Автор: neo2408
24.07.2012 13:17 -

Почему знакомиться страшно?

Каждому человеку в своей жизни приходится сталкиваться с самыми разными людьми, но любой новый контакт поначалу всегда некомфортен и внушает опасения. Почему так происходит? Почему люди, даже самые уверенные в себе, зачастую боятся идти на контакт с незнакомцами?

Тем не менее боязнь нового (и знакомства в том числе) в природе человека. По мере взросления человек создаёт вокруг себя свой личный, персональный мир, в котором всё банально, привычно и донельзя предсказуемо. В зависимости от социального статуса, наследственных факторов и психологических заморочек в этот уютный мирок может входить как личная одежда, личный автомобиль, так и личная футбольная команда... Как хищник метит свою территорию, так и человек незримо "метит" своё пространство, рьяно защищая его от чужих "лап" и "лапок".

Любой новый контакт есть ни что иное, как посягательство на чужую территорию. Однако человек как социальное существо давно уже позволил этому скрытому и вполне естественному чувству спрятаться в глубины подсознания. И сейчас мы чувствуем только небольшой дискомфорт (или очень даже большой, если этому сопутствуют другие факторы), когда дело доходит до нового знакомства.

Итак, боязнь знакомиться - вполне естественна, она выросла из боязни разрушить уют и безопасность персонального пространства.

Существуют три (по меньшей мере) способа снять или снизить дискомфорт при знакомстве. Первый лежит в области психотропного воздействия на мозг. Попросту говоря, можно напиться до потери контроля над окружающей действительностью. Тогда да, многие проблемы отпадают, в том числе и боязнь знакомства. Только вот почему-то, как правило, это приводит только к головной боли на утро и тяжёлому чувству раскаяния в совершённых поступках (если те вспоминаются, конечно).

Ко второму условно можно отнести знакомства в интернете. Здесь нет этого барьера, потому что на ваше персональное пространство никто не покушается. О вас практически ничего не знают. Имя, возраст, пол, социальный статус - здесь можно стать кем угодно,

оставив своё настоящее Я по ту сторону экрана монитора. Это увлекает. Но чаще всего это не более чем эскапизм, то есть незрелость человека, неготовность принять реальность такой, какая она есть, знакомиться и общаться с живыми реальными людьми. Именно потому, что гораздо проще общаться с человеком (и раскрываться перед ним), не зная, кто он есть в реальности. Как в том анекдоте, что вы - настоящий интернетчик, если не уверены в том, что знаете пол своих трёх лучших друзей

И, наконец, третий способ - тренировать уверенность в себе. Уметь отстоять своё пространство, уметь быть гибким и толерантным к обществу. Вообще-то это довольно трудно Но человек - весьма приспосабливаемое существо, трудность заключается в том, что чаще всего он боится признаться (самому себе, главное!), что он не умеет или боится знакомиться.

Итак, что следует для себя определить. Боязнь знакомства - это нормально и естественно. Уверенный в себе человек преодолеет этот барьер, неуверенный - попробует сбежать от него. Но всегда бегать не получится, поэтому очень важно тренировать в себе сильные качества личности.

Попробуем?

Автор - **Мария РА**
Источник