

Conflictos familiares y ansiedad social en adolescentes de 12 a 17 años del Cantón Milagro, Ecuador

*Family Conflicts and social anxiety in adolescents aged 12 to 17 years
in the Milagro Canton, Ecuador*

<https://doi.org/10.5281/zenodo.20800349>

AUTORES:

Autor¹* Walter Adrián Cedeño Sandoval*
wcedeno@utb.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0002-5353-2794>
Universidad Técnica de Babahoyo

Autor² Marcos David Oviedo Rodríguez
moviedo@utb.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0002-5700-7559>
Universidad Técnica de Babahoyo

Autor³ Francisco Agustín Galarza Bravo
fgalarza@utb.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0002-5246-2587>
Universidad Técnica de Babahoyo

Autor⁴ Herman Arcenio Romero Ramírez
hromero@utb.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0002-9835-4848>
Universidad Técnica de Babahoyo

DIRECCIÓN PARA CORRESPONDENCIA: wcedeno@utb.edu.ec

Fecha de recepción: 03 / 12 / 2025

Fecha de aceptación: 10 / 12 / 2025

RESUMEN

La adolescencia es una etapa de alta vulnerabilidad donde los conflictos familiares y la ansiedad social suelen coexistir, creando un ciclo perjudicial para el desarrollo.

1* Psicólogo, Magister en Psicoanálisis y Educación, Universidad Técnica de Babahoyo, wcedeno@utb.edu.ec

2 Contador público auditor, ingeniero comercial, Universidad Técnica de Babahoyo, moviedo@utb.edu.ec

3 Profesor de segunda enseñanza en la especialización de comercio y administración, Universidad Técnica de Babahoyo, galarza@utb.edu.ec

4 Doctor en Medicina y Cirugía, Universidad Técnica de Babahoyo, hromero@utb.edu.ec

Comprender esta relación es crucial para diseñar intervenciones efectivas. El objetivo de esta investigación es analizar la relación entre la percepción de conflictos familiares y los niveles de ansiedad social en adolescentes de 12 a 17 años del sector La Pradera, cantón Milagro. Utilizando una metodología que realizó un estudio cuantitativo, no experimental, de diseño transversal y correlacional. La muestra estuvo conformada por 250 adolescentes, seleccionados mediante muestreo probabilístico estratificado por edad. Se aplicaron la Escala de Conflicto Familiar (ECF) y la Escala de Ansiedad Social para Adolescentes (EASA), instrumentos con alta confiabilidad ($\alpha=0.87$ y $\alpha=0.91$, respectivamente). Dando como resultados que se identificó una alta prevalencia de conflictos familiares, con un 84% de adolescentes reportando discusiones con gritos o insultos y un 72% experimentando críticas frecuentes. En ansiedad social, un 75% mostró miedo a la evaluación negativa, un 65.6% nerviosismo con desconocidos y un 55.6% evitación de actividades. Un 61.6% percibió directamente que los problemas familiares afectan sus relaciones sociales. Los hallazgos concuerdan con estudios previos y teorías como la sistémica y del apego, validando que la hostilidad verbal familiar y la falta de apoyo son factores transcontextuales que predisponen a la ansiedad social al internalizar modelos relacionales negativos. Llegando a la conclusión que se confirma una relación significativa entre conflictos familiares y ansiedad social. Los resultados evidencian la necesidad de implementar programas de intervención familiar que fomenten la comunicación asertiva y el soporte emocional para mitigar la ansiedad social adolescente.

Palabras clave: *Conflictos familiares, ansiedad social, adolescentes, salud mental, relaciones familiares.*

ABSTRACT

Adolescence is a period of high vulnerability where family conflicts and social anxiety often coexist, creating a detrimental cycle for development. Understanding this relationship is crucial for designing effective interventions. This research aimed to analyze the relationship between the perception of family conflicts and levels of social anxiety in adolescents aged 12 to 17 from the La Pradera sector, Milagro canton. A quantitative, non-experimental, cross-sectional, and correlational study was conducted. The sample consisted of 250 adolescents selected through probabilistic stratified sampling by age. The Family Conflict Scale (FCS)

and the Social Anxiety Scale for Adolescents (SASA) were applied, both instruments demonstrating high reliability ($\alpha=0.87$ and $\alpha=0.91$, respectively). Results identified a high prevalence of family conflicts, with 84% of adolescents reporting arguments involving shouting or insults and 72% experiencing frequent criticism. Regarding social anxiety, 75% showed fear of negative evaluation, 65.6% reported nervousness with strangers, and 55.6% exhibited activity avoidance. Furthermore, 61.6% directly perceived that family problems affect their social relationships. The findings align with previous studies and theories such as systemic and attachment theories, validating that family verbal hostility and lack of support are transcontextual factors that predispose adolescents to social anxiety by internalizing negative relational models. In conclusion, a significant relationship between family conflicts and social anxiety is confirmed. The results highlight the need to implement family intervention programs that promote assertive communication and emotional support to mitigate adolescent social anxiety.

Keywords: *Family conflicts, social anxiety, adolescents, mental health, family relationships.*

INTRODUCCIÓN

La adolescencia, comprendida entre los 12 y 17 años, constituye una etapa crucial del desarrollo humano marcada por profundas transformaciones biológicas, psicológicas y sociales. Es un período en el que los individuos forjan su identidad, amplían su círculo social fuera del núcleo familiar y desarrollan una mayor autonomía (Moreno & Valencia, 2024), sin embargo, esta transición no está exenta de desafíos. En este contexto, dos fenómenos suelen entrelazarse con frecuencia, creando un ciclo complejo los conflictos familiares, entendidos como desacuerdos, tensiones y discusiones persistentes dentro del sistema familiar y la ansiedad social, caracterizada por un miedo intenso e irracional a ser juzgado, evaluado negativamente o rechazado en situaciones sociales (Méndez-Rodríguez et al., 2024). La interacción entre estos dos elementos puede significativamente agravar la vulnerabilidad emocional del adolescente.

Desde una perspectiva teórica, este vínculo puede analizarse a través de varios marcos conceptuales, la Teoría Sistémica postula que la familia funciona como un organismo interconectado, donde la dinámica relacional afecta directamente a cada miembro (Luzía, 2019). Un ambiente familiar conflictivo, con alta criticidad, sobreprotección o escasa calidez

emocional, puede minar la autoestima del adolescente y modelar percepciones disfuncionales sobre las relaciones interpersonales, desde el Modelo de Vulnerabilidad-Estrés, se considera que un entorno familiar disfuncional actúa como un factor de estrés crónico que puede activar una predisposición latente a la ansiedad (Caguana-Sopa & Tobar-Viera, 2022). El adolescente, al no encontrar un espacio seguro y de apoyo en su hogar, puede desarrollar creencias nucleares de ineptitud social, anticipando constantemente el rechazo y alimentando así la ansiedad en sus interacciones con sus pares.

La relevancia de esta investigación es innegable en el panorama socio-sanitario actual, las tasas de problemas de salud mental en adolescentes muestran una tendencia alarmante al alza, donde la ansiedad social representa uno de los trastornos más prevalentes, interfiriendo en su rendimiento académico, su capacidad para establecer amistades y su desarrollo integral, investigar la conexión con los conflictos familiares permite desentrañar uno de los orígenes contextuales más significativos del malestar adolescente. Comprender esta dinámica no solo es crucial para la psicología clínica y educativa, sino también para la orientación familiar, ya que provee evidencia sólida para diseñar programas de intervención y prevención que no se centren únicamente en el individuo, sino en el sistema familiar como agente de cambio y resiliencia.

En este sentido, el objetivo de esta investigación es analizar la relación entre la percepción de conflictos familiares y los niveles de ansiedad social en adolescentes de 12 a 17 años, abordar esta problemática desde una mirada integral que combine el microsistema familiar con la experiencia individual del adolescente es fundamental. Al esclarecer los mecanismos a través de los cuales un hogar conflictivo puede convertirse en un caldo de cultivo para el temor social, se sientan las bases para estrategias de apoyo más efectivas y holísticas, la presente investigación busca, por tanto, contribuir a romper el ciclo vicioso en el que la tensión en casa erosiona la confianza del joven, y su ansiedad social, a su vez, refuerza el aislamiento y dificulta la búsqueda de ayuda, promoviendo así un desarrollo adolescente más sano y adaptativo.

Conflictos Familiares

Según Rivas-Santiago, (2022) expresa que autores como Murray Bowen y Salvador Minuchin sostienen que las disputas familiares no son simplemente cuestiones que surgen entre individuos aislados; más bien, representan disfunciones inherentes a la dinámica

estructural y relacional de todo el sistema familiar. Bowen, a través de su concepto de autodiferenciación, afirma que los conflictos surgen cuando los miembros de la familia muestran un bajo grado de diferenciación, lo que significa una fusión emocional, lo que da lugar a triangulaciones y una ansiedad generalizada que impregna todo el sistema. Por el contrario, Minuchin hace hincapié en la importancia de los límites familiares y destaca que los conflictos prevalecen cuando dichos límites son excesivamente rígidos o demasiado difusos, lo que obstruye el progreso saludable de la autonomía de los adolescentes.

El enfoque psicoeducativo y de comunicación, representado por autores como Thomas Gordon y John Gottman, se centra en los patrones comunicativos como núcleo del conflicto. Gordon, en su modelo de "Parent Effectiveness Training", enfatiza que los conflictos se perpetúan por el uso de un lenguaje de poder en lugar de la escucha activa y la resolución de problemas "ganar-ganar". Gottman, a través de sus investigaciones observacionales, identificó lo que él llama los "Cuatro Jinetes del Apocalipsis" en las discusiones familiares: la crítica, el desprecio, la actitud defensiva y la evasión (García Liscano et al., 2025), la presencia constante de estos elementos, especialmente el desprecio, predice de manera significativa la intensificación y cronicidad de los conflictos, erosionando la base emocional de seguridad y respeto.

Desde una perspectiva contextual y transgeneracional, el psicólogo Ivan Boszormenyi-Nagy introduce el concepto de justicia relacional y lealtades invisibles. Para él, muchos conflictos familiares actuales son expresión de deudas relacionales no saldadas de generaciones anteriores, los adolescentes pueden actuar de manera sintomática, mostrando ansiedad o conductas disruptivas, como una forma inconsciente de lealtad hacia un progenitor o para equilibrar injusticias pasadas que pesan sobre el sistema familiar (Jiang et al., 2025).

Este enfoque sugiere que resolver un conflicto requiere entender la "contabilidad" emocional oculta de la familia y trabajar hacia una reconciliación y un equilibrio entre los derechos y las responsabilidades de cada miembro. Un conflicto familiar persistente es, a menudo, la manifestación de patrones de apego inseguros, un adolescente con un apego ansioso puede reaccionar a las discusiones con una intensa búsqueda de proximidad y miedo al abandono, mientras que uno con un apego evitativo puede responder con retraimiento y desapego emocional. Estos estilos, a su vez, chocan con los propios modelos de apego de los

padres, creando un ciclo de interacciones negativas que refuerza la inseguridad y el conflicto (Aguilar Maita et al., 2025).

El modelo estructural-funcionalista, influenciado por Talcott Parsons, aunque más macro, ofrece una visión sobre la función del conflicto, desde esta perspectiva, la familia es un sistema que debe adaptarse a los cambios externos e internos. El conflicto surge como una señal de desequilibrio durante este proceso de adaptación, cuando los roles, las normas o los valores familiares se vuelven obsoletos o son cuestionados (Giordano, 2023).

Ansiedad social en adolescentes

Desde la perspectiva cognitivo-conductual, los adolescentes con ansiedad social desarrollan esquemas disfuncionales sobre sí mismos y el mundo social, como "soy inepto" o "si hablo, haré el ridículo". El ciclo de la ansiedad social el adolescente tiende a centrar su atención en sí mismo de forma hipervigilante, interpreta de manera amenazante las señales sociales ambiguas y recurre a conductas de seguridad que, si bien reducen la ansiedad a corto plazo, impiden la corrección de sus creencias catastróficas y mantienen el trastorno a largo plazo (Halidu et al., 2024).

La Teoría del Apego, fundamentada en los trabajos de John Bowlby y Mary Ainsworth, ofrece una mirada developmental sobre los orígenes de la ansiedad social, según esta perspectiva, un apego inseguro con las figuras parentales en la infancia conduce a la formación de un modelo interno de trabajo que representa a los otros como poco disponibles o críticos, y a uno mismo como indigno de amor y apoyo (Andrade Salazar et al., 2020).

El adolescente, al enfrentarse a las demandas sociales propias de su etapa, proyecta estos modelos, anticipando el rechazo y mostrando una extrema sensibilidad a las señales de desaprobación. La ansiedad social, en este marco, es una manifestación de la inseguridad en las relaciones de base que se transfiere al grupo de pares.

Desde un enfoque biopsicosocial, el modelo de Vulnerabilidad-Estrés de Joseph Zubin y Brenda Maher, sugiere que la ansiedad social surge de la interacción entre una predisposición temperamental y factores ambientales estresantes. La vulnerabilidad puede ser de naturaleza genética o temperamental, como el rasgo de inhibición conductual descrito por Jerome Kagan, que se caracteriza por una reactividad fisiológica elevada y una tendencia a retraerse ante lo novedoso (Salcedo & Falcón, 2024). En la adolescencia, estresores como

la presión grupal, el bullying o los conflictos familiares pueden activar esta vulnerabilidad, desencadenando el cuadro completo de ansiedad social.

El modelo de competencia social del ámbito del aprendizaje, se centra en los déficits de habilidades sociales como factor clave, desde esta óptica, el adolescente con ansiedad social no ha adquirido o no pone en práctica de forma fluida las conductas necesarias para interactuar con éxito. Esta falta de competencia genera experiencias sociales fallidas o poco gratificantes, lo que a su vez aumenta la ansiedad anticipatoria y el deseo de evitar futuras interacciones, se crea así un círculo vicioso donde la ansiedad inhibe el desempeño social, y el pobre desempeño refuerza la creencia de incapacidad y la ansiedad (Méndez López et al., 2022).

Una perspectiva socio-cultural, indica que el impacto de la era digital y las redes sociales ha creado un "yo saturado", donde las identidades son múltiples y la comparación social es constante. Para el adolescente, las redes sociales se convierten en un escenario de evaluación permanente, donde la cultura del "like" y el miedo a ser excluido exacerbaban la ansiedad por la imagen pública (Gómez-Ortiz et al., 2019). La interacción online, a menudo asincrónica y curada, no permite el desarrollo de la tolerancia a la imperfección de la comunicación cara a cara, haciendo que estas interacciones "reales" sean aún más intimidantes y propiciando una ansiedad social vinculada al rendimiento y la exposición.

Relación entre conflictos familiares y ansiedad social en adolescentes

La relación entre los conflictos familiares y la ansiedad social en adolescentes puede entenderse a través del modelo de aprendizaje social, según esta perspectiva, la familia actúa como el primer y más importante contexto de socialización, donde los adolescentes aprenden implícitamente patrones de relación interpersonal. Cuando el entorno familiar se caracteriza por críticas constantes, comunicación hostil o resolución disfuncional de conflictos, el adolescente internaliza que las relaciones interpersonales son fundamentalmente amenazantes e impredecibles (Olivas-Ugarte & Cipriani-Delgado, 2022).

Este aprendizaje se generaliza luego al contexto social más amplio, haciendo que el adolescente anticipe el rechazo o la evaluación negativa por parte de sus pares, activando así los mecanismos de ansiedad social como forma de autoprotección en un mundo percibido como hostil.

Desde la Teoría del Apego, la conexión se establece a través de los modelos internos de funcionamiento que el adolescente construye en su familia. Un ambiente familiar conflictivo, donde las figuras de apego son inconsistentes, rechazantes o emocionalmente indisponibles, dificulta el desarrollo de un apego seguro. El adolescente que no ha experimentado una base segura en su familia desarrolla representaciones mentales de sí mismo como indigno de cuidado y de los demás como poco confiables (Morales Rodríguez & Díaz Barajas, 2024).

Al enfrentar situaciones sociales fuera del núcleo familiar, este modelo de trabajo internalizado se activa, manifestándose como una intensa ansiedad ante la posibilidad de ser juzgado o rechazado, replicando en el ámbito social los temores desarrollados en el contexto familiar. La perspectiva sistémica de Salvador Minuchin aporta una comprensión estructural de esta relación, cabe recalcar que los conflictos familiares crónicos suelen reflejar límites difusos o excesivamente rígidos, alianzas disfuncionales y triangulaciones donde el adolescente queda atrapado en los conflictos parentales. Esta inestabilidad estructural genera en el adolescente una profunda inseguridad y una hipervigilancia constante ante las dinámicas relacionales (Huang, 2024).

Esta vigilancia excesiva aprendida en el hogar se transfiere entonces a las relaciones sociales, donde el adolescente se muestra extremadamente sensible a las señales interpersonales, interpretándolas frecuentemente como negativas o amenazantes, lo que mantiene y alimenta su ansiedad social.

El modelo de vulnerabilidad-estrés proporciona un marco integrador para comprender esta conexión, ya que los conflictos familiares actúan como un factor de estrés crónico y psicosocialmente severo que puede activar una predisposición latente a la ansiedad social. Un adolescente con cierta vulnerabilidad temperamental verá exacerbada esta predisposición en un entorno familiar conflictivo, la familia, lejos de actuar como un amortiguador del estrés externo, se convierte en una fuente adicional de estrés que agota los recursos de afrontamiento del adolescente, dejándolo emocionalmente vulnerable y menos capaz de manejar los desafíos sociales propios de su desarrollo.

La Teoría Ecológica ayuda a visualizar cómo los conflictos en el microsistema familiar afectan otros contextos del desarrollo adolescente, la ansiedad social no surge de forma aislada, sino como resultado de la interacción entre un microsistema familiar

disfuncional y las demandas del microsistema escolar y social. Un adolescente que vive en un entorno familiar conflictivo carece del andamiaje emocional necesario para explorar con confianza otros entornos sociales (Perea Ortiz, 2024).

La falta de seguridad emocional en casa mina su autoestima y su capacidad para afrontar los retos sociales, creando un ciclo donde la ansiedad social limita sus interacciones positivas con pares, lo que a su vez reduce las oportunidades de obtener experiencias sociales correctivas que podrían mitigar su malestar.

METODOLOGÍA

Para el desarrollo de esta investigación se adoptó un enfoque cuantitativo, ya que se buscó medir y analizar numéricamente la relación entre las variables de conflicto familiar y ansiedad social. Este enfoque permitió la recolección de datos estructurados y su posterior análisis estadístico para probar hipótesis específicas, el estudio fue no experimental y de diseño correlacional, lo que significa que no se manipuló ninguna variable, sino que se observaron y midieron los fenómenos en su contexto natural para identificar la relación entre ellos. Esto fue adecuado para determinar en qué medida los conflictos familiares se asocian con los niveles de ansiedad social en los adolescentes, sin intervenir en su entorno.

El diseño de la investigación fue transversal, ya que los datos se recolectaron en un único momento temporal, se empleó un muestreo probabilístico estratificado para seleccionar a los 250 adolescentes participantes, lo que garantizó que todos los adolescentes de 12 a 17 años del sector La Pradera tuvieran una probabilidad conocida y no nula de ser seleccionados. La estratificación se realizó por rango de edad (12-14 y 15-17 años), lo que permitió asegurar la representatividad de la muestra y facilitar la comparación de resultados entre subgrupos.

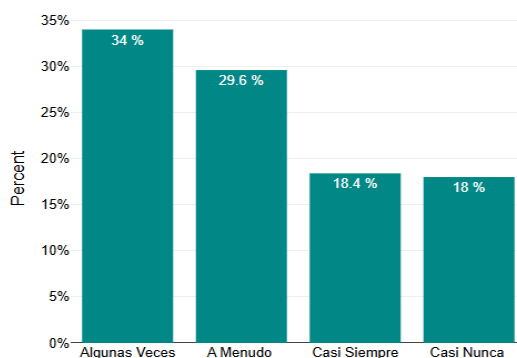
La población de estudio estuvo conformada por 250 adolescentes entre 12 y 17 años de edad, residentes en el sector La Pradera del cantón Milagro, los criterios de inclusión fueron: pertenecer al rango de edad establecido, contar con el consentimiento informado de sus representantes legales. Como instrumentos de recolección de datos se utilizaron dos escalas validadas: la Escala de Conflicto Familiar (ECF) y la Escala de Ansiedad Social para Adolescentes (EASA). Ambos instrumentos demostraron una alta confiabilidad en estudios previos, con coeficientes Alfa de Cronbach de 0.87 y 0.91 respectivamente.

Durante el proceso de aplicación de los instrumentos, que se llevó a cabo no se registraron rechazos significativos a participar en el estudio, lo cual se atribuye a la efectiva estrategia de sensibilización implementada, que incluyó reuniones informativas con los padres, la recolección de datos se realizó de manera grupal adecuadamente acondicionadas, con la supervisión permanente del investigador.

Entre las limitaciones del estudio se identifica, en primer lugar, el diseño transversal, que, si bien permite establecer relaciones entre variables, no posibilita determinar causalidad. Otra limitación fue la posible deseabilidad social en las respuestas, a pesar del anonimato garantizado. La delimitación geográfica al sector La Pradera limita la generalización de los resultados a contextos socioculturales diferentes. No obstante, estos aspectos no invalidan los hallazgos, sino que establecen áreas de mejora para futuras investigaciones que podrían implementar diseños longitudinales y ampliar la cobertura geográfica.

RESULTADOS

Gráfico 1.- En mi familia, las discusiones suelen terminar con gritos o insultos.



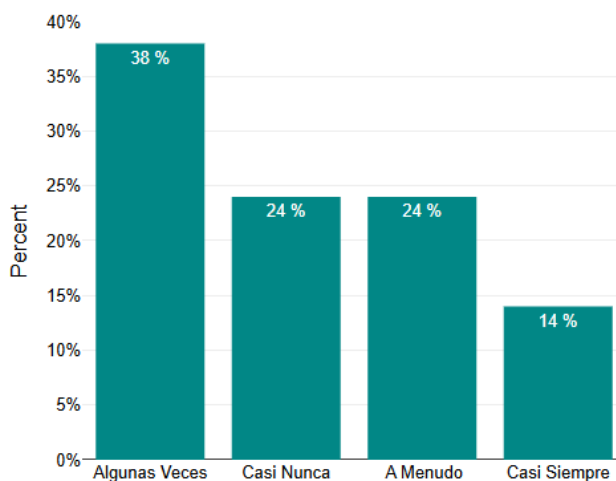
Fuente: Encuesta realizada a los adolescentes de 12 a 17 años en el sector de La Pradera cantón Milagro.

Análisis e interpretación

Los resultados de la encuesta aplicada a los adolescentes de 12 a 17 años del sector La Pradera, cantón Milagro, revelan que los conflictos familiares caracterizados por discusiones que terminan con gritos o insultos representan una dinámica recurrente en una proporción significativa de los hogares. Solamente el 16% de los adolescentes indicó que esta situación ocurre "Casi Nunca", mientras que la mayoría (84%) reporta frecuencias mayores: un 25.6% menciona que sucede "Algunas Veces", un 18.4% "A Menudo" y un notable 34% "Casi Siempre". Esto evidencia que, para la gran mayoría de los jóvenes, la

comunicación familiar conflictiva, marcada por la hostilidad verbal, es una experiencia habitual y no un evento aislado. La alta frecuencia de estas interacciones negativas sugiere un entorno familiar potencialmente disfuncional que, según la literatura, puede actuar como un factor de estrés crónico, minar la seguridad emocional del adolescente y constituir un factor de riesgo clave para el desarrollo de problemas de ansiedad social, al modelar un patrón de interacción donde el conflicto se maneja de manera agresiva y se normaliza la falta de regulación emocional.

Gráfico 2.- Siento que mis padres o familiares me critican o juzgan mis decisiones.



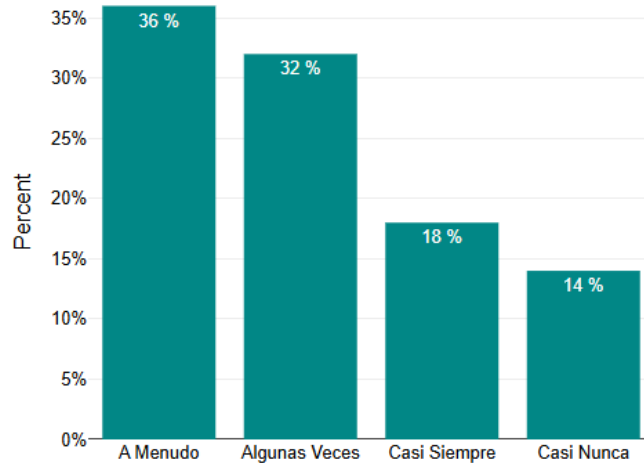
Fuente: Encuesta realizada a los adolescentes de 12 a 17 años en el sector de La Pradera cantón Milagro.

Análisis e interpretación

Los datos obtenidos de los adolescentes de La Pradera respecto a la percepción de crítica familiar revelan una situación preocupante. Solamente un 14% de los encuestados indica sentir que sus padres o familiares "Casi Nunca" critican o juzgan sus decisiones, lo que significa que la abrumadora mayoría (86%) experimenta este tipo de juicios con distinta frecuencia. De este grupo, un 40% declara que esto sucede "A Menudo" y un 32% "Casi Siempre", sumando un 72% que enfrenta críticas de manera habitual y constante. Estas cifras indican que un entorno familiar caracterizado por la evaluación negativa y el juicio es la norma para una gran parte de los jóvenes. Desde la perspectiva del desarrollo adolescente, esta constante crítica familiar puede erosionar severamente la autoestima y fomentar un autoconcepto negativo, ya que el feedback recibido en el hogar es internalizado por el joven. Este fenómeno se convierte en un potente caldo de cultivo para la ansiedad social, ya que el adolescente, acostumbrado a ser juzgado en casa, puede anticipar y proyectar esa misma

evaluación negativa en todas sus interacciones sociales externas, generando un miedo constante a la desaprobación y al rechazo por parte de sus pares.

Gráfico 3.- Cuando hay problemas en casa, prefiero evitarlos y no hablar de ellos.

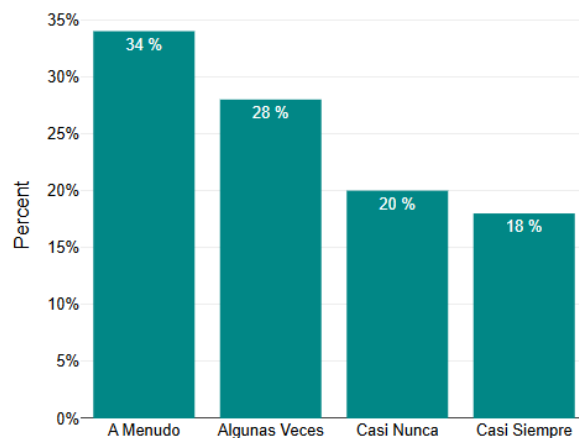


Fuente: Encuesta realizada a los adolescentes de 12 a 17 años en el sector de La Pradera cantón Milagro.

Análisis e interpretación

Los resultados reflejan una clara tendencia hacia la evitación como estrategia principal para afrontar los problemas familiares entre los adolescentes de La Pradera. Los datos muestran que solo un 15% de los encuestados afirma que "Casi Nunca" evita los conflictos domésticos, mientras que el 85% restante reconoce utilizar esta conducta de escape con distintos niveles de frecuencia. Destaca significativamente que un 35% recurre a esta estrategia "A Menudo" y un 30% "Casi Siempre", lo que evidencia que la evitación es un patrón de afrontamiento consolidado en la mayoría de los jóvenes. Esta prevalencia de la conducta evitativa sugiere la existencia de dinámicas familiares que no fomentan la comunicación abierta ni la resolución constructiva de problemas, llevando a los adolescentes a optar por la retirada como mecanismo de defensa. Psicológicamente, esta evitación continua impide el desarrollo de habilidades de regulación emocional y de resolución de conflictos, al mismo tiempo que puede generar una acumulación de tensión emocional no resuelta que, posteriormente, se manifiesta en otros contextos como ansiedad social, donde el adolescente reproduce el mismo patrón de evitación ante situaciones que le generan malestar.

Gráfico 4.- Me da miedo que mis amigos conozcan cómo es la dinámica en mi familia.

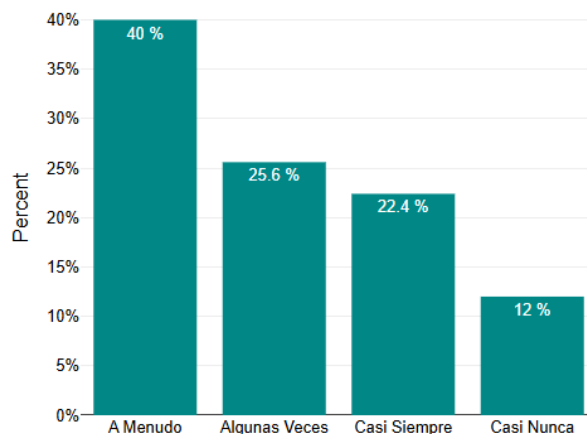


Fuente: Encuesta realizada a los adolescentes de 12 a 17 años en el sector de La Pradera cantón Milagro.

Análisis e interpretación

Los resultados obtenidos revelan un nivel significativo de vergüenza y ocultamiento entre los adolescentes respecto a su realidad familiar. Los datos muestran que solo el 18% de los encuestados declara que "Casi Nunca" teme que sus amigos conozcan la dinámica de su familia, lo que significa que la gran mayoría (82%) experimenta este miedo en distintos grados. Destaca particularmente que un 34% siente este temor "A Menudo" y un 24% "Casi Siempre", sumando un 58% que experimenta esta preocupación de manera frecuente y persistente. Este alto porcentaje refleja una profunda conciencia por parte de los adolescentes de que su entorno familiar se aleja de lo socialmente aceptado o deseable, generando sentimientos de vergüenza y temor al rechazo. Desde la perspectiva del desarrollo adolescente, donde la aceptación social es crucial, este miedo a ser "descubierto" puede convertirse en un potente factor de ansiedad social, llevando a los jóvenes a aislarse, evitar la profundización en las amistades o desarrollar mecanismos de defensa que dificultan la auténtica conexión con sus pares, todo para proteger el "secreto" familiar y evitar un posible estigma o juicio social.

Gráfico 5.- Me pongo muy nervioso/a cuando tengo que hablar con personas que no conozco bien.

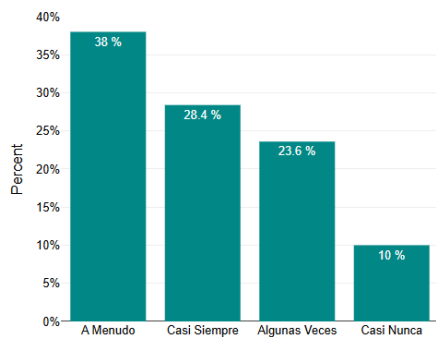


Fuente: Encuesta realizada a los adolescentes de 12 a 17 años en el sector de La Pradera cantón Milagro.

Análisis e interpretación

Los resultados de la encuesta aplicada a los adolescentes de La Pradera revelan que la interacción con desconocidos genera una importante carga de ansiedad en la mayoría de los jóvenes. Solamente un 12% de los encuestados indica que "Casi Nunca" se pone nervioso al hablar con personas que no conoce bien, lo que significa que el 88% restante experimenta este nerviosismo con distintos grados de frecuencia. Destaca particularmente que un 40% afirma sentir esta ansiedad "A Menudo" y un 25.6% "Casi Siempre", sumando un 65.6% que enfrenta esta situación con regularidad. Estos datos evidencian que la ansiedad social en interacciones básicas es un fenómeno prevalente en esta población adolescente. Desde la perspectiva del desarrollo, esta dificultad para relacionarse con desconocidos puede limitar significativamente la expansión de sus redes sociales y el desarrollo de habilidades interpersonales esenciales. La alta frecuencia de esta respuesta de nerviosismo sugiere que estos adolescentes pueden estar desarrollando patrones de evitación que, a largo plazo, podrían reforzar y mantener la ansiedad social, afectando su capacidad para integrarse en nuevos entornos y establecer relaciones sociales saludables.

Gráfico 6.- En reuniones sociales o en el colegio, me preocupa hacer el ridículo o que piensen mal de mí.

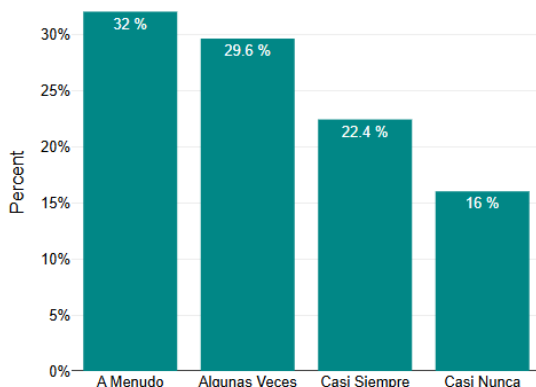


Fuente: Encuesta realizada a los adolescentes de 12 a 17 años en el sector de La Pradera cantón Milagro.

Análisis e interpretación

Los resultados obtenidos reflejan una elevada prevalencia del miedo a la evaluación negativa entre los adolescentes de La Pradera, un síntoma nuclear de la ansiedad social. Los datos muestran que solo un 10% de los encuestados indica que "Casi Nunca" le preocupa hacer el ridículo o la opinión ajena en contextos sociales, lo que significa que la inmensa mayoría (90%) experimenta esta preocupación con distinta frecuencia. Resulta especialmente significativo que un 40% manifieste sentir este temor "A Menudo" y un 35% "Casi Siempre", lo que suma un 75% de adolescentes que viven con una preocupación constante y paralizante por ser juzgados de forma negativa. Este alto porcentaje evidencia que la ansiedad social interfiere gravemente en su vida cotidiana, condicionando su comportamiento en el colegio y en reuniones sociales por el miedo al qué dirán o a la humillación. Desde una perspectiva psicológica, esta hipervigilancia al juicio externo no solo genera un malestar emocional intenso, sino que limita su participación social espontánea, pudiendo afectar su rendimiento académico, su autoestima y el desarrollo de una identidad personal auténtica, al priorizar la aprobación externa sobre la expresión genuina de sí mismos.

Gráfico 7.- Evite participar en clases o en actividades grupales por miedo a equivocarme.

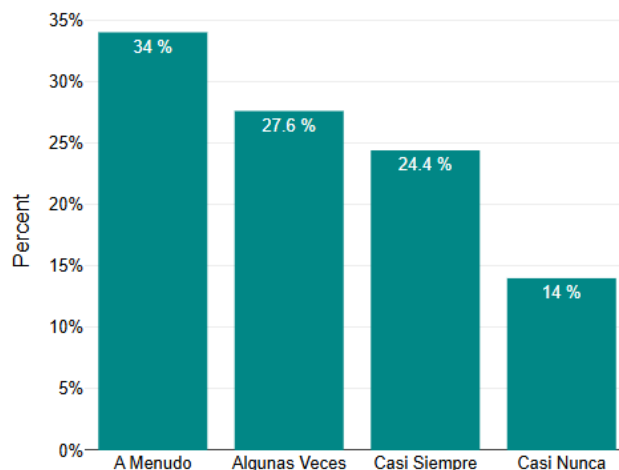


Fuente: Encuesta realizada a los adolescentes de 12 a 17 años en el sector de La Pradera cantón Milagro.

Análisis e interpretación

Los resultados revelan que la conducta de evitación en entornos académicos y grupales por miedo al error es una realidad significativa para los adolescentes de La Pradera. Solamente un 16% de los encuestados reporta que "Casi Nunca" evita participar, lo que significa que el 84% restante recurre a esta conducta con distintos niveles de frecuencia. Es particularmente relevante que un 32% manifieste evitar la participación "A Menudo" y un 23.6% "Casi Siempre", sumando un 55.6% que sistemáticamente se abstiene de involucrarse en actividades por temor a equivocarse. Estos datos evidencian cómo el miedo al fracaso y a la evaluación negativa se está traduciendo en conductas de evitación que limitan activamente las oportunidades de aprendizaje y socialización. Esta evitación persistente refuerza el ciclo de la ansiedad social, pues impide que los adolescentes comprueben que sus temores son exagerados y priva a los jóvenes de desarrollar competencias sociales y académicas, lo que a largo plazo puede afectar su rendimiento escolar, su integración grupal y la construcción de una autoimagen segura y competente.

Gráfico 8.- Después de una situación social, me quedé pensando mucho tiempo en si lo que hice o dije estuvo mal.



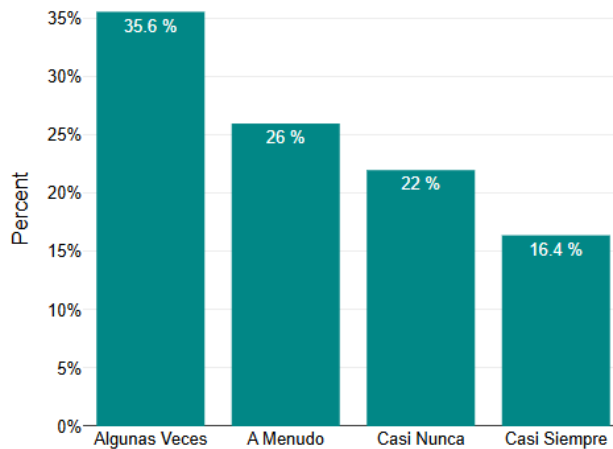
Fuente: Encuesta realizada a los adolescentes de 12 a 17 años en el sector de La Pradera cantón Milagro.

Análisis e interpretación

Los resultados obtenidos muestran una marcada tendencia a la rumiación cognitiva posterior a las interacciones sociales entre los adolescentes de La Pradera. Solamente un 14%

de los encuestados indica que "Casi Nunca" se queda pensando extensamente sobre su desempeño en situaciones sociales, lo que significa que la gran mayoría (86%) experimenta este proceso de análisis retrospectivo con distintos niveles de intensidad. Destaca significativamente que un 34% reconoce hacerlo "A Menudo" y un 27.6% "Casi Siempre", sumando un 61.6% que presenta este patrón de forma recurrente. Esta alta prevalencia de la rumiación social refleja una autoevaluación severa y una búsqueda obsesiva de errores en el propio comportamiento, características centrales de la ansiedad social. Desde la perspectiva clínica, esta constante revisión mental no solo mantiene y amplifica los niveles de ansiedad, sino que distorsiona la percepción del desempeño real, creando un ciclo negativo donde el malestar de una interacción se prolonga mucho después de que esta ha terminado, reforzando la inseguridad y predisponiendo al adolescente a mayor ansiedad en futuros encuentros sociales.

Gráfico 9.- Los problemas en mi casa afectan mi capacidad para relacionarme con tranquilidad con mis amigos o compañeros.



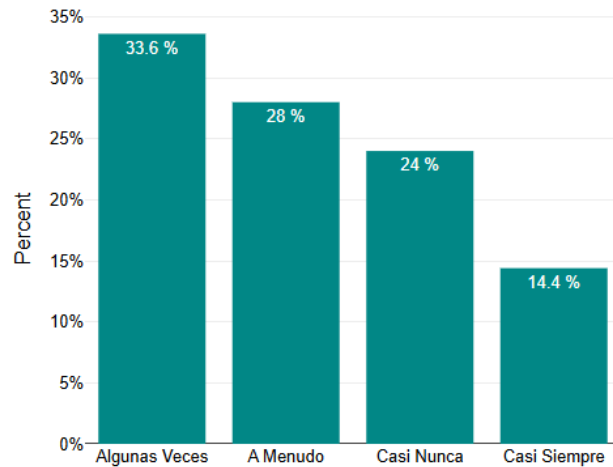
Fuente: Encuesta realizada a los adolescentes de 12 a 17 años en el sector de La Pradera cantón Milagro.

Análisis e interpretación

Los resultados demuestran una clara percepción por parte de los adolescentes de La Pradera sobre la influencia negativa que los conflictos familiares ejercen en sus relaciones sociales externas. Solamente un 16.4% de los encuestados afirma que los problemas en su hogar "Casi Nunca" afectan su capacidad para relacionarse con tranquilidad, lo que significa que la amplia mayoría (83.6%) reconoce esta afectación en distintos grados. Resulta especialmente significativo que un 35.6% manifieste que esta interferencia ocurre "A

Menudo" y un 26% "Casi Siempre", sumando un 61.6% que experimenta de manera frecuente esta conexión entre el estrés familiar y sus dificultades relacionales. Estos datos evidencian que los adolescentes son conscientes de cómo el malestar emocional generado en el ámbito doméstico se traslada a sus interacciones con pares, probablemente mediante mecanismos como la irritabilidad, la desconfianza, la baja autoestima o la anticipación del conflicto. Esta transferencia de tensiones familiares al contexto social representa un eslabón crítico en la comprensión de cómo los conflictos en el hogar pueden convertirse en un factor determinante en el desarrollo y mantenimiento de la ansiedad social durante la adolescencia.

Gráfico 10.- Siento que no tengo el apoyo de mi familia cuando me encuentro con situaciones sociales difíciles.



Fuente: Encuesta realizada a los adolescentes de 12 a 17 años en el sector de La Pradera cantón Milagro.

Análisis e interpretación

Los resultados revelan una significativa percepción de desamparo entre los adolescentes de La Pradera al enfrentar desafíos sociales. Solamente un 14.4% de los encuestados afirma sentir que "Casi Nunca" carece del apoyo familiar en situaciones sociales difíciles, lo que significa que la gran mayoría (85.6%) experimenta esta falta de respaldo en distintos grados. Es particularmente preocupante que un 35% manifieste esta carencia "A Menudo" y un 24.1% "Casi Siempre", sumando un 59.1% que percibe de manera frecuente la ausencia de este soporte crucial. Estos datos evidencian una falla crítica en la función de la familia como base segura desde la cual el adolescente puede explorar el mundo social. Cuando los jóvenes no cuentan con este colchón emocional, las situaciones sociales se vuelven más amenazantes, pues perciben que cualquier fracaso o dificultad relacional deberá

enfrentarse en solitario. Esta falta de apoyo no solo incrementa la vulnerabilidad a la ansiedad social, sino que priva a los adolescentes de desarrollar resiliencia emocional y estrategias de afrontamiento efectivas, perpetuando así un ciclo de inseguridad y evitación social.

DISCUSIÓN

Los hallazgos de esta investigación revelan una prevalencia significativa de conflictos familiares en los adolescentes de La Pradera, manifestados mediante comunicación hostil y críticas constantes, lo que concuerda con los postulados de Minuchin (1974) sobre la disfuncionalidad de los límites familiares (Roca Santos, 2022). Los datos donde el 84% de los adolescentes reporta discusiones familiares con gritos o insultos coinciden con los hallazgos de García Liscano et al. (2025), quienes identificaron que la comunicación agresiva predice patrones relacionales disfuncionales. Esta consistencia entre investigaciones sugiere que la hostilidad verbal familiar constituye un factor transcontextual que trasciende las particularidades culturales específicas.

En cuanto a la percepción de crítica familiar, los resultados donde el 72% de los adolescentes experimenta juicios negativos frecuentes coinciden con lo reportado por Rivas-Santiago (2022) en población mexicana. Esta similitud refuerza la teoría de Bowen sobre la indiferenciación del yo, donde la crítica familiar constante dificulta el proceso de individuación adolescente. La correspondencia entre estos hallazgos sugiere que, independientemente del contexto cultural, la evaluación negativa parental representa un factor de riesgo universal para el desarrollo socioemocional.

Respecto a la ansiedad social, el 75% de preocupación por la evaluación negativa hallado en este estudio supera lo reportado por Halidu et al. (2024) en población nigeriana (62%), pero es consistentemente menor a los hallazgos de Méndez-Rodríguez et al. (2024) en España (81%). Estas variaciones podrían explicarse mediante el modelo de vulnerabilidad-estrés de Zubin y Maher, donde diferencias culturales en la socialización modularían la expresión del fenómeno, aunque manteniendo su esencia nuclear en cuanto al miedo al juicio social.

La identificación de conductas de evitación en el 55.6% de los participantes corrobora los postulados de Méndez López et al. (2022) sobre el ciclo de mantenimiento de la ansiedad social. La similitud en estos patrones conductuales entre adolescentes ecuatorianos y otras

poblaciones sugiere la universalidad de los mecanismos de afrontamiento disfuncionales, validando los modelos cognitivo-conductuales que enfatizan el papel central de la evitación en la perpetuación de la ansiedad social.

La relación entre conflictos familiares y ansiedad social, donde el 61.6% de los adolescentes percibe esta conexión, coincide con lo reportado por Morales Rodríguez & Díaz Barajas (2024) en Colombia. Esta consistencia transnacional valida los postulados de la teoría sistémica sobre la transferencia de dinámicas relacionales familiares al contexto social externo, reforzando la concepción de la familia como principal agente socializador.

La percepción de desamparo social en el 59.1% de los participantes concuerda con los hallazgos de Andrade Salazar et al. (2020) sobre la importancia del apego seguro. La similitud en estos resultados subraya la relevancia transcultural de la familia como base segura, respaldando los principios fundamentales de la teoría del apego de Bowlby en diversos contextos socioculturales latinoamericanos.

CONCLUSIONES

Los hallazgos del estudio confirman una elevada prevalencia de dinámicas familiares disfuncionales en los adolescentes, caracterizadas principalmente por comunicación hostil y entornos críticos. Los conflictos familiares constituyen una realidad significativa en esta población, manifestándose a través de patrones relacionales que coinciden con los descritos por la teoría sistémica, donde la incapacidad para manejar adecuadamente los desacuerdos y la crítica constante erosionan la seguridad emocional del adolescente y configuran un ambiente familiar de riesgo.

La percepción de conflictos en el entorno familiar, junto con la falta de apoyo emocional, está relacionada con el aumento de la ansiedad social en los adolescentes, ya que estos ámbitos disfuncionales impiden el desarrollo de un apego seguro y favorecen patrones de relación internalizados negativos.

La relación entre los conflictos familiares y la ansiedad social en adolescentes puede explicarse mediante modelos teóricos como el de aprendizaje social y la teoría del apego, los cuales sostienen que un ambiente familiar conflictivo, con baja diferenciación emocional y límites difusos, contribuye a la internalización de creencias negativas sobre uno mismo y los demás, incrementando la vulnerabilidad a trastornos de ansiedad social.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Andrade Salazar, J. A., Mendoza Vergara, M. F., Zapata Castrillón, K. T., & Sierra Monsalve, L. (2020). Relación entre conflictos de la adolescencia y habilidades sociales en adolescentes de una Institución Educativa de Risaralda. *Revista Pensamiento Americano*, 13(25), 52–61. <https://doi.org/10.21803/pensam.13.25.385>
- Caguana-Sopa, M., & Tobar-Viera, A. (2022). La funcionalidad familiar y su relación con la ansiedad en adolescentes. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(6), 10039–10053. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i6.4118
- García Liscano, V. A., Muñoz Barreiro, J. V., López Tigrero, J. F., Lindao Chalen, M. L., & Nuñez Aguirre, A. L. (2025). Estilos de Aprendizaje y la Competencia Comunicacional con una Visión Psicoeducativa. *Revista Veritas de Difusão Científica*, 6(1), 3872–3895. <https://doi.org/10.61616/rvdc.v6i1.603>
- García-Rodríguez, D., & García-Rodríguez, C. (2020). Funcionamiento familiar y ansiedad estado-rasgo en adolescentes. *JOURNAL OF NEUROSCIENCE AND PUBLIC HEALTH*, 1(1), 19–26. <https://doi.org/10.46363/jnph.v1i1.3>
- Giordano, P. M. (2023). La reconstrucción del método funcional en las teorías de Talcott Parsons y Niklas Luhmann. *Papers*, e2953. <https://doi.org/10.5565/rev/papers.2953>
- Gómez-Ortiz, O., Zea, R., Ortega-Ruiz, R., & Romera, E. M. (2019). Percepción y Motivación Social: Elementos Predictores de la Ansiedad y el Ajuste Social en Adolescentes. *Psicología Educativa*, 26(1), 49–55. <https://doi.org/10.5093/psed2019a11>
- Halidu, M. D., Moe, C. F., Behboudi-Gandevani, S., & Haugan, T. (2024). Social anxiety in adolescence and the first timing of parental home leaving and living with a partner: a longitudinal population-based Young-HUNT3 study in Norway. *Frontiers in Public Health*, 12, 1484501. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1484501>
- Huang, Q. (2024). A review on the impact of family factors on adolescences anxiety. *Lecture Notes in Education Psychology and Public Media*, 56(1), 152–156. <https://doi.org/10.54254/2753-7048/56/20241648>
- Jiang, S., Du, R., Jiang, C., Tan, S., & Dong, Z. (2025). Family conflict and adolescent depression: Examining the roles of sense of security and stress mindset. *Child & Family Social Work*, 30(3), 318–328. <https://doi.org/10.1111/cfs.13170>

- Luzía, J. C. (2019). Ansiedad social en adolescentes en las regiones del sudeste y sur de Brasil: prevalencia, sesgo atencional e interacciones sociales. Ediciones Universidad de Salamanca.
- Méndez López, Á. J., De la Yncera Hernández, N. de la C., & Cabrera Ruiz, I. I. (2022). Premisas y reflexiones teóricas para fundamentar un Programa de Entrenamiento en habilidades sociales en adolescentes. Dilemas contemporáneos: educación, política y valores. <https://doi.org/10.46377/dilemas.v9i3.3208>
- Méndez-Rodríguez, M. D., Hernández-Sánchez, R., Maravillas-Estrada, A., & Mendiola-Pastrana, I. R. (2024). Satisfacción corporal en adolescentes y su relación con el riesgo de ansiedad y depresión. *Atención Familiar*, 31(5e), 14. <https://doi.org/10.22201/fm.14058871p.2024.5e.90022>
- Moreno Paredes, J. L., & Valencia Cepeda, M. C. (2024). Ansiedad y dependencia a los videojuegos en adolescentes del sector rural. *Religacion: revista de ciencias sociales y humanidades*, 9(41), e2401236. <https://doi.org/10.46652/rgn.v9i41.1236>
- Olivas-Ugarte, L. O., & Cipriani-Delgado, C. S. (2022). Escala de timidez revisada (ETR-13): propiedades psicométricas en adolescentes peruanos. *Liberabit Revista Peruana de Psicología*, 28(1), e506. <https://doi.org/10.24265/liberabit.2022.v28n1.03>
- Perea Ortiz, F. M. (2024). Incidencia de la Teoría Ecológica de Bronfenbrenner en la Formación de Valores Ambientales. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(6), 5548–5564. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i6.9100
- Roca Santos, M. (2022). Evaluación de las relaciones familiares en el trastorno límite de personalidad. *Universitat Ramon Llull*. <http://hdl.handle.net/10803/675717>
- Rivas-Santiago, S. S. (2022). Artículo histórico sobre la terapia familiar y su evolución en la medicina familiar. *Revista Mexicana de medicina familiar*, 9(3). <https://doi.org/10.24875/rmf.21000113>
- Salcedo, D. R. N., & Falcón, V. V. (2024). Autoestima, depresión y vulnerabilidad al estrés en docentes y estudiantes en un instituto superior tecnológico en Quito - Ecuador. *Revista Conecta Libertad* ISSN 2661-6904, 8(1), 23–33. <https://revistaitsl.itslibertad.edu.ec/index.php/ITSL/article/view/352>