autistas pueden tener daños cerebrales o de factos del sistema nervioso central.

Sin embargo una causa real definida no ha sido controlada pues hay muchas teorías que no han sido totalmente confirmadas ni tienen bases suficientes sólidas como para considerarse ciertas en todos los casos.

2.3.1. FORMAS DE TRATAMIENTO.

Los autistas pueden tratarse con un amplio margen de posibilidades de recuperar la normalidad, pero ésta no llega a ser total pues aún con los años persisten ligeros residuos del problema que ya no es posible borrar.

Según el caso, el especialista puede aplicar psicoanálisis y otras formas semejantes de terapia; el condicionamiento operante; nuevas técnicas de modificación conductual, han demostrado ser suficientes para enseñar y manejar a niños autistas y a los que tienen problemas mentales.

Unido a lo anterior debemos propiciar el reforzamiento social en forma de atención por parte de los adultos principalmente sus padres y familiares. "Los enfoques conductistas han traído consigo prácticas, métodos de entrenamiento, con los cuales podría terminar por aclarar la adquisición y la extinción de la conducta autista". (3)

Las primeras experiencias en la relación maestro-alumno no son fundamentales para el problema de la timidez.

Las primeras impresiones del niño en relación con la escuela o con los maestros son de gran importancia ya que por la plasticidad y vulnerabilidad del niño dejan una huella a veces imborrable para que el pequeño determine actitudes y valores acerca de la escuela, el gusto o el rechazo.

(3). - GARASOU Irwin C., Psicología Anormal, Los Problemas de la Conducta Desadaptada. Editorial Trillas, 3a. Edición, México, D.F., 1980. P. 390.

La actitud de los maestros en el primer año determina en alto grado la relación maestro-alumno y favorece u obstaculiza el aprendizaje.

Es por ello que los maestros de primaria, principalmente los de primer año, no deben adoptar actitudes rechazantes, hostiles o agresivas con los niños, pues pueden provocar inconscientemente rechazo a la escuela, problemas de aprendizaje y/o crear niños tímidos, poco participativos o con problemas de relación.

Señalamos que el maestro debe ser consciente, independientemente de su carácter, personalidad y temperamento. Debe lograr en los primeros años un ambiente psicológico, propicio para la comunicación que es la base del aprendizaje, y de la educación integral que abarque los principios del área cognoscitiva, afectiva y psicomotriz, como un ejemplo de que la actividad de los maestros puede hacer un daño muy grave a los alumnos en el primer año, presentamos el caso de Manolo que es un ejemplo de la vida real y en el que podemos observar dos cosas al mismo tiempo: primero comprobar el daño tan grave que puede hacer una actitud negativa de un maestro y distinguir las características del autismo disfrazado por la timidez.

2.4. EL CASO DE MANOLO UN EJEMPLO DE AUTISMO.

Este caso me fue proporcionado por un psicólogo que se interesó en el problema y atendió profesionalmente a Manolo.

ANTECEDENTES.

Manolo es un niño de 9 años de edad con escolaridad de segundo grado de primaria, que ya ha repetido 1° y 2° grado por haber reprobado, es un niño triste con la mirada fija y vacía, no conoció a su padre y la madre lo dejó con la abuela por tener que trabajar, algunas veces es muy callado y apático, otras muy agresivo llegando al grado de enterrar un lápiz en la mano de su compañero, lo que ocasiona regaños, castigos y apodosos por parte de la maestra y compañeros; lo cual desencadena una serie de reacciones negativas en él. El niño fue llevado por su madre a consulta psicológica y después de habersele realizado el estudio psicométrico correspondiente, el psicólogo encontró que Manolo tiene un rango de inteligencia superior al término medio y en su historia clínica, relata que en primer grado como no podía hablar correctamente ya que pronunció palabras hasta los 7 años y sigue teniendo problemas del lenguaje-, la maestra le dijo que estaba loco, y él menciona que se volvió un niño triste, que no lo aceptaban en los juegos y posteriormente se volvió agresivo.

El diagnóstico clínico nos confirma que la falta de afecto, el encerramiento en sí mismo, y otras características propias, se trata de un caso de autismo, otro indicio es la poca relación con la realidad, ya que Manolo se lanzó de el 2° piso de una casa después de haber visto una película de

Supermán. También la actitud negativa de la maestra provocó la agudización del problema y le hizo grave daño al niño.

Por ésto es que insistimos que para poder ayudar al niño tímido hay que detectar las características de la timidez, que pueden ser variadas, detrás de ellas seguramente está la actitud -- del maestro que debe concientizarse para distinguir claramente -- entre la timidez y el autismo.

Aquí vemos que una actitud negativa debido principalmente a la ignorancia puede repercutir en graves daños para un -- pequeño, la maestra si hubiera detectado problemas de personalidad podría canalizar los medios más convenientes y al alcance de la familia para la resolución de su trastorno y sobre todo evitar el aislamiento común en estos casos, el rechazo y burla de sus -- compañeros, pero vemos que la falta de conocimientos que tuvieron los maestros sobre el problema y su detección fomentó la agudiza -- ción de las situaciones negativas por parte de los compañeros y -- el retraimiento del chico.

Por esta razón insisto que los profesores deben tener los conocimientos necesarios para detectar los problemas, saber -- tratar a los pequeños, además de poder dar las orientaciones ne -- cesarias a los padres y sobre todo tratar al infante dentro del -- salón de clases para no profundizar el problema, hablar con sus -- padres y hacerles conciencia del deber que tienen con el niño y -- darles los nombres de las posibles enfermedades que puede pade -- cer el chico, y que muchas veces por estar entremezcladas o subli -- madas, se opacan y sólo un especialista puede detectarlas median -- te complicadas pruebas psicológicas y curarlas pero que sin em -- bargo los maestros pueden encausar a la familia adecuadamente pa -- ra evitar que se agraven.

Se observa como, el autismo puede ser confundido fá -- cilmente con la timidez por una persona no versada y que no ha -- estudiado al respecto, debido a las semejanzas que hay en algu -- nos aspectos entre uno y otra, pero que sin embargo en otras ca -- racterísticas son completamente diferenciables para el maestro -- interesado.

3. MANIFESTACIONES MAS FRECUENTES DE LA TIMIDEZ EN LA ESCUELA PRIMARIA.

3.1. INSEGURIDAD.

"El sentimiento de inseguridad, es un fenómeno psicológico que aparece en casi todos los problemas emocionales. El individuo inseguro carece de sentimientos de confianza en sí; se siente inepto, superfluo y no amado, y en consecuencia es vulnerable a continuo conflicto emocional. La persona insegura suele ser un individuo nervioso presa de constante ansiedad y aprensión". (4)

Cuando el niño nace es seguro de sí mismo, confía en todos y no tiene problemas psicológicos de ninguna especie; es la sociedad donde crece y se desenvuelve la que poco a poco lo hace convertirse en un ser inseguro y con traumas psicológicos que lo incapacitan para mantener decisión alguna por sencilla que sea, limitándose a acatar la voluntad y los mandatos de otros y evitar con ello cualquier responsabilidad posterior.

La inseguridad está presente en todos los actos de la persona tímida y es lo que la obliga a seguirse manteniendo en las tinieblas de las cuales no quiere o no puede salir.

La inseguridad es característica porque la persona dice que si, aunque piensa lo contrario y finalmente no sabe que hacer: si lo que dijo o lo que razonó. Si hace lo que dijo, se arrepiente y se dice interiormente -si yo hubiera hecho lo que pensé-, y si hace lo que pensó y le sale mal se dice, -si yo hubiera hecho lo que dije-, el caso es que no llegan a unirse; lo que piensa, lo que dice, lo que hace y siempre se le llegará a formar un complejo de culpabilidad que puede llegar a ser el causante de muchos problemas.

Las personas inseguras son condenadas de por vida a ser manejadas "convenientemente" por hombres que suelen ser hábiles oradores a los que los siguen sin razonar a cualquier empresa por disparejada que sea. Prueba de ello son la abundancia de líderes desde nivel básico hasta superior que mueven a la mayoría de los estudiantes para lograr los propósitos que se fijan.

Para poder superar la timidez lo primero que debe hacer es lograr vencer su inseguridad y adquirir aplomo en todas sus decisiones con los resultados que sean, y aunque fracase al principio, sobreponerse y mantenerse firme y afrontar cualquier consecuencia; con ello podrá iniciar un camino (débil al principio) por donde avanzará hacia su meta que debe ser la superación de la timidez y su desarrollo físico, intelectual y emocional.

(4).--NARRAMORE Clyde M., Enciclopedia de Problemas Psicológicos, Zondervan Publishing House, Sexta Edición, Miami Florida 1974, P.114

3.2. FALTA DE COMUNICACION EN EL AULA.

Este aspecto comprende la comunicación del niño tímido con sus compañeros, ya sea para actividades escolares o sus relaciones con otros niños a la hora del recreo y cuando salen camino a su casa. El niño tímido rechaza y es rechazado por sus compañeros quienes lo evitan por "no ser divertido"; por eso mismo se va cerrando en una coraza de protección que lo aísla y de la cual ni siquiera pretende salir, menos aún lo logra, quedando cada vez más aislado y solo, sumido en su problema de timidez.

La falta de comunicación es una característica que va a hacer que el maestro detecte a sus alumnos con el problema de la timidez, pues es el lugar (el salón de clase), donde se puede agudizar o salvar el problema según la capacidad de cada maestro que aunque no pueda remediar completamente el problema en un ciclo escolar, sí puede iniciar la salvación y encaminar al alumno y a sus padres en el camino del éxito.

Sin embargo, el profesor debe andar con mucho cuidado pues estos niños muy rara vez tratan de ganarse el afecto y amistad de compañeros y/o maestro.

La comunicación en la escuela primaria se inicia desde la primera experiencia que tiene con su escuela, esta primera experiencia es determinante para que el niño que ingresa por primera vez sienta atracción o rechazo posterior a la escuela, las actitudes del maestro hacia el alumno también son determinantes en primer año para que el niño establezca una buena relación maestro-alumno, posteriormente también es conveniente mencionar -- las estadísticas publicadas por la revista "El Maestro" editada por el Consejo Nacional Técnico de la Educación correspondiente al mes de marzo de 1982, destacando el alto índice de ausentismo y deserción de los dos primeros años en la escuela primaria independientemente de los problemas económicos familiares, pudiera este estar afectado por la falta de comunicación en el aula y el problema de la timidez.

La falta de comunicación no solamente se refiere a -- una serie de factores muy diversos entre los que se encuentran: el factor afectivo, los métodos y técnicas que utiliza el maestro, las formas de manejar la disciplina, etc.

Entre los problemas más importantes de la timidez, está el de la falta de comunicación con el maestro que sabemos la mayoría de las veces es un obstáculo creado en el caso de la timidez por el mismo alumno, pero también es propiciado por el maestro.

Si la comunicación es un proceso en el cual un emisor intercambia ideas y experiencias con el receptor en base a un -- mensaje y con un propósito. No hay que olvidar que no solo es un intercambio de ideas y experiencias sino también sentimientos y afectos, por lo que debido a la plasticidad y vulnerabilidad del

niño; en el primer año el maestro deberá cuidar sus actitudes no solamente al enseñar métodos y técnicas, sino lograr la relación con el alumno en el plano afectivo, ya que las teorías modernas del aprendizaje, también ponen gran énfasis en este aspecto y afirman que un rechazo del alumno por el maestro o temor hacia él, dificultan el aprendizaje.

El factor afectivo es entonces muy importante para la comunicación y por consiguiente para el aprendizaje.

Otro de los factores que afecta el aprendizaje puede ser la metodología que emplea el profesor, pues existen quienes adoptan el principio medieval de "la letra con sangre entra", asumiendo actitudes negativas y agresivas que acentúan o crean timidez en los alumnos, inhibiéndolos o creándoles frustraciones y dejando huellas que dificultan la comunicación posterior y obstaculizan el aprendizaje.

Otra de las formas que pueden obstaculizar la comunicación es la forma de imponer la disciplina, algunos maestros abusan de los castigos corporales con reglas, lanzando borradores o gises a sus alumnos, o haciendo críticas muy destructivas y sarcásticas; esto se debe evitar principalmente en los primeros dos años para no crear experiencias que posteriormente afecten la comunicación en el aula, que no sólo se presenta en ella, sino que parece ser un mal hábito de la época actual que radica en los maestros que no saben escuchar a sus alumnos y sus ocupaciones y egoísmo no se lo permiten.

3.3. FALTA DE RELACION CON EL MAESTRO.

Es necesario insistir en la importancia que tiene en la educación el proceso de la comunicación tanto para la relación maestro-alumno, como para el proceso de aprendizaje.

La falta de relación con el maestro en el aula, es un serio obstáculo para el aprendizaje y la disciplina, ya que como es conocido una adecuada relación maestro-alumno, favorece la comunicación y el aprendizaje.

Algunos autores llegan a afirmar que la falta de relación entre el niño y el maestro se debe tanto a factores de personalidad del niño y a esto lo llaman "transferencia" o corriente afectiva que va del niño al maestro y que está influenciada por pautas de conducta adquiridas desde temprana infancia, es decir: existe un factor histórico que determina la relación del niño con el maestro. Mencionaremos un ejemplo de esta relación para tener una mejor comprensión; si un niño en su hogar tiene un padre rechazante, castigador y autoritario que inspira temor en el niño y le hace tímido en su relación con el maestro que es una persona adulta del mismo sexo muchas veces, él inconscientemente

transferirá esta imagen negativa hacia el maestro no permitiendo la identificación y creando obstáculos en la relación maestro-alumno.

En sentido inverso, la relación, la corriente afectiva que va del maestro al alumno se le denomina contratransferencia y también puede estar afectada por factores históricos; como ejemplo tendríamos que el maestro ha tenido un niño con determinadas aptitudes, muy indisciplinado y por ello ha sentido repudio hacia el niño, si otro niño tuviera las mismas actitudes, inconscientemente lo rechazaría, sin analizar que cada niño es diferente y que ante los mismo estímulos, disciplina, métodos de enseñanza o castigos, reacciona de diferente manera.

Por lo expuesto anteriormente podemos afirmar que la relación maestro-alumno depende de las primeras relaciones objetivas que tenga el maestro y el alumno, también del medio donde se desarrolle esta relación.

Este niño a los adultos les teme quizás por situaciones semejantes a la de reflejo condicionado; si durante pequeño fue víctima inocente de injurias y malos tratos de personas mayores, sean padres o cualquier otra gente, eso le quedó grabado en la mente y le hace temer por asociación hacia cualquier persona de características similares, lo cual puede manifestarse en agresión o en huir de ellas por evitar un castigo.

Esto mismo puede aplicarse cuando se trata de superioridad de sujetos de posición económica que él considera más elevada de la que goza, lo cual hace verse inferior y por lo tanto rechaza la situación. Al maestro lo evita por la misma razón -- pues él piensa --es adulto igual que mis padres por lo tanto hay que temerle igual que a mis padres, porque es capaz de hacerme daño--.

3.4. FALTA DE INTEGRACION GRUPAL.

El niño tímido, uno de sus defectos principales es su problema para establecer relaciones humanas y su dificultad para integrarse a los grupos sociales, una de estas principales fallas se originan en la familia, pues sabemos que todos los niños que no reciben afecto, comprensión y estímulos por parte de sus padres, muestran un retraso en el proceso de aprendizaje y en el lenguaje costándoles trabajo integrarse a grupos.

La integración grupal del niño en la escuela primaria es un proceso de socialización muy importante, puesto que esto va a hacer que su mundo social aumente, se ensanche con nuevas vivencias obligándolos a aprender nuevas normas y reglas de comportamiento, la escuela y sus amiguitos amplian el mundo social del niño y también lo someterán a presiones y frustraciones co-

lectivas.

El niño tímido se retrae, se aparta del grupo, por temor a sus compañeros, se aísla por el miedo que le causan nuevas experiencias, influido por una educación y atención deficiente - por parte de sus padres, esto puede ser peligroso ya que el niño al no integrarse a un grupo se aísla, juega solo y esto puede -- ser el origen del autismo, el niño se encierra en sí mismo, en su concha, se vuelve egoísta y no le interesa participar en grupos sociales.

El maestro debe ayudar al niño mediante diferentes -- técnicas a integrarse a los grupos mediante juegos, actividades creativas, de educación física, poesía coral, canto, etc. }

"Una persona tímida no soporta las ironías hacia su -- persona, por que las detesta, trátese de quien se trate. Cuando se le somete a ellas se pone de mal humor y puede contestar con agresión verbal, física o simplemente refugiarse en otro lugar a lejado de los que gustan estas bromas.

Generalmente en la escuela primaria los alumnos son - muy dados a este tipo de bromas, lo que le impide formar parte - de un grupo social pues interiormente se siente mal y con tenden- cia a huir y permanecer aislado de todos.

3.5. FALTA DE PARTICIPACION EN CLASE.

"Muchas facetas de la personalidad se revelan median- te patrones de lenguaje. La forma en que la persona habla sumi-- nistra indicios de cuanto a su ambiente sociológico y su experien- cia educativa".(5)

El niño tímido por su mismo problema no participa en clase por factores conocidos como son: el temor al maestro, el - temor a la burla de sus compañeros y la inseguridad de sus conoci- mientos. Estos factores deben ser seriamente analizados si sa- bemos que el aprendizaje es un cambio permanente en la conducta que deriva de la experiencia y de la práctica y si el niño tími- do no participa en actividades que le ayudan a aprender, esta ac- titud de bloque o inhibición puede convertirle posteriormente en un niño apático, fantasioso y poco cooperativo.

El niño tímido, generalmente tiene retraso en el apren- dizaje de la lectura o de actividades de tipo social como son las artísticas a pesar de que tenga aptitudes para ello, el niño tími- do muchas veces tiene los conocimientos necesarios, pero no partici- pa porque no logra vencer esa carga tan pesada que es el te- mor que lo convierte en una persona inhibida y frustrada. }

(5).-NARRAMORE Clyde M., Idem. P. 208.

El maestro debe planear sus actividades de enseñanza para hacer participar a todos sus alumnos, y con ellos ayudar a los niños tímidos, el maestro apático, el que tiene falta de conciencia y vocación, acabará por hacer participar al alumno tímido y al no tenerle paciencia lo marginará.

Quando una persona tímida se ve en la necesidad de hablar delante de un público por mínimo que sea se altera su sistema nervioso, su mente se cierra, le sudan las manos, se pone por demás turbado, lo que lo motiva a hacer que tartamudee, se le olvida lo que pretendía decir, y se bloquea su cerebro, adquiere verdadero pánico hacia esta situación u otras similares. Esto hace que los espectadores critiquen duramente su actuación agudizando su problema, porque nadie le gusta ser criticado, pero los niños suelen percibir las críticas como un rechazo, el tímido -- prefiere pasar por mudo que por tonto, lo cual lo obliga a permanecer en silencio o repitiendo algunas opiniones sobre determinada cosa ya que teme que sus ideas vayan a estar equivocadas o -- causen la crítica desfavorable y aún el rechazo de las personas ahí reunidas.

3.6. BAJO APRENDIZAJE.

Las causas del bajo aprendizaje en la escuela primaria pueden ser muy diversas, entre las más importantes podemos citar: los métodos didácticos, las actividades de aprendizaje, las aptitudes del niño, los recursos audiovisuales, la personalidad del maestro, factores socioculturales y psicológicos, entre éstos últimos se encuentra la timidez, como factor ya señalado anteriormente, este factor está interrelacionado con varios aspectos como son, las actividades de aprendizaje, los métodos didácticos, la personalidad del maestro y del alumno, porque implica la participación directa del alumno en la práctica. El bajo aprendizaje es el resultado de la falta de comunicación y participación del niño en el proceso enseñanza-aprendizaje, el bajo aprovechamiento puede dar lugar a actitudes negativas tanto por parte del profesor como del alumno o el padre.

Aquí se conjugan todos los aspectos que ocasionan en sí, la timidez como: el temor al maestro por ser adulto, evita preguntar sobre alguna duda que tenga para no ser burla de sus compañeros debido a su inseguridad, lo cual genera una falta de concentración ya que teme hacer el ridículo y se encierra más, volviéndose cada vez más introvertido, lo cual hace que sus calificaciones y aprovechamiento dejan mucho que desear, y que decir tanto por sus padres como por el maestro de grupo. Este niño podrá pasar a simple vista como un niño flojo, incumplido y desatento aunque no es así y su problema es mayor y más grave de lo que a simple vista parece.

3.7. DESERCIÓN ESCOLAR Y AUSENTISMO.

Entendemos por deserción escolar, los niños que sólo - asisten al principio a clase y luego por una u otra razón dejan - de ir, no obstante estar matriculados, pierden el año pues no se - presentan más. Con el nombre de ausentismo designamos la actitud - de aquellos niños que faltan ya sea, por temporadas o por determi - nados días de la semana sin causa justificada que lo amerite.

«El niño con el problema de timidez evita la escuela - hasta donde le es posible pues todos los seres humanos tratamos - de evitar el castigo y es lo que representa para él el salón de - clases, en el se siente sumamente incómodo, por lo que inventa ma - lestares físicos como son: dolor de cabeza, estómago, piernas, - etc., para que algún familiar le evite el tener que ir al colegio, - lo que puede ocasionar ausentismo e incluso en grados extremos de - serción escolar, pues el infante se niega rotundamente a ir a la - escuela aunque se le amenace con lo que sea. Puede darse el caso - da que el alumno pretexe malos tratos por parte del maestro o - compañeros para lograr que se le cambie de colegio o degeneren en - la deserción escolar que tan popular es en algunas zonas de nues - tra ciudad.

3.8. ACTITUDES NEGATIVAS.

Existen además, otro tipo de actitudes negativas del - niño tímido como son: el carácter fácilmente alterable, pudiendo - pasar por etapas de coraje, risa, llanto, etc., el estar todo el - tiempo callado en presencia del maestro y volverse un desastre en - su ausencia, cosa que después no se puede creer, pues piensa el - profesor al recibir una queja que no puede ser, él es incapaz de - lo que están diciendo que hizo, tiene que escoger entre dos alter - nativas: aplicar el castigo que puede servir en ambos casos como - reforzador para el pequeño o pasar por alto lo hecho.

EL TEMOR A LAS PERSONAS DEL SEXO OPUESTO.

"Muchos temores sexuales tienen su raíz en los años de la primera infancia, especialmente de los tres a los seis años!" (6) Cuando la persona era aún muy pequeña para analizar y por ello -- quedan perfectamente grabados en el subconsciente, lo cual si no - expone sus temores ante personas capacitadas para auxiliarlo y en

(6).- WOLMAN Benjamín B. (Dr.), El niño ante el temor, el miedo y el terror, Lassen Free Mexicana, S.A., México, D.F. 1979. P.163.

la etapa oportuna, contribuye a cimentar más su desviación llegando a ser claramente observable al llegar a la adolescencia, - en la cual sólo un especialista en la materia podrá ayudarlo a - superar esta conducta negativa que puede distorcionar su persona lidad.

EL NEGATIVISMO.

El negativismo, que consiste en estar pensando lo --- peor de todo, el hacer lo contrario a lo que se esta pidiendo -- que haga, con tal de llevar la contra a las personas.

LA APATIA.

La apatía que consiste en permanecer impacible ante - cualquier situación por muy apremiante que sea y aunque se vea - directamente afectado.

4. CAUSAS QUE OCASIONAN LA TIMIDEZ.

Las causas que ocasionan la timidez son muy variadas y se encuentran íntimamente interrelacionadas por lo que resulta casi imposible tratar de analizarlas por separado, porque una es base o consecuencia de otra; sin embargo, se intentará para una mejor comprensión del problema, verlo desde diversos enfoques -- por lo que se han clasificado las causas que lo originan en los siguientes aspectos: educativas, psicológicas, físicas y socio-culturales.

4.1. CAUSAS EDUCATIVAS.

La educación es la gran modificadora de la personalidad. Desgraciadamente, muchas veces este cambio es negativo por haber sido mal encausado, este es el caso de los niños tímidos, los cuales han sido educados para permanecer callados en las reuniones por haber creído los padres que ésto era lo deseable en sus hijos, los hacen unas personas retraídas, incompetentes o incapaces de expresar sus opiniones; al pensar que es incorrecto que un niño pueda tener voto sobre situaciones que según ellos desconoce. Estos padres psicológicamente no reconocen que sus hijos crecen y pueden en determinadas circunstancias, decidir por sí mismos sobre cosas importantes.

Este tipo de padres necesita orientación para comprender que su papel no es el de sobreproteger a los pequeños, sino el de encausarlos adecuadamente en el cambio de la vida.

Los hijos que logran escapar de esta tutela a tiempo, logran superar esa etapa y con ello adquirir la confianza suficiente para dominar la timidez.

4.2. CAUSAS PSICOLÓGICAS.

El aspecto psicológico rige nuestra vida en todos sus actos, ocupando un lugar primordial en toda nuestra conducta, sin embargo, hasta hace poco se le dió la importancia debida. Por eso, no debemos descuidar los trastornos emocionales en la timidez, ya que todo lo rige la mente, ya sea de una manera o de otra.

Dentro de lo psicológico se encuentra lo emotivo que está en dependencia mutua, no podemos apartar emociones, forman parte del aspecto sentimental y éste es a su vez parte de la personalidad del individuo, no se puede hablar de una persona normal si no está emocionalmente equilibrada y a la inversa, por lo que no los desglosaremos a la hora de analizar las causas sino que los tomaremos como inseparables.

4.2.1. LAS ALTERACIONES DEL SISTEMA NERVIOSO.

Constituyen de una manera directa una causa de la timidez, formando un círculo vicioso, ya que la persona es tímida porque tiene problemas para controlar su sistema nervioso y viceversa.

Muchos doctores recomiendan a la persona con enfermedades del sistema nervioso, el dominio de sí mismos, pero la persona tímida no es capaz de realizar eso y en vez de salir de ese pozo, se va hundiendo más y más cada vez.

Pongamos por caso el alumno que se intranquiliza al pasar al pizarrón a escribir algo. Se muestra muy callado a la hora de que el maestro está pidiendo que pasen al frente, para pasar desapercibido, pero simultáneamente se turba ante la idea de que lo pueden pasar, esto hace que llame la atención del maestro que por su misma quietud lo detecta, por lo que es designado a realizar la tarea a la cual le teme, pasa verdaderamente horrorizado, por el mismo miedo, no sabe lo que hace pues su mente como mecanismo de defensa, divaga en esos momentos y se bloquea, él no desea estar ahí, y como no puede huir físicamente, lo hace en forma mental.

Resultado: provoca la risa de sus compañeros. El maestro lo sienta; el niño se va a su lugar enojado consigo mismo y con todo el mundo, se retrae y más se cimienta su pánico a pasar al pizarrón y su timidez, no sólo es ese aspecto, sino en otras circunstancias similares con las que generaliza sus experiencias negativas.

4.2.2. TEMOR AL RIDICULO.

El temor al ridículo es algo que todos hemos experimentado en una u otra etapa de nuestra vida y que nos ha servido de freno para evitar algunas actividades en las que se pudo haber destacado; es quizás una defensa del organismo para preservarlo de un peligro inexistente en el mundo físico, pero que nos hace bajar la estimación que tenemos de nosotros mismos y la que otras personas tienen de nosotros.

El ser humano necesita reconocimiento para poder seguir superándose, existen sin embargo humanos negativos que no se consideran lo suficientemente aptos para lograr sus metas personales y actúan de manera egoísta al pensar -como yo no puedo llevarme no puedo permitir que otros lo hagan pues quedaría en un plano inferior-, por lo que recurren a la crítica destructiva, ya que destruye por completo la estima en que se tiene a sí mismo. Por desgracia, existen muchas personas que se pasan destruyendo ilusiones en los pequeños aún inconscientemente, pero no -

por eso menos dañina. El alumno tiene que soportar críticas de sus padres, maestros, hermanos, compañeros, etc., las cuales no siempre van bien intencionadas ni son dichas en la forma más adecuada, y que van haciendo mella en la coraza con la que trata de protegerse, siendo la más dolorosa la que procede de seres queridos, se pierde la iniciativa por temor a la crítica, ya que si no se realiza nada, se pasa inadvertido y para él es mejor ser ignorado que criticado.

4.2.3. EL NEGATIVISMO.

Este aspecto afecta así: el niño piensa -antes que digan que esto no va a servir me lo digo yo y me desanimo solo-, así tenemos niños temerosos que piensan -porque voy a hacer tal o cual cosa si no va a ser tomada en cuenta-, -no amerita realizar alguna actividad porque no va a llegar a feliz término-.

Generalmente el niño negativo procede de un hogar en el que los padres son muy estrictos. Impiden todo lo que proyecta el niño, pues les parece que lo va a hacer mal, no lo creen capaz de llevar a cabo actividades por iniciativa propia. Esta situación influye en el ánimo del pequeño, el cual, cuando fracasa, se ve inundado de reproches que van acompañados del consabido -te lo dije-.

Como consecuencia el niño adopta la postura más cómoda y la que se espera que presente: -no hago nada por que nada -puedo hacer-, volviéndose más tímido y apático cada vez.

4.2.4. INSEGURIDAD.

"El sentimiento de inseguridad es un fenómeno psicológico que aparece en casi todos los problemas emocionales". (7) Es lo que en Psicología conductista se puede comparar con la no discriminación por falta de reforzamiento o presencia de reforzamiento negativo (castigo). Por ejemplo el niño habla con un extraño, pero cuando es sorprendido por sus padres, recibe un regaño o un golpe y se le graba poco a poco que cada vez que hable con desconocidos va a ser sancionado, sin embargo a él le gusta hacerlo; cada vez que intente platicar con una persona, se sentirá inseguro si debe o no hacerlo para evitar la reprimenda, por lo que pronto decide no seguir presentando esa conducta para evitar que se le haga daño. Pasa el tiempo, ya no hay castigo físico, pero subsiste en la memoria el castigo mental, porque cada vez que ha

(7) MARRAMORE Clyde M., Idem. P. 106.

blá con alguien lo relaciona con un hecho anterior y se siente - desconfiado y temeroso pues cree estar haciendo algo incorrecto.

Establece una lucha en la que, si triunfa, superará - su timidez pero si no, se cerrará más y más en ella.

4.2.5. LOS SENTIMIENTOS DE INFERIORIDAD.

"Los sentimientos de inferioridad surgen cuando uno - cree no ser el que debiera. Pueden provenir de compararse con otros y considerar que no se les iguala. También puede originarse en que hay ciertas cosas para uno imposibles de hacer. Las deficiencias reales o imaginarias en cuanto a funciones mentales o - físicas; pueden producir sentimientos de inferioridad".(8)

Los sentimientos de inferioridad no se forman solos, - son labor paciente de las personas que rodean al niño: el medio ambiente; social y cultural, la familia, etc., es doloroso inver- tir tanto tiempo en hacer sentir a una persona inferior a noso- tros sólo por el hecho de no vernos debajo de él; esto puede ser perdonable cuando se aplica a personas adultas, pero nunca cuando se trata de destruir la personalidad que está brotando y que necesita de todos los cuidados para no malformarse. Existen, sin embargo quienes no se detienen a pensar cuanto daño puede hacer- se a una mente infantil, que en muchos de los casos pertenece a sus hijos o alumnos y que queda truncada para su formación nor- mal, ya que se siente derrotado no importa lo que haga, por lo - pronto en nada se esfuerza para superarse como ser humano, lle- gando a la adultez con una serie de traumas ocasionados o sembra- dos desde temprana edad.

4.2.6. LA INADAPTACION.

La inadaptación al medio social es un factor que en - todos nosotros ha influido cuando nos encontramos en un círculo de personas entre las que no tenemos amistad; sentimos que esta- mos fuera de lugar y nos limitamos a sonreír tímidamente y espe- rar la menor oportunidad para salir de ahí con el más pequeño de los pretextos.

Es importante sabernos dominar y enfrentarnos a la si- tuación para no caer en el hábito de rehuir las reuniones socia- les o las situaciones similares que se nos presenten y en las -- que debemos alternar con personas desconocidas de las cuales ig- noramos hasta su nombre, y las cuales terminan por caernos mal - sin saber por qué.

(8).- NARRAMORE Clyd M., Idem. P. 114.

Los niños en la escuela primaria pasan por esta prueba y hay que ayudarlos a superarla.

4.2.7. DESCONFIANZA.

Lo anterior se acompaña de la desconfianza en las personas que nos rodean por considerar que nos pueden hacer daño, lo cual es más imaginario que real, pero no por eso deja de afectar nos. El temor está basado en experiencias anteriores o simplemente en comentarios escuchados por medios de difusión.

Tenemos el caso de la epidemia de robachicos que se presenta en algunos períodos, afecta a los niños sensibles causándoles terror hacia cualquier extraño que se dirige a ellos.

En esto influyen los padres que en medio de su ignorancia tratan de protegerlos inculcándoles fantasías que resultan dañinas para la salud mental del pequeño que no analiza la información, solo la archiva.

4.2.8. DESINTERES.

La falta de interés o desagrado a las tareas a realizar contribuye, junto con su falta de habilidad o aptitud, a que el niño se vuelva tímido y evite a toda forma llevarla a cabo.

Tenemos el caso del niño que desafina, no sabe cantar y no le gusta por la misma razón, se mostrará ensismado durante todas las actividades de canto o relacionadas a esta actividad, lo que si no es atacado a tiempo hará que se le forme un sentimiento adverso a todo lo relacionado al canto, que puede derivar en temor al ridículo e inseguridad.

Muchas veces el procedimiento no es el adecuado y sólo se consigue aumentar ese sentimiento o arraigarlo.

Cuando se trata de una tarea, el problema no es tan grave como parece, pero cuando el niño se siente inadaptado en los deberes escolares se le presenta al maestro una dificultad que debe resolverse de inmediato.

4.2.9. LA FALTA DE SENTIDO DEL HUMOR.

Se presenta generalmente en niños con problemas psicológicos que no aceptan una broma por pequeña que sea, pues se sienten heridos interiormente, adquiriendo un sentimiento de rencor hacia las personas que se las hacen, el cual no exteriorizan y acumulan dentro de su timidez hasta que un día estallan y buscan la venganza de una manera inadecuada y desproporcionada de

todas las pequeñas bromas que les fueron jugadas por sus compañeros en forma inocente.

Estos niños se van volviendo desconfiados pues piensan que todos están en su contra, que no son queridos, que son rechazados por todos, sumiéndose en su enfermedad donde no permiten que se les ayude, pues desconfían de todos.

4.3. CAUSAS FISICAS.

Desde la antigua Grecia se consideró que el alma y el cuerpo estaban íntimamente relacionados, por lo tanto para que la mente fuera sana necesitaban que estuviera alojada en un cuerpo sano.

Se dice que no se debe descuidar la educación física, por lo que analizaremos en que forma puede constituir una causa de la timidez.

Los defectos físicos se pueden dividir en: genéticos, congénitos y traumáticos.

4.3.1. DEFECTOS GENETICOS.

Son los que se forman en el momento de la fecundación y como consecuencia de los genes que aportan cada uno de los progenitores. Se pueden considerar dentro de ellos: el color de la piel, el cabello, forma y tono de los ojos, facciones faciales, estatura, formación ósea o complexión, tamaño de las extremidades, pies, orejas, etc., lunares, pecas, defectos dentales, visuales, del lenguaje, apariencia poco agradable, timbre de voz, etc.; que hacen al niño objeto de burla o apodos por parte de sus compañeros, padres, maestros, etc., y que los hacen sentirse mal y tratar de evitarlos para con eso alejarse del castigo que para él representa todo ello no se considera igual que las otras personas, es incapaz de sostener una plática, porque lo asaltan temores que lo llevan a un nerviosismo extremo.

4.3.2. DEFECTOS CONGENITOS.

Son ocasionados por mala formación durante el período de gestación y que se deben a diversos agentes que actúan en la madre como son: golpes, desnutrición, sustancias tóxicas ingeridas, enfermedades padecidas, alimentación inadecuada durante el embarazo, radiaciones recibidas, trastornos nerviosos, parto prematuro, etc., y que se manifiestan en: falta de algún miembro, deformidad, labio leporino, sordera, tartamudez, frenillo; mongoloides con Síndrome de Dawn, estrabismo, mutismo, miopía, ceguera, trastornos glandulares, falta de algún órgano, parálisis total o

parcial, etc., que hacen al niño ser rechazado por los compañeros normales que han sido "educados" por una sociedad que responde con una mueca de asco o repudio ante problemas físicos de los --
cuales él no es responsable, sin embargo emotivamente se le culpa, destrozando sus sentimientos y aislándose de los afectos requeridos por todo ser humano.

4.3.3. DEFECTOS TRAUMATICOS.

En cualquier momento el ser humano se encuentra expuesto a sufrir accidentes de diversa índole que ocasionan defectos físicos irreversibles, que le hacen excluirse del grupo de amistades normalmente frecuentadas, por querer y creer que inspiramos lástima, lo cual les hace sentir inferiores, cosa que no nos puede permitir nuestro ego, creando mecanismos de defensa que les orienta a permanecer ignorados y con temor de presentarse ante las personas normales.

Entre los defectos traumáticos tenemos la pérdida de algún miembro, órgano o parte; defectos: visuales, auditivos, del habla, obesidad, delgadez, enfermedades, quemaduras, cicatrices, etc., que provocan un daño que más que físico es psíquico si la persona no recibe la ayuda y orientación necesaria y adecuada.

Los padres, en compañía de las personas que rodean al niño en sus problemas deben auxiliarlo para que poco a poco vayan superándolos hasta convertirlo en un ser psíquicamente normal.

No debemos descuidar el aspecto alimenticio que resulta decisivo en un ser en crecimiento como es el niño, preservándolo de enfermedades por carencia o desnutrición.

4.4. CAUSAS SOCIOCULTURALES.

Dentro de este aspecto se encuentran, el familiar, y el ambiental, que van entrelazados con las tradiciones reinantes en nuestro país.

4.4.1. CAUSAS FAMILIARES.

4.4.1.1. RESPETO O TEMOR EXCESIVO.

La familia es el ámbito donde tenemos nuestro mayor número de interés ya que ahí ocurre la infancia y "nuestras experiencias a pesar de ser inefables se graban en nosotros y se reproducen en el presente". (9)

Entre las causas familiares tenemos sobre todo en el medio rural, el excesivo respeto que se les inculca a los pequeños hacia sus padres y maestros, así como a toda persona adulta.

Cuando va a la escuela el problema se agudiza porque en el medio rural se considera al maestro como autoridad, en esos lugares todavía no se ha superado lo que expresa la frase "el maestro dice", mandato que es acatado hasta por los adultos, máxime por los niños que son víctimas de sus regaños.

4.4.1.2. DESATENCIÓN DE LOS PADRES.

En la ciudad se suaviza el aspecto anterior ya que se encuentra menos arraigadas estas costumbres que sólo subsisten en las esferas de clase social económicamente baja o marginada. En las personas de clase media o media superior existen otro tipo de problemas; que los padres educan a los niños con otra visión; hay más diálogo, aunque trabajen y dediquen poco tiempo a los hijos, los cuales en el mejor de los casos son criados por algún familiar o por la servidumbre. A los niños se les forma el hábito de estar solos, cuando se encuentran en compañía de alguien lo ignoran, prefieren permanecer retraídos y encerrados en sí mismos, "el niño puede sentir que no se le ama aún cuando sus padres les den hogar cómodo y muchos regalos". (10)

4.4.1.3. FAMILIA NUMEROSA.

Otra de las causas de tipo familiar es la de pertenecer a una familia numerosa en la que se le presta poca atención

(9).- HARRIS Thomas A. (Dr.), Yo estoy bien tú estas bien, Editorial Grijalbo, S.A., México, D.F. 1978, P.78.

(10).- NARRAMORE Clyde M., Idem. P.57.

a los miembros de ella, donde algunos hacen travesuras para llamar la atención, travesuras que son castigadas severamente para evitar el desorden; otros, por el contrario se protegen permaneciendo ignorados, rehuyen con ello la agresión por lo que presentan una conducta de evasión que le va a ocasionar daño volviéndose se una persona temerosa.

La familia puede influir de manera negativa al no proporcionarle confianza al niño, que necesita sentirse dentro de una sociedad; si la atención se encuentra concentrada en otro hermano por cualquier circunstancia, él se siente incomprendido, no hará nada para destacar cayendo en un círculo vicioso; como no hace algo importante no se le toma en cuenta, como no se le toma en cuenta no trata de superarse y realizar algo que merezca ser tomado en consideración.

4.4.1.4. LA FALTA DE AFECTO.

El desamor de los padres se considera también una causa importante de la timidez, porque en el hogar se forma la base de la personalidad. Una persona que se siente rechazada en él, piensa que todos lo menosprecian y por lo tanto no se relaciona, inconscientemente siente que así como sus padres no le prestan atención, así todas las personas se alejan de él, esto le resulta demasiado doloroso, prefiere no acercarse a nadie, por lo que cada vez se aísla más y más.

Estos pequeños generalmente son hijos no deseados, ya sea por que sus progenitores no están casados, o porque lo están y por sus compromisos y ocupaciones no quieren dedicarse a criar hijos, entonces cuando tienen los relegan, poco hablan con ellos y si quieren contarle un problema o pedirles un consejo los inhiben con frases como: no tengo tiempo! ¿luego?, etc., lo que va haciendo que el niño sensible se sienta mal consigo mismo e inicie su alejamiento, buscando en algunos casos a otra persona, ya sean adultos o de su edad.

En otro de los casos el niño se refugia en sí mismo, empieza a inventar cosas que lo mantienen ocupado y aislado del mundo, donde se encuentra a gusto, todo es como él quiere, sus padres lo aman, es una persona importante, etc., evita salir a la realidad donde sólo encuentra problemas y no hay soluciones, o no las quiere aceptar.

Muchas veces los padres quieren a los hijos pero no lo manifiestan, piensa que el hecho de hacerlo es rebajarse y que eso no es conveniente, esto sucede sobre todo con el padre, el que según la tradición latina debe ser un hombre muy macho, y el hecho de que cargue a su hijo, lo mime y le diga que lo quiere se considera como símbolo de poca masculinidad.

4.4.1.5. LA SOBREPOTECCION.

Lo contrario de lo tratado anteriormente es la sobreprotección que crea la dependencia, la cual vuelve al chico retraído al salir del ámbito familiar en el que se siente seguro, ya que allá afuera no lo van a hacer sentir tan importante como es en su casa, donde lo consideran una persona sumamente indispensable.

Resultado: el niño quiere estar todo el tiempo con sus padres y cuando no están presentes, se encuentra tan mal que desea la soledad, no se atreve a hablar, máximo si ya en alguna ocasión ha sido víctima de las mofas de sus compañeros por su forma de hablar, comportarse, etc., por esto el niño rehuye toda compañía que no sea la de aquellas personas que le demuestran que lo quieren excesivamente; se encierra cada vez más en un círculo que terminará por aniquilarlo física y mentalmente.

4.4.1.6. LA FALTA DE PREPARACION ADECUADA DE LOS PROGENITORES.

Influye de una manera decisiva para la buena o mala formación emotiva de los hijos, porque unos padres con grado de estudios medios evitan que sus problemas repercutan en el trato hacia sus hijos.

Por otro lado, los que están muy preparados y sin problemas psicológicos, detectan cualquier trastorno de sus hijos, les ayudan a superarlo poco a poco evitando con esto que se agudice su mal.

Es más grave la situación con los que carecen de la más elemental educación; los niños crecen y viven en conflicto consigo mismo y con los demás. Este tipo de padres e hijos son los que necesitan más de nuestra atención porque es en estos lugares donde proliferan la timidez que se deriva en agresión o cualquier otra conducta negativa.

4.4.2. CAUSAS AMBIENTALES.

La participación del niño en su ambiente cultural y social empieza desde el momento de su nacimiento. Nace miembro de una nacionalidad, de una clase social y de una familia. El individuo juega en el curso de su vida simultáneamente distintos papeles en su sociedad. Por otra la necesidad básica del hombre de 'pertener', de ser aceptado y sentirse miembro del grupo, hace aún más deseable la recompensa de tal modo que el individuo llega a desear hacer lo que la sociedad quiere que haga."(11)

Dentro del factor ambiental como causa de la timidez quedan englobados varios aspectos, los cuales integran en un momento dado la personalidad del sujeto; se puede nombrar la posición económica como determinante, por que una persona que se sabe de escasos recursos, se siente discriminada cuando se encuentra en compañía de personas que hacen alarde de tener riquezas, cosa que la hace retraerse y alejarse de ese grupo donde se siente por demás incómodo; este problema es ocasionado por los padres y/o por las expresiones poco alentadoras por parte de los niños con una posición económica elevada, que por el hecho de tener dinero, se sienten en todo momento más que los de posición económica inferior.

La discriminación racial aunque es un tema del que se ha discutido mucho, no se le da la importancia que merece, se sigue practicando en nuestro país a pesar de que se diga lo contrario, aquí con un enfoque diferente; donde no importa tanto que sea moreno o blanco, aunque se hace la discriminación pero no en la escala con que ocurre en otros países; en nuestra República parece que está penado el hecho de proceder con una comunidad indígena y tener rasgos autóctonos marcados; y/o ser pobre; esta situación es propiciada por los padres de los niños "blancos" y "ricos", los cuales les prohíben hacer amistad por el simple hecho, que no tiene nada que ver con los sentimientos de los pequeños y que van haciéndolo sentirse relegado.

La discriminación racial va ligada a la posición económica, aunque existen sus excepciones.

(11).- DE LA FUENTE MUÑIZ Ramón (Dr.), Psicología Médica, Fondo de Cultura Económica, 13a. Edición, México, D.F. P. 66.

5. CONSECUENCIAS DE LA TIMIDEZ.

"Todo hombre es el reflejo del niño que fue", es en una u otras palabras muy conocido por los psicólogos, pedagógos y alguno que otro padre o maestro, por lo que no debemos dudar que cualquier trastorno de índole emocional o físico, que ataque nuestros niños, repercutirá de manera directa en la personalidad de los hombres del futuro, por lo que si se quiere formar adultos física, mental y emocionalmente sanos, no debemos descuidar estos aspectos en nuestros infantes ya que ellos representan la base de una sociedad futura. "Los estados emocionales generan siempre dos tipos de respuestas: una respuesta interna de carácter fisiológico y una respuesta externa explícita; observable instrumental". (12)

"Es común que las emociones más perturbadoras y frustrantes, produzcan verbales agresivas o conductas de ataque violento al adversario, a los objetos o a sí mismo". (13)

La timidez, como ya hemos visto es un problema que tiene diversas bases, pero que es a la vez causa de problemas posteriores más complicados a los que enfrenta el profesor en la escuela primaria y por supuesto, los padres en los diferentes hogares de los "niños problema".

Para poder vislumbrar los efectos del trastorno que se está tratando, que en ninguno de los casos va solo, sino finamente intermezclados entre sí y con otros males diferentes debido a antecedentes de diversa índole, haremos la misma división que se usó para estudiar las causas de la timidez, aunque nunca es por demás repetir que en lo general se encuentran asociados varios aspectos en un mismo caso.

5.1. EFECTOS EDUCATIVOS.

El principal problema educativo con que se tropieza el maestro es que cuando existe timidez, no podrá desarrollar a su alumno integralmente. No podrá abarcar el aspecto psicológico y mental aunque haya formación e información en los demás aspectos -físico e intelectual- tendrá serias deficiencias que más tarde o más temprano repercutirán en su vida y le impedirán ser "normal" en todos los aspectos.

Otro factor importante para el educador es que el niño tímido no se atreve a preguntar algunas cosas que no entendió

(12).-RAMÍREZ JIMENEZ Romero, Psicología General, Colección Textos, 1a. Edición, Ediciones Normal Veracruzana, Xalapa, Ver., P.94.

(13).-Ídem. P.96.

de las cuales tiene duda, careciendo poco a poco de conocimientos que pueden hacer que el niño pierda un ciclo escolar y se vuelva el clásico "niño burro", que no entiende algo porque no tiene las bases suficientes y no pregunta por el qué dirán. Aunque puede darse el caso contrario que es muy poco frecuente, el del niño tímido que trata de sobresalir en el aspecto cognoscitivo para poder demostrarle a todos pero principalmente demostrarse a sí mismo que es capaz de tal o cual cosa, aunque en los otros aspectos no le interese sobresalir y por lo tanto no sobresalga.

5.2. EFECTOS PSICOLÓGICOS.

El aspecto psicológico, como ya hemos dicho está presente en todas las facetas psicológicas de la personalidad conformando y modificándola definitivamente. Aquí veremos algunos de los efectos que puede ocasionar la timidez en nuestra mente y ésto a su vez repercutir en nuestra conducta haciéndolo cada vez más retraído.

De entre los problemas emocionales podemos considerar con efectos inmediatos o secundarios del problema que se está tratando, nombraremos los más comunes, los cuales en casi todos los casos se encuentran íntimamente ligados, resulta difícil hacer una separación radical para poder analizarlos en forma detallada.

2.1. MITOMANIA.

Se ha dicho que el neurótico construye castillos en el aire y el psicótico habita en ellos. Esto de hacer castillos en el aire es un peligroso mecanismo mental porque evita enfrentar la realidad resolviendo así el conflicto. Este tipo tan irreal de retirarse para cumplir los deseos es especialmente típico de los niños de edad escolar. Los maestros tenemos que enfrentarnos frecuentemente con niños que tienen por pasatiempo el decir mentiras, en algunos casos porque consideran que sus engaños son más aceptables para las personas que los rodean, que la mayoría de los casos ellos desean que fuera realidad, se lo imaginan y dicen, por ejemplo que: ellos hicieron tal o cual cosa cuando en verdad se encontraban en un rincón tímidamente observando.

El niño "vive lo que dice y si lo llega a repetir varias veces se lo cree y empieza a vivir en un mundo imaginario, donde realiza las más audaces aventuras que debido a su timidez no se atreve a llevar a efecto. Todo niño sienta vivamente las situaciones en que se avergüenza y trata como todo el mundo de salir de ellas como puede". (14)

(14).- GERALD Broyer, ¿Por qué mienten los niños?, Editorial Paidós, 1a. Edición, México, D.F., P. 58.

Esta actitud debe ser tratada muy cuidadosamente tanto por padres como por maestros y de preferencia se debe recurrir a un especialista en la materia, que auxilie correctamente al niño en la etapa en que todavía puede ser atendido.

5.2.2. CONDUCTAS NEGATIVAS Y SENTIMIENTOS DE INFERIORIDAD.

Los celos generalmente van acompañados por el complejo de inferioridad, que va reforzado por el sentimiento de inseguridad.

Una persona tímida se siente inferior, ya sea porque "sabe" que no es atractiva física o intelectualmente, o porque "ve" que no se le presta la atención debida, entonces hace todo lo que está a su alcance para lograr el reconocimiento, pero no encuentra la recompensa deseada, lo cual le hace abandonar la conducta de búsqueda o incrementarla hasta que por fin la obtiene de alguien, en este caso no se permite perderla, ya que le costó mucho esfuerzo conseguir la consideración de esa persona y cuando comprenda que algo o alguien, aunque sea imaginario, trata de desplazar esa situación, presenta una conducta de celos que puede ir desde un simple enfado hasta el ataque directo, a esa persona o a la que siente que lo delega a un segundo plano o hacia ambos.

5.2.3. TRASTORNOS DEL LENGUAJE.

Estos trastornos se deben a causas físicas pero algunas veces a causas mentales.

Una persona tímida rara vez habla en un círculo social, por pequeño que sea y cuando se ve precisado a hacerlo, se siente tan nervioso que tartamudea, no se fija en lo que dice, ni en lo que hace, usa muletillas, tiene otros problemas de habla y físicos que lo hacen parecer débil mental en el lugar y con las personas que él trataba de impresionar favorablemente; por lo que opta por retirarse, se siente mal y recurre al mutismo para conservar ante él su propia imagen, piensa para sus adentros esos son unos pasados que no quieren que yo alterne con ellos - porque me consideran superior y no lo quieren reconocer; ya que no se atreve a enfrentarse a la realidad se encierra más en su problema.

5.2.4. FOBIAS.

Algunas fobias tienen bases reales, en otros casos son miedo psicológicos que son infundados y que por lo tanto no tienen razón de ser sin embargo, como no nos enfrentamos a ellos ni tratamos de desterrarlos cada día crecen más y más hasta que se hacen incontenibles y nos dominan por completo.

La persona tímida tiene por principales fobias: la de hablar en público, con personas desconocidas, en voz alta, sobre temas que pueden disgustar a sus interlocutores, etc., lo cual hace cada vez sentir más miedo y por lo tanto tratar cada vez de dominarlas y superarlas.

5.2.5. DEPRESION.

La depresión es un trastorno emocional que conduce a la persona al decaimiento y no sabe que le sucede a ciencia cierta ni como remediarlo ya que su mal es psicológico y no físico como siente. A la persona tímida le afecta porque debido a su mal se siente rechazada, pero no lo acepta y por lo tanto no encuentra como solucionarlo.

Este mal algunas veces va acompañado de ansiedad y desesperación que impide a la persona superar su enfermedad por lo que recurre a refugiarse en ella por creer que es la postura más cómoda.

Estas conductas van acompañadas en menor escala de insomnio y otras reacciones nerviosas que no son otra cosa que males secundarios de la misma enfermedad. La persona no tiene ganas de hacer nada, cae en una apatía, en la que todo le da igual, se siente sin razón de ser, llora por cualquier motivo, no le encuentra valor a la vida, nada le parece importante, etc., lo que se agudiza con frecuentes ataques de que todo el mundo le quiere hacer mal, que empeora la situación.

Las personas que pasan por esta etapa se sienten despreciadas por el resto de la humanidad, temen de todos, y expresan a la vez frases como: -nadie me quiere, nadie me comprende-, -yo ya no quiero vivir-, etc.

Cuando se atravieza por este período la persona es capaz de producirse un daño con tal de sufrir dolor físico o moral e incluso en grandes extremos se llega al suicidio.

Existen otros efectos de la timidez que pueden ser considerados dentro del aspecto psicológico, como la frustración que se puede definir como "una reacción encaminada al bloqueo de la conducta orientada hacia un término". (15); pero en algunos casos resultan menos importantes o íntimamente relacionados por lo que no se verán en esta investigación, aunque en algunos problemas o desviaciones sexuales que pueden presentarse en el individuo y que son debidas a aquellos temores hacia el sexo opuesto por el excesivo ensimismamiento o por la falta de orientación adecuada en la época que la necesitó y que no le fue proporcionada por no haberla él solicitado; porque fue mal orientado por sus "amigos" o le fue negada por sus padres o la persona indicada para hacerlo; o simplemente por tener temores infundados en la mayoría de los casos.

5.3. EFECTOS FISICOS.

Aunque los efectos físicos no pueden considerarse sin

(15).-GERALD Frank A., Fundamentos de Psicología, Biblioteca de Psicología, Editorial Trillas, la Reimpresión, México, D.F., 1971 P.199

ver los factores anteriores se han separado por creer que son -- preferentemente de carácter funcional, aunque también incluye lo psicológico y lo ambiental.

Entre los principales tenemos:

5.3.1. OBESIDAD Y DELGADEZ EXTREMA.

La obesidad como "efecto de la timidez tiene muchas - causas psicológicas que repercuten físicamente, llegando el momento en que no se sabe ¿qué ocasiona qué?

El niño obeso no se siente reconocido en el círculo - social en que se quiere desarrollar, entonces opta por "autocastigarse" o "autorreconocerse", y con ese pretexto consume alimentos en demasía, a toda hora y bajo cualquier causa, creándose el hábito de que si no fue reconocido públicamente como él deseaba; come; si todos lo rechazan; come; para sentirse como es; come; y así poco a poco va aumentando de peso, entonces se siente víctima de las mofas de sus compañeros y para sancionarlos y sancionarse a la vez por estar gordo; come; resultado: que cada vez es menos capaz de superar su timidez y ha caído en el vicio de la glotonería que le impide posteriormente ser adolescente aceptado por las personas del sexo opuesto, cosa que le duele pero que encuentra solución en la comida como recompensa, llegando a ocasionarse trastornos físicos que pueden ir desde indisposición estomacal hasta trastornos glandulares y cardíacos por estas necesidades de tipo oral.

Otra faceta de este mal es el de las personas que comen para llamar la atención aunque sea negativamente o para ser criticada esta actitud. Prefiere ser víctima de reproches por comer demasiado que pasar desapercibidas. Dentro de éstas se encuentran las que ingieren en demasía para complacer a alguna persona y recibir su atención como en el caso de los hijos que comen de más para tener contenta a mamá, a abuelita o a algún familiar cercano, muchos niños adquieren este hábito por exceso de cuidado de los padres y lo conservan toda la vida.

El lado opuesto de la obesidad es la delgadez extrema, pero que actúan de manera inversa: aquí el niño se condena, atormenta él y a las personas que lo rodean, acapara la atención, etc., no comiendo, lo cual le ocasiona una delgadez extrema y en algunos casos enfermedades como carencia que puede derivar en anemia, raquitismo, taras mentales, etc.

Manifiestamente las personas en estos dos grupos no tienen tan buen aspecto como lo tendría si su peso fuera normal, y en el caso que el aspecto, lo mismo que la salud contribuye -- también a la felicidad y al éxito. Tanto la obesidad como la delgadez extrema hacen que las personas sean rechazadas o no se sientan con fuerzas para realizar determinadas actividades, no resultando aptas para algunos juegos o competencias por lo que son relegados por sus compañeros, continuándose en el círculo vicioso.

y empeorando ambas enfermedades -timidez y delgadez u obesidad-, siendo para el niño cada vez más difícil superar ambas y ser más vulnerable para adquirir otras, que van hundiendo poco a poco la personalidad que se está formando en el pequeño y que lo torna indeciso y temeroso.

5.3.2. PORTE INADECUADO.

La persona tímida es incapaz de mantener un porte erigido por lo que se le puede identificar como la persona de mirada huidiza, cuerpo semiencorvado, forma de sentarse muy especial con los pies juntos y lo más cerca posible del cuerpo, da la impresión de querer ocupar el espacio más pequeño posible, generalmente se nota nervioso, se come las uñas, se truenan los dedos, se retuerce la ropa o las manos, etc., lo cual significa un motivo más para ser blanco de las mofas de sus compañeros y por lo tanto se vuelve más tímido, pues en vez de superar estas actitudes huye de las críticas por considerarlas insoportables y malsanas.

5.3.3. TICS NERVIOSOS.

"Los tics son reacciones involuntarias del organismo." (16) son una forma de desahogar las reacciones nerviosas que el cuerpo ya no puede soportar, la persona tímida se pone muy nerviosa cuando se enfrenta a una situación en la que se siente incómodo, no es capaz de adaptarse y su tendencia es a huir de ahí. Como no lo consigue, todo su sistema nervioso se sobreexcita y tiene como consecuencias descargas involuntarias que ocasionan los movimientos rítmicos y regulares conocidos como tics, los cuales hacen que la persona se sienta aún más fuera de lugar, más intranquila y no llegue a dominar ni el nerviosismo, ni la timidez, ni sus ganas de escapar, y mucho menos sus tics. "Los tics pueden tener causas orgánicas, pero la gran mayoría son de origen psicológico. Por lo común representan cierta tensión y ansiedad interna." (17)

5.4. EFECTOS SOCIOCULTURALES.

Son muy extensos y se notan principalmente en la adaptación tan extendida que hay en nuestros jóvenes que al pasar a ser padres, son los progenitores de nuevos pequeños con el mismo tipo de problemas psicológicos más enraizados y difíciles de combatir que se continúan de generación en generación, por aprendizaje de padres e hijos.

Tomando el término sociocultural como sinónimo de ambiental; tenemos en este aspecto problemas que de una y otra forma afectan la sociedad en que vive y el buen desenvolvimiento del individuo dentro de ella y que fueron causados por la timidez, que a su vez tuvo bases en otras circunstancias, entre las más comunes tenemos:

5.4.1. RETRAIMIENTO.

"La persona retraída rehuye los contactos sociales para evitar la ansiedad. Para él hay amenazas en las situaciones sociales y seguridad en el retiro. Se retrae en las situaciones que le han resultado desalentadoras o amenazantes, en las cuales piensa que puede fracasar. El retraído de esta clase puede que ansie participar pero generalmente rehuye las actividades en las que piensa sufrirá frustración y derrota".(18)

El retraimiento en muchos de los casos se toma como sinónimo de la timidez y es muy difícil poder establecer los límites de uno y de otra, bien puede considerarse eslabones de la misma cadena, que a su vez se encuentran entrelazados en el mismo círculo vicioso.

El niño tímido es un niño retraído que trata de apartarse de sus compañeros y que por su misma timidez se refugia en su soledad, aumentando tanto una como otra.

5.4.2. MARGINACION.

A muy pocas personas les gusta estar platicando con alguien corto de expresión. Al niño tímido, no le gusta hablar, porque tiene temores como ya se ha mencionado que le impiden hacerlo. Permanece callado la mayor parte del tiempo, en una actitud tensa, lo que lo hace ser relegado de diversos núcleos sociales en los que podría ser incluido y, ¿por qué no?, ayudado. La marginación va aumentando su timidez y lo va desadaptando cada vez más.

5.4.3. POBREZA.

Los niños opacados y tímidos, ya en la adultez son personas que se encuentran en la pobreza, ya que a la hora de solicitar un puesto aflora su timidez y creen interiormente no poder desempeñarlo, lo que los hace trabajar en ocupaciones eventuales que le reditúan pocos beneficios económicos que los mantiene en una clase económica y social baja, de la que poco o nada hacen por salir, cayendo en el ciclo de pobreza e inseguridad

(18).-NARRAMORE Clyde M., *Idea*. P. 183.

que se repite constantemente, obligándolo toda su vida a desarrollar labores secundarias y ser unos empleados mediocres que se conforman con vivir sin pensar en prosperar.

5.4.4. DELINCUENCIA.

La delincuencia también puede tener como bases la timidez, porque una persona que se encuentra o cree ser rechazada por la sociedad en que se desenvuelve, se torna agresiva contra esa sociedad y trata de dañarla, máximo si encuentra apoyo y/o reconocimiento entre personas delincuentes: Relinque primero por imitación y para ser aceptado en ese grupo del que no se ve claramente excluido, lo hace luego o bien para conservar ese puesto arduamente ganado o porque le gusta y encuentra beneficios económicos y materiales.

Unida a la delincuencia van las palabras obscenas, las actitudes hirientes, la ingerencia de drogas, alcohol, tabaquismo, etc., con que el sujeto ve "superada" esta etapa sin ver que sólo la está barnizando con un complejo de superioridad, pero -- que muy adentro y bien escondida se encuentra lista a salir en cualquier momento, cosa que él no permite ni va a permitir, por lo que se escuda en esa agresividad que en algunos casos va dirigida, no tanto a otras personas, como contra sí, pero como no -- puede desquitarse contra sí, lo hace contra otros sujetos, intentando enterrar con ésto el complejo de inferioridad que lo aterra.

CONCLUSIONES

La timidez es una actitud afectivo-emocional caracterizada por vacilación y la tendencia a experimentar miedo en situaciones que no lo justifican e impiden la comunicación.

La timidez como problema psicológico afecta la adaptación del niño a la escuela primaria.

La timidez influye negativamente en las actividades del niño en la escuela primaria.

Así podemos ver que la timidez es un defecto del proceso de socialización que impide la comunicación social y la integración a un grupo.

La timidez dificulta las relaciones del alumno con el maestro.

Para poder ayudar al escolar a superar el problema de la timidez, es necesario conocer la causa que la produce.

Las actitudes negativas de los maestros, provocan la acentuación de la timidez.

La timidez es una deficiencia no grave que puede ser superada con la orientación adecuada de padres y/o maestros.

SUGERENCIAS PARA SOLUCIONAR LA TIMIDEZ.

Se tratará de dar aquí sencillas normas que sirvan para superar la timidez y que deben ser consideradas por las personas que conviven con él -maestro y padres principalmente- y que están encaminadas a devolverle la confianza en sí mismo que, como dijimos en el capítulo anterior, constituye el primer paso hacia la salida de su mundo de temores que lo mantienen en actividad retraída y retirada del resto de la sociedad con la que debe vivir y convivir.

Estas sugerencias debe seguir las principalmente el maestro que puede ser de ayuda para poder corregir a sus alumnos que padecen de algún tipo de timidez en algún aspecto y que son fácilmente detectados por los profesores que ya tienen una ligera idea de las características que pueden presentar estos alumnos principalmente dentro del salón.

La actitud que asumen las personas que rodean al tímido es decisiva para poder sacarlo o hundirlo en su inseguridad, ya que son precisamente estas personas las que dan el reforzamiento positivo o negativo a cada una de las conductas que presenta.

Se debe tener mucho cuidado para evitar destruir esos cimientos de confianza que tanto necesita la persona retraída para poder cambiar su personalidad y que ésta sea más compatible con el modo de ser y pensar del mundo social que lo rodea.

El maestro es el más indicado para encaminar correctamente al niño por el sendero que lo conducirá a salir de su timidez más tarde o más temprano. Debe hacer partícipes del problema a los padres para que unidos en esa labor se logren resultados más rápidos y efectivos, porque de lo contrario todo lo que pueda avanzar el maestro para corregir el problema, los padres pueden hacer retroceder y desandar el camino al niño con la actitud que adopten.

Para lograr ayudar a la persona tímida en tan delicada labor como es la de brindarle esa seguridad tan necesaria para ella, se recomiendan las siguientes reglas que son una recopilación y síntesis de las dadas por los autores que se señalan en la bibliografía de este trabajo.

- Se debe crear conciencia entre los maestros para que ayuden a superar el problema de la timidez, en la escuela primaria porque es el más indicado para conducir al niño por el sendero que lo conducirá al éxito.

- Los juegos recreativos, poesía coral, el teatro y la danza son medios con los cuales el niño puede superar la timidez.

- Para poder ayudar al escolar a superar el problema de la timidez es necesario conocer las causas que la producen.

- Si conocemos la causa de la timidez y realizamos un enfrentamiento gradual a base de estímulos positivos, comprensión y afecto, debemos esperar el éxito en la solución de este problema.

- El tipo de tratamiento más indicado para la timidez es a base de estímulos positivos, comprensión y afecto; no castigos, por lo que el maestro:

=No debe adoptar actitudes agresivas u hostiles ni marcadas preferencias y favoritismos que acentúan o desarrollan la timidez en los primeros años principalmente.

=Debe crear conciencia en los padres de familia para que colaboren a superar el problema de la timidez en el niño.

=Debe crear un ambiente psicológico dentro del aula que permita la comunicación y las sanas relaciones.

=Debe buscar medios y actividades donde el alumno trate de superar la timidez.

=No debe realizar un enfrentamiento brusco sino gradual en la superación de este problema.

=No debe relegar de la participación en clase al alumno tímido.

=No debe realizar críticas destructivas o sarcásticas a sus alumnos.

=Debe fomentar el respeto mutuo entre sus alumnos.

=Debe ser cuidadoso al hacerle participe de la opinión que tiene sobre los amigos del alumno.

B I B L I O G R A F I A .

- DE LA FUENTE MUÑIZ Ramón (Dr.) Psicología Médica, Fondo de Cultura Económica, 13a. Edición, México, D.F. 444 p.
- GARASOU Irwin G. Psicología Anormal, Los Problemas de la conducta desadaptada, Editorial Trillas, 3a. Edición, México, D.F. 1980.
- CERALD Broyer, ¿Por qué mienten los niños?, Editorial Paideia, 1a. Edición, México, D.F., 1978 132 p.
- GERALD Frank A., Fundamentos de Psicología, Biblioteca de Psicología, Editorial Trillas, 1a. reimpresión, México, D.F. 1971.
- HARRIS Thomas A. (Dr.), Yo estoy bien, tú estas bien, Editorial Grijalbo S.A., México, D.F. 1978 402 p.
- HOWARD C. Warren, Diccionario de Psicología, Fondo de Cultura Económica, 10a. Impresión, México D.F., 12° edición 1979, 383 p.
- NARRAMORE Clyde M., Enciclopedia de Problemas Psicológicos, Zondervan Publishing House, Sexta edición, Miami Florida 1974, 244 p.
- RAMIREZ JIMENEZ Romero, Psicología General, Colección Textos, 1a. Edición, Ediciones Normal Veracruzana, Xalapa, Ver. 1973.
- VALLE FOLQUIE Paul, Diccionario de Pedagogía, Editorial Alhambra Mexicana, S.A. del Valle de México, México 7, D.F.
- WOLMAN Benjamín B. (Dr.), El niño ante el temor, el miedo y el terror, Lasser Pree Mexicana, S.A., México, D.F. 1979, 191 p.

G L O S A R I O

ACTITUD: 1.- Disposición o preparación estabilizada. 2.- Experiencia abreviada pero amplia. 3.- Disposición psíquica específica hacia una experiencia naciente mediante la cual ésta es modificada o sea una estado de preparación para cierto tipo de actividad. 4.- Tendencia establecida a renovar las funciones nerviosas especialmente las del cerebro.

ADAPTACION: (Biología) Cualquier cambio en un organismo ya sea en una forma, ya en sus funciones que lo hace más capaz para conservar su vida o perpetuar su especie. 2.- (Psicología) Cambio en la cualidad, intensidad o claridad de una experiencia sensorial que se realiza con un estímulo continuo e inevitable (por ejemplo en la visión, el olfato, el tacto, etc.).

APRENDIZAJE: 1.- Proceso por el que se adquiere la capacidad de responder adecuadamente a una situación que puede o no haberse encontrado antes. 2.- Modificación favorable de las tendencias de reacción debida a la experiencia previa particularmente la construcción de una nueva serie de reacciones motoras complejas coordinadas. 3.- Fijación de elementos en la memoria de modo que puedan recordarse o reconocerse. 4.- Proceso de ver dentro una situación.

AUTISMO: Tipo de pensamiento dominado por tendencias subjetivas, sin que su material sea modificado en lo esencial por criterios objetivos por ejemplo: sueños en estado de vigilancia.

COMUNICACION: 1.- Transmisión de una impresión o efecto de un lugar a otro sin transporte efectivo de material. 2.- Transmisión de impresiones desde el medio al organismo o viceversa o de un individuo a otro. (Utilizando sobre todo el último sentido como fenómeno básico de la psicología social, por ejemplo la palabra es medio de comunicación, Aplicado también al fenómeno general del estímulo reacción, por ejemplo el estímulo es comunicado al organismo).

DEBILIDAD O DEFICIENCIA MENTAL: Capacidad mental muy por debajo del promedio general.

DISCIPLINA: 1.- Entrenamiento mediante reglas y ejercicios específicos. 2.- Vigilancia o control de la conducta de discípulos o subordinados. 3.- Control de la conducta mediante recompensas y -

castigos. 4.- Todo el programa que tiende a adaptar al niño a la vida social. 5.- Una rama de la enseñanza dispuesta para el estudio sistemático.

ESTIMULOS REFORZANTES: Los estímulos reforzantes positivamente - tienden a establecer las respuestas, conducen a ellas; los estímulos reforzantes negativamente fortalecen las respuestas que -- sirven para preverlos o para eludirlos.

FOBIA: Temor exagerado generalmente patológico a algún tipo de - estímulo o situación determinada.

INTROVERSIÓN: 1.- (Psicología Analítica) Hecho de dirigirse la li- bido hacia adentro y de desinteresarse del mundo externo. 2.- Ac- titud o tipo de personalidad en que la energía psíquica está di- rigida hacia uno mismo y hacia las propias experiencias.

MONGOLISMO: Forma de deficiencia mental que se distingue por ras- gos físicos parecidos a los de la raza mongólica.

OBSESION: Presencia patológica en un individuo de una idea, emo- ción o tendencia persistente e irresistibles. 2.- (Historia) Pre- sencia en un individuo de un espíritu malo que domina sus accio- nes. 3.- (Metafísica) Posesión o dominio de una persona por una - personalidad intruso que según se cree, está constituída por ele- mentos disociados de su propia personalidad, si bien se supone a menudo que es una personalidad desencarnada u otro espíritu.

PERSONALIDAD: Suma total de actitudes, impulsos, aspiraciones, - fortalezas, debilidades, intereses y capacidades del individuo.

SOBREPROTECCION: Exceso de solicitud para con el niño defendién- dolo de todo posible peligro hasta el extremo de no dejarlo va- lerse por sí mismo.

SUBLIMACION: Mecanismo de defensa mediante el cual los impulsos - inaceptables se canalizan para convertirlos en actividades so- - cialmente aceptadas.

TEMOR O MIEDO: Emoción ante reconocidas fuentes de peligro que - se caracteriza por una sensación total de desagrado y va acompa-

ñada de actividad del sistema gran simpático.

TRANSFERENCIA: Emoción o actitud inconsciente respecto a una per
sona que simboliza otra figura de importancia en el pasado del -
paciente.

65928

Colaboraron con este Trabajo:

Lic. en Psicología Rubén Pablo Ortiz Contreras.

Lic. en Pedagogía Rossana D. Matula Ayala.

Lic. en Pedagogía Alejandra Elizabeth Torres Reyes.

Profra. Angelina Román Salgado.