BY: Dr. Hameeda Shaheen (Guest Faculty),
Department of Psychology, Raja Singh College, Siwan.

(ग) सामाजिक दुर्भाति (Social phobia)

सामाजिक दुर्भीति वैसे दुर्भाति को कहा जाता है जिसमें व्यक्ति को अन्य व्यक्तियों की उपस्थिति का सामना करना पड़ता है। व्यक्ति को ऐसी. परिस्थिति में यह डर बना रहता है कि उसका मूल्यांकन (evaluation) लोग करेंगे। फलतः वह ऐसी परिस्थितियों से दूर हटना चाहता है तथा वह चिंतित नजर आता है तथा वह काफी घबड़ाया हुआ दिखता है। इसकी परिभाषा देते हुए रेबर एवं रेबर (Reber & Reber, 2001) ने कहा है कि, "सामाजिक दुर्भीति एक चिन्ता विकृति है, जिसमें विशिष्ट सामाजिक परिस्थितियों के प्रति दृढ़ भय बना रहता है कि लोग उसके सम्बन्ध में छानबीन करेंगे और उसे कुछ इस तरह व्यवहार करना होगा जिससे उसका अपमान या लज्जा का सामना करना पड़ेगा।" ("Social phobia is an anxiety disorder marked by a persistent fear of social particular situations which he individual is subjected to possible scrutiny by others and fears that he or she will act in some way that will humiliate or embarrass.")

इसे सामाजिक चिंता विकृति (social anxiety disorder) भी कहा जाता है। ऐसे लोग आम लोगों के बीच बोलने तथा कुछ विशेष तरह की भूमिका करने आदि से काफी डरते हैं। इतना ही नहीं, ऐसे लोग आम लोगों के साथ खाना खाने या सार्वजनिक पेशाब-पैखाना घरों के उपयोग से भी काफी डरते हैं।

लक्षण (Symptoms):-

सामाजिक दुर्भीति के निम्नलिखित लक्षण होते हैं:-

(1) सामाजिक दुर्भीति का एक मुख्य लक्षण सामाजिक परिस्थिति या परिस्थितियों के प्रति भय है। इस आधार पर फोबिया का यह प्रकार अन्य प्रकारों से भिन्न है। रोगी का यह भय दृढ़ स्वरूप (persistent nature) का होता है।

(2) सामाजिक फोबिया में चिन्ता तथा भय का आधार रोगी का विकृत चिन्तन है। उसे यह भय लगा रहता है कि उस परिस्थिति में उपस्थित लोग उसे लज्जित करेंगे तथा मजाक उड़ायेंगे। यह सोचकर वह चिन्तित रहता है।

(3) इस दुर्भीति का एक लक्षण बचाव या परिहार (avoidance) है। वह सामाजिक परिस्थिति में अन्य लोगों से बचने का प्रयास करता है। कारण, उसे भय लगा रहता है कि लोग उसकी आलोचना करेंगे तथा अवांछित रूप में व्यवहार करने हेतु बाध्य करेंगे।

Dr. Hameeda Shaheen, Deptt. of Psychology, Raja Singh College, Siwan.

(4) मनोविश्लेषणात्मक अर्थ में सामाजिक फोबिया को दुर्भीति-चरित्र (Phobic character) कहा जाता है। कारण इस रोग से पीड़ित व्यक्ति दूसरे लोगों से बचने तथा सुरक्षित वातावरण तलाश करने का प्रयास करते रहते हैं।

(5) यह रोग किशोरावस्था में अधिक देखा जाता है। किशोर पुरुषों तथा किशोर स्त्रियों में इस रोग के विकसित होने की सम्भावना समान होती है।

(6) होम्स (Holmes, 1998) तथा रेबर (Reber, 1995) के अनुसार, अन्य विकृतियों के साथ सामाजिक फोबिया के होने की सम्भावना अधिक होती है। विशेष रूप से आतंक विकृति (panic disorder), बाध्यता विकृति (compulsive disorder) तथा सामान्यीकृत चिन्ता विकृति (generalized anxiety disorder) के साथ इसके घटित होने की सम्भावना अधिक होती है।

कारण तथा उपचार (Etiology and Treatment):- सामाजिक फोबिया के कारण तथा उपचार के लिए आगे दिये गये फोबिया के सामान्य कारणों तथा उपचार को देखें।

Dr. Hameeda Shaheen, Deptt. of Psychology, Raja Singh College, Siwan.