

## La ansiedad social en alumnos de ESO

**Antonio Valles Arándiga  
y Consol Vallés Tortosa**

Editorial MAD. Sevilla, 2011. Precio: 15 euros

El periodo de la adolescencia constituye una etapa crítica en el desarrollo social del individuo, en el que tienen lugar cambios importantes en las relaciones interpersonales.

En esta etapa se produce un incremento de las demandas sociales para que el adolescente se inserte en la vida del adulto y al mismo tiempo se produce un desarrollo cognitivo de las operaciones formales. A partir de estas premisas, los autores de este libro abordan un trastorno muy común entre los alumnos de Educación Secundaria Obligatoria: la ansiedad social o el temor a actuar e interactuar ante los demás. Relacionarse con otros, hablar en público o exponer ante los compañeros son algunas de las situaciones cotidianas que generan ansiedad entre los adolescentes.

La denominada fobia social o trastorno por ansiedad social –que se manifiesta en un miedo persistente a relacionarse con otros y a actuar en público– puede llevar al sujeto que la padece a comportamientos como el abuso de sustancias tóxicas, la depresión, e incluso, al suicidio. Por este motivo, debe abordarse preventivamente en el ámbito educativo y profesional. Además, dicha prevención resulta clave para el desarrollo adecuado de las competencias sociales. Los autores de esta obra analizan los procedimientos de evaluación y autoevaluación, así como los programas más eficaces para que su tratamiento permita mejorar la calidad de vida de quienes sufren este problema. Un libro muy útil para profesores y orientadores que supone una aportación valiosa al mercado editorial ante la falta de publicaciones en esta línea, ya que la fobia social durante la infancia y la adolescencia sigue siendo un trastorno de la conducta escasamente investigado.