



## Estudio exploratorio sobre los miedos en los adolescentes escolarizados en Colombia

### **Valentina Valderrama Torres**

Estudiante de Psicóloga. Semillerista del grupo de investigación CRECER  
Universidad Surcolombiana, Neiva-Colombia  
u20212201875@usco.edu.co  
ORCID: <http://orcid.org/0009-0006-7547-6873>

### **Miryam C. Fernández Cediel**

Doctora en Psicología, Vrije Universiteit Brussel.  
Profesora Titular. Miembro del grupo de investigación CRECER  
Universidad Surcolombiana, Neiva, Colombia  
cristina.fernandez@usco.edu.co  
ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-7668-7190>

### Resumen

El miedo es una emoción importante que se viven tanto en el entorno social, como en los procesos de adaptación social. Los adolescentes, al vivir diferentes transformaciones fisiológicas, sociales, y psicológicas, deben hacer frente a miedos que les permitan generar mecanismos de afrontamiento que, a su vez, brinden un crecimiento personal adecuado y ajustado a sus edades, para el alcance de su bienestar emocional. Este estudio se propuso reconocer las situaciones sociales que propician la emoción del miedo de adolescentes escolarizados. Para responder a estos propósitos, se adoptó una exploración desde el enfoque cualitativo con aportes de la Investigación Basada en las Artes y la investigación narrativa. Los participantes fueron 114 adolescentes de entre 11 y 17 años que estudiaban el sexto grado de bachillerato en una institución pública en la ciudad de Neiva (Huila-Colombia). La recolección de la información se hizo a partir de talleres. Los análisis temáticos y de contenido fueron las principales estrategias utilizadas. Entre los 102 fragmentos narrativos relacionados con el miedo que expresaron los participantes, se determinó que las problemáticas sociales y familiares que favorecen el temor están relacionadas a la violencia familiar (25), al rechazo social (8), y a la inseguridad en las calles (7). A partir de estos resultados, se resalta que (a) aún persisten, en la familia, las prácticas de crianza que recurren a los golpes y amenazas, donde la madre es una figura central de este tipo de disciplinamiento desde el miedo; que (b) los fenómenos y entornos naturales, que involucran ciertos animales, son uno de los principales nichos de temor para los adolescentes; que (c) el temor al rechazo y el fracaso social son aspectos que rondan en los adolescentes cuando entran en interacción con su entorno social y escolar; y que (e) la problemática de inseguridad en los espacios públicos también generan en los adolescentes temor al circular por ellos.

**Palabras Clave:** miedo, adolescentes, rechazo social, prácticas de crianza, inseguridad.

## Exploratory study on fears among adolescents in school in Colombia

### Abstract

Fear is an important emotion experienced in the social environment and adaptation processes. Adolescents, as they undergo different physiological, social and psychological transformations, must face fears that allow them to generate coping mechanisms that, in turn, provide adequate personal growth adjusted to their age to achieve emotional well-being. This study set out to recognise the social situations that foster the emotion of fear in school-aged adolescents. An exploration was adopted from a qualitative approach with contributions from Arts-Based Research and narrative research to respond to these purposes. The participants were 114 adolescents between 11 and 17 years of age who were studying in the sixth grade of high school in a public institution in the city of Neiva (Huila-Colombia). The information was collected through workshops. Thematic and content analysis were the main strategies used. Among the 102 narrative fragments related to fear expressed by the participants, it was determined that the social and family problems that favour fear are related to family violence (25), social rejection (8), and insecurity in the streets (7). From these results, it is highlighted that (a) upbringing practices that resort to beatings and threats persist in the family, where the mother is a central figure in this disciplining through fear, and (b) natural phenomena and environments that involve certain animals are one of the main niches of fear for adolescents; that (c) fear of rejection and social failure are aspects that haunt adolescents when they interact with their social and school environment; and that (e) the problem of insecurity in public spaces also generates fear in adolescents when they move around in them.

**Keywords:** fear, adolescents, social rejection, parenting practices, insecurity

---

### Introducción

Cada vez más, crecen las cifras relacionadas con los trastornos mentales en los adolescentes. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2024), en el mundo, uno de cada siete adolescentes, de 10 a 19 años, ha padecido algún trastorno mental. Consecuencia de este tipo de afectaciones a la salud mental, se encuentra la disminución de la calidad de vida en esta población etaria. La ansiedad, la depresión y el suicidio son los resultados más recurrentes. Por un lado, la ansiedad y la depresión afectan, comúnmente, a los adolescentes en edades de 10 a 19 años, pero tienen una mayor prevalencia en edades que van de los 10 a 14 años. Por otro lado, el suicidio se posiciona como la cuarta causa de muerte entre los jóvenes de 15 a 29 años. Lo anterior, puede dejar en evidencia el impacto que tiene la gravedad de los problemas emocionales y los demás malestares que afecta la salud mental, y, en consecuencia, el desempeño académico, familiar y social de los adolescentes.

Colombia no está excepta de esta problemática, aquí también se evidencia un aumento en las afectaciones por trastornos de salud mental en adolescentes (UNICEF, 2023). Según el Ministerio de Salud (2018), el número de consultas relacionadas con trastornos mentales y del comportamiento continúa incrementándose

diariamente en personas de 0 a 19 años. Por esta razón, la OMS (2024) está promoviendo intervenciones encaminadas a la promoción de la salud mental desde una mirada hacia (1) el fortalecimiento de la regulación emocional y resiliencia, (2) el aumento del afrontamiento para la gestión de experiencias adversas, y, finalmente, (3) la oferta de espacios y redes sociales seguros para ellos.

Así mismo, por estar la salud mental vinculada a las emociones, resulta relevante atender lo que sucede con estas últimas para avanzar en el fomento del sentido de bienestar, la mejora de las relaciones interpersonales, y la reducción de la ansiedad y la depresión (Ahumada, 2011; Camacho et al., 2019; Irazu Garitaonandia & Campillo Soto, 2024). En los adolescentes, la regulación emocional, el impacto de las emociones negativas y el entorno y apoyo social son aspectos que requieren ser atendidos para favorecer en su salud mental (Caqueo-Urizar et al., 2020; Pérez Díaz & Guerra Morales, 2014). En este sentido, promover el manejo del estrés y las situaciones difíciles resulta significativo para aportar a la mejora de la salud mental.

En particular, en el contexto de la adolescencia, las emociones adquieren una gran relevancia debido a que es una etapa que está marcada por diferentes cambios biológicos, psicológicos y sociales (Barra A. et al., 2006; Bermúdez, 2017). Factores como la búsqueda de identidad, las relaciones interpersonales y los entornos familiares, además, de los culturales, influyen significativamente en el bienestar emocional de los adolescentes (OMS, 2024).

Entre las diversas emociones, el miedo se destaca como una de las emociones altamente adaptativas y una emoción primaria que actúa como un mecanismo de alerta ante un peligro inminente y de amenaza potencial, lo cual permite a los individuos activar respuestas fisiológicas y conductuales orientadas a la supervivencia, como el escape o la huida (Peñuela Velásquez et al., 2023). También, Reeve (2003) señaló que el miedo genera diferentes respuestas y estas pueden facilitar el aprendizaje adaptativo. Sin embargo, el miedo puede convertirse en problema cuando se transforma en fobias específicas que afectan la calidad de vida y fomentan la aparición de problemas de ansiedad en la adultez (Antón Hurtado, 2015; Valiente et al., 2002). Para el caso de los adolescentes, el miedo puede manifestarse de formas diversas, como el miedo al rechazo social y a la evaluación negativa (Samji et al., 2022; Stenson et al., 2021; Zimmer-Gembeck, 2016).

Por lo anterior, el miedo se ha considerado como una emoción negativa que conduce a resultados destructivos. Esta funciona como señal de alarma de que "no todo está bien", refleja la indiferencia y frustración de estados motivacionales y evidencia la adaptación mal lograda de aquello que se encuentra en el entorno (Fanselow, 1984; Reeve, 2003). Sin embargo, es necesario considerar que las emociones funcionan como un sistema indicador, en caso del miedo puede indicar exclusión social y fracaso. Además, el miedo es una reacción emocional que surge de la interpretación de la persona acerca de la situación que enfrenta y esto a su vez parte desde una vulnerabilidad percibida que provoca sentirse abrumado ante una amenaza o peligro, pero también, facilita el aprendizaje y activa el afrontamiento, lo cual facilita la protección, que permite en las personas una preparación adecuada para la toma de decisiones y acciones para la prevención del acontecimiento amenazante (Reeve, 2003). A pesar de lo establecido anteriormente, sigue siendo necesario explorar esta emoción en los adolescentes y cómo esta se manifiesta en su vida cotidiana.

## Método

Este estudio se propuso hacer una exploración que permitiera determinar los miedos más relevantes en los adolescentes y las circunstancias sociales en los que estos aparecen. Para ello, se adoptó la metodología cualitativa y recurrió a contribuciones de la Investigación Basado en las Artes (IBA) (Hernández Hernández, 2008; Mesías-Lema & Ramon, 2021) y la investigación narrativa (Squire et al., 2014).

## Participantes

El estudio tuvo la participación de 114 adolescentes en edades comprendidas entre 11 a 17 años, quienes cursaban el grado sexto de bachillerato en una institución educativa pública del municipio de Neiva (Huila-Colombia).

## Técnicas e instrumentos

Como técnica de recolección de la información se utilizaron el taller y la observación participativa. El taller procuró fomentar la expresión creativa y lúdica que ayudó a expresiones libres a través de la escritura.

## Procedimiento

Este estudio siguió las cuatro etapas propuestas por Rodríguez et al. (1999): preparatoria, recolección de la información, análisis e informativa. Durante la etapa preparatoria, además de fundamentar este estudio desde la relación: salud mental, emociones y, particularmente, miedo, se diseñó el taller que exploró las experiencias de miedo en los adolescentes. También, se realizó el acercamiento a la institución educativa para solicitar los permisos pertinentes y el acceso a los participantes.

Durante la recolección de la información, se estableció un primer momento para la presentación de la investigación y la implementación de los consentimientos informados de los padres de los participantes. El segundo momento correspondió a la realización del taller, que tuvo lugar con cuatro grupos (los mismos salones en los que la institución educativa los tenía distribuidos como grados sextos).

Para la etapa de análisis, se sistematizó todo el material recabado. Este proceso incluyó que (1) los datos obtenidos fueran resguardados en archivos de uso exclusivo de los investigadores y que (2) los nombres de los participantes fueran cambiados por códigos para cuidar su identidad, en cumplimiento de las normas éticas y legales que protegen a los participantes. A partir de ahí, se inició el análisis narrativo para (a) la tematización de los miedos, y (b) el reconocimiento de los miedos más frecuentes y las situaciones que evocaban esta emoción. Así mismo, este artículo corresponde a uno de los productos de la etapa informativa.

Finalmente, este estudio asumió los criterios de calidad promovidos por la investigación cualitativa. En particular, la transparencia y autenticidad en la ejecución de las diferentes fases metodológicas que orientaron este estudio, y la triangulación teórica y de los procesos analíticos de los investigadores.

## Resultados

Los adolescentes participantes expresaron en 102 ocasiones que sentían miedo. Entre las principales referencias que ellos mencionaron sobre esta emoción, ellos dijeron que temían a algunos eventos o situaciones que involucran a sus familiares (25); a los animales (19); a la oscuridad (17); a condiciones que comprometen el entorno escolar (11); a eventos paranormales y a que los asusten (9); a películas de terror (8); espacios públicos inseguro inseguridad (7); al rechazo social (5); a las alturas (3); al fracaso en actividades deportivas (3); a fenómenos de la naturaleza (3); a los payasos (2); a las enfermedades (1); a no encontrar atuendo (1); a expresarse como son (1); y finalmente, algunos refirieron no sentir miedo a nada (5). A continuación, se presentarán más detallada los principales elementos del miedo reconocidos en este estudio:

En relación con los eventos o situaciones que involucran a sus familiares, los adolescentes mencionaron que temían (a) perder a un familiar (5) y, en particular, a su madre (2); (b) cuando sus madres los amenazaban con

golpearlos o los golpeaban (5); (c) cuando sus padres se peleaban (2); (d) cuando su madre se encuentra enojada (4); (e) cuando un familiar, que conviven con ellos, quiere irse de su casa (1); (f) cuando sienten que podrían dejar de ser queridos (1); (g) cuando pueden defraudar a sus padres (1); (h) cuando podrían perder a su familia (1); y (i) cuando sus familiares se ausentan y los adolescentes son dejados solos en sus viviendas (7). Los adolescentes fueron enfáticos en su temor a perder a algún familiar, tal como se expresaron en estos comentarios: *"Me da miedo perder a alguien que amo, me da miedo perder a mi papa, me da miedo perder a las personas que amo"* (L.M. - 601); *"Me da miedo perder a mi mama"* (J.A. - 601). En lo relativo al temor a ser golpeados por sus madres, varios adolescentes expresaron temerles, en especial, cuando toman su chancla. Esta es un signo de golpe inminente: *"Mi mama con la chancla"* (A.P. - 603). Sin embargo, también refirieron expresiones que sus madres mencionan como señal de que en un momento cercano serán golpeados: *"Cuando mi mama me dice "espérese y verá""* (S.O.M - 602). Este temor se suma a las ocasiones en que ellos mencionaron temer cuando sus madres están enojadas. Por su parte, cuando los adolescentes son testigos de las peleas de sus padres, ellos también sienten temor: *"A mí me dio miedo cuando mis papas pelean"* (A.C. - 601). Así mismo, los adolescentes manifestaron el temor cuando un ser querido quiere partir de su casa, tal como se expresó en el siguiente comentario: *"Cuando mi abuelo dice que se va de la casa"* (N.I. - 603). También, el temor a ser dejados de querer tiene un vínculo con su identidad y la posibilidad de expresar sus preferencias a sus padres. El participante que expresó este temor mencionó: *"Cuando mi mama "se enteró" que soy transexual. Tenía miedo de qué me dijera, o me pegara, o yo qué sé. Es que tengo miedo de que mi mama no me siga queriendo"* (V.V. - 603). Además, el temor a defraudar a sus familiares o perderlos se reflejó en el siguiente comentario: *"Tengo miedo de defraudar a mis padres, perder el año y perder a toda mi familia"* (C.P. - 604). Finalmente, los adolescentes mencionaron que temen ser dejados solos en sus casas, tal como se expresó en este fragmento: *"Cuando me dejan solo en la casa y cuando no está mis hermanos"* (D.S. - 601).

Sobre a qué animales los adolescentes temen, ellos refirieron (a) las cucarachas (5), (b) los ratones (5), (c) las serpientes (3), (d) los perros (3), (e) las arañas (3), (f) las mariposas (1), (g) las abejas (1), (h) los sapos (2), (i) las avispas (1), (j) los alacranes (1), (k) los saltamontes (1), (l) los gatos (1), (m) los tiburones (1), (n) los elefantes (1), y, en general, (ñ) los animales de alcantarilla (1). Para el caso de las cucarachas, los participantes mencionaron que el miedo surge al verlas, o incluso al tenerlas encima. En relación con los ratones, ellos no expresaron elementos adicionales a sólo sentir temor. Esto mismo ocurrió cuando se refirieron a las arañas, las mariposas, las abejas, los sapos, las avispas, los alacranes, los saltamontes, y los gatos. Pero, con respecto a los perros, los adolescentes manifestaron que, en algunos casos, les temen porque pueden ser atacados por ellos, tal como se expresó en el siguiente fragmento: *"Cuando el perro de mi vecina se sale y me empieza a atacar y morderme"* (L.S.-604). Finalmente, en relación con los tiburones y los elefantes, este temor proviene del acercamiento que los adolescentes han tenido al séptimo arte y, particularmente, películas como Tiburón y Dumbo, pues, por ejemplo, cuando se hacía referencia al elefante, el adolescente expresó: *"Me da miedo los elefantes con alas azules"* (S.C.-602).

En cuanto al entorno escolar, los adolescentes participantes refirieron que temían a: (a) perder un curso académico (4); (b) a las evaluaciones y entregas de calificaciones (4); (c) a los maltratos físicos, psicológicos e incluso sexuales (2); y finalmente, (d) ellos temen a salir en público (1). Con respecto a perder un curso, los adolescentes mencionaron que es de profundo temor perder un año académico. Con respecto a las entregas de calificaciones, el temor es no conocer los temas evaluados y someterse a los procesos de exámenes y no poder responder satisfactoriamente a los mismo, como se puede leer en el siguiente fragmento *"al saber que llegaron quiz o exámenes con temas que no comprendo"* (J.S-604). Por último, con respecto al temor que hay por parte de los adolescentes, en lo relativo al miedo de recibir maltratos en el entorno escolar, si bien no fueron numerosos los comentarios al respecto, si dejan por sentado que estos existen y que no sólo son recibidos por sus pares, sino también por sus profesores, tal como se mencionó en el siguiente fragmento: *"tuve miedo cuando en 5 grado yo tenía una profe que no me comprendía y me gritaba mucho"* (S.V-604).

En lo referente a los espacios públicos, los adolescentes manifestaron que tenían miedo a (a) estar en espacios inseguros (5) y que, en efecto, (b) fueran víctimas de robo (2). Con relación al primer punto, los adolescentes mencionaron que sienten temor ante la presencia de personas que consumen sustancias psicoactivas, cuando aseguran que tienen a su vista a ladrones, e incluso, y contradictoriamente, cuando hay presencia de la policía. Lo anterior, porque a pesar de presumir que la policía debe brindar seguridad a los ciudadanos, ellos lo reconocen como un peligro ("*Cuando dicen que viene la policía*" E.P-602). En vista de que algunos de los participantes ya fueron víctimas de robos, ellos expresaron que su temor a los espacios públicos se conecta con esta experiencia ("*me robaron el celular*" L.R-601).

Finalmente, se destaca el miedo al rechazo social de los adolescentes participantes en el estudio. Principalmente, se reconoce un alto temor a la pérdida de sus relaciones socioafectivas como consecuencia de sus propias formas de ser. Entonces, ellos se cuestionan sus actitudes, sus gustos y sus diferentes formas de relacionarse, y que esto cause la distancia social que ellos temen ("*a mí me da miedo perder a alguien que quiero porque mis actitudes no les guste*" R.V-603).

## Discusión

Este estudio encontró que los adolescentes sienten miedo en cuatro entornos. Primero, en el contexto familiar, principalmente, por la pérdida de familiares, por situaciones de amenaza y violencia dirigida hacia ellos o a otros miembros de la familia, y por la sensación de abandono o soledad. Segundo, en el entorno escolar, ellos sienten miedo a perder cursos o evaluaciones, maltratos, y exposición al público. Tercero, en los espacios públicos de la ciudad, cuando sienten inseguridad, o incluso, son víctimas de robos. Cuarto, en los espacios de encuentros con sus pares. Particularmente, los adolescentes sienten miedo a ser víctimas de rechazo social, ya sea por sus actitudes, sus gustos y sus diferentes formas de relacionarse.

Frente a estos hallazgos sobre el miedo en el entorno familiar, se vincula lo afirmado por Chernikova y Oblasova (2024), quienes encontraron que la percepción subjetiva y las deficiencias en la relación familiar, tienen un impacto en los adolescentes. Esto podría hacer que ellos experimenten cambios en su personalidad y estados emocionales, condiciones relacionadas a mayor prevalencia de ansiedad, agresividad, miedo y desadaptación emocional. También, al igual que este estudio, Aprianti (2023) reconoció (1) el miedo al abandono, (2) el temor a no ser aceptados por la nueva pareja del padre o madre, (3) el miedo a que se repita la ruptura, y (4) el miedo a ser víctimas de violencia doméstica, e incluso identificaron que estos miedos pueden generar traumas significativos en los adolescentes. Así mismo, Schoenfelder et al. (2011) identificaron el miedo al abandono asociado a la muerte de un familiar, y establecieron que este propicia problemas de salud mental en los adolescentes y a largo plazo en sus futuras relaciones con los cuidadores y parejas sentimentales. También, Reyes Pérez et al. (2017) encontraron el miedo de los adolescentes por causa de las violencias en el hogar, y establecieron que existen diferentes estrategias de afrontamiento que utilizan los adolescentes cuando son expuestos a una variedad de situaciones que provocan miedo, en especial, cuando se presenta violencias domésticas en el hogar. Los hombres, por lo regular, utilizan estrategias de evitación y distracción, mientras que las mujeres utilizan estrategias de desahogo emocional y búsqueda de apoyo. Finalmente, Schoen y Vitale (2012) coinciden en que el miedo sigue siendo usado como práctica de crianza, lo cual hace que la violencia física y psicológica se normalice en sus prácticas de relación cotidianas.

En lo que corresponde al entorno escolar, este estudio también se acerca a lo expresado por Serna Sarrato et al. (2006), quienes reconocieron que el fracaso escolar en los adolescentes se encuentran asociado al miedo de ser violentados por sus pares. Lo anterior, tiene como consecuencia el aumento de la deserción y abandono de la escuela. Sin embargo, entre las consecuencias de estos miedos escolares y el rechazo social, García-Fernández et al. (2013) encontraron que estos propiciaban un mayor esfuerzo y rendimiento escolar.

También, en relación con los espacios públicos, Meza De Luna (2013) encontró este miedo y estableció que el acoso en estos entornos afecta significativamente a las mujeres adolescentes desde edades muy tempranas. Este fenómeno genera diversos miedos y promueve estrategias evitativas, tales como abstenerse a transitar solas, cambiar de carril o acelerar el paso al caminar.

Finalmente, en los entornos de socialización con los pares, Méndez et al. (2003) y Rodríguez et al. (2006) también identificaron la presencia de miedos en estos entornos y afirmaron que, en la adolescencia, las situaciones de miedo pueden variar, ya que los adolescentes se adaptan a las necesidades del entorno y a las demandas propias de esta etapa evolutiva. Particularmente, destacaron que los miedos intensos tienen el potencial de convertirse en fobias, lo que provoca afectaciones en lo personal, familiar y social, además de prolongar alteraciones psicopatológicas hasta la edad adulta.

## Conclusiones

Este estudio respalda los hallazgos que otros investigadores han detectado desde otras latitudes. Particularmente, se resalta cómo el entorno familiar es un lugar de evocación de varios miedos. Así mismo, este escenario social es el que más repercusiones a largo plazo tiene en lo que respecta a las afectaciones en la salud mental durante la vida adulta (Aprianti, 2023; Chernikova & Oblasova, 2024).

También resulta clave reconocer la vinculación que este estudio encontró entre el temor al rechazo social y la evitación del proceso de socialización con sus pares, pero al mismo tiempo, el miedo a estar solos. Lo anterior, requiere ser profundizado, a partir de estudios que exploren las diferentes razones de los comportamientos que los adolescentes asumen frente a sus miedos, y su distinción por género.

Finalmente, es importante que próximas investigaciones indaguen por las consecuencias a largo plazo de los miedos vividos durante la adolescencia y el proceso de patologización de los miedos que se viven durante esta etapa del desarrollo.

## Agradecimientos

Este proyecto contó con el apoyo de la Universidad Surcolombiana y la Facultad de Ciencias Sociales y Humanas.

## Referencias

- Ahumada, F. (2011). La relación entre inteligencia emocional y salud mental. *III Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional En Psicología XVIII Jornadas de Investigación Séptimo Encuentro de Investigadores En Psicología Del MERCOSUR*, 13-17. <https://www.aacademica.org/000-052/275>
- Antón Hurtado, F. (2015). Antropología del miedo. *Methadodos Revista De Ciencias Sociales*, 3(2). <https://doi.org/10.17502/m.rcs.v3i2.90>
- Aprianti, A. (2023). The Traumatic on Having Marriage to Female Teenagers from Divorce Family. In *Jurnal Ilmiah LISKI (Lingkar Studi Komunikasi)* (Vol. 9, Issue 1). <http://journals.telkomuniversity.ac.id/liski56JurnalIlmiahLISKI>
- Barra A., E., Cerna, R., Kramm, D., & Véliz, V. (2006). Problemas de salud, estrés, afrontamiento, depresión y apoyo Social en adolescentes. *Terapia Psicológica*, 24(1), 55-61. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=78524106>
- Bermúdez, V. E. (2017). Anxiety, depression, stress y self-esteem in the adolescence. Relation, implications and consequences in the private education. *Cuestiones Pedagógicas*, 26, 37-52. [https://doi.org/chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://institucional.us.es/revistas/cuestiones/26/01.%20MO%2001\\_26%20DEFINITIVO.pdf](https://doi.org/chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://institucional.us.es/revistas/cuestiones/26/01.%20MO%2001_26%20DEFINITIVO.pdf)
- Camacho, C., Carrillo, C., & Cepeda, J. (2019). *Las emociones positivas en salud física y mental: una Revisión Bibliográfica 2013-2018* [Universidad El Bosque Facultad]. <https://repositorio.unbosque.edu.co/server/api/core/bitstreams/b67f24ee-3de2-4380-9926-090020796339/content>
- Caqueo-Urizar, A., Mena-Chamorro, P., Flores, J., Narea, M., & Irrarrazabal, M. (2020). Problema de regulación emocional y salud mental en adolescentes del norte de Chile. *Terapia Psicológica*, 38(2), 203-222. <https://www.scielo.cl/pdf/terpsicol/v38n2/0718-4808-terpsicol-38-02-0203.pdf>

- Chernikova, A. A., & Oblasova, O. V. (2024). The impact of subjective perception of family on the emotions in adolescents. *Vestnik Altaiskogo Gosudarstvennogo Pedagogiceskogo Universiteta*, 58(1), 70-76. <https://doi.org/10.37386/2413-4481-2024-1-70-76>
- Fanselow, M. S. (1984). What is conditioned fear? *Trends in Neurosciences*, 7(12), 460-462.
- García-Fernández, J. M., Martínez-Monteagudo, M. C., & Inglés Saura, C. J. (2013). ¿Cómo se relaciona la ansiedad escolar con el rendimiento académico? *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 4.
- Hernández Hernández, F. (2008). *La investigación basada en las artes. Propuestas para repensar la investigación en educación*.
- Iraza Garitaonandia, L., & Campillo Soto, A. (2024). La conexión cuerpo, mente y emociones, y su relación con la salud y enfermedad. *Journal of Neuroeducation*, 4(2), 85-96. <https://doi.org/10.1344/joned.v4i2.44240>
- Méndez, F. J., Inglés, C. J., García, J. M., Quiles, M. J., & Hidalgo, M. D. (2003). Los miedos en la infancia y la adolescencia?: Un estudio descriptivo. *Reme*, 6(13). [https://encore.uib.es/iii/encore/plus/C\\_Smiedo+infancia\\_\\_Orightrresult\\_\\_U\\_\\_Xo?lang=cat&link=http%3A%2F%2Fsearch.ebscohost.com%2Flogin.aspx%3Fdirect%3Dtrue%26site%3Deds-live%26scope%3Dsite%26db%3Dedsnp%26AN%3D640519ART&suite=pearl](https://encore.uib.es/iii/encore/plus/C_Smiedo+infancia__Orightrresult__U__Xo?lang=cat&link=http%3A%2F%2Fsearch.ebscohost.com%2Flogin.aspx%3Fdirect%3Dtrue%26site%3Deds-live%26scope%3Dsite%26db%3Dedsnp%26AN%3D640519ART&suite=pearl)
- Mesías-Lema, J. M., & Ramon, R. (2021). La fotografía en la investigación educativa basada en las artes. *IJABER. International Journal of Arts-Based Educational Research*, 1(1), 7-22. <https://doi.org/10.17979/ijaber.2021.1.1.7618>
- Meza De Luna, E. M. (2013). EL acoso en lugares públicos. Experiencias y percepciones de adolescentes mexicanos. *En-Claves Del Pensamiento*, 7(14).
- Ministerio de Salud. (2018). *Boletín de salud mental Salud mental en niños, niñas y adolescentes*.
- OMS. (2024, October 10). *La salud mental de los adolescentes*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>.
- Peñuela Velásquez, L. A., Parra-Bolaños, N., & Benjumea Garcés, J. S. (2023). Mecanismos evolutivos implicados en el miedo: una visión desde las neurociencias cognitivas. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(3), 6408-6416. [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v7i3.6645](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i3.6645)
- Pérez Díaz, Y., & Guerra Morales, V. (2014). La regulación emocional y su implicación en la salud del adolescente. *Revista Cubana de Pediatría*, 86(3), 368-375. <http://scielo.sld.cu>
- Reeve, J. (2003). *Motivación y emoción*. Mac Graw-Hill.
- Reyes Pérez, V., Reséndiz Rodríguez, A., Alcázar Olán, R. J., & Reidl Martínez, L. M. (2017). Las estrategias de afrontamiento que utilizan los adolescentes ante situaciones que provocan miedo/ Coping strategies assumed by teenagers in situations that cause fear. *PSICOGENTE*, 20(38). <https://doi.org/10.17081/psico.20.38.2544>
- Rodríguez Gómez, G., Gil Flores, J., & García Jiménez, E. (1999). Metodología de la investigación cualitativa. In *Colección Biblioteca de la educación* (2nd ed.). Ediciones Aljibe. [http://www.jbposgrado.org/jcuali/Fases de la inv cualitativa.pdf](http://www.jbposgrado.org/jcuali/Fases+de+la+inv+cualitativa.pdf)
- Rodríguez, J. O., Piqueras Rodríguez, J. A., & Rosa Alcázar, A. I. (2006). Características sociodemográficas y psicológicas de la fobia social en adolescentes. *Psicothema*, 18(2).
- Samji, H., Wu, J., Ladak, A., Vossen, C., Stewart, E., Dove, N., Long, D., & Snell, G. (2022). Review: Mental health impacts of the COVID-19 pandemic on children and youth - a systematic review. *Child and Adolescent Mental Health*, 27(2), 173-189. <https://doi.org/10.1111/camh.12501>
- Schoen, T. H., & Vitale, M. S. S. (2012). Tenho medo de quê? *Revista Paulista de Pediatria*, 30(1). <https://doi.org/10.1590/S0103-05822012000100011>
- Schoenfelder, E. N., Sandler, I. N., Wolchik, S., & MacKinnon, D. (2011). Quality of Social Relationships and the Development of Depression in Parentally-Bereaved Youth. *Journal of Youth and Adolescence*, 40(1), 85-96. <https://doi.org/10.1007/s10964-009-9503-z>
- Serna Sarrato, C., Martínez, I., & Yubero Jiménez, S. (2006). Fracaso escolar y violencia en la escuela: Factores psicológicos y sociales. In *Bits: Boletín informativo trabajo social* (Issue 9).
- Squire, C., Davis, M., Esin, C., Andrews, M., Harrison, B., Hydén, L.-C., & Hydén, M. (Eds.). (2014). *What is narrative research?* Bloomsbury.
- Stenson, A. F., Nugent, N. R., van Rooij, S. J. H., Minton, S. T., Compton, A. B., Hinrichs, R., & Jovanovic, T. (2021). Puberty drives fear learning during adolescence. *Developmental Science*, 24(1), 1-23. <https://doi.org/10.1111/desc.13000>
- UNICEF. (2023, October 10). *Salud mental para todos los niños y niñas*. <https://www.unicef.org/colombia/historias/salud-mental-para-todos-los-ninos-y-ninas>.
- Valiente, R. M., Sandín, B., & Chorot, P. (2002). Miedos comunes en niños y adolescentes: su relación con la sensibilidad a la ansiedad y otras emociones negativas. *Psiquis*, 23(6), 217-225. <https://www.researchgate.net/publication/279698272>
- Zimmer-Gembeck, M. J. (2016). Peer Rejection, Victimization, and Relational Self-System Processes in Adolescence: Toward a Transactional Model of Stress, Coping, and Developing Sensitivities. *Child Development Perspectives*, 10(2), 122-127. <https://doi.org/10.1111/cdep.12174>
- Ahumada, F. (2011). La relación entre inteligencia emocional y salud mental. *III Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional En Psicología XVIII Jornadas de Investigación Séptimo Encuentro de Investigadores En Psicología Del MERCOSUR*, 13-17. <https://www.aacademica.org/000-052/275>
- Antón Hurtado, F. (2015). Antropología del miedo. *Methados Revista De Ciencias Sociales*, 3(2). <https://doi.org/10.17502/m.rcs.v3i2.90>
- Aprianti, A. (2023). The Traumatic on Having Marriage to Female Teenagers from Divorce Family. In *Jurnal Ilmiah LISKI (Lingkar Studi Komunikasi)* (Vol. 9, Issue 1). <http://journals.telkomuniversity.ac.id/liski56JurnalIlmiahLISKI>
- Barra A., E., Cerna, R., Kramm, D., & Véliz, V. (2006). Problemas de salud, estrés, afrontamiento, depresión y apoyo Social en adolescentes. *Terapia Psicológica*, 24(1), 55-61. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=78524106>

- Bermúdez, V. E. (2017). Anxiety, depression, stress y self-esteem in the adolescence. Relation, implications and consequences in the private education. *Cuestiones Pedagógicas*, 26, 37-52. [https://doi.org/chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgiclfndmkaj/https://institucional.us.es/revistas/cuestiones/26/01.%20MO%2001\\_26%20DEFINITIVO.pdf](https://doi.org/chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgiclfndmkaj/https://institucional.us.es/revistas/cuestiones/26/01.%20MO%2001_26%20DEFINITIVO.pdf)
- Camacho, C., Carrillo, C., & Cepeda, J. (2019). *Las emociones positivas en salud física y mental: una Revisión Bibliográfica 2013-2018* [Universidad El Bosque Facultad]. <https://repositorio.unbosque.edu.co/server/api/core/bitstreams/b67f24ee-3de2-4380-9926-090020796339/content>
- Caqueo-Urizar, A., Mena-Chamorro, P., Flores, J., Narea, M., & Irrarázabal, M. (2020). Problema de regulación emocional y salud mental en adolescentes del norte de Chile. *Terapia Psicológica*, 38(2), 203-222. <https://www.scielo.cl/pdf/terpsicol/v38n2/0718-4808-terpsicol-38-02-0203.pdf>
- Chernikova, A. A., & Oblasova, O. V. (2024). The impact of subjective perception of family on the emotions in adolescents. *Vestnik Altaiskogo Gosudarstvennogo Pedagogiceskogo Universiteta*, 58(1), 70-76. <https://doi.org/10.37386/2413-4481-2024-1-70-76>
- Fanselow, M. S. (1984). What is conditioned fear? *Trends in Neurosciences*, 7(12), 460-462.
- García-Fernández, J. M., Martínez-Monteagudo, M. C., & Inglés Saura, C. J. (2013). ¿Cómo se relaciona la ansiedad escolar con el rendimiento académico? *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 4.
- Hernández Hernández, F. (2008). *La investigación basada en las artes. Propuestas para repensar la investigación en educación*.
- Iraza Garitaonandia, L., & Campillo Soto, A. (2024). La conexión cuerpo, mente y emociones, y su relación con la salud y enfermedad. *Journal of Neuroeducation*, 4(2), 85-96. <https://doi.org/10.1344/joned.v4i2.44240>
- Méndez, F. J., Inglés, C. J., García, J. M., Quiles, M. J., & Hidalgo, M. D. (2003). Los miedos en la infancia y la adolescencia?: Un estudio descriptivo. *Reme*, 6(13). [https://encore.uib.es/iii/encore/plus/C\\_Smiedo infancia\\_Orighresult\\_U\\_Xo?lang=cat&link=http%3A%2F%2Fsearch.ebscohost.com%2Flogin.aspx%3Fdirect%3Dtrue%26site%3Deds-live%26scope%3Dsite%26db%3Dedsnp%26AN%3D640519ART&suite=pearl](https://encore.uib.es/iii/encore/plus/C_Smiedo infancia_Orighresult_U_Xo?lang=cat&link=http%3A%2F%2Fsearch.ebscohost.com%2Flogin.aspx%3Fdirect%3Dtrue%26site%3Deds-live%26scope%3Dsite%26db%3Dedsnp%26AN%3D640519ART&suite=pearl)
- Mesías-Lema, J. M., & Ramon, R. (2021). La fotografía en la investigación educativa basada en las artes. *IJABER. International Journal of Arts-Based Educational Research*, 1(1), 7-22. <https://doi.org/10.17979/ijaber.2021.1.1.7618>
- Meza De Luna, E. M. (2013). EL acoso en lugares públicos. Experiencias y percepciones de adolescentes mexicanos. *En-Claves Del Pensamiento*, 7(14).
- Ministerio de Salud. (2018). *Boletín de salud mental Salud mental en niños, niñas y adolescentes*.
- OMS. (2024, October 10). *La salud mental de los adolescentes*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- Peñuela Velásquez, L. A., Parra-Bolaños, N., & Benjumea Garcés, J. S. (2023). Mecanismos evolutivos implicados en el miedo: una visión desde las neurociencias cognitivas. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(3), 6408-6416. [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v7i3.6645](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i3.6645)
- Pérez Díaz, Y., & Guerra Morales, V. (2014). La regulación emocional y su implicación en la salud del adolescente. *Revista Cubana de Pediatría*, 86(3), 368-375. <http://scielo.sld.cu>
- Reeve, J. (2003). *Motivación y emoción*. Mac Graw-Hill.
- Reyes Pérez, V., Reséndiz Rodríguez, A., Alcázar Olán, R. J., & Reidl Martínez, L. M. (2017). Las estrategias de afrontamiento que utilizan los adolescentes ante situaciones que provocan miedo/ Coping strategies assumed by teenagers in situations that cause fear. *PSICOGENTE*, 20(38). <https://doi.org/10.17081/psico.20.38.2544>
- Rodríguez Gómez, G., Gil Flores, J., & García Jiménez, E. (1999). Metodología de la investigación cualitativa. In *Colección Biblioteca de la educación* (2nd ed.). Ediciones Aljibe. <http://www.jbposgrado.org/icuali/Fases de la inv cualitativa.pdf>
- Rodríguez, J. O., Piqueras Rodríguez, J. A., & Rosa Alcázar, A. I. (2006). Características sociodemográficas y psicológicas de la fobia social en adolescentes. *Psicothema*, 18(2).
- Samji, H., Wu, J., Ladak, A., Vossen, C., Stewart, E., Dove, N., Long, D., & Snell, G. (2022). Review: Mental health impacts of the COVID-19 pandemic on children and youth - a systematic review. *Child and Adolescent Mental Health*, 27(2), 173-189. <https://doi.org/10.1111/camh.12501>
- Schoen, T. H., & Vitale, M. S. S. (2012). Tenho medo de quê? *Revista Paulista de Pediatria*, 30(1). <https://doi.org/10.1590/S0103-05822012000100011>
- Schoenfelder, E. N., Sandler, I. N., Wolchik, S., & MacKinnon, D. (2011). Quality of Social Relationships and the Development of Depression in Parentally-Bereaved Youth. *Journal of Youth and Adolescence*, 40(1), 85-96. <https://doi.org/10.1007/s10964-009-9503-z>
- Serna Sarrato, C., Martínez, I., & Yubero Jiménez, S. (2006). Fracaso escolar y violencia en la escuela: Factores psicológicos y sociales. In *Bits: Boletín informativo trabajo social* (Issue 9).
- Squire, C., Davis, M., Esin, C., Andrews, M., Harrison, B., Hydén, L.-C., & Hydén, M. (Eds.). (2014). *What is narrative research?* Bloomsbury.
- Stenson, A. F., Nugent, N. R., van Rooij, S. J. H., Minton, S. T., Compton, A. B., Hinrichs, R., & Jovanovic, T. (2021). Puberty drives fear learning during adolescence. *Developmental Science*, 24(1), 1-23. <https://doi.org/10.1111/desc.13000>
- UNICEF. (2023, October 10). *Salud mental para todos los niños y niñas*. <https://www.unicef.org/Colombia/Historias/Salud-Mental-Para-Todos-Los-Ninos-y-Ninas>
- Valiente, R. M., Sandín, B., & Chorot, P. (2002). Miedos comunes en niños y adolescentes: su relación con la sensibilidad a la ansiedad y otras emociones negativas. *Psiquis*, 23(6), 217-225. <https://www.researchgate.net/publication/279698272>
- Zimmer-Gembeck, M. J. (2016). Peer Rejection, Victimization, and Relational Self-System Processes in Adolescence: Toward a Transactional Model of Stress, Coping, and Developing Sensitivities. *Child Development Perspectives*, 10(2), 122-127. <https://doi.org/10.1111/cdep.12174>