

ВПЛИВ СОЦІОКУЛЬТУРНИХ ЧИННИКІВ НА ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я

Психічне здоров'я людини лише не тільки біологічними і генетичними факторами, але і широким спектром соціокультурних чинників. Суспільство та культура, в якій живе і росте людина, мають величезний вплив на її емоційний, психологічний стан. Розглянемо цей вплив в матеріалах нижче.

Соціальна підтримка: У деяких культурах виявлення слабкості виявилось неприпустимим, що може призвести до утримання проблем і зрвання соціальних зв'язків. З іншого боку, в культурах, які підтримують відкрите висловлення емоцій та прохання про допомогу, люди завжди краще справляються з психічними труднощами.

Стимулююче оточення: Швидкість та ритм життя в соціумі можуть впливати на рівень стресу та адаптацію в цілому. Наприклад, сучасний темп життя, як правило, супроводжується великим навантаженням і стресом, що може призвести до психічних розладів. З іншого боку, культурні практики суспільного життя, такі як медитація або традиційні релігійні обряди, можуть сприяти релаксації та психологічному комфорту.

Соціальна стигматизація—це це прояв негативних упереджень та стереотипів у суспільстві щодо конкретного індивіда або соціальної групи, що з'являється або на підставі певних ознак, що сприймаються як відхід від загальноприйнятих норм і цінностей. Наявність жорсткої стигми в суспільстві може призвести до серйозного погіршення психічного здоров'я. Люди, які потрапляють під вплив соціальної стигми та за якоїсь причини піддаються її впливу (починають ідентифікувати себе певним суспільним «ярликом»), можуть відчувати соціальну відчуженість, тривожність та низьку самооцінку. Особливу нішу цього соціокультурного явища займають люди з психічними розладами. Стигматизація психічних розладів може призвести до того, що багато людей ухиляються від пошуку допомоги та не встигають вчасно звернутися до спеціаліста.

Культурні цінності та переконання: Вірування у цінності, які панують у певній культурі, можуть впливати на психічне здоров'я шляхом тиску суспільної більшості на окремого індивіда, чия думка та переконання відрізняються від загальних поглядів групи. Наприклад, релігійні переконання є однією з гострих тем для суспільства.

Вплив релігії розповсюджується не тільки на суспільство в цілому, а й може погіршити психологічний мікроклімат окремо взятої родини. І в першому і в другому випадку агресивна форма нав'язування релігійних переконань наносить шкоду психічному і моральному стану особистості. Часто люди які стають жертвою культурних цінностей та переконань (в негативному прояві) у висновку отримують надмірну тривожність. В деяких випадках «відкинутість» від постійної соціальної групи через конфлікт культурних цінностей може призвести до дереалізації.

Економічний статус : Економічний статус може визначати доступ до медичних послуг та можливість забезпечити собі основні потреби. Відсутність доступу до необхідної допомоги та можливість ведення якісного життя може призвести до погіршення психічного здоров'я, особливо серед менш забезпечених верств населення.

Мас-медіа та соціокультурний імідж: Засоби масової інформації та соціокультурні стереотипи можуть впливати на сприйняття себе та інших людей.

Реклама, мода та інші аспекти мас-медіа можуть створювати нереалістичні стандарти краси та способу життя, що впливають на самооцінку та призводять до психологічних проблем.

Висновок: Отже, в даній роботі ми розглянули основні соціокультурні фактори, які можуть впливати на психічне здоров'я людини. Можна сказати, що соціокультурні чинники є одними з найбільш впливових чинників формування психологічного стану та самоідентифікації особистості, адже кожна людина з народження проживає у соціумі, контактує з ним, є частиною певної культури.

Під керівництвом: доц. каф. Практичної психології, О.М. Харцій