



# ¿Eres Tímido?



Lourdes M<sup>a</sup> Pérez Bonilla  
3<sup>a</sup> Educación Musical  
Silvia San José Paul  
3<sup>a</sup> Lengua Extranjera  
Laura Seoane Rodríguez  
3<sup>a</sup> Audición y Lenguaje

El presente artículo trata sobre la timidez en escolares de 12 años. Con este estudio intentamos conocer mejor las dificultades que sienten algunos niños y niñas para relacionarse con los demás. Hemos recogido información de forma triangulada para poder identificar quiénes se sienten más tímidos y en qué situaciones preferentemente. Nos hemos planteado también si las niñas se sienten más tímidas que los niños y nuestros resultados parecen confirmar esa sospecha.

## I. INTRODUCCIÓN.

Hemos realizado nuestro estudio sobre la timidez por considerar que es trascendental en las relaciones interpersonales en el ámbito escolar, además de por ser un tema por el que sentimos gran curiosidad ya que todos en mayor o menor medida nos hemos sentido alguna vez tímidos.

El marco teórico en el que nos hemos apoyado (Check, 1990) define la timidez como una actitud mental que predispone a las personas a una extrema preocupación por la manera como son evaluadas socialmente por los otros.

Casi todos experimentamos sentimientos de timidez en algunos momentos y circunstancias. Se puede decir que, en cierta medida, es un mecanismo natural de defensa, una reserva de sensatez que nos permite evaluar una nueva vivencia antes de abordarla. En esa pausa reflexiva tratamos de determinar lo más conveniente, apropiado y deseable para decir y hacer en el lugar y momento determinados. Esta actitud cautelosa se acentúa en presencia de personas desconocidas o en situaciones en las cuales desconocemos las reglas de juego.

Sin embargo, no conocemos a un solo tímido que vea en su timidez una ventaja personal. Hoy por el contrario, la consideran una desgraciada forma de ser que les impide vivir su vida y los sumerge en el aislamiento y en la soledad.

Los tímidos se ven obligados a comportarse de la misma manera en ambientes sociales muy diferentes entre sí, ya que no son capaces de cambiar de actitud y adoptar diferentes papeles sociales.

Las características más relevantes de la timidez (Zimbardo y Radl, 1985) son:

- Los tímidos son menos amigables.
- Menos activos.
- Evitan a los demás.
- No miran a los ojos cuando hablan con otro.
- No son líderes.
- Tienen menor firmeza de carácter.
- Mejor conducta.
- Sonríen menos.
- Muestran poco entusiasmo.

## II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.

Teniendo en cuenta las características anteriores nos hemos planteado los siguientes objetivos:

- **Primer objetivo:** Detectar, entre los sujetos seleccionados para nuestra investigación, a los alumnos/as que se sienten y actúan con timidez en las relaciones con los demás.



- **Segundo objetivo:** *Identificar en qué situaciones se sienten más tímidos/as.*

Por otra parte nos planteamos también una **hipótesis:** *¿Se sienten más tímidas las niñas que los niños?*

Hemos de aclarar que no pretendemos realizar un "diagnóstico" de un rasgo de la personalidad infantil, sino solamente identificar cómo se perciben en ciertas condiciones de interacción con los demás, qué situaciones les parecen más difíciles de afrontar en esa interacción y cómo se relacionan de hecho con sus compañeros/as en contextos escolares cotidianos.

### III. METODOLOGÍA.

Para llevar a cabo dichos objetivos hemos elegido el *método descriptivo*, ya que pretendemos recoger la información de manera sistemática en un contexto natural, es decir, realizar un *estudio de campo*.

#### **Sujetos.**

La **muestra** escogida para llevar a cabo nuestra investigación ha sido un grupo de alumnos/as de un aula de 6º de Primaria en un colegio de la provincia de Córdoba. Este colegio no ha sido escogido por tener una característica especial sino por ser el único medio del que disponíamos. Se ha escogido este nivel en concreto porque el tema de nuestra investigación es más difícil de analizar en sujetos de un nivel inferior. No obstante, fue el director del centro, en el que se ha realizado la investigación, quién decidió con cual de las aulas de ese nivel íbamos a trabajar. El aula consta de 24 alumnos, 13 de los cuales son niños y 11 niñas.

#### **Técnicas de recogida de datos.**

Para llevar a cabo nuestro **primer objetivo** hemos realizado una *triangulación* de técnicas de recogida de datos:

- *Cuestionario 1*, consta de 10 preguntas mediante las cuales averiguaremos si los sujetos poseen algunas características propias de la timidez.
- *Pautas de observación*, utilizadas para completar la información anterior. Consiste en un registro categorial en el que aparecen diferentes características que observaremos en cada uno de los sujetos identificados en la técnica anterior como posiblemente tímido/a durante 5 minutos.

- *Entrevista al maestro*, técnica para confirmar los datos obtenidos anteriormente.

En cuanto al **segundo objetivo** hemos utilizado:

- *Cuestionario 2*, refleja en qué situaciones se siente cada sujeto más tímido.

### IV. ANÁLISIS Y RESULTADOS.

Los datos obtenidos mediante las técnicas anteriores han sido analizados a través de tablas.

#### **Respuestas al Cuestionario 1:**

En primer lugar, hemos seleccionado del *cuestionario 1* cinco preguntas y sus correspondientes respuestas. A partir de ellas se han realizado las siguientes tablas, en las que hemos separado las respuestas de niños y niñas. Para salvaguardar la identidad de los sujetos les hemos asignado a cada uno un código de acuerdo con la distribución de los pupitres e el aula. Los códigos utilizados corresponden con los números del 1 al 24.

- 1.- *¿ Te sientes tenso cuando estás con personas que no conoces bien?*

	Siempre	A veces	Nunca	Total
NIÑAS	2	4	5	11
NIÑOS	1	5	7	13
TOTAL	3	9	12	24

Los alumnos más tímidos deberían responder a esta pregunta con la respuesta "siempre". Por lo tanto consideramos como posibles sujetos tímidos a dos niñas y un niño, identificados con los números 1, 2 y 15 respectivamente. El 12'5% de los sujetos muestra timidez.

Posibles alumnos tímidos:

- Niñas: sujetos 1, 2.
- Niños: sujeto 15.

- 2.- *¿ Te cuesta actuar con naturalidad cuando estás con gente que no conoces?*

	Siempre	A veces	Nunca	Total
NIÑAS	3	1	7	11
NIÑOS	2	7	4	13
TOTAL	5	8	11	24

Al igual que la cuestión anterior, la respuesta "siem-



pre" nos daría a conocer cuáles son los posibles alumnos tímidos. En esta ocasión son 3 niñas y 2 niños que corresponden a los números 1, 2, 5, 8 y 15. El porcentaje de sujetos tímidos es del 20'8%.

Posibles alumnos tímidos:

- Niñas: sujetos 1, 2, 5.
- Niños: sujetos 8, 15

3.- ¿Suele mirar a la gente a los ojos cuando hablas con ellos o te hablan?

	Siempre	A veces	Nunca	Total
NIÑAS	4	7	0	11
NIÑOS	5	5	3	13
TOTAL	9	12	3	24

En esta ocasión esperaríamos que los sujetos más tímidos respondieran con "nunca". Solamente 3 niños han contestado de esta manera, que son los sujetos 8, 9 y 10. El 12'5% presentan timidez.

Posibles alumnos tímidos:

- Niños: sujetos 8, 9, 10.

4.- ¿Te cuesta hablar con desconocidos?

	Siempre	A veces	Nunca	Total
NIÑAS	2	3	6	11
NIÑOS	0	5	8	13
TOTAL	2	8	14	24

Suponemos que los alumnos tímidos serán aquellos que responden con "siempre", en este caso 2 niñas (sujetos 1 y 2). El porcentaje de sujetos tímidos es de 8'3%.

Posibles alumnos tímidos:

- Niñas: sujetos 1, 2.

5.- ¿Sientes mayor timidez con los miembros del sexo opuesto?

	Siempre	A veces	Nunca	Total
NIÑAS	1	5	5	11
NIÑOS	2	3	8	13
TOTAL	3	8	13	24

En esta ocasión también la respuesta "siempre" es la

que revela a los posibles alumnos tímidos. 2 niños y 1 niña han contestado de esta manera, y corresponden con los sujetos 1, 9 y 10. Aparecen como tímidos el 12'5%.

Posibles alumnos tímidos:

- Niñas: sujetos 1.
- Niños: sujetos 9, 10.

Después de poner en común lo anterior, opinamos que los alumnos/as cuyas respuestas pueden denotar algunas dificultades a la hora de la interacción con los demás son aquellos que aparecen como posibles tímidos en tres o más tablas de resultados. Hablamos siempre, por supuesto, de personas "posiblemente" tímidos. En este caso se encuentran los sujetos 1 y 2 porque han respondido a tres o más ítems como posibles tímidos. Los sujetos 5, 8, 9, 10 y 15 han respondido como posibles tímidos a uno o dos ítems de 5.

**Datos de observación:**

Las *pautas de observación* nos han ayudado a contrastar los datos anteriores y a ratificar que son correctos ya que en ellas apreciamos que tanto el sujeto 1 como el 2 poseen casi todas las características de los niños tímidos que resaltábamos en la Introducción. Con respecto a los sujetos 5, 9, y 15 (posibles tímidos) dichas pautas de observación nos conducen a una cierta confusión ya que al parecer estos niños no manifiestan los comportamientos sociales propios de los niños tímidos.

**Entrevista:**

La *entrevista realizada al maestro* parece confirmar que el sujeto 1 tiene problemas en la relación social con los demás. También nos confirma que los sujetos 8 y 10, considerados como posibles tímidos en los cuestionarios, si lo son, puesto que además en nuestras pautas de observación aparece de igual manera. Por otra parte, la entrevista también da algunas pistas de que los sujetos 14 y 17 son tímidos, en opinión del maestro, aunque ellos no se consideran como tales en los cuestionarios. Pero nuestras pautas de observación nos ratifican que estos sujetos se comportan de manera tímida.

Por lo tanto teniendo en cuenta las 3 técnicas empleadas consideramos que tienen más dificultades en la interacción social los sujetos 1, 2, 8, 10, 14 y 17. De entre ellos son niñas los sujetos 1, 2, 14 y 17, y niños los sujetos 8 y 10.



### Respuestas al Cuestionario 2:

En cuanto al Cuestionario 2, hemos escogido las 12 preguntas más significativas de entre las 24 planteadas y hemos realizado las siguientes tablas:

#### 1.- ¿Sientes timidez cuando te presentan a alguien?

	SI	NO	TOTAL
NIÑAS	3	8	11
NIÑOS	5	8	13
TOTAL	8	16	24

Encontramos 3 niñas y 5 niños que se sienten tímidos ante esta situación. El 33'3% de sujetos sienten timidez.

#### 2.- ¿Sientes timidez cuando expresas tus opiniones?

	SI	NO	TOTAL
NIÑAS	5	6	11
NIÑOS	6	7	13
TOTAL	11	13	24

A la hora de expresar opiniones hay 5 niñas y 6 niños que se sienten tímidos. El 45'8% presenta timidez.

#### 3.- ¿Sientes timidez cuando estás con desconocidos?

	SI	NO	TOTAL
NIÑAS	6	5	11
NIÑOS	4	9	13
TOTAL	10	14	24

Ante los desconocidos 6 niñas y 4 niños experimentan timidez. Esto supone un total de un 41'6%.

#### 4.- ¿Sientes timidez cuando pides ayuda a un vendedor o vendedora?

	SI	NO	TOTAL
NIÑAS	5	6	11
NIÑOS	5	8	13
TOTAL	10	14	24

En esta situación se sienten tímidos 5 niñas y 5 niños, es decir, el 41'6%.

#### 5.- ¿Sientes timidez cuando hablas con alguien que te gusta?

	SI	NO	TOTAL
NIÑAS	5	6	11
NIÑOS	9	4	13
TOTAL	14	10	24

Se sienten tímidos 5 niñas y 9 niños, es decir, el 58'3%.

#### 6.- ¿Sientes timidez cuando tratas de mantener una conversación?

	SI	NO	TOTAL
NIÑAS	4	7	11
NIÑOS	1	12	13
TOTAL	5	19	24

Ante una conversación 4 niñas y 1 niño sienten timidez. En total el 20'8%.

#### 7.- ¿Sientes timidez cuando recibes un pipitopo?

	SI	NO	TOTAL
NIÑAS	5	6	11
NIÑOS	5	8	13
TOTAL	10	14	24

En esta situación encontramos 5 niñas y 5 niños tímidos, que hacen un total del 41'6%.

#### 8.- ¿Sientes timidez cuando empiezas las clases en un nuevo colegio?

	SI	NO	TOTAL
NIÑAS	9	2	11
NIÑOS	10	3	13
TOTAL	19	5	24

Se sienten tímidos 9 niñas y 10 niños, es decir, el 79'1% presenta timidez.

#### 9.- ¿Sientes timidez cuando te miran a los ojos?

	SI	NO	TOTAL
NIÑAS	2	9	11
NIÑOS	5	8	13
TOTAL	7	17	24



En la interacción visual, encontramos a 2 niñas y 5 niños con timidez. En total el 29·1%.

10.- ¿Siente timidez cuando te relacionas con alguien del sexo opuesto?

	SI	NO	TOTAL
NIÑAS	8	3	11
NIÑOS	4	9	13
TOTAL	12	12	24

En esta situación son 8 niñas y 4 niños los que presentan timidez, es decir, el 50%.

11.- ¿Sientes timidez cuando hablas de ti mismo?

	SI	NO	TOTAL
NIÑAS	6	5	11
NIÑOS	7	6	13
TOTAL	13	11	24

Encontramos 6 niñas y 7 niños tímidos, lo que hace un total del 54·1%.

12.- ¿Sientes timidez cuando estás solo/a con un nuevo amigo?

	SI	NO	TOTAL
NIÑAS	7	4	11
NIÑOS	6	7	13
TOTAL	13	11	24

En esta situación se encuentran 7 niñas y 6 niños, es decir, el 54·1%.

Observando las tablas anteriores deducimos que las situaciones en las que los niños presentan mayor grado de timidez son las siguientes:

- Cuando empiezan las clases en un nuevo colegio (79·1%).
- Cuando hablan con alguien que les gusta (58%).
- Cuando hablan de sí mismos (54·1%).
- Cuando están solos con un nuevo amigo (54·1%).
- Cuando se relacionan con alguien del sexo opuesto (50%).

En la mayoría de las situaciones que hemos estudiado no aparecen diferencias significativas entre niños

y niñas. Únicamente encontramos diferencias en tres situaciones:

- Cuando tratan de mantener una conversación, las niñas son más tímidas.
  - Niñas: 36·3%
  - Niños: 7·7%
- Cuando hablan con alguien que les gusta, los niños son más tímidos.
  - Niñas: 45·5%
  - Niños: 69·2%
- Cuando se relacionan con alguien del sexo opuesto, a la hora de hacer amigos, las niñas son más tímidas.
  - Niñas: 72·7%
  - Niños: 30·7%

## V. CONCLUSIONES.

Respecto a cómo se perciben en su interacción social con los demás, hemos comprobado la existencia del doble de niñas que se sienten tímidas entre la muestra estudiada, lo que nos llevaría a concluir que estas niñas se sienten más tímidas que los niños.

Con respecto a nuestra intención de saber en qué situaciones tienen más dificultad para relacionarse, concluimos que muestran mayor grado de timidez ante situaciones nuevas y cuando interaccionan verbalmente.

En este aspecto, encontramos también algunas otras diferencias entre niños y niñas. Éstas se sienten más retraídas cuando mantienen una conversación, sobre todo con alguien del sexo opuesto; mientras que los niños se relacionan con mayor facilidad siempre y cuando no se sientan atraídos por ellas.

## VII. VALIDEZ DE LOS DATOS OBTENIDOS.

Al ser un estudio exploratorio, es decir, al haber trabajado con una muestra no significativa (sólo una clase de un colegio) los datos no poseen validez externa, ya que no se pueden generalizar a toda la población. No obstante, los datos se han recogido con criterios de rigor suficientes, realizando una triangulación de informantes, que ha servido para contrastar los datos y confirmarlos. Pensamos que son resultados significativos dentro del contexto en el que se ha llevado a cabo y con los objetivos que nos planteamos, pues tanto el maestro como los alumnos han cooperado eficazmente.



### Bibliografía.

P. G. Zimbardo, S. Radl: *El niño tímido*, Editorial Paidós, Barcelona, 1985.

Jonathan Cheek: *Cómo vencer la timidez*, Editorial Paidós, Barcelona, 1990.

Michel Girodo y Esther Donato: *Cómo vencer la timidez*, Editorial Grijalbo, Barcelona, 1992.

