

¿Qué es la timidez?

La timidez es el sentimiento de inseguridad, miedo o ansiedad que algunas personas sufren en determinadas situaciones sociales por miedo a ser rechazadas, humilladas o juzgadas de forma negativa. Esa sensación dificulta relacionarse de forma natural con los demás, lo que provoca que la persona tímida evite las circunstancias que le causan ansiedad.