

---

# AL SALIR DE CASA

---

MIEDO A LO DESCONOCIDO



DICIEMBRE DE 2018  
GALA PECCI DÍAZ  
IES RAYUELA (Móstoles) B2E



*“Hemos aprendido a volar como pájaros, a nadar como peces; pero no hemos aprendido el sencillo arte de vivir como hermanos ”.*

**- Martín Luther King.**



## **ABSTRACT**

Before searching for this project I wondered why there was something in our society that made us feel fear about the things that we don't know, such as new people, different ways of thinking, other cultures in other ways to how our culture is, and so on.

This fear has been in our society since always and it has never died.

So my objective was to find why - why it is always there at any time, any second, any year and for many centuries.

## **KEYWORDS**

- Fears
- Psychology
- Social learning
- Social fears
- Racism
- Xenophobia
- Future, present and past.



## AGRADECIMIENTOS

Quería agradecer en primer lugar a Óscar Gómez, coordinador de este proyecto, por su guía en la realización del mismo; en segundo lugar mi gratitud a Antonio Hermoso, profesor de filosofía, por orientarme a la hora de escoger el tema del proyecto, y tutelarme en los comienzos, además de facilitar la realización de las encuestas que apoyan este trabajo. Por último, dar las gracias a María Franco por su orientación y tutela en la segunda parte del proyecto.

Para acabar, me gustaría agradecer al IES RAYUELA, por esta oportunidad para investigar y aprender.

A todos gracias, gracias, gracias.



## ÍNDICE

<b>1. ¿Qué es el miedo?</b> .....	<b>6</b>
1.1 ¿Por qué se produce el miedo? .....	7
1.2 Tipos de miedo.....	8
<b>2. La psicología</b> .....	<b>10</b>
2.1 Historia .....	10
2.2 Ramas de la psicología.....	11
<b>3. El cognitivismo</b> .....	<b>12</b>
3.1 Procesamiento de la información.....	12
3.2 Operaciones cognitivas.....	12
3.3 Aprendizaje social.....	14
3.4 Teoría de la consistencia cognitiva.....	14
3.5 Influencia de estos factores al miedo.....	14
3.6 Psicología social-cognitiva.....	15
<b>4. Objetivo principal</b> .....	<b>15</b>
<b>5. Toma de datos</b> .....	<b>15</b>
<b>6. Encuestas</b> .....	<b>16</b>
6.1 Toma de datos.....	16
6.2 Universo.....	16
6.3 Muestra.....	16
6.4 Diseño del formulario.....	16
6.5 Toma de datos.....	16
<b>7.Codificación</b> .....	<b>16</b>
<b>8. Procesamiento</b> .....	<b>17</b>
<b>9. Obtención de resultados</b> .....	<b>17</b>
<b>10. Análisis</b> .....	<b>17</b>
<b>11. Conclusión de la encuesta</b> .....	<b>19</b>
<b>12. Conclusión final</b> .....	<b>21</b>
<b>13. Biografía</b> .....	<b>27</b>
<b>14. Webgrafía</b> .....	<b>27</b>
<b>Anexos</b> .....	<b>29</b>



## **AL SALIR DE CASA**

### **Miedo a lo desconocido**

Piense que está jugando al parchís, sus fichas están preparadas, el dado está en la mesa. Empieza a tirarlo hasta que sale el número 5. Esto le indica que tiene que avanzar, salir de casa y enfrentarse a todo lo que le rodea.

## **AL SALIR DE CASA**

Al comenzar este estudio, me fascinó el hecho de que en todas las sociedades, actuales y pasadas, siempre ha habido un miedo común, que permanece constante, que nunca muere, el miedo a lo desconocido.

Me intrigaba la idea de la constante presencia de un miedo a las cosas, personas, lugares que no son comunes a una civilización, sin importar la época o zona del globo.

Quería descubrir el porqué de este miedo y por qué estaba siempre presente en la historia. Se muestra con varias caras, en forma de racismo, xenofobia, homofobia o más baladíes como intentar hacer algo nuevo, entre otras.

Pero antes de descubrir el porqué, debía saber el qué, así que empecemos:

### **1. ¿QUÉ ES EL MIEDO?**

Según el Diccionario de la lengua española, *el miedo es la angustia por un riesgo o daño, siendo este real o imaginario.*

Si tienen en cuenta esta definición, podrán ver cómo todas las cosas que se encuentran a nuestro alrededor y de igual modo todas las que nos imaginamos, nos podrían causar miedo.



En términos científicos, el miedo es una reacción que comienza con la aparición de un estímulo estresante y termina con la liberación de sustancias químicas que hacen que el corazón y la respiración se aceleren o que el cuerpo se ponga tenso.

El miedo, es una de las emociones primarias según la clasificación de Eckman (Eckman, 1971).

### 1.1 ¿Por qué se produce el miedo?

Este fenómeno complejo se produce con la llegada de un estímulo, siendo este real o no y a su misma vez amenazante. Como todo estímulo genera una respuesta.

El miedo suele provocar comportamientos propios a una respuesta de estrés, de huida o lucha.

#### **Bases fisiológicas**

El principal órgano implicado en la aparición de miedo y en la posterior reacción al mismo, es el cerebro. Compuesto por millones de células nerviosas, hay 100 mil millones de neuronas, que actúan como una red que conecta todo lo que vivimos, sentimos, pensamos y hacemos.

Las **respuestas** al miedo se clasifican en dos tipos:

Una respuesta consciente, y una respuesta inconsciente. Esta última se considera una respuesta autónoma en la que están implicadas áreas cerebrales como el tálamo y el hipocampo. Esta parte de nuestro sistema nervioso es la encargada de almacenar y recuperar recuerdos conscientes y establecer una conexión entre ellos. Junto con la amígdala, produce una respuesta de lucha o huida.

Como pueden ver, la parte científica, es básica para el miedo y cómo afrontamos y reaccionamos a este. Las áreas más destacadas son como he mencionado anteriormente, el hipocampo y el hipotálamo.

Siendo tan complejo este campo de emociones y sentimientos y cómo estos se desarrollan, indagué en las diferentes variantes que diferenciaban cada tipo de miedo.



## **MANIFESTACIONES PSICOFISIOLÓGICAS DEL MIEDO**

(activación del sistema nervioso simpático)

- Aumento del metabolismo celular.
- Aumento de la glucosa en sangre.
- Inmunosupresión.
- Hipertensión arterial.
- Dilatación pupilar (midriasis).
- Modificación de la expresión facial.
- Modificaciones neurohormonales (Como por ejemplo, más adrenalina)

### **1.2 Tipos de miedo**

Existen muchos tipos de miedo. Los principales, atendiendo a los criterios citados al comienzo de cada apartado son los siguientes:

*Según el ESTÍMULO:*

#### **Miedo real**

- Se origina por medio de componentes reales.
- El inconsciente es el encargado de alarmar sobre ese peligro y genera una respuesta hacia este.

#### **Miedo irreal o irracional**

- Se produce debido a la existencia de un pensamiento imaginario de tipo irreal y catastrofista, aunque verdaderamente no exista un peligro real.
- Si este miedo persiste se convertiría en otro tipo de miedo del cual hablaremos posteriormente, el miedo patológico, más conocido como : las fobias.
- Estos tipos de miedo, interfieren en la calidad de vida del individuo.

*Según la NORMALIDAD:*

#### **Miedo normal/ adaptativo**

- Posee un carácter adaptativo, y se caracteriza por ser de corta duración.



### **Miedo patológico**

- Se caracteriza por ser muy mental, ya que realmente no existe un peligro real, por eso este miedo también es conocido como miedo irreal.
- Este miedo se repite de forma indefinida y a nivel cotidiano.
- Tras llegar a alcanzar este tipo de miedo, es necesario contactar con el especialista adecuado para que encuentre el mejor tratamiento.

*Según el NIVEL DE AFECTACIÓN:*

### **Miedo físico**

- Se produce por el temor a las sensaciones dolorosas.

### **Miedo social**

- Es el temor de una persona por ser ridiculizado o juzgado , ya sea por él mismo o por el grupo.

### **Miedo metafísico**

- Tienen origen interno.

*OTROS TIPOS de MIEDO relevantes:*

### **Miedo a la incertidumbre**

- Es el miedo que produce el futuro y las cosas que no conocemos y controlamos como se dice coloquialmente, la salida de la zona de confort.

### **Miedo al compromiso**

- Se produce por la angustia que sufren algunas personas por el hecho de entregar su vida a otra persona.

### **Complejo de Jonás**

- Miedo a alcanzar el éxito.

### **Miedo a ser descubierto**



- Al mentir, se siente el peso de la culpa, esa sensación que precede al miedo de ser descubierto.

### **Miedo al fracaso**

- Se produce por no tener unas expectativas claras, en las que influyen considerablemente las ganas de encajar en el grupo y la opinión de este.

Todos estos medios han sido clasificados y conocidos por medio de la ciencia *Psicología*.

## **2. LA PSICOLOGÍA**

Es la ciencia encargada de estudiar los miedos. Existen muchas definiciones para éste término tan complejo. Paso a definirlo haciendo uso de varias de las definiciones de la Real Academia Española.

Desde un punto de vista filosófico, se centra en el estudio del alma, sus facultades y operaciones. Desde un punto de vista científico, es el estudio de la mente y la conducta de personas o animales.

Podríamos definir la psicología como la ciencia que estudia de forma teórica y práctica los aspectos, sociales, culturales y biológicos que influyen en el comportamiento humano a diferentes rangos.

Para conocer las cosas hay que saber de dónde provienen y cuáles son sus raíces. Unos conceptos básicos de historia de la psicología.

### **2.1 Historia.**

Aunque proviene de muchas fuentes, sus orígenes se remontan a la filosofía de la Antigua Grecia. Platón y Aristóteles, al igual que otros filósofos de su época, se cuestionaron interrogantes básicos de la psicología, que aún hoy en día siguen siendo estudiados.

Posteriormente en el siglo XVII, otro filósofo, René Descartes y los empiristas británicos Thomas Hobbes y John Locke, inician la psicología científica.



Descartes afirmaba que la mente (o alma) era independiente y única, a diferencia del cuerpo, que lo consideraba una maquinaria de relojería.

Hobbes y Locke, resaltaron la experiencia en el conocimiento humano.

Más tarde, psicólogos europeos analizaron la idea cartesiana de que parte de la organización mental es innata. Esta concepción, aún juega un papel importante en las teorías de la percepción y la cognición.

Por otro lado se desarrolló científicamente, con el estudio del funcionamiento de diversos órganos y sistemas del cuerpo humano, relacionados con las enfermedades mentales. En este ámbito destaca el psicólogo austríaco Freud.

Finalmente la psicología consolidó su desarrollo en el siglo XX.

Al igual que hay muchos tipos de miedos, hay diferentes ramas de la psicología que exponemos a continuación.

## 2.2 Ramas de la psicología

- Psicología clínica, estudia los trastornos mentales.
- Psicología del desarrollo, estudia desde el punto de vista científico los cambios psicológicos que se experimentan en todo ser humano a lo largo de su existencia.
- Psicología de la educación, estudia cómo se produce el aprendizaje humano, en especial, dentro de los centros educativos.
- Psicología familiar y de pareja, trata los problemas de pareja, las dificultades en la adaptación, comunicación adecuada, etc.
- Psicología del trabajo, se ocupa del entorno de trabajo y de las empresas.
- Psicología forense, investiga los hechos criminales y el perfil de los delincuentes.
- Neuropsicología, estudia el comportamiento humano en relación con una disfunción del cerebro.
- Psicología cognitiva, estudia los procesos internos de nuestra mente.
- Psicología social, estudia la forma en la que los pensamientos y comportamientos de una persona se ven influidos por otra persona, o grupos de personas.



Estos dos últimos tipos son fundamentales para la investigación de mi proyecto.

En primer lugar debemos conocer cuál es la ciencia que estudia el comportamiento y el pensamiento de una persona que vive en sociedad, para así darnos cuenta de cómo afecta a las personas y el porqué de que se manifieste en forma de miedo o fobia en algunos casos, y de esto se encarga la psicología social.

En segundo lugar, es importante conocer un poco más acerca de la mente humana, la corriente de la psicología que estudia esto es el cognitvismo, que es estudiada por la psicología cognitiva.

### **3. EL COGNITIVISMO.**

Esta corriente de la psicología, es la encargada de explicar el funcionamiento de nuestra mente mediante un modelo hipotético de su funcionamiento.

Dentro de esta corriente, están en juego varios factores:

#### **3.1 Procesamiento de la información.**

Sirve para comprender, estudiar y entender el funcionamiento de la mente humana. La mente procesa la información, desde su entrada (*input*) hasta su salida (*output*), mediante una serie de procesos; como lo son, la recogida de información, el procesamiento de ésta, el almacenamiento y por último, la recuperación y uso de ella cuando sea necesario; operan de manera sucesiva y secuencial.

La memoria, es la encargada de realizar este procesamiento, y puede ser de tres tipos: **memoria sensorial** (atiende y percibe), **memoria de trabajo o working memory** (es a corto plazo, en cuanto a contenido y tiempo) y la **memoria a largo plazo** (almacena la información permanentemente).

#### **3.2 Operaciones cognitivas.**

Las operaciones cognitivas, están divididas para su mejor comprensión en una pirámide que va desde los objetivos del aprendizaje en la base de éste, hasta los



resultados del aprendizaje. Entre la base y la cumbre hay una serie de estamentos, a su vez divididas en tres partes:

La primera fase, más cerca de la base, consiste en comprender y organizar lo aprendido. Esta etapa se divide en dos partes *conocer* y *comprender*.

La segunda fase, situada en el centro de la pirámide, se encarga de aplicar los conceptos, los principios y los procedimientos. Se subdivide en dos partes, al igual que las demás fases *aplicar* y *analizar*.

La tercera y última fase, es la encargada de la resolución de problemas, y se subdivide también en dos partes, *evaluar* y *crear*.

En esta pirámide se basa la **Taxonomía de Bloom**, una técnica aplicada por muchos docentes, consiste en un conjunto de tres modelos jerárquicos usados para clasificar objetivos del aprendizaje en niveles de complejidad.

Esta teoría, asume que el aprendizaje a niveles superiores depende de la adquisición del conocimiento y las habilidades de ciertos niveles inferiores. A su vez, da una visión global del proceso educativo.

Según la teoría de Benjamín Bloom, hay tres dimensiones:

La psicomotora: Todo lo referente al desarrollo de la conducta o de las habilidades.

La afectiva: Se relaciona con el modo en el que una persona reacciona emocionalmente. Hay cinco niveles de dominio afectivo: recepción, respuesta, valoración, organización y por último la caracterización.

La cognitiva: En pocas palabras, todo lo relacionado con *conocer*, *comprender*, *aplicar*, *analizar* y *evaluar*.

Este punto es crítico para este trabajo ya que de esta rama, surgen las fobias, los estereotipos, las creencias y valores de todas las personas, que se van modificando en función del crecimiento del individuo y de su madurez.



### 3.3 Aprendizaje social

No cabe duda de que el ser humano es un ser social, se relaciona con otros y con su entorno e intenta encajar en la masa y el grupo y ser aceptado.

Esto está presente desde que nacemos y repetimos las palabras y los actos que hacen nuestros padres y referentes; cuando somos adolescentes, intentando definir nuestras creencias y gustos; hasta en la plena edad adulta, intentando estar siempre integrado.

La teoría del aprendizaje social o TAS, se basa en la suposición de que las personas, aprenden nuevas conductas a través del refuerzo o del castigo, o a través del *aprendizaje observacional* de los factores sociales de su entorno.

### 3.4 Teoría de la consistencia cognitiva

Se llama consistencia cognitiva, a la relación que se plantea entre los pensamientos, creencias, actitudes y conducta, de una persona. Todo esto, puede producir una motivación en esta.

Cuanto mayor consistencia cognitiva, más rica es una persona a nivel social y cultural.

### 3.5 Como influyen todos estos factores al miedo

El miedo, se suele producir por un estado de desconocimiento o de no manejo correcto de las situación; por otro lado, también se produce por el recuerdo de



situaciones pasadas en las que nos ha afectado un hecho de tal manera que nuestro cerebro lo transforma en algo que nos choca, haciendo que se produzca un rechazo, produciendo miedo.

### 3.6 Psicología social-cognitiva.

La psicología social cognitiva, hace referencia a la ciencia que estudia el comportamiento y razonamiento de las personas en situaciones sociales.

Esta ciencia, es fundamental para la resolución de mi trabajo, ya que como he mencionado anteriormente, estudia el comportamiento y el racionamiento de las personas en situaciones sociales, por lo que estudia dentro de sus ramas la discriminación social.

Y con esto, daría paso a la resolución de mi investigación:

## 4. OBJETIVO PRINCIPAL.

Como mencioné al empezar este proyecto el objetivo principal era **conocer el porqué de ese miedo, que se apodera de generaciones desde hace miles de años**. Añadí que se mostraba con diferentes caras, una de ellas ,y en las que me he centrado más, son: xenofobia y racismo. He intentado averiguar si es verdad o no, que este miedo ha sido, es y posiblemente será un componente influyente en la sociedad.

## 5. TOMA DE DATOS.

El tema a investigar "Miedo a lo desconocido", se encontraba en un campo muy amplio, difuso y complejo.

Lo primero que hice, fue realizar unas **encuestas** en el instituto IES Rayuela a los alumnos de primero de Bachillerato, para así, conocer la opinión respecto al tema.

Una vez pasadas las encuestas y analizados los resultados, me centré en el libro de psicología de Mc Graw Hill para así poder estructurar mejor el Proyecto.



## 6. ENCUESTAS

### 6.1 Objetivo

Conocer la opinión de los estudiantes de primero de Bachillerato a cerca de la sociedad, la discriminación y el miedo a lo desconocido.

### 6.2 Universo

La encuesta se realizó a los alumnos de primero de Bachillerato del Instituto de Enseñanza Secundaria Rayuela de Móstoles, en Madrid, durante el año escolar 2017-2018.

### 6.3 Muestra

Se realizaron 81 entrevistas de 120 alumnos matriculados, distribuidos en 4 clases.

### 6.4 Diseño del formulario

Dicho formulario estaba formado por 5 preguntas. Tres de ellas tenían respuestas cerradas, que se resolvían con “sí” o “no”. Por otra parte, las otras dos restantes tenían una respuesta más abierta teniendo en cuenta la opinión personal del encuestado.

### 6.5 Toma de datos

Los datos fueron obtenidos en las aulas de filosofía de los alumnos de primero de Bachillerato impartidas por el profesor Antonio Hermoso durante el mes de junio.

## 7. CODIFICACIÓN

Los datos se han codificado de dos maneras teniendo en cuenta el tipo de pregunta del que se trataba. En las preguntas cerradas, se ha tenido en cuenta las respuestas formuladas con los monosílabos **sí** y **no**, mientras que en las preguntas abiertas he clasificado las respuestas entre los grupos más comunes de ésta. En la primera



pregunta, en la que se pregunta qué define lo diferente socialmente hablando, he barajado cinco respuestas aproximándome lo máximo posible a las respuestas dadas por los alumnos. Siendo las respuestas:

- A) Lo que no es igual a mí.
- B) Lo que se sale de lo establecido por la sociedad.
- C) Todo aquello que no está normalizado.
- D) Otras respuestas.

Por otro lado, en la quinta cuestión en la que se pregunta qué es el miedo a lo desconocido, he dividido las respuestas en tres categorías:

- A) Miedo a algo que nunca he enfrentado.
- B) Miedo a lo que no conozco.
- C) Otras respuestas.

## **8. PROCESAMIENTO**

Para organizar todos mis datos los incluí en la herramienta GOOGLE DOCS, en el apartado de formularios e introduje los datos en un formulario digital y creé su diseño.

## **9. OBTENCIÓN DE RESULTADOS**

Fueron organizados en gráficos y tablas, para que se vieran los resultados y datos de manera más visual.

## **10. ANÁLISIS. DISTRIBUCIÓN MUESTAL PONDERADA**

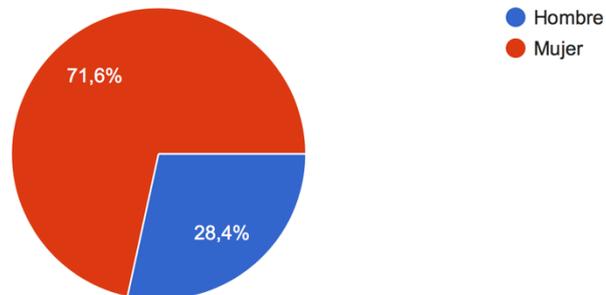
*Por sexo:*

Entre los alumnos de primero de Bachillerato a los que hicimos esta encuesta, se encontraban una cantidad de mujeres superior con un 71,6%, a la de los hombres, formada por un 28,4%.



## Sexo

81 respuestas

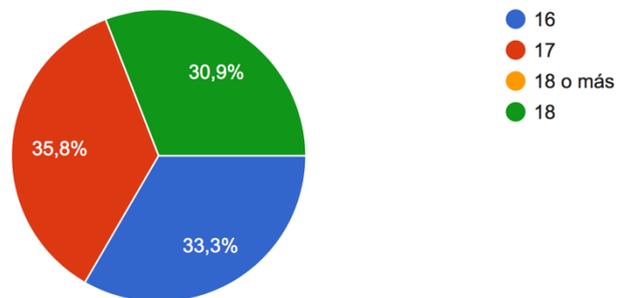


## Por edad:

A edad de los encuestados fue en un 35,8% de 17 años, siguiéndole en un 33,3% de adolescentes de 16 años y finalizando con un 30,9% mayores de edad.

## Edad

81 respuestas



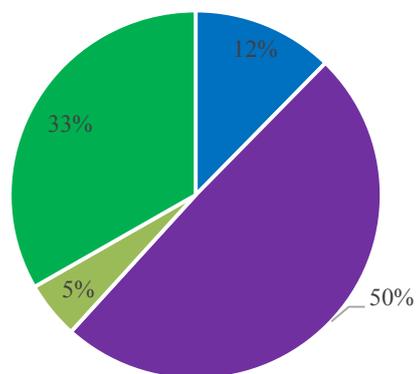


## 11. CONCLUSIÓN DE LA ENCUESTA

Para el 49,4% de los encuestados, lo diferente, está determinado por lo que se sale de los límites de la sociedad. Teniendo así un papel fundamental a la hora de estereotipar, juzgar y criticar al diferente.

### P01 ¿Qué define lo diferente?

81 respuestas

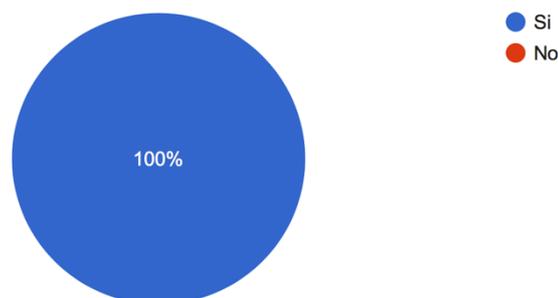


- Lo que no es igual a mi.
- Lo que se sale de lo establecido por la sociedad.
- Algo que no esta normalizado.
- Otras respuestas

Por otro lado, en cifras mucho más masivas obtenemos que el 100% de los encuestados coincidían en la respuesta que afirmaba que en el siglo XXI, seguía presente el racismo y la discriminación social.

### P02 ¿Sigue presente el racismo y la discriminación social en el siglo XXI?

80 respuestas

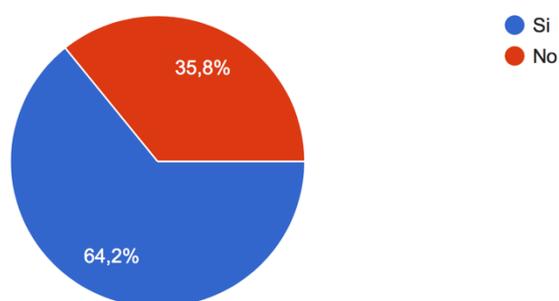




Según otros datos el 64,2% de los encuestados en este caso, se habían sentido discriminados en situaciones cotidianas, mientras el otro 35,8% afirmaba no haberse sentido discriminado.

### P03 ¿Te has sentido discriminado?

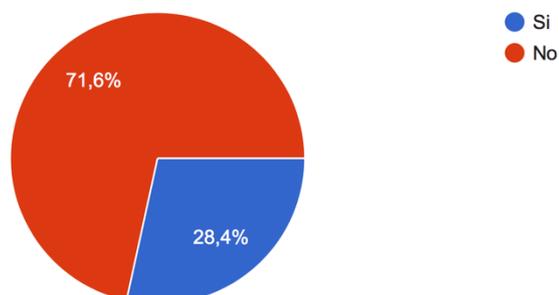
81 respuestas



Y la encuesta concluía con una pregunta muy amplia en la que se reflexionaba sobre si en algún momento, llegarían a vivir en un mundo en el que todos fueran iguales en términos sociales. La respuesta, fue en un 71,6% negativa, agregando que nunca llegará a existir una completa igualdad.

### P04 ¿Llegaremos a vivir en un mundo en el que todos seamos iguales, socialmente hablando?

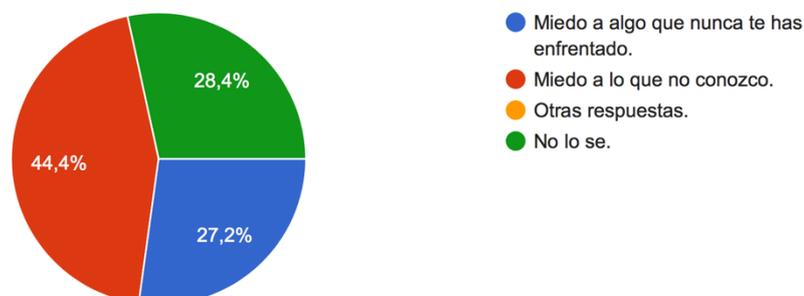
81 respuestas





## P05 ¿Qué significa miedo a lo desconocido?

81 respuestas



Además, me causó curiosidad preguntar a los encuestados qué significaba para ellos el título de mi proyecto, a lo que respondieron, en un 44,4%: que era el miedo a lo que no conocían.

## 12.CONCLUSIÓN

Hoy en día, los adolescentes, cuando pensamos en historia, imaginamos que es algo muy lejano y ajeno, que no es relevante para nuestra vida actual y nuestras preocupaciones propias, pero realmente, esto no es así.

El racismo y la xenofobia han permanecido siempre a lo largo de la historia siendo estos unos de los ejemplos más relevantes.

En el siglo XX, ocurrieron dos grandes hechos que marcaron de manera drástica la historia.

El primero, es la Primera Guerra Mundial (1914- 1919); aunque no tan relevante para mi trabajo, supuso el auge de los nacionalismos.

Surgiendo en Alemania, después de esta guerra el partido Nacional Socialista (el partido nazi), que tenía al frente a Adolf Hitler. Este partido surgió debido a los exigentes pagos de impuestos sobre Alemania por los ganadores de la Gran Guerra, estos pagos sumieron a la nación alemana en una profunda crisis, la reacción del pueblo alemán ante tal crisis fue votar en masa a un partido de ideas ultraderechistas



el cual prometía la abolición de dichos pagos y la promesa de una Alemania más fuerte.

Esta promesa de una Alemania más fuerte hizo que el ejército alemán, bajo los mandatos de Hitler, el cual solo pensaba en la dominación de una raza a la que él denominó “la raza aria” basándose en las ideas del filósofo alemán Nietzsche, decidió invadir para hacer más grande el territorio que él gobernaba, dio así el comienzo del Tercer Reich.

Durante esta guerra, Alemania ejerció el gobierno del terror sobre los territorios conquistados, enviando a toda la población judía, gitana, homosexual... a campos de concentración donde más tarde serán asesinados u obligados a realizar trabajos de gran pesadez para el ejército alemán.

Este, es uno de los casos más impactantes de racismo y xenofobia; murieron una cantidad de personas exorbitante, simplemente por el color de su pelo o su religión.

La mancha de sangre que dejó sobre el territorio de Alemania; que actualmente se encuentra en un proceso de reconstrucción; fue y es irreparable.

Pero este, no fue el único caso, a mediados del siglo XX, en Estados Unidos había una gran discriminación hacia las personas de color, éstas eran obligadas a ceder el asiento a las personas blancas en los autobuses, a viajar en un distinto transporte público que las personas blancas, entre otros ejemplos. Además la relación que existía entre las personas de color y las personas blancas era casi nula; hasta el punto en el que las personas blancas gozaban de muchas facilidades y grandes zonas de ocio como cines; mientras que las personas de color, solo disponían de las facilidades básicas y mínimas en lugares de ocio.

Otro punto a destacar es que las personas blancas gozaban de más derechos y libertades que las de color.

Pero todo esto cambió con la llegada de un político revolucionario, Martin Luther King, el cual fue el máximo representante de la población negra en EEUU.



Este fue conocido por reivindicar los derechos de las personas negras y por su famosa frase “I have a dream” esta frase es debido a que él soñaba con una nación en la cual negros y blancos tuvieran mismos derechos y privilegios.

Este político consiguió muchos derechos para las personas de color de EEUU y del resto del mundo. Y siempre será recordado por su gran labor en la lucha contra las injusticias.

Martin Luther King fue asesinado no mucho después de las elecciones de los Estados Unidos.

Otro ejemplo de discriminación social, es la que el pueblo occidental sufre por parte del pueblo norcoreano los cuales nos ven como inferiores. Corea del Norte lleva teniendo esta perspectiva del mundo occidental desde que ésta se convirtió en un dictadura tras la Guerra de Corea, la península de Corea quedó dividida en dos regiones: la sur influenciada y aliada de los Estados Unidos; y la norte, la cual posee influencia de la China comunista.

Corea del Norte actualmente se está abriendo más al mundo occidental intentando alcanzar la paz con Corea del Sur, pero ésta sigue siendo muy reacia a los EEUU, a la cual amenaza continuamente.

Unos años atrás, Corea del norte, era de los pocos países, si no el único, que no importaba ni exportaba productos al extranjero.

Esto hace que el pueblo norcoreano sufra de una ignorancia sobre el mundo occidental, las únicas noticias que escucha este pueblo son propaganda sobre su país y propaganda al odio a los Estados Unidos.

Otro caso muy reciente, es el de Las inundaciones en 2017 de Nueva Orleans, EEUU, de las que el pueblo negro se ha visto muy afectado y el cual no ha recibido ningún tipo de ayuda para reponerse tras este desastre medioambiental.

Todos esos ejemplos mencionados anteriormente, son la prueba de que el racismo y la xenofobia siguen presentes en nuestra sociedad a bien entrado el siglo XXI. Como



hemos podido observar en los ejemplos, por mucho que cambien las épocas y los siglos, el pensamiento xenófobo y homófobo, siempre están de mayor o menor forma presente.

Se ha de suponer que con el paso del tiempo, ha habido una gran mejora social y tecnológica entre otras, pero esto no es así, o no desde el punto de vista de mi trabajo. Tenemos la capacidad de reconstruir órganos, hacer trasplantes de cara, implantes de corazón, pero en lo que significa a empatía, en esta sociedad está completamente difusa.

La sociedad actualmente, está dividida en diversos grupos, y cada una de las personas pertenecientes a ésta, intenta encajar en uno de ellos.

Los individuos o los grupos que no lo hacen, son tratados como inferiores. Esto corre con las llamadas minorías étnicas, como lo son los judíos o los gitanos. De igual forma, ocurre con la población negra, simplemente porque su pigmentación en la piel sea mayor, son considerados inferiores.

Creo que en este punto, es muy necesario llegarse a plantear la diferencia entre diferente e inferior.

Que la población negra, tenga el pigmento diferente, no les hace inferiores; que los judíos no sigan la misma religión, al igual que los musulmanes, no les hace inferiores; que la etnia gitana viva de una manera diferente, no les hace inferiores.

Lo diferente es aquello que se sale de lo común, de este modo, todos y cada uno de ustedes que están leyendo este mi trabajo, son diferentes entre sí y es difícil, realmente es imposible, que usted encuentre a alguien igual que al que ve cuando se mira en el espejo o hace su vida.

Teniendo en cuenta que todos somos diferentes, por qué unos son discriminados o no, a raíz de mi investigación he descubierto que hay diversos factores que influyen en los estereotipos que hacen que ciertos grupos sean infravalorados y sean criticados.

El primer factor de estos, es la educación, en todos los procesos de educación y la evolución del individuo hasta alcanzar la madurez. Si durante estas etapas, se introducen o nombran pensamientos xenófobos o racistas, o cualquier tipo de comentario despectivo hacia cualquier persona o grupo; el individuo al ser una



persona ya perfectamente formada, creará; si es que no se ha replanteado la veracidad de estos pensamientos; que estos, son la forma correcta de ver, asociar y tratar a las personas de diferentes grupos sociales.

Por lo que uno de los puntos en los que mi tesis concluye, es que es muy necesaria la educación en todos sus aspectos, en primer lugar porque es la primera forma de radicar el problema, ya que todos nosotros somos educados a base de una serie de valores que nos componen como personas, si estos no contienen prejuicios evitarán posteriores situaciones racistas y xenófobas; en segundo lugar, la educación es un medio base para la transmisión de conocimientos y el razonamiento, es tan importante la transmisión de ideas como el razonamiento; y la única manera de obtener esto, es mediante la educación.

Otro factor muy importante es el desconocimiento, ya que éste crea miedos e inseguridades, que desembocan en otros miedos, críticas y estereotipos. El miedo a gran medida, llamado fobias, ha de ser tratado por los especialistas pertinentes.

La historia nos deja muestras de que estos estereotipos, siguen presentes, y que existen causas que explican el porqué de estos, pero a sabiendas de que se conoce el porqué y cómo, no se intenta radicar de ninguna manera.

Así que y para dar fin a este trabajo, he de plantear formas con las que sea más posible que estos miedos sociales, como lo son la xenofobia y el racismo, estas son algunas de ellas:

La primera de ellas, es la educación en las aulas de los diferentes tipos de razas, colores, religiones y formas de vida.

En segundo lugar, es importante el conocimiento de la historia, para que catástrofes como las mencionadas anteriormente no se repitan.

La tercera, es la integración de todas las personas que han sido marginadas en la sociedad, para que formen parte del grupo, aportando así sus ideas y creencias, lo que harán una sociedad más rica en términos socio-culturales.

La cuarta, es ofrecer ayuda a todas las personas que lo necesiten en cualquiera de las situaciones, sin importar el color de su piel, su forma de vida o su religión. Este punto,



se debe aplicar a toda la sociedad en sí, ya que hoy en día, debido a las nuevas tecnologías, vivimos en un mundo muy individualista en que todos miramos única y exclusivamente por nuestro bien propio. Por lo que es necesario que la empatía y el compañerismo revivan de la sociedad y el individualismo virtual se deje de lado.

En quinto último lugar, y desde mi punto de vista el más importante, ha de haber un deseo de conocimiento y comprensión de las demás culturas, tanto así como mostrar la nuestra, de esta manera la sociedad se unirá más y será más fuerte, y no físicamente hablando.

Conocer los errores del pasado, nos ayudaran a no repetirlos en el futuro.

Dicen que el ser humano es el único ser que tropieza varias veces con la misma piedra, y por la historia, se ha comprobado que realmente es así.

De esta manera yo planteo una pregunta, ***¿Volverá el ser humano a cometer los mismos errores del pasado?***



### 13. BIOGRAFÍA

José Ignacio Alonso García (2016). Libro B2 de psicología. Mc Graw Hill :  
<https://www.amazon.es/Psicolog%C3%ADa-9788448609160-José-Ignacio-Alonso/dp/8448609166>

### 14. WEBGRAFÍA:

Frase inicial, Jazzminn Narvaezz. (Lunes 15 de septiembre 2014). La convivencia, un camino hacia el éxito.

Recuperada en :  
<http://laconvivenciauncaminiohaciaelexito.blogspot.com/2014/09/hemos-aprendido-volar-como-los-pajaros.html>

Definición de *miedo* Diccionario Real de la Lengua Española.

Recuperado en: <http://dle.rae.es/srv/fetch?id=PDGS53g>

Miedo, frases y tipos, Juan Armando Corbin. Los 16 tipos de miedo y sus características.

Recuperado en: <https://psicologiymente.com/psicologia/tipos-miedo>

Definición de *psicología* Diccionario Real de la Lengua Española. Recuperado en:

<http://dle.rae.es/?id=UWfndCk>

Historia de la psicología.

Recuperado en: <http://www.elalmanaque.com/psicologia/historia.htm>

Ramas de la psicología, Universidad Internacional de Valencia ( 28 de diciembre de 2016). Las ramas de la psicología general y sus aplicaciones.

Recuperado en:

<https://www.universidadviu.es/las-ramas-la-psicologia-general-aplicaciones/>

Información sobre el cognitivismo, Universitat de Barcelona, CRAI (2018). Psicología ambiental, elementos básicos: El cognitivismo.

Recuperado en: [http://www.ub.edu/psicologia\\_ambiental/unidad-2-tema-2-2-3](http://www.ub.edu/psicologia_ambiental/unidad-2-tema-2-2-3)



Operaciones cognitivas, Eddy Bonifaz (8 febrero de 2017). Operaciones cognitivas. Youtube. Recuperado en: <https://www.youtube.com/watch?v=0paBjsEOtwc&t=116s>

Taxonomía de Bloom, Tekman: Welcome thinkers.

Recuperado en: <https://www.tekmanbooks.com/blog/2017/08/28/taxonomia-de-bloom/>

y en :

[https://es.m.wikipedia.org/wiki/Taxonom%C3%ADa\\_de\\_objetivos\\_de\\_la\\_educaci%C3%B3n#Dimensi%C3%B3n\\_afectiva](https://es.m.wikipedia.org/wiki/Taxonom%C3%ADa_de_objetivos_de_la_educaci%C3%B3n#Dimensi%C3%B3n_afectiva)

Aprendizaje social.

Recogido en: [https://es.m.wikipedia.org/wiki/Teor%C3%ADa\\_del\\_aprendizaje\\_social](https://es.m.wikipedia.org/wiki/Teor%C3%ADa_del_aprendizaje_social)

La Primera Guerra Mundial, United States Holocaust Memorial Museum

Recogida en: <https://encyclopedia.ushmm.org/content/es/article/world-war-i>

La Segunda Guerra Mundial. United States Holocaust Memorial Museum.

Recogida en: <https://encyclopedia.ushmm.org/content/es/article/world-war-ii-in-europe>

El nazismo.

Recogido en: <https://mihistoriauniversal.com/edad-contemporanea/el-nazismo/>

Martín Luther King. MLA style: Martin Luther King Jr. – Biography. NobelPrize.org. Nobel Media AB 2018. Lunes 10 de diciembre 2018.

Recogido en: <https://www.nobelprize.org/prizes/peace/1964/king/biographical/>

Guerra de Corea, Juan Carlos Ocaña (2003)

Recogido en: <http://www.historiasiglo20.org/GLOS/guerracorea.htm>

Encuestas.

Digitalizadas a través de:

[https://docs.google.com/forms/d/1CW8jVWzgh2WK0v5ZnKGpbUwe\\_zEkEbSQGpuZDhm\\_Nyc/edit#responses](https://docs.google.com/forms/d/1CW8jVWzgh2WK0v5ZnKGpbUwe_zEkEbSQGpuZDhm_Nyc/edit#responses)



## ANEXO 1: FORMULARIO ENCUESTA

### **P0A Sexo**

1. Hombre
2. Mujer

### **P0B Edad**

1. 16
2. 17
3. 18 o más

### **P01 ¿Qué define lo diferente?**

1. Lo que no es igual a mi.
2. Lo que se sale de lo establecido por la sociedad.
3. Algo que no esta normalizado.
4. Otras respuestas

### **P02 ¿Sigue presente el racismo y la discriminación social en el siglo XXI?**

1. Si
2. No

### **P03 ¿Te has sentido discriminado?**

1. Si
2. No

### **P04 ¿Llegaremos a vivir en un mundo en el que todos seamos iguales, socialmente hablando?**

1. Si
2. No

### **P05 ¿Qué significa miedo a lo desconocido?**

1. Miedo a algo que nunca te has enfrentado.
2. Miedo a lo que no conozco.
3. Otras respuestas.



## ANEXO 2: RESPUESTAS

Marca temporal	Sexo	Edad	P01 ¿Qué define lo diferente?	P02 ¿Sigue presente el racismo y la discriminación social en el siglo XXI?	P03 ¿Te has sentido discriminado?	P04 ¿Llegaremos a vivir en un mundo en el que todos seamos iguales, socialmente hablando?	P05 ¿Qué significa miedo a lo desconocido?
30/09/2018 17:57:53	Mujer	17	Lo que no es igual a mí.	Si	Si	Si	Miedo a lo que no conozco.
30/09/2018 17:59:10	Mujer	17	Lo que se sale de los establecido de la sociedad.	Si	Si	Si	Miedo a algo que nunca te has enfrentado.
30/09/2018 18:00:06	Mujer	17	Lo que se sale de los establecido de la sociedad.	Si	Si	No	Miedo a lo que no conozco.
30/09/2018 18:01:23	Hombre	18	Lo que se sale de los establecido de la sociedad.	Si	Si	No	Miedo a lo que no conozco.
30/09/2018 18:02:04	Mujer	16	Lo que se sale de los establecido de la sociedad.	Si	Si	No	Miedo a lo que no conozco.
30/09/2018 18:02:47	Mujer	16	Lo que se sale de los establecido de la sociedad.	Si	Si	No	Miedo a lo que no conozco.
30/09/2018 18:04:11	Mujer	17	Lo que se sale de los establecido de la sociedad.		No	No	Miedo a lo que no conozco.
30/09/2018 18:04:35	Hombre	16	Lo que se sale de los establecido de la sociedad.	Si	Si	No	No lo se.



30/09/2018 18:05:18	Mujer	17	Lo que se sale de los establecidos de la sociedad.	Si	No	No	Miedo a lo que no conozco.
30/09/2018 18:06:31	Hombre	16	Lo que se sale de los establecidos de la sociedad.	Si	No	No	Miedo a algo que nunca te has enfrentado.
30/09/2018 18:06:59	Hombre	16	Lo que se sale de los establecidos de la sociedad.	Si	Si	No	Miedo a lo que no conozco.
30/09/2018 18:07:48	Mujer	17	Otras respuestas	Si	Si	Si	Miedo a algo que nunca te has enfrentado.
30/09/2018 18:09:49	Mujer	17	Lo que no es igual a mi.	Si	Si	Si	Miedo a lo que no conozco.
30/09/2018 18:10:34	Mujer	16	Otras respuestas	Si	Si	No	Miedo a algo que nunca te has enfrentado.
30/09/2018 18:11:12	Hombre	17	Lo que no es igual a mi.	Si	Si	No	No lo se.
30/09/2018 18:11:44	Mujer	17	Lo que se sale de los establecidos de la sociedad.	Si	Si	Si	Miedo a lo que no conozco.
30/09/2018 18:12:23	Mujer	16	Lo que se sale de los establecidos de la sociedad.	Si	Si	Si	Miedo a algo que nunca te has enfrentado.
30/09/2018 18:12:56	Mujer	16	Algo que no esta normalizado.	Si	Si	No	Miedo a lo que no conozco.
30/09/2018 18:13:35	Mujer	16	Lo que se sale de los establecidos de la sociedad.	Si	Si	No	Miedo a algo que nunca te has enfrentado.
30/09/2018 18:14:05	Mujer	16	Lo que se sale de los establecidos de la sociedad.	Si	Si	Si	Miedo a lo que no conozco.



30/09/2018 18:15:14	Hombre	18	Lo que se sale de los establecimiento de la sociedad.	Si	Si	No	Miedo a algo que nunca te has enfrentado.
30/09/2018 18:15:39	Mujer	16	Otras respuestas	Si	Si	No	Miedo a algo que nunca te has enfrentado.
30/09/2018 18:16:08	Mujer	17	Lo que se sale de los establecimiento de la sociedad.	Si	Si	No	Miedo a lo que no conozco.
30/09/2018 18:16:44	Mujer	18	Algo que no esta normalizado.	Si	Si	No	Miedo a lo que no conozco.
30/09/2018 18:17:43	Hombre	16	Lo que no es igual a mi.	Si	No	No	Miedo a algo que nunca te has enfrentado.
30/09/2018 18:18:21	Mujer	16	Lo que se sale de los establecimiento de la sociedad.	Si	Si	No	No lo se.
30/09/2018 18:19:07	Mujer	18	Lo que se sale de los establecimiento de la sociedad.	Si	No	No	Miedo a lo que no conozco.
30/09/2018 18:19:53	Mujer	17	Lo que se sale de los establecimiento de la sociedad.	Si	Si	No	Miedo a algo que nunca te has enfrentado.
30/09/2018 18:20:40	Mujer	16	Otras respuestas	Si	Si	No	No lo se.
30/09/2018 18:21:19	Hombre	18	Otras respuestas	Si	Si	No	Miedo a lo que no conozco.
30/09/2018 18:21:52	Mujer	18	Lo que no es igual a mi.	Si	Si	No	No lo se.
30/09/2018 18:22:22	Mujer	18	Lo que se sale de los establecimiento de la sociedad.	Si	Si	Si	Miedo a algo que nunca te has enfrentado.
30/09/2018	Mujer	17	Algo que no esta	Si	Si	No	No lo se.



18:23:08			normalizado.				
30/09/20 18:23:45	Mujer	18	Otras respuestas	Si	Si	No	No lo se.
30/09/20 18:24:12	Mujer	18	Otras respuestas	Si	Si	No	Miedo a lo que no conozco.
30/09/20 18:24:55	Mujer	18	Lo que se sale de los establecido de la sociedad.	Si	Si	Si	Miedo a lo que no conozco.
30/09/20 18:25:52	Mujer	17	Lo que se sale de los establecido de la sociedad.	Si	Si	No	Miedo a algo que nunca te has enfrentado.
30/09/20 18:26:49	Mujer	18	Otras respuestas	Si	Si	Si	Miedo a lo que no conozco.
30/09/20 18:27:35	Mujer	17	Otras respuestas	Si	Si	No	No lo se.
30/09/20 18:28:29	Mujer	18	Lo que se sale de los establecido de la sociedad.	Si	Si	No	Miedo a lo que no conozco.
30/09/20 18:29:36	Mujer	17	Otras respuestas	Si	Si	Si	Miedo a lo que no conozco.
30/09/20 18:30:28	Mujer	18	Otras respuestas	Si	Si	No	Miedo a algo que nunca te has enfrentado.
30/09/20 18:31:24	Hombre	16	Otras respuestas	Si	Si	No	Miedo a lo que no conozco.
30/09/20 18:32:21	Mujer	18	Lo que no es igual a mi.	Si	Si	No	Miedo a lo que no conozco.
30/09/20 18:33:31	Hombre	18	Lo que se sale de los establecido de la sociedad.	Si	Si	Si	Miedo a lo que no conozco.
30/09/20 18:34:05	Mujer	16	Otras respuestas	Si	Si	No	Miedo a algo que nunca te has enfrentado.
30/09/20	Mujer	18	Otras	Si	Si	No	No lo se.



18 18:34:48			respuestas				
30/09/20 18 18:35:16	Mujer	17	Otras respuestas	Si	Si	Si	Miedo a lo que no conozco.
30/09/20 18 18:35:43	Hombre	18	Lo que se sale de los establecido de la sociedad.	Si	Si	No	No lo se.
30/09/20 18 18:36:03	Mujer	18	Lo que se sale de los establecido de la sociedad.	Si	Si	No	Miedo a lo que no conozco.
30/09/20 18 18:36:37	Mujer	16	Otras respuestas	Si	Si	No	Miedo a lo que no conozco.
30/09/20 18 18:37:02	Hombre	17	Lo que no es igual a mi.	Si	Si	No	Miedo a algo que nunca te has enfrentado.
30/09/20 18 18:37:35	Mujer	17	Lo que se sale de los establecido de la sociedad.	Si	Si	No	Miedo a algo que nunca te has enfrentado.
30/09/20 18 18:38:17	Mujer	17	Lo que se sale de los establecido de la sociedad.	Si	Si	Si	Miedo a lo que no conozco.
30/09/20 18 18:38:41	Mujer	18	Otras respuestas	Si	Si	No	No lo se.
30/09/20 18 18:39:39	Mujer	18	Lo que se sale de los establecido de la sociedad.	Si	Si	Si	No lo se.
30/09/20 18 18:39:58	Mujer	18	Otras respuestas	Si	Si	Si	Miedo a lo que no conozco.
30/09/20 18 18:41:18	Hombre	17	Otras respuestas	Si	No	No	Miedo a algo que nunca te has enfrentado.
30/09/20 18 18:41:40	Mujer	16	Otras respuestas	Si	No	Si	No lo se.
30/09/20 18 18:42:04	Hombre	16	Lo que se sale de los establecido	Si	No	No	No lo se.



			o de la sociedad.				
30/09/2018 18:42:39	Mujer	18	Otras respuestas	Si	No	Si	Miedo a lo que no conozco.
30/09/2018 18:43:11	Mujer	17	Lo que se sale de los establecidos de la sociedad.	Si	No	No	No lo se.
30/09/2018 18:43:43	Hombre	16	Otras respuestas	Si	No	No	Miedo a lo que no conozco.
30/09/2018 18:44:17	Mujer	17	Otras respuestas	Si	No	No	Miedo a algo que nunca te has enfrentado.
30/09/2018 18:44:46	Hombre	18	Lo que se sale de los establecidos de la sociedad.	Si	No	No	No lo se.
30/09/2018 18:45:13	Mujer	16	Otras respuestas	Si	No	No	Miedo a lo que no conozco.
30/09/2018 18:45:36	Hombre	17	Lo que se sale de los establecidos de la sociedad.	Si	No	No	Miedo a lo que no conozco.
30/09/2018 18:46:05	Mujer	17	Lo que no es igual a mi.	Si	No	Si	Miedo a lo que no conozco.
30/09/2018 18:46:28	Mujer	16	Otras respuestas	Si	No	No	No lo se.
30/09/2018 18:46:52	Mujer	16	Lo que se sale de los establecidos de la sociedad.	Si	No	No	No lo se.
30/09/2018 18:47:22	Hombre	18	Algo que no esta normalizado.	Si	No	No	Miedo a algo que nunca te has enfrentado.
30/09/2018 18:47:41	Hombre	16	Lo que se sale de los establecidos de la sociedad.	Si	No	No	No lo se.
30/09/2018 18:47:59	Hombre	17	Otras respuestas	Si	No	No	No lo se.



30/09/20 18 18:48:29	Mujer	17	Lo que no es igual a mi.	Si	No	Si	Miedo a lo que no conozco.
30/09/20 18 18:49:07	Mujer	16	Lo que se sale de los establecido de la sociedad.	Si	No	Si	Miedo a algo que nunca te has enfrentado.
30/09/20 18 18:49:37	Hombre	17	Lo que no es igual a mi.	Si	No	No	Miedo a algo que nunca te has enfrentado.
30/09/20 18 18:49:58	Mujer	17	Lo que se sale de los establecido de la sociedad.	Si	No	No	No lo se.
30/09/20 18 18:50:40	Hombre	18	Lo que se sale de los establecido de la sociedad.	Si	No	Si	No lo se.
30/09/20 18 18:51:05	Hombre	16	Lo que se sale de los establecido de la sociedad.	Si	No	No	Miedo a algo que nunca te has enfrentado.
30/09/20 18 18:51:33	Mujer	17	Lo que se sale de los establecido de la sociedad.	Si	No	Si	Miedo a lo que no conozco.
30/09/20 18 18:52:11	Mujer	16	Otras respuestas	Si	No	No	No lo se.