

**Социальное здоровье** это способность **жить и общаться с другими людьми** в нашем мире. Наша способность создавать и поддерживать положительные отношения с семьей, друзьями и коллегами способствует нашему социальному оздоровлению.



**СОЦИАЛЬНОЕ ЗДОРОВЬЕ**– это совокупность потенциальных и реальных возможностей человека в осуществлении своих действий без ухудшения физического и духовного состояния, без потерь в адаптации к жизненной среде.

**Это:**

- умение контактировать с окружающими, развитие навыков, необходимых в общении,
- способность жить и общаться с другими людьми в нашем мире, жить в гармонии с окружающими,
- осознание себя в качестве полноценной личности мужского и женского пола,
- состояние организма, определяющее способность человека контактировать с социумом,
- позитивные отношения, уважения себя и других, а также создание системы поддержки, которая включает в себя членов семьи и друзей,
- здоровый эгоизм, думай не только о себе, но и о других.
- умение найти свое место в мире,
- профессиональное самоопределение.

# Социальное здоровье



# Факторы, формирующие социальное здоровье

1. Социализация– это процесс и результат становления личности, усвоения человеком ценностей, норм, установок, образцов поведения, присущих данному обществу (группе, семье). Социализация – это процесс непрерывный, она сопутствует человеку на всех его возрастных этапах. Она может идти как целенаправленно, т.е. в процессе воспитания и самовоспитания, так и стихийно – под воздействием факторов общественного бытия.
  
2. Социальное здоровье складывается под влиянием родителей, друзей, любимых людей, одноклассников в школе, сокурсников в вузе, коллег по работе, соседей по дому и т.п.
  
3. Государственная политика на разных уровнях:
  - Социально-экономический
  - Образовательно-воспитательный
  - Семейный
  - Медицинский
  - Культурологический
  - Юридический
  - Экологический
  - Личностный

# Социальные аспекты здоровья и здорового образа жизни

Решение вопросов здоровья на государственном уровне требует учета, по крайней мере, следующих групп факторов:

- Правовые: разработка законодательных и нормативных подзаконных актов, подтверждающих право граждан России на здоровье и регламентирующих механизмы его реализации через все государственные, хозяйственные и социальные институты от федерального до муниципального уровней, предприятий, учреждений и самих граждан.
- Социально-экономические, обуславливающие виды, формы участия и ответственность различных звеньев социально-экономических структур в формировании, сохранении и укреплении здоровья своих членов, формирование такой работы и обеспечение нормативных условий для профессиональной деятельности.
- Образовательно-воспитательные, обеспечивающие формирование жизненного приоритета здоровья, воспитание мотивации на здоровый образ жизни (ЗОЖ) и обучение методам, средствам и способам достижения здоровья, умению вести пропагандистскую работу по здоровью и здоровому образу жизни.

# Социальное здоровье

**Имеет жильё**

**Повышать качество  
образования**

**Достойную заработную  
плату**

**Возможность отдыхать**

**Поддерживать своих  
близких**

**Чувствует свою  
«нужность» обществу**

**Благоприятные условия  
труда и быта**

**Социальное здоровье тесно  
связано с духовным**



# Социальные показатели здоровья

- Адекватность - способность к эффективному ответу на «средовые» воздействия;
- Адаптивность – тенденция эффективного существования и развития в изменяющихся условиях среды.
- Критериями социального здоровья выступают:
  - уровень социальной адаптации,
  - эффективность использования различных социальных ролей.

# Пять групп социального здоровья по классификации А.А.Ковалевой

1. **Социально здоровые.** люди, исповедующие систему идеалов, которая не позволяет им совершать противоправные либо безнравственные поступки, наносящие вред другим людям. Эта группа самая малочисленная. Находят удовлетворение в творчестве. Как правило, хорошие профессионалы, способные постоянно совершенствовать своё мастерство. Толерантны к любым точкам зрения. Испытывают отвращение ко всем видам насилия, жестокости, несправедливости. Исповедуют противление злу ненасилием.
2. **Социально конформные** (так называемые обыватели). Наиболее распространённый тип, предрасположенный к социальным болезням. Его представляют люди, некритично принявшие правовые и нравственные нормы общества и готовые, по корыстным мотивам, нарушить эти нормы, если уверены в том, что их непосредственное социальное окружение закроет глаза на их проступки. Находят удовлетворение в достижении запланированного уровня социального благополучия. Толерантны ко всему, что не касается их лично.
3. **Социальные невротики (карьеристы).** Это люди, поражённые социальным недугом стремления к высокой должности, учёной степени, дружбе с высокопоставленными или знаменитыми лицами. Довольно многочисленная категория. При возникновении социальной фрустрации могут прибегать к наркотикам, алкоголю, находить удовлетворение в действиях, оскорбляющих личность.
4. **Социальные психопаты (уголовники – потенциальные и состоявшиеся).** Лица с «перевернутыми» ценностями: всё, что значимо в социуме, отвергается ими, и, напротив, они принимают как норму своего образа жизни то, что обществом порицается. Воры, мошенники, грабители и проч.
5. **Социальные идиоты.** Люди, достигшие высокого положения в обществе или государстве, или сосредоточившие на банковских счетах огромные денежные суммы, в результате чего стали невосприимчивы к проблемам других людей, к проблемам страны, мира. Единственное стремление – укреплять собственное финансовое и властное положение, либо – как минимум – сохранить status quo.

## Задайте себе несколько вопросов:

- Нужно ли мне планировать время, чтобы быть со своей семьей и друзьями?
- Должен ли я получать удовольствие от времени, которое я провожу с другими?
- Являются ли мои отношения с другими положительным и полезным?
- Хочу ли я разнообразить, обогатить свою социальную жизнь?

Если вы ответили "нет" на любой из вопросов, это может указывать области, где необходимо улучшить состояние вашего социального благополучия.