

**Una nueva Intervención multidimensional para la ansiedad social:
el programa IMAS (pp. 149-172)**

Vicente E. Caballo¹, Isabel C. Salazar¹ y Stefan G. Hofmann²

¹*Universidad de Granada (España);* ²*Universidad de Boston (EE.UU.)*

Se presenta un nuevo programa de tratamiento para la ansiedad social, específicamente para el trastorno de ansiedad social (fobia social) y el trastorno de personalidad por evitación. Su nombre, Intervención multidimensional para la ansiedad social (IMAS), indica que gira alrededor de las cinco dimensiones que nuestro equipo de investigación encontró trabajando en ansiedad social con 20 países durante más de 15 años, como son: 1) Interacción con desconocidos, 2) Interacción con el sexo opuesto, 3) Expresión asertiva de molestia, desagrado o enfado, 4) Quedar en evidencia/Hacer el ridículo, y 5) Hablar en público/Interacción con personas de autoridad. Incorpora tanto técnicas tradicionales de la terapia cognitivo conductual como estrategias de las terapias de tercera generación. El programa IMAS se aplica en formato grupal a lo largo de 15 sesiones de tratamiento de 2,5 horas cada una, más una sesión de apoyo y las sesiones de evaluación pre/postratamiento y seguimiento. Creemos que en estos momentos constituye el mejor programa de tratamiento para la ansiedad social y en los próximos meses estaremos en disposición de demostrar esta afirmación.