

¿De dónde viene
el miedo?



El miedo tiene historia, raíces
y muchas formas de aparecer

Naturaleza



Salud



Tecnología



Según diversas investigaciones, existen muchas fuentes y orígenes.

Cada época tiene sus miedos, acá te compartimos seis grandes fuentes:

Economía



Socio Políticas



psicosociales



¿Cómo se manifiesta el miedo?

El miedo tiene formas concretas en las que se hace visible. Por ejemplo:

Emergencia Climática → inundaciones, huracanes, incendios, emergencia climática.

En la salud → virus, enfermedades, pandemias.

En la economía → desempleo, inestabilidad, pobreza, desigualdad.

En lo psicoSocial → rechazo, exclusión, fracaso, abandono.

En lo Socio político → crimen organizado, Corrupción, autoritarismo.

En la tecnología → vigilancia, IA, estafas o engaños, discursos de odio, políticas de la cancelación, NOMOFOBIA, FOMO.

Si nos conocemos a nosotrxs mismxs
y nos hacemos preguntas como:

¿Por qué tenemos miedo a
fracasar en los estudios?

¿Por qué en el país el crimen
organizado ha crecido tanto?

Entre otras: Podemos nombrar el miedo,
identificar sus causas y tomar decisiones.

Comprender el miedo es un acto de libertad

Reconocer de dónde viene lo
que tememos nos permite
nombrarlo, hablarlo
y transformarlo.

El miedo no es el enemigo:
es un mensajero que nos
muestra lo que más
valoramos.

Contás con
varios recursos:

www.obs.ucr.ac.cr
www.paniamor.org/
www.jovensalud.net



UNIVERSIDAD DE
COSTA RICA

CICOM

Centro de
Investigación en
Comunicación

OBS

Oficina de
Bienestar y Salud

INIE

Instituto de
Investigación en
Educación

FUNDACION •
paniamor
Costa Rica