

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES



**Que problemas encontramos en los niños y niñas de 3 y 5 años con timidez
al hablar en público**

Trabajo Académico

Para optar el Título de Segunda Especialidad Profesional en Educación Inicial

Autora:

Patty Yliana Bereche Arrunátegui De Carmen

Piura – Perú

2019

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES



**Que problemas encontramos en los niños y niñas de 3 y 5 años con timidez
al hablar en público**

Trabajo académico aprobado en forma y estilo por:

Dr. Segundo Alburqueque Silva (presidente)

.....

Dr. Andy Figueroa Cárdenas (miembro)

.....

Mg. Ana María Javier Alva (miembro)

.....

Piura – Perú

2019

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES



Que problemas encontramos en los niños y niñas de 3 y 5 años con timidez al hablar en público

Los suscritos declaramos que el trabajo académico es original en su contenido y forma.

Patty Yliana Bereche Arrunátegui De Carmen. (Autora)

Dr. Oscar Calixto La Rosa Feijoo (Asesor)

Piura – Perú

2019



UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN
PROGRAMA DE SEGUNDA ESPECIALIDAD

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TRABAJO ACADÉMICO

Sullana, a los dos días del mes de agosto del año dos mil diecinueve, se reunieron en la I.E Teresa Oroya Arrese, los integrantes del Jurado Evaluador, designado según convenio celebrado entre la Universidad Nacional de Tumbes y el Consejo Intersectorial para la Educación Peruana, al Dr. Segundo Oswaldo Albuquerque Silva, coordinador del programa: representantes de la Universidad Nacional de Tumbes (Presidente), Dr. Andy Figueroa Cárdenas (Secretario) y Mg. Ana María Javier Alba (vocal) representantes del Consejo Intersectorial para la Educación Peruana, con el objeto de evaluar el trabajo académico de tipo monográfico denominado: *“Que problemas encontramos en los niños (a) de 3 a 5 años con timidez al hablar en público”*, para optar el Título de Segunda Especialidad Profesional en Educación Inicial (a) **BERECHE ARRUNATEGUI DE CARMEN, PATTY YLIANA**.

A las doce horas, y de acuerdo a lo estipulado por el reglamento respectivo, el presidente del Jurado dio por iniciado el acto académico. Luego de la exposición del trabajo, la formulación de las preguntas y la deliberación del jurado se declaró aprobado por mayoría con el calificativo de 18.

Por tanto, **BERECHE ARRUNATEGUI DE CARMEN, PATTY YLIANA**, queda apto(a) para que el Consejo Universitario de la Universidad Nacional de Tumbes, le expida el título de Segunda Especialidad Profesional en Educación Inicial.

Siendo las trece horas con treinta minutos el Presidente del Jurado dio por concluido el presente acto académico, para mayor constancia de lo actuado firmaron en señal de conformidad los integrantes del jurado.


Dr. Segundo Oswaldo Albuquerque Silva
Presidente del Jurado


Dr. Andy Xos Figueroa Cárdenas
Secretario del Jurado


Mg. Ana María Javier Alba
Vocal del Jurado

Que problemas encontramos en los niños y niñas de 3 y 5 años con timidez al hablar en público

INFORME DE ORIGINALIDAD

23%	21%	0%	11%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.uta.edu.ec Fuente de Internet	7%
2	uvadoc.uva.es Fuente de Internet	5%
3	repositorio.untumbes.edu.pe Fuente de Internet	3%
4	www.educo.org Fuente de Internet	2%
5	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	1%
6	babyradio.es Fuente de Internet	1%
7	Submitted to Universidad Catolica Los Angeles de Chimbote Trabajo del estudiante	1%
8	www.centropsicologicocpc.es Fuente de Internet	1%



9	1library.co Fuente de Internet	1 %
10	hdl.handle.net Fuente de Internet	1 %
11	www.laregion.es Fuente de Internet	<1 %
12	Submitted to Corporación Universitaria Minuto de Dios, UNIMINUTO Trabajo del estudiante	<1 %
13	www.takey.com Fuente de Internet	<1 %
14	repositorio.unap.edu.pe Fuente de Internet	<1 %

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 15 words

Excluir bibliografía

Activo



Dr. Oscar Calixto La Rosa Feijoo.

Asesor.

DEDICATORIA.

La presente monografía está dedicada en primer lugar a Dios por permitir terminar con éxito mis estudios, a mi familia por animarme a continuar, y a todas las personas que con sus palabras de aliento permitieron y accedieron a apoyarme durante mi preparación en la segunda especialidad para el Nivel Inicial.

ÍNDICE

DEDICATORIA.....	7
INDICE.....	8
RESUMEN.....	9
ABSTRACT.....	10
INTRODUCCIÓN.....	11
CAPÍTULO I.....	13
LA TIMIDEZ.....	13
1.1 Definición.....	13
1.2 Características de los niños tímidos	14
1.3 Causas de la timidez en los niños	15
1.4 Síntomas de la timidez	17
1.5 Consecuencias de la timidez.....	18
1.6 Prevención de la timidez	20
CAPÍTULO II.....	21
HABLAR EN PÚBLICO.....	21
2.1 Claves para aprender a hablar en público	21
2.2 Dificultad para hablar en público: Cómo actuar.....	22
2.3 Características de la expresión oral en niños.....	23
2.4 Tratamientos psicológicos del miedo a hablar en público.....	23
CAPÍTULO III.....	25
LOS NIÑOS Y NIÑAS DE 3 Y 5 AÑOS CON TIMIDEZ.....	25
3.1 El niño tímido	25
3.2 Factores que influyen en el desarrollo de la expresión oral	26
Psicomotricidad	28
3.3 Expresión y Comunicación Corporal	29
3.4 Emociones y Cuerpo	30
3.5 Confianza, Autonomía y Autoconocimiento	31
CONCLUSIONES.....	33
RECOMENDACIONES.....	35
REFERENCIAS CITADAS.....	36

RESUMEN

La timidez es una actitud del niño que se siente inseguro en el mantenimiento de las relaciones con los demás, lo que le lleva al miedo, la inseguridad y el malestar excesivo, así como diferentes manifestaciones físicas y psíquicas: sudoración excesiva, temblores, enrojecimiento, sensación de ahogo, tartamudeo, falta casi auditiva voces y gestos torpes. Es normal que los niños tengan algunas reservas, ya que deben aprender a evaluar a los demás, ceder a su juicio y confiar. En este sentido, los niños tímidos muestran un patrón de comportamiento caracterizado por déficits en las relaciones interpersonales y una tendencia a evitar o evitar socializar, lo que tiene consecuencias evidentes en el futuro inmediato de la infancia (como la adolescencia) y repercute en efectos a largo plazo. Desarrollo Social. En este sentido, el presente trabajo monográfico busca identificar teóricamente nuestro problema con la timidez para hablar en público en niños de 3 y 5 años.

Palabras claves: Timidez, Hablar, Público.

ABSTRACT.

Shyness is an attitude of the child who feels insecure in maintaining relationships with others, which leads to fear, insecurity and excessive discomfort, as well as different physical and mental manifestations: excessive sweating, tremors, redness, choking sensation, stuttering, almost hearing loss voices and clumsy gestures. It is normal for children to have some reservations, as they must learn to evaluate others, give in to their judgment, and trust. In this sense, shy children show a pattern of behavior characterized by deficits in interpersonal relationships and a tendency to avoid or avoid socializing, which has obvious consequences in the immediate future of childhood (such as adolescence) and has repercussions in later effects. long term. Social development. In this sense, the present monographic work seeks to theoretically identify our problem with shyness to speak in public in children of 3 and 5 years of age.

Keywords: Shyness, Speaking, Public.

INTRODUCCIÓN

La timidez de un niño como problema a menudo se ignora durante muchos años, por lo que los padres asumen que es un rasgo de su carácter. Dado que un niño tímido suele ser tranquilo y callado, no llamará la atención, por lo que será más difícil ver que tiene un problema y necesita ayuda profesional. Esto se debe a que los niños tímidos no exteriorizan sus problemas, sino que se los guardan para sí mismos, por lo que no exhiben el comportamiento destructivo extremo que más a menudo preocupa a los padres.

Sin embargo, la posibilidad de interactuar con otros niños es crucial para el desarrollo de un bebé. Durante los primeros años de vida, los pequeños construyen sus conceptos a través de sus interacciones con los demás. Además, esta es una etapa delicada del desarrollo social, y la timidez puede costarle a un niño un tiempo valioso que es más difícil recuperar más adelante.

Para el desarrollo del presente trabajo, se han considerado los siguientes objetivos:

Objetivo general.

Analizar la problemática de los niños tímidos en el nivel inicial.

Objetivos específicos.

- Describir el marco teórico de la timidez.
- Explicar los aspectos relevantes del hablar en público.
- Analizar la timidez en los niños.

Asimismo el presente trabajo se estructura en 3 capítulos:

El primer capítulo expone la definición de timidez, las características de la timidez infantil, las razones de la timidez infantil, los síntomas de la timidez, las consecuencias de la timidez y la prevención de la timidez.

El segundo capítulo revela hablar en público, incluyendo los puntos principales de hablar en público, la dificultad de hablar en público: cómo actuar, las características de la expresión oral de los niños y el tratamiento psicológico del miedo a hablar en público.

El Capítulo 3 considera a los niños tímidos de 3 a 5 años, para lo cual tenemos: El Niño Tímido, Factores que Afectan el Desarrollo de la Expresión Oral, Características del Niño Tímido, Psicomotricidad, Cuerpo Expresivo y Comunicativo, Cuerpo Emocional y Autoconfianza, Autonomía con uno mismo -conocimiento.

Finalmente se presentan las conclusiones y referencias consultadas como resultado de la sistematización de los contenidos.

CAPÍTULO I

LA TIMIDEZ

1.1 Definición

(El Prado Psicólogos, 2018, pág. 1)

La timidez implica un cierto nivel de introversión, falta de confianza y comportamiento retraído en situaciones sociales. Los niños tímidos muestran un patrón de comportamiento caracterizado por déficits en las relaciones interpersonales y una tendencia a evitar o evitar el contacto social.

Reid (2012) manifiesta que:

Constituye una inseguridad en las relaciones que una persona mantiene con los demás. Se traduce en actitudes de miedo, inseguridad y malestar excesivo, así como diferentes manifestaciones físicas y psíquicas: sudoración excesiva, temblores, enrojecimiento, sensación de ahogo, tartamudeo, voces apenas audibles y gestos torpes. Es normal que los niños tengan algunas reservas, ya que deben aprender a evaluar a los demás, ceder ante su juicio y confiar en ellos. Sin embargo, cuando esta reserva se traduce en timidez crónica y generalizada, haciendo que el niño adopte diversas formas de evitación, puede volverse impotente. (p. 2).

La timidez, como él señala, es la tendencia de una persona a sentirse incómoda, inhibida, torpe y muy cohibida en presencia de los demás.

Acevedo (2014) sostuvo que:

La timidez puede ser un rasgo de personalidad heredado. Hay niños tímidos porque son más introvertidos. Son callados y observadores. Eso está bien, pero tienes que ayudarlos. La timidez siempre esconde un poco de inseguridad, a veces incluso baja autoestima. El niño tímido también está muy asustado, hay que prestarle especial atención, algo le debe haber pasado, porque está sufriendo en silencio. Por alguna razón, tenía miedo de expresarse. Entonces, debes ayudarlos a superar los obstáculos que vienen

con él. Querrá incorporar gradualmente las cosas que lo asustan, dándole muchos estímulos positivos y mensajes de aprobación. Parece que él también es un niño que no entiende el entorno social y percibe amenazas cuando no las hay, por lo que todos sus esfuerzos deben ser aprobados por sus padres y demás familiares. (p. 52).

Pero lo que hay que explicar es que la timidez no es necesariamente un problema, depende de si se convierte en un obstáculo para que el niño interactúe con los demás. La timidez solo es un problema si limita el potencial de su hijo y lo hace sentir mal.

El niño tímido que sufre, en lugar de disfrutar de las relaciones con sus compañeros y otras personas, se siente incómodo en situaciones sociales. Esta timidez le producía dolor emocional y le impedía desarrollar las habilidades sociales necesarias para encajar adecuadamente en diferentes grupos.

La timidez a menudo ocurre cuando los niños se enfrentan a situaciones nuevas o a personas que no conocen. Por lo general, un niño tímido es reticente con los extraños, pero cuando tiene confianza con la gente, no tiene problemas para hablar. A diferencia de los niños solitarios a quienes les gusta estar callados y disfrutan estar solos, los niños tímidos no interactúan con otros por miedo o vergüenza.

1.2 Características de los niños tímidos

Problemas con los compañeros, al niño le cuesta iniciar y mantener conversaciones, no suele ser proactivo, sino distante y retraído.

No va a clase, no porque no tenga conocimientos, sino porque le da vergüenza mostrarlos delante de los demás.

Aislar y evitar actividades normales para su edad, como juegos de recreo o deportes escolares.

Ansiedad anticipatoria ante una situación de miedo, como tener que hablar en público, leer en voz alta, hacer mandados o ir a la pizarra.

Síntomas psicofisiológicos que se activan ante la exposición a situaciones de miedo, como manos sudorosas, enrojecimiento, tartamudeo, náuseas y palpitaciones.

Descarga emocional, los niños tímidos suelen tener poca expresión emocional, pero en algunas ocasiones se produce descarga, y lloran sin motivo, al menos en la superficie. El llanto es a menudo una válvula de alivio de presión para liberar la tensión acumulada y las emociones reprimidas.

1.3 Causas de la timidez en los niños

También hay dificultades sociales en la infancia, y la timidez tiene sus inicios, ya que en esta etapa comienzan las relaciones sociales y el autoconocimiento. La timidez infantil se presenta por primera vez fuera del ámbito familiar, por ello, estas conductas suelen detectarse en los colegios, donde la soledad supera la participación. Cuando se detecta un comportamiento implícito de este tipo, se tiende a buscar un motivo o, por el contrario, a asumir que forma parte de la personalidad del niño o la niña.

Para resumir la afirmación de Cabrera (2014), se ha hablado de niños que son "naturalmente" tímidos, así como de niños que aprenden a ser tímidos; sin embargo, aun así, no se han establecido las razones, por lo que se pueden atribuir múltiples causalidades a la timidez. (Página 62)

Un estudio realizado en la Universidad de Stony Brook demostró que las personas tímidas perciben el mundo de manera diferente y muestran una mayor actividad cerebral ante determinados estímulos. Estas personas son más sensibles y detallistas, por lo que necesitan más tiempo para observar, reflexionar y tomar decisiones.

Es casi imposible atribuir la timidez en los niños a una sola causa, ya que la condición a menudo se basa en diferentes factores, que van desde rasgos biológicos hasta sociales.

Genéticas: El temperamento está determinado por factores genéticos y biológicos. De hecho, se ha observado que un 10-15% de los bebés muestran lo que se denomina inhibición ante lo desconocido, mostrando timidez desde los 21 meses. Estos niños tienen umbrales de activación psicofisiológica muy bajos, por lo que responden a

nuevos estímulos con rubor y palpitaciones. Este patrón de receptividad puede consolidarse a lo largo de la infancia, lo que lleva a una timidez patológica. También se notó que cuanto menos sociables eran las madres, más tímidos eran sus hijos.

Apego inseguro: El vínculo emocional que un niño forma con uno de sus padres es fundamental para su desarrollo psicológico. Cuando estos lazos no se forman adecuadamente, ya sea porque los padres no tienen tiempo o porque son emocionalmente distantes, se puede desarrollar un apego inseguro, que a menudo conduce al aislamiento social, lo que lleva a patrones de comportamiento tímidos. Cuando un niño crece sabiendo que contará con el amor y el apoyo incondicional de al menos uno de sus padres, se sentirá seguro y se convertirá en una persona independiente. Por el contrario, si sientes que no puedes contar con tus padres, esa inseguridad se extiende a otras relaciones y a la imagen que tienes de ti mismo, por lo que es probable que desarrolles una timidez patológica.

Ambiente deficiente para interactuar con sus compañeros: Cuando un niño no tiene la oportunidad de interactuar con otros niños de la misma edad y poner a prueba sus habilidades sociales, es probable que su repertorio de respuestas sociales sea más limitado, lo cual es común en los niños pequeños que tienen No asistió al jardín de infantes, creció rodeada de adultos. Cuando la socialización es baja, los niños no saben cómo responder a los demás y tienden a retraerse y ser tímidos.

Experimentó una situación estresante: Cualquier hecho que el niño perciba como amenazante o desagradable puede conducir a la inhibición. A veces no se trata de la situación en sí, sino de la percepción del niño. Por ejemplo, simples comentarios sobre la forma en que lee o su tono de voz pueden percibirse como coquetería o crítica, inspirando timidez. Cuando un niño pequeño está constantemente pasando por una situación que lo abruma, es más probable que se retraiga en lugar de involucrarse. En estas situaciones, la timidez es un mecanismo de defensa.

Cabrera (2014), la timidez aumenta o es causada de distintos factores, a continuación se presentan los siguientes:

- **Desconocimiento de Nuevas Situaciones:** Alguien se retira ignorando su entorno, y en vez de explorarlo, decide aislarse.

- No entender a la persona con la que estás tratando de interactuar: conduce a una respuesta sigilosa o tímida, en cuyo caso antepones la soledad a la socialización.
- Anticipación de valoraciones externas negativas, que se asocian a expectativas sociales de uno mismo y baja autoestima. Falta de cariño: si hay pocas o nulas. Expresando aprecio, afecto y protección, los niños se sienten inseguros e inestables, incapaces de manejar las relaciones sociales.
- Sobreprotección y Restricción: Si un niño es sobreprotegido por miedo a correr riesgos, no tendrá iniciativa ni poder de decisión. De la misma forma, si hay demasiadas restricciones, y la respuesta es que no sabes, lo vas a hacer mal o lo vas a romper, lo que te genera inseguridad y no te enterarás, ni entenderás. que estas equivocado
- Maltrato o Abuso de Regaños: Lamentablemente, cuando este se presenta, puede surgir el miedo a la acción y a cualquier relación social y afectiva.
- Falta de comunicación: Si la comunicación (confianza en escuchar y comprender) no es del agrado del círculo familiar, la timidez puede ser muy alta en cualquier otro círculo. (p. 122)

1.4 Síntomas de la timidez

(Ardila, Rosselli, & Matute, 2012, p. 31.) Señalan los siguientes síntomas respecto a la timidez.

- Aislamiento social crónico
- Defectos espaciales
- Contacto ocular pobre
- Alteraciones en el uso del lenguaje y gestos.

Como docentes, podemos detectar conflictos, malestar, rechazo e incluso signos de algún tipo de trastorno de conducta. Es cierto que la experiencia docente proporciona la clave para descubrir los problemas más rápidamente, sin embargo, dado el gran número de alumnos que encontramos, o si solo nos centramos en la rigurosidad académica, hay pequeños detalles emocionales que dificultan el desarrollo social de los alumnos y pueden ser ignorados

Por eso, y porque la inteligencia emocional es tan importante para el aprendizaje, no debemos ignorar estas manifestaciones.

A continuación, según Cabrera (2014), la posible evidencia que encontramos en la timidez infantil es:

- Le cuesta interactuar y participar en los juegos. Suele crear un mundo imaginario, por eso está ausente y se le ve cavilando.
- No es muy hablador, pero su discurso está bien desarrollado.
- Se sonroja cuando la atención se dirige a él.
- No cree poder realizar las acciones que hacen los niños y niñas de su edad.
- Se siente mejor con los adultos porque son más predecibles que otros niños.
- Su carácter es más serio que los niños y niñas de la misma edad.
- Por lo general, no mira directamente a los ojos y trata de pasar desapercibido entre la multitud. (p. 56).

1.5 Consecuencias de la timidez

Aunque el adjetivo tímido se encuentra a menudo en las aulas, se ha demostrado que sus efectos a largo plazo afectan negativamente el desarrollo de las personas y sus sociedades más de lo que podría parecer a primera vista. Al igual que el artículo de la revista *Innovación y experiencias educativas*, Cabrera (2014) señala que existen claras consecuencias en el futuro cercano (como la pubertad) y afectan el desarrollo social a largo plazo. Estas son:

Problemas de aceptación social: ignorancia, rechazo y exclusión social

Los niños que exhiben un comportamiento tímido en el salón de clases pueden sufrir las consecuencias de ser ignorados o rechazados. Vale la pena señalar la diferencia entre ambos, las personas desatendidas se encuentran en esta situación, ya sea por retraimiento o por desconocimiento de la sociometría. Según los datos empíricos, estas causas no son las mismas y, como se indica en el artículo anterior, solo un pequeño porcentaje de personas presenta problemas persistentes de aislamiento social y ansiedad social. Hay dos razones para el rechazo: el comportamiento agresivo y el retraimiento; este último se refiere al comportamiento tímido. El comportamiento de un niño tímido es

difícil de entender para los demás y lo lleva a estar menos interesado en interactuar con él y, por lo tanto, rechazado o ignorante. (p. 67).

Intimidación o maltrato entre iguales

La intimidación o las novatadas es el comportamiento negativo persistente de una persona o grupo de personas hacia otra. Esto puede tomar la forma de ataques físicos o psicológicos que asustan, intimidan o acosan a la persona atacada. Entonces es algo más grave porque se convierte en una relación patológica continua entre el agresor y la víctima, además la timidez es una característica definitoria de la imagen de víctima, estos suelen ser niños socialmente aislados, inseguros, y Su situación y los suyos Cabrera (2014). En mi opinión, como docentes, debemos evitar estos conflictos y sobre todo proteger a los alumnos con baja autoestima y ausentismo que son más propensos a ser blanco de los acosadores. (p. 87).

Maltrato infantil y abuso sexual

Aunque la investigación ha demostrado un vínculo entre el comportamiento tímido y el abuso o maltrato, se debe tener en cuenta que esto no es una consecuencia directa y las implicaciones de la relación no están claras. Este vínculo se ha establecido debido a que los niños y niñas introvertidos pueden ser objeto de abuso, lo que a su vez puede ser la causa del comportamiento retraído y retraído. Si el comportamiento de un estudiante cambia y gravita hacia estos rasgos, es importante investigar si hay algo que haya causado el cambio.

Bajo rendimiento escolar

Las principales dificultades académicas que pueden presentar los estudiantes con comportamiento tímido se centran en la ansiedad y el ambiente de aprendizaje por exposición a la interacción con otros estudiantes, pérdida de concentración por un estado de miedo persistente. Esta consecuencia se agrava con la edad, ya que los adultos jóvenes con pensamientos negativos y malestar emocional empeoran significativamente su desempeño. En cualquier caso, podría ocurrir lo contrario, que los alumnos que muestran

esta imagen de retraimiento se sientan atraídos por el aprendizaje como forma de diferenciarse de los demás.

1.6 Prevención de la timidez

La timidez está presente en la matriz orgánica de los niños, este es el terreno más evidente, la inestabilidad del sistema nervioso autónomo en este período de crecimiento hace que todas las emociones fuertes se conviertan en trastornos vasomotores, por lo que en algunas personas la cara se enrojece repentinamente, la cara Sequedad en la boca, necesidad de respirar hondo ya veces temblores.

Dado que las causas de la timidez son mucho más complejas, es necesario averiguar qué la determina con mucha paciencia y súplicas constantes. La timidez tiene sus raíces en la falta de emoción, un entorno de incomprensión y una mala educación.

Reprender o burlarse de su hijo por su timidez es cruel y contraproducente, y tratar de distanciarse de las burlas de su hijo es un cambio necesario para combatir los sentimientos de insuficiencia o inferioridad. Se señala que los niños deben ser educados con paciencia y sentido del humor, que es el principio que se debe seguir para prevenir y vencer la timidez.

CAPÍTULO II

HABLAR EN PÚBLICO

(Rodríguez, 2015)

Aprender a hablar en público no solo mejora las habilidades de comunicación, sino que también ayuda a aumentar la confianza de los niños. Además, gracias a la oratoria, logran desarrollar otras habilidades importantes, como saber cómo organizar, debatir, discutir o defender una idea. La persuasión y las habilidades de liderazgo también se pueden desarrollar a través de hablar en público. Siga leyendo para saber por qué es necesario que nuestros hijos aprendan a dejar de lado sus miedos y aprender a comunicar ideas. Además, te damos las llaves para enseñarles cómo hacerlo. Porque recuerda, hablar en público no es un talento. Es un arte aprendido. En la escuela, los niños se ven obligados a aprender muchas materias, algunas tan difíciles como las matemáticas o las ciencias. Sin embargo, aprender a hablar en público no está incluido en el plan de estudios escolar. Entrar en cualquier salón de clases es suficiente para presenciar el miedo escénico de que los estudiantes sean obligados a caminar hacia la pizarra o dar una presentación.

2.1 Claves para aprender a hablar en público

- a) Leer, observar, escuchar y practicar son los cuatro elementos básicos para aprender a hablar en público. La técnica implica saber comunicar una idea para que sea comprendida, recordada y perdurable. Pero primero, los niños deben aprender a dejarse llevar, a no tener miedo ya creer en sí mismos.
- b) Desde una edad temprana podemos ayudarlos a aprender poesía, rimas y canciones. Al leer y repetir en voz alta, tu concentración aumentará y también tu autoestima.
- c) Adiós miedo. Predique con el ejemplo y anímelos a hablar sobre temas de su interés frente a un grupo de amigos o familiares. Un ejemplo podría ser: descanso/verano, ¿por qué es más largo?
- d) Otra buena idea es dar ejemplos de demostraciones o discusiones, siempre que sean interesantes y hablen de algo que interese a los niños.

- e) En Internet, hay innumerables videos que pueden ayudarte a inspirar a tus seres queridos. Aquí hay un ejemplo.
- f) También puedes hacer este ejercicio en clase. Una vez decidido el tema, todos tienen 10 minutos para preparar lo que dirán como ensayo. Incluso puede configurar reglas como: excluir expresiones o palabras como: y, por lo tanto, más...
- g) Es importante que cuando una persona habla, la otra persona aprenda a escuchar atentamente. Deben ser motivados, felicitados y aplaudidos por sus esfuerzos.
- h) Los niños también deben aprender a no tener miedo de hacer preguntas cuando no entienden algo o quieren más información.. (Rodriguez, 2015, pág. 1)

2.2 Dificultad para hablar en público: Cómo actuar

(El Prado Psicólogos, 2018)

- No lo empuje a nuevas situaciones sociales, preferiblemente antes de que se sienta cómodo con las que ya puede manejar. Te conviene presentarle nuevos retos sin abrumarlo porque cada niño tiene su propio ritmo de aprendizaje y hay que respetarlo.
- En lugar de burlarse de él o hacerlo sentir diferente a los demás niños, explíquele que la timidez es algo que le sucede a mucha gente.
- Apóyalo incondicionalmente y muéstrole comprensión y confianza en sus habilidades. El niño debe saber que sus padres lo aman y lo aprecian por lo que es, no por lo que es.
- No haga el problema demasiado ruidoso, ya que esto puede causar estrés adicional para el niño.
- En lugar de permitir que hable consigo mismo negativamente como que no valgo nada o que nunca podré hablar en clase, explíquele que estos pensamientos son exagerados y que un problema en un área no significa que valga menos en otra baja. Siempre acentúe sus características positivas.
- Ayúdelo a hacer frente a nuevas situaciones desafiantes, pero no se vuelva sobreprotector. El objetivo no es hacer las cosas por ellos, sino reducir los niveles de ansiedad, hacer que el niño se sienta cómodo y superar la timidez.
- Felicítalo cada vez que logre superar cualquier obstáculo y afrontar con éxito una situación social, por pequeña que sea. De esa manera, no solo lo motivarás, sino

que también le demostrarás que va en la dirección correcta y, potencialmente, superarás su timidez.

2.3 Características de la expresión oral en niños

Como menciona Avendaño (2006), es importante entender el proceso por el cual este grupo de niños descubre su desarrollo del lenguaje. Según mencionó, a la edad de cuatro años tuvo un mayor aumento de vocabulario y desarrolló su propio estilo retórico, lo que se conocía como el uso de oraciones más largas y complejas, pero esto también trajo algunas dificultades.

Es decir, los niños están más inclinados a comunicarse a través de la conversación y están deseosos de interactuar socialmente con los demás y expresar lo que piensan y quieren. A esta edad, los niños tienen un gran potencial comunicativo, pero aún necesitan desarrollarse y adquirir mayores habilidades. Además, la capacidad expresiva también se ha desarrollado mucho. En nuestra era laboral, la expresión verbal es muy importante y crucial. Los niños comienzan a comunicarse verbalmente con más frecuencia, entendiendo que es una herramienta que puede llamar la atención de los demás y utilizarla para expresar su mensaje deseado.

Además, ha logrado aprender algunas cosas de su entorno y es capaz de cuestionar a los demás. La expresión en sí se convierte en una necesidad, porque los niños deben relacionarse y dejarse influenciar por su entorno, es decir, deben expresar sus pensamientos y emociones en torno a las cosas que experimentan todos los días, como si algo no te gusta o no, , así como algunos conocimientos compartidos por Xiaowo. Cada uno debe encontrar en la expresión la liberación de todo lo que visualiza y comunicarlo al mundo exterior. Por último, pero no menos importante, se encuentran en una etapa llamada lingüística, que se refiere al deseo de lenguaje, es decir, ahora pueden comunicarse con mayor franqueza, con menos pausas.

2.4 Tratamientos psicológicos del miedo a hablar en público.

El primer paso para tratar la timidez en los niños es una evaluación de las circunstancias y características del niño que desencadenan el comportamiento. En El Prado Psicólogos nos adaptamos a cada situación y utilizamos diferentes técnicas para

ayudarte a superar tu timidez, desde la desensibilización sistemática hasta el modelado, la formación autodidacta o la relajación. También contamos con programas de formación en habilidades sociales y técnicas de manejo del estrés.

Por otro lado, es fundamental prestar atención a las emociones de los niños tímidos, por lo que también trabajamos mucho para desarrollar su inteligencia emocional. Todo esto es posible gracias al vínculo que formamos con nuestros hijos. Sentirse escuchado, comprendido y validado es necesario para un tratamiento eficaz.

Los principales objetivos del tratamiento son:

- Facilitar las interacciones de los niños con sus compañeros y otras personas.
- Reducir los niveles de abstinencia e inactividad
- Aumentar la autoestima
- Desarrolla tu inteligencia emocional
- Reducir la ansiedad asociada con las interacciones grupales y/o situaciones sociales
- Corregir patrones de pensamiento inapropiados que hacen que los niños se desvaloricen a sí mismos
- Mejorar tus habilidades sociales

CAPÍTULO III

LOS NIÑOS Y NIÑAS DE 3 Y 5 AÑOS CON TIMIDEZ

3.1 El niño tímido

Se trata principalmente de una conducta aprendida, aunque existen causas físicas, como trastornos que puedan tener el niño y predisposiciones biológicas o genéticas a la timidez. (Tarrés, 2016)

El estilo de crianza de los padres es un factor predisponente para la timidez de los niños. Podemos observar un exceso de rigor, rigidez, crítica, burla o desaprobación frecuente en padres autoritarios y muy exigentes, así como una sobreprotección excesiva, que puede llevar a que los niños crezcan inseguros e incapaces de desarrollar plenamente sus habilidades sociales. (Tarrés, 2016)

También se ha observado que los padres de niños tímidos tienen una vida social inactiva, por lo que los niños tienen pocas oportunidades de observar conductas sociales y actuar en consecuencia. Entonces, un niño que rara vez asiste a fiestas organizadas por la guardería o la escuela, que rara vez va al parque o juega solo, y que siempre está bajo la vigilancia sobreprotectora de un padre o abuelo, puede crecer carente de habilidades sociales.

Y los hijos de padres que participan regularmente en todas las actividades que organiza la escuela, animan a sus hijos a interactuar con los compañeros de clase en su tiempo libre, ir a fiestas de cumpleaños o ir al parque con otras madres para socializar más serán los mejores candidatos para sus niños a desarrollar habilidades sociales más apropiadas.

3.2 Factores que influyen en el desarrollo de la expresión oral

Mussen (1977), Señale que un buen entorno lingüístico puede facilitar el aprendizaje. Un ambiente monótono y tedioso parece inhibir el desarrollo. Por lo tanto, podemos referirnos al entorno social y sus diferencias.

Los autores señalan que existen contrastes en la calidad del estímulo entre las familias de clase media y baja. Los niños de clase media superan a los niños de clase baja en todos los aspectos del desarrollo del lenguaje, presumiblemente porque sus familias les proporcionan más y mejores estímulos lingüísticos.

La interacción enfatiza que el lenguaje es una forma básica de conversación que ocurre en el contexto de la interacción cuando el niño y sus compañeros intentan transmitir su mensaje de una forma u otra.

Características de niños con timidez

Puede ser difícil comprender o identificar a los niños tímidos porque pueden responder de manera diferente según la situación o el lugar donde se encuentren.

Dean Swift cree que las características generales de estas personas son que son inseguros, o sin miedo a todo, combinado con su angustia en un momento dado. En cualquier círculo social, hay personas con este tipo de problema, aunque el desempeño de cada persona es diferente, tienen ciertas cosas en común.

A continuación trataré de detallar cada una de estas reacciones:

Inseguridad

La inseguridad es una de las cosas que limitan la actividad humana libre y espontánea, este problema se presenta con frecuencia en niños con comportamiento tímido, impregna tanto la superficie como lo profundo, el consciente y el subconsciente.

(Erickson, 1990) señaló que la inseguridad es una emoción poco estudiada porque surge temprano en nuestra civilización y es fácilmente absorbida por la culpa. La inseguridad supone que una persona está totalmente expuesta y consciente de ser observada: en definitiva, la autoconciencia. Es invisible y no está preparado para ello, es porque soñamos con inseguridades como ser mirado desnudo o en pijama.

La inseguridad se expresa desde muy temprana edad, puede ser ocasionado por la sobreprotección, por influencia de los padres o tal vez porque ha sido ridiculizado en ciertas ocasiones.

Esta actitud se basa esencialmente en la ira hacia uno mismo. Los inseguros quieren obligar al mundo a que no los mire. En cambio, lo único que puedes esperar es tu propia invisibilidad. Provocar inseguridades en exceso no conduce a una corrección real por parte del niño, sino a una decisión secreta de actuar temerariamente sin que nadie lo vea. (Cueli, 1990, p. 180)

(Erickson, 1990) argumenta que cuando los sentimientos de inseguridad escalan a sentimientos de pérdida de autocontrol y supercontrol extraño, crean tendencias persistentes de incredulidad y vergüenza que impiden que las personas desarrollen efectivamente su estatus social.

Miedo

Una de las mayores dificultades para lidiar con los miedos irracionales de los niños es que los adultos olvidan que también son comportamientos, que son el resultado de la experiencia, con consecuencias que se siguen y se observan en los demás.

El miedo es el resultado de una combinación de factores, puede deberse a que el niño ha sido objeto de preocupación de los padres desde una edad temprana, puede ser que haya sido severamente castigado por mala conducta anterior, tal vez castigo repetido por no dormir, ruidos fuertes por la noche, mojar la cama o masturbarse, etc. , paulatinamente, estas situaciones han sido reemplazadas por mecanismos culturales, aunque los adultos inconscientemente han transformado el mundo mágico de los niños en el mundo del miedo, razón por la cual son tímidos cuando están en lugares públicos o en grupos, porque tienen miedo de decir o haciendo lo incorrecto en cualquier momento.

En la mayoría de los casos, el miedo es, al menos en parte, una fuerza aprendida o un impulso de los padres. Cuando un niño tiene un miedo irracional, sus padres suelen tener el mismo miedo, en un grado irrazonable. También puede ser causado por estímulos negativos, por ejemplo: cuando un niño es castigado con frecuencia por usar ciertas palabras tabú, por lo que la señal verbal en sí es suficiente para inducir el castigo sin el comportamiento. O cuando un niño anuncia su intención de hacer algo malo y es severamente castigado antes de cometer ningún acto. En otros casos, el niño puede pensar en algo, que aún no ha expresado verbalmente, pero que el padre infiere con una mala mirada, o por gestos, o por los gestos que hace el infante en los que se castiga al niño.. (Cueli, 1990, pág. 353)

Estos sentimientos angustian al niño porque quiere ser más completo de lo que fue en un momento dado de su desarrollo. El sufrimiento, por lo tanto, se debe a una persona herida física y psicológicamente por sentimientos de inferioridad, resultado de una condición genética, nacida con un sentido de incompletitud.

Las personas con trastornos de ansiedad hacen todo lo posible para sentirse seguras uniéndose a las personas o grupos que se perciben como más deseables para ser aceptados. Un sentido de pertenencia o apoyo del grupo la hizo sentir más fuerte y más capaz de enfrentar la vida. El sujeto hace lo imposible por ganarse el favor de todos y de cualquiera para que el grupo lo ayude si lo necesita, pues su psicología no soporta la falta de amor y cariño.

El peligro para los niños con este problema es una sensación de insuficiencia e inferioridad. Su desesperación con sus herramientas, habilidades o lugar entre sus compañeros hizo que abandonara su identidad en el campo.

Psicomotricidad

A lo largo de la historia se han formulado diversos términos binarios que engloban cuerpo y mente, relacionando nuestro interior con nuestro entorno. Ejemplos de ello son la influencia de Descartes (1637) y autores como Lièvre y Staes (1992) o Fonseca (1996). Hablar de psicoquinesis es relativamente nuevo en el campo de la educación.

Dupré (1909) fue el primero en mencionar este término médico.

A partir de Picq y Vayer (1969), Lapierre y Aucouturier (1977), la psicocinética se introduce en el campo de la educación, lo que nos lleva directamente al niño o niña, un cuerpo que se expresa y se desarrolla a través del movimiento.

Siguiendo las ideas de autores como Ajuriaguerra (1976), Wallon (1980), Le Boulch (1983) y Piaget (1985), observamos que el movimiento se configura como la vía más adecuada para que niños y niñas adquieran nuevos conocimientos en la primera infancia educación porque en Antes del nacimiento, el cuerpo ya es el principal método de aprendizaje que utilizamos.

A través de ella pueden manipular, experimentar, indagar, - 7 - descubrir, comunicar y construir estructuras cognitivas, motrices y emocionales que marcarán el desarrollo posterior y lo regularán.

Para Arnaiz (1988), el recorrido que sigue el niño en la sala de psicomotricidad lo desarrolla a nivel sensoriomotor, emocional y cognitivo, capacitándolo para adquirir el pensamiento operante y con ello el aprendizaje escolar. (Página 124)

La educación psicomotriz proporciona una formación integral e integral que se dirige a la persona en su totalidad. Además de ser un método educativo activo e interactivo, los niños son los protagonistas de este proceso, dejar que los niños experimenten el aprendizaje, potenciar la motivación para seguir aprendiendo y hacer que los nuevos conocimientos sean más significativos para él/ella.

Según la teoría propuesta por Ajuriaguerra (1979), existen tres niveles de integración del esquema corporal: el cuerpo vivo, el cuerpo que percibe y el cuerpo que representa. Las etapas que vamos a trabajar en esta programación corresponden al cuerpo percibido, de los 3 a los 7 años. En este momento, el niño percibe e interioriza su cuerpo y sus interacciones con el mundo exterior. Ya tiene un control total y segmentado sobre su cuerpo y su entrega y motricidad expresiva.

3.3 Expresión y Comunicación Corporal

Siguiendo el camino de la psicomotricidad, descubrimos que los niños y niñas necesitan del movimiento para conectar con su mundo interior y exterior, que es donde

entra la expresión y la comunicación física. Basándome en la definición de (Bolaños, 1991, pág. 237)

La expresión física es una forma de comunicación humana en la que el cuerpo y sus movimientos se utilizan como medio. Además de permitirnos comunicar nuestros pensamientos y sentimientos, es una lengua franca para todos. A través de la expresión y la comunicación física, los niños en la primera infancia desarrollan aspectos relacionados con el cuerpo, como el equilibrio, el tono muscular, la coordinación y la condición física, y otros, como los conceptos de espacio y tiempo, las relaciones de los objetos y el desarrollo de la creatividad.

Más allá del respeto por los demás, el trabajo en equipo, las emociones y los deseos, y la vivencia de la sexualidad. En definitiva, la expresión y la comunicación física juegan un papel fundamental en el desarrollo de nuestra personalidad.

En un ámbito escolar, la práctica de la expresión física puede promover el autoconocimiento, mejorar la comunicación interpersonal e interpersonal, potenciar la autoestima y aumentar la confianza para cometer errores, sentir y aprender.

El maestro será un guía, pero sus expresiones, que para él son sinceras y por tanto válidas, serán para el otro mera imitación y por tanto ineficaces.

Cada uno tiene que usar su cuerpo para expresar y comunicarse con sus propias emociones y pensamientos, y para entenderse, de esta forma no hay diferencia entre una buena y una mala comunicación física, pero tenemos que preguntarnos si la hemos expresado.

3.4 Emociones y Cuerpo

Para tener una correcta comunicación corporal, en base a lo dicho hasta ahora, debemos entender nuestras emociones y nuestro cuerpo para poder utilizarlo como herramienta de buenas relaciones y relaciones. En muchos casos, las personas son incapaces de expresar sus emociones y sentimientos, o reconocer los mensajes que otros intentan transmitirles, porque no se conocen a sí mismos y no quieren comprender la amplia gama de emociones que experimentamos los humanos.

Esto hace que su relación choque y, por lo tanto, sus personalidades choquen. Por ello, especialmente en los últimos años, las escuelas han comenzado a estudiar la inteligencia emocional, término popularizado por Daniel Goleman en 1997.

Mayer y Salovey (1997) definieron la inteligencia emocional en la década de 1990 como "la capacidad de percibir y utilizar la gama de emociones que experimenta una persona, al igual que la inteligencia tradicional incluye la capacidad de utilizar el lenguaje y las habilidades matemáticas (p. 151).

La emoción es un proceso multidimensional complejo que integra respuestas neurofisiológicas, cinemáticas y cognitivas.

Cuando sentimos una emoción, nuestro cuerpo responde instintivamente a ese estímulo, por lo que sonreímos, lloramos, gritamos o sonrojamos, nuestro ritmo cardíaco aumenta, sudamos o tenemos la boca seca. Comprender nuestras emociones y por qué las tenemos afecta nuestro carácter. Si disfrutamos de nuestro cuerpo, de las emociones que podemos experimentar, nuestra vida será sana y nos sentiremos bien con nosotros mismos, pero si nos esforzamos - 9 - en reprimir estas emociones y no centrarnos en nuestra inteligencia emocional, estaremos en una relación con nosotros mismos en conflicto, que a su vez entra en conflicto con nuestro entorno.

3.5 Confianza, Autonomía y Autoconocimiento

Para que la timidez deje de ser una barrera para su capacidad de relacionarse con los demás y aprender sobre sí mismos, nos centraremos en estas tres habilidades interrelacionadas y las desarrollaremos desde edades tempranas que beneficiarán su salud emocional y su crecimiento personal.

Cuando se trata de confianza, podemos encontrarla tanto en nosotros mismos como en la confianza que nuestro entorno deposita en nosotros. En el primer caso, nos da la confianza de que podemos lograr nuestros objetivos. Si en la autoevaluación detectamos un error, y en lugar de aprender de él y utilizarlo como motivación para mejorar, lo vemos como algo que nos entristece, y esta actitud se repite hasta que

tememos cometer errores. Confiar en nosotros es una manifestación de autoestima y tendrá un impacto positivo en el desarrollo personal y en las relaciones con los demás.

(Estanquero, 2006). Esta confianza en sí mismos estará ligada a su entorno, dependiendo del nivel de cariño y confianza que les depositen, se sentirán empoderados para actuar a su nivel, además de verse como parte de un equipo y adquirir poco a poco una mayor propensión para intervenir en el aula. Es necesario comprender el nivel de cada niño para encontrar un equilibrio entre la ayuda o la orientación que necesitan y dejar que el maestro lo haga.

Autores como (Learreta, Ruano, & Sierra, 2006) plantean que a través del juego, los niños y niñas asumirán una mayor responsabilidad, por lo que se sentirán más valorados y confiados en sus propias capacidades y las de su equipo.

Cuando se les otorga más autonomía, desarrollan una imagen de ser más seguros, competentes y confiados. El juego les da a los niños la oportunidad de ser autónomos, de establecer sus propias reglas y límites, por lo que no hay miedo a cometer errores ni vergüenza. (Meyer, 1965).

A estas edades quieren ponerse a prueba, descubrir sus posibilidades y marcar sus propios ritmos. Erikson (1950, p. 45) decía que la autonomía les atraía cada vez más, y que la iniciativa aumentaba la autonomía, la cualidad de emprender, planificar y emprender tareas por el solo hecho de ser activo y móvil. Los niños y niñas van descubriendo quiénes son, copian a los que les rodean y experimentan, necesitan práctica, por eso hay que darles autonomía.

Para el autor, la libertad del niño y la estimulación de la iniciativa y la imaginación son la clave para la formación de la personalidad. La autonomía brindará a los niños y niñas la oportunidad de conocerse y expresarse, de actuar teniendo en cuenta los sentimientos de los demás, de asumir la responsabilidad de sus propias acciones y de poder tomar sus propias decisiones y aceptar reglas.

Es importante que los niños vean que se tienen en cuenta sus pensamientos y emociones, que son seres humanos y parte de la sociedad, que se les anima a ser independientes y responsables al mismo tiempo, proporcionando un ambiente emocional donde todos puedan desarrollar su autonomía, con su velocidad de desarrollo. Esta

autonomía a veces genera conflictos en los niños, que deben superar para aprender de sí mismos y de su entorno. Por eso es importante que te conozcas a ti mismo.

El autoconocimiento permite a una persona ser consciente de sus propias capacidades y limitaciones, posibilitando que siga aprendiendo de ellas. Además de conocerse, son capaces de gestionar sus pensamientos y emociones sin miedo a perderse, un rasgo común de los niños tímidos. Cuando los niños y niñas saben reconocer sus capacidades y recursos, se sienten bien consigo mismos, y cuando reconocen su progreso, desarrollan una mayor confianza en su capacidad para aprender.

CONCLUSIONES

PRIMERA: Como desarrollar diferentes estrategias para mejorar la expresión oral en los niños y niñas de 3 años

SEGUNDA: Como desarrollar diferentes estrategias para mejorar la expresión oral en los niños y niñas de 3 años

RECOMENDACIONES.

- A los autoridades, Desarrollar capacitaciones a docentes y padres de familia en el manejo de estrategias para vencer la timidez en los niños del nivel inicial.
- Crear escuela para padres de familia en donde se de intervención sobre el manejo de estrategias para vencer el miedo y la timidez a los niños.
- Crear talleres de participación con niños donde se desarrollen actividades para vencer la timidez en los niños.
- A los docentes aplicar estrategias adecuadas para que los niños tengan mayor seguridad al hablar en la escuela.
- A los padres de familia brindar apoyo a sus menores hijo.

REFERENCIAS CITADAS

- Acevedo, A. (2014). *La buena crianza*. . Medellín: Grijalvo.
- Ardila, A., Rosselli, M., & Matute, E. (2012). *Neuropsicología de los trastornos del aprendizaje*. México: El Manual Moderno.
- Berge, Y. (1985). *Vivir tu cuerpo: para una pedagogía del movimiento*. Madrid: Narcea.
- Bolaños, G. (1991). *Educación por medio del movimiento y expresión corporal*. Costa Rica: EUNED.
- Cabrera, A. (2014). La Timidez Infantil. *Innovación y Experiencias Educativas*, 2-4.
- Cueli, J. (1990). *Teoría de la Personalidad*. México: Trillas.
- El Prado Psicólogos. (2018). *El Prado Psicólogos*. Obtenido de Timidez infantil: Cómo ayudar a los niños tímidos a superar su timidez: <https://www.elpradopsicologos.es/timidez/ninos-timidos/>
- Erickson, E. (1990). *Adolescencia*. México: Trillas.
- Estanqueiro, E. (2006). *Principios de comunicación interpersonal: para saber tratar con las personas*. Madrid: Narcea.
- Learreta, B., Ruano, K., & Sierra, M. (2006). *Didáctica de la Expresión Corporal: talleres monográficos*. . Barcelona: Inde.
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). *What is emotional intelligence?" En P. Salovey y D. Sluyter (Eds.), Emotional development and emotional intelligence: Implications for educators*. New York: Basic Books.
- Ortiz, A. (2009). *Educación Infantil. Afectividad, amor y felicidad, currículo, lúdica, evaluación y problemas de aprendizaje*. Colección Pedagogía, Didáctica, Currículo y Evaluación 2. Ediciones Litoral.
- Reid, L. (2012). *Como curar la ansiedad en los niños sin medicación ni terapias*. Québec: Sirio, S.A.

- Rodriguez, D. (12 de 05 de 2015). *Educo*. Obtenido de Cómo enseñar a los niños a hablar en público: <https://www.educo.org/Blog/como-ensenar-a-los-ninos-a-hablar-en-publico>
- Segura , M., & Arcas, M. (2003). *Educación las emociones y los sentimientos*. Madrid: Narcea.
- Tarrés, S. (14 de 01 de 2016). *Babyradio*. Obtenido de El niño tímido y retraído: prevenir la timidez en la infancia: <https://babyradio.es/blogfamiliar/el-nino-timido-y-retraido-prevenir-la-timidez-en-la-infancia/>