

**Intervención sobre las dimensiones de la ansiedad social por medio de un programa de entrenamiento en habilidades sociales (pp. 423-440)**

Marcia F. Wagner<sup>1,2</sup>, Anderson S. Pereira<sup>1</sup> y Margareth S. Oliveira<sup>1</sup>

<sup>1</sup>*Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul;* <sup>2</sup>*Faculdade Meridional-IMED (Brasil)*

Este estudio tiene como objetivo evaluar la eficacia de un programa de entrenamiento en habilidades sociales (EHS) en la disminución de la ansiedad social. Participaron 32 estudiantes universitarios con sintomatología de ansiedad social que contestaron al “Cuestionario de ansiedad social para adultos” (CASO-A30) y la “Escala de ansiedad social de Liebowitz” (LSAS-SR). El programa de intervención, de 10 sesiones, aborda temas como el manejo de la ansiedad, la asertividad, técnicas de relajación, relaciones interpersonales, hablar en público y expresión de sentimientos. Las diferencias de medias y el tamaño de efecto muestran que se produjo un cambio significativo en las medidas postratamiento en comparación con las medidas pretratamiento, tanto a nivel global, como en las cinco dimensiones del CASO-A30 y en la LSAS-SR. Estos datos apoyan, además, la sensibilidad del CASO-A30 para medir los cambios en el tiempo y la validez de esta nueva medida de ansiedad social. Se concluye que el programa de EHS es eficaz para disminuir la ansiedad social de los universitarios y el CASO-A30 una medida adecuada para evaluar el trastorno de ansiedad social.