

# NIÑOS TIMIDOS

Por Dr. Rafael Vásquez  
Psiquiatra de niños y adolescentes  
Profesor titular del Dpto. de Psiquiatría de la Universidad Nacional

ravasquezr@bt.unal.edu.co

La curiosidad es la característica mas destacada de la infancia. Si se notan inquietos, activos, muy preguntones es por ella, si meten los dedos en todas las hendiduras es por ella, si preguntan sin fatigarse es por ella, si miran y remiran es por ella, si buscan a los demás niños es por ella, si se deslumbran ante el conocimiento es por ella, por la curiosidad

¿Pero que sucede cuando un niño, no parece tener curiosidad? ¿Qué sucede cuando le resulta difícil y perturbador hablar con los demás niños de su edad? ¿Qué pasa cuando no pregunta, o mejor aun cuando en clase, se llena de dudas, porque no levanta su dedo para preguntar al docente?

La timidez es precisamente esta limitación, la de no mostrar la curiosidad, pero al mismo tiempo, por dentro siente una fuerte inquietud de saber, se aguantan y no lo manifiestan. Se están perdiendo de muchos descubrimientos interesantes y gratos, estos niños sufren porque saben que están perdiéndose de experiencias interesantes

Si usted tiene un niño así, que luce retraído socialmente, que entra en los ambientes nuevos, de niños, despacio y como empujado, su niño es tímido

¿Qué se puede hacer por él? Muchas cosas se pueden hacer para que el sea menos tímido o en definitiva deje de serlo. A continuación encontrara algunas recomendaciones que le sirven.

1. piense que ser tímido no lo hace feliz, al contrario, su niño sufre
2. busque ponerlo en contacto con grupos de niños nuevos de forma permanente
3. pídale que pregunte por los precios de los artículos
4. solicítele que pregunte por las direcciones cuando este en la calle
5. promuévale que pregunte, por ejemplo, la hora a los demás niños

¿Cuándo consultar? No dude en buscar ayuda de un psiquiatra si su hijo tímido...

1. sufre de angustia excesiva
2. presenta sudoración constante de las manos
3. se queja de dolores de cabeza frecuentes y excesivos
4. se paraliza con los ojos abiertos ante situaciones nuevas
5. se niega a regresar al colegio
6. no quiere estar en ambientes en los cuales conoce a pocos niños
7. tiene una imagen de niño perfecto y por ese motivo los adultos lo halagan