**Социальные страхи**

**Социальный страх**- страх участия в социальных ситуациях. В основе данного явления лежит страх перед негативной оценкой общества. Социальные страхи являются продуктом противоречивых требований современного социокультурного дискурса. Социальный идеал современного человека требует от него преодолевать негативное оценивание, отказы, социально-негативные импульсы. Однако в то же время, «современный человек» должен быть «усредненным» гражданином, послушным, не привлекающим особого внимания к себе. Более того, с учетом созданных условий (в том числе технологических), коммуникативная активность обесценена, заменена совершенным техническим оснащением и сервисными службами.

Таким образом, у современного человека создается диссонанс между тем, что ему необходимо вступать в социальное общение, удовлетворять значимые потребности и одновременно с этим противостоять социальным падениям, унижениям.

Виды

По мнению С. Ю. Мамонтова, социальные страхи основываются на неуверенности личности в собственных возможностях и способностях, они всегда подразумевают боязнь того, что окружающие могут изгнать, осудить, оскорбить. Автор выделяет следующие виды социальных страхов:

1. Страх отвержения (страх получить отказ, быть непризнанным, недооцененным, презираемым, страх осуждения, боязнь равнодушия).
2. Боязнь потери (оказаться брошенным своим партнером, страх развода, боязнь потерять работу, обеднеть, лишиться красоты).
3. Страх принять самостоятельное решение (взять на себя ответственность, нежелание рисковать, выбрать партнера).
4. Страх публично проявлять свои чувства, а также высказываться, обозначать свои потребности, предъявлять требования, сказать «нет», раскритиковать кого-то, страх конфликтов.
5. Страх перед авторитетными личностями.