

УДК 796

***ВЛИЯНИЕ СЕМЬИ НА СОЦИАЛИЗАЦИЮ И АДАПТАЦИЮ ИНДИВИДА
В СФЕРЕ ЗДОРОВЬЯ***

Воронов Н.А.

к.б.н., доцент,

Ярославское высшее военное училище противовоздушной обороны

Ярославль, Россия

Аннотация

От семьи как агента первичной социализации напрямую зависит приобретение детьми необходимых и достаточных знаний о собственном здоровье, навыков и умений для заботы о нем; невыполнение семьей обязанности по адаптации ребенка в части заботы о здоровье влечет за собой многочисленные заболевания у детей, повышенный уровень травматизма, а также нарушения психического расстройства.

Ключевые слова: индивид, семья, первичная социализация, здоровье.

***INFLUENCE OF FAMILY ON SOCIALIZATION AND ADAPTATION OF THE
INDIVIDUAL IN THE SPHERE OF HEALTH***

Voronov N.A.

PhD, Associate Professor,

Yaroslavl Higher Military School of Air Defense,

Yaroslavl, Russia

Annotation

Acquisition by children of necessary and sufficient knowledge of own health, skills and abilities for care of it directly depends on family as agent of primary

socialization; non-performance by family of an obligation for adaptation of the child regarding care of health involves numerous diseases at children, the increased traumatism level and also violations of a mental disorder.

Keywords: individual, family, primary socialization, health.

Семья является самым первым, а потому самым важным социальным институтом в жизни каждого человека. Прежде всего, необходимо разобраться, что же такое социальный институт. Андреев Ю.П. и др. в своей книге «Социальные институты: содержание, функции, структура» дают следующее определение: Социальный институт – исторически сложившаяся или созданная целенаправленными усилиями форма организации совместной жизнедеятельности людей, существование которой диктуется необходимостью удовлетворения социальных, экономических, политических, культурных или иных потребностей общества в целом или его части. Институты характеризуются своими возможностями влиять на поведение людей посредством установленных правил. Собственно, первым социальным институтом, организовывающим жизнедеятельность каждого нового индивида, является семья. Семья – социальный институт, базовая ячейка общества, характеризующаяся, в частности, следующими признаками: добровольностью вступления в брак, члены семьи связаны общностью быта, вступлением в брачные отношения, стремлением к рождению, социализации и воспитанию детей. В данной работе нас будет интересовать именно последний признак, однако предыдущие, так же важны, поскольку именно они станут основой и фундаментом для нового члена общества, которого семья приносит в этот мир. Как и другие социальные институты, семья охватывает сферы жизнедеятельности общества: экономическую, социальную, политическую, духовную и институт родства (брака и семьи). Несомненно, на каждую семью данные сферы жизнедеятельности влияют, создавая предпосылки к тем или

иным особенностям её жизнедеятельности. Но, не смотря на то, какой отпечаток на жизнь накладывают данные сферы, долгом каждой семьи желающей привнести в общество нового его члена, является обеспечение его здоровья на раннем этапе жизни и воспитание качеств, которые будут определять его здоровье в дальнейшей жизни [1].

Прежде всего, хочется отметить, что здоровье играет невероятно важную роль в жизни человека, и непосредственно влияет на остальные его качества. Это обусловлено тем, что здоровому человеку легче развиваться в различных направлениях: духовно, физически, творчески и т.п. Здоровому человеку не нужно столько времени уделять лечению болезней, а значит у него остаётся больше времени на саморазвитие, а также развитие нашего общества. С правильным подходом и заботой о здоровье, в большинстве случаев всё сводится к профилактике и здоровому образу жизни. Первое занимает намного меньше времени и сил, нежели лечение, а второе вовсе никак не мешает жизнедеятельности, а даже стимулирует её по ряду определенных причин. Наверное, будет лишним говорить о том, что человек, который способен развиваться, будет полезен обществу и цивилизации, и, несомненно, привнесёт свой вклад в их развитие. Вот почему необходимо с самого рождения воспитывать в индивиде мысли о здоровом образе жизни и заботе о своём здоровье [2]. В добавок ко всему, это позволит избегать вредных привычек, самыми яркими из которых является курение, и употребление алкоголя. Как минимум они отнимают время, но в худших из исходов увечат личность через влияние на здоровье, и приводят к тому, что индивид начинает деструктивно влиять на общество!

Итак, какими же способами институт семьи влияет на сферу здоровья. В первую очередь он влияет через закладывание правильных жизненных принципов на ячейку общества – что уже является примером для подобных ячеек. Так же институт семьи влияет на сферу здоровья путём воспитания

нового члена общества с правильным воспитанием и взглядами на жизнь, что в долгосрочной перспективе приведет к созданию новых здоровых и полезных обществу его ячеек [3]. Это всё формирует культуру общества, культура общества создаёт культуру нации. Культурно развитая нация процветает и помогает процветанию мира в идеологической перспективе. Это стимулирует развитие в разных сферах жизнедеятельности общества, и научный прогресс, ведь в головах здоровой нации больше здоровых мыслей.

Теперь стоит обратить внимание как же институт семьи влияет на индивида. Несомненно, формирование здоровой личности в семье происходит путём процесса воспитания. По определению А.С. Макаренко (Согласно позиции ЮНЕСКО (1988) А.С. Макаренко отнесён к четырём педагогам (наравне с Д. Дьюи, Г. Кершенштейнером и М. Монтессори), определившим способ педагогического мышления в XX веке), воспитание – это создание (выработка) устойчивых привычек поведения. В семье, в первые годы существования человеку на словах доносятся принципы морали: что есть хорошо, что есть плохо. На примере же жизнедеятельности семьи человек видит, почему что-то хорошо, а что-то плохо и принимает последствия и всевозможные санкции за поступки «не правильные». Для большего понимания стоит определить, что какие же существуют принципы воспитания. Для этого снова обратимся к трудам А.С. Макаренко:

1. Воспитание современного человека - процесс социальный в самом широком смысле слова. Иными словами, один человек сам по себе, какими бы качествами он ни обладал, не может воспитать ребёнка. Материалом для будущего человека не может быть ограниченный набор семейных впечатлений или педагогических поучений отцов. Материалом будет жизнь во всех её многообразных проявлениях. Однако, первые впечатления о жизни формируются именно от взаимодействий в семье!

2. Семейный коллектив даёт опыт общения с близкими и менее близкими людьми, позволяет ребёнку узнать ощущение человеческой помощи и человеческой нужды, чувства зависимости, связанности, ответственности. Если родители видят, что в их жизни есть нечто такое, что может нанести вред воспитанию детей, то это нечто надо пересмотреть, изменить и, если требуется, совсем уничтожить.

3. В детском возрасте большое значение имеет игра, и ребёнок должен играть, «надо не только дать ему время поиграть, но надо пропитать этой игрой всю его жизнь».

4. Правильное воспитание невозможно себе представить нетрудовым воспитанием. В воспитательной работе труд должен быть одним из самых основных элементов.

5. Развитие чувства долга, чести и дисциплины. Дисциплинированным человеком мы имеем право называть только такого, который всегда, при всяких условиях сумеет выбрать правильное поведение, наиболее полезное для общества, и найдёт в себе твёрдость продолжать такое поведение до конца, несмотря на какие бы то ни было трудности и неприятности [5].

Подведя итоги, проецируя эти принципы на сферу здоровья, формирование правильных привычек и взглядов на образ жизни человека начинается с впечатлений и первого опыта, предоставляемыми семьёй. Каждая игра имеет определенные правила, и подобный подход может быть поставлен в пример жизни. Труд – активность, направленная на создание чего-то полезного необходимо человеку для здоровья его организма, а так же здоровья ментального. Но это невозможно без определённой дисциплины, развития чувства долга, чести. Самое главное, что дети воспринимают всё намного проще, пока им не с чем сравнивать, поэтому невероятно важно доносить до них эти принципы с самого начала их жизни [4].

Почему же здоровье физическое так важно для индивида? Как мы уже видели, важным принципом является труд и активность. Рассмотрим их влияние более детально. Во-первых, физическая активность стимулирует и активность умственную. Будет лишним говорить о необходимости умственной активности. Во-вторых, активность физическая стимулирует уровень гормонов, многие из которых иногда просто необходимы человеку. Ярким представителем является Адреналин. Люди, в организме которых плохо вырабатывается адреналин, часто пасуют перед жизненными трудностями. Уровень адреналина повышает регулярные физические нагрузки. Так же в критические ситуации, адреналин способен спасти жизнь человеку, так как способен временно увеличивать физические показатели человека и реакцию. Ещё одним ярким представителем является эндорфин. Эндорфины – гормоны внушают человеку состояние спокойствия и безмятежности. Эндорфины – это гормоны удовольствия. Они являются главным звеном противоболевой системы организма, регулируют эмоции. Выработка эндорфинов увеличивается в ответ на стресс с целью уменьшения болевых ощущений. Спорт в определённом смысле способствует стрессу организма, значит стимулирует выработку эндорфина. Ещё одним примером может послужить дофамин. Этот гормон помогает быстро адаптироваться в новой среде. Дофамин контролирует способность к обучению, поддерживает стремление к новым свершениям, помогает достигнуть цели, придавая человеку уверенность. Люди, в организме которых наблюдается нехватка дофамина, характеризуются нерешительностью и неуверенностью в себе. Труд же, является деятельностью, которая имеет свои результаты. А достижение определенных результатов стимулирует выработку дофамина. Ну и самым простым в понимании являются анаболические гормоны, такие, как тестостерон. Физическая (в основном силовая) деятельность стимулирует выработку анаболических гормонов, которые стимулируют рост мышц человека. Мышцы в свою очередь необходимы для

выполнения любой деятельности человека, будь то просто ходьба, или перенос пакетов из магазина. Физически более развитые люди способны выполнять трудовую деятельность более эффективно, то же можно сказать и про бытовую деятельность человека.

Вывод: Физическая деятельность делает более устойчивым человека к влиянию внешних факторов, стимулирует умственную деятельность человека, развивает его тело, делая легче физические контакты в окружающей среде. Физическая активность требует в свою очередь от человека дисциплины, но взамен делает более здоровым, способствуя продуктивной и полезной деятельности для общества. А значит такой человек способен быть функционально полезной единицей общества. За создание такой единицы отвечает первый в жизни человека его институт – институт семьи, именно в нём формируются жизненные принципы, закладываемые принципами воспитания. Именно на ранней стадии своей жизни человеку прививается то, что сделает его полезным обществу. То, что позволит ему в этом обществе существовать, получая максимум пользы для себя.

Библиографический список:

1. Андреев Ю.П. Социальные институты: содержание, функции, структура / Ю.П. Андреев, Н.М. Коржевская, Н.Б. Костина. Свердловск: Урал, ун-та, 1989. -520 с.
2. Воронов Н.А. Влияние социальных отношений на качество состояния психического и физического здоровья / Н.А. Воронов // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. 2018. № 7. С. 131-133
3. Воронов Н.А. Феномен социализации студента в образовательном процессе физического развития / Н.А. Воронов, И.П. Гладких, А.В. Люсин // В сборнике: Образование и педагогические науки в XXI веке Сборник статей победителей

Международной научно-практической конференции. Под общей редакцией Г.Ю. Гуляева. 2017. С. 162 – 165.

4. Макаренко А.С. Педагогические работы о воспитательной системе. Т.1. М.: Марбург. 1984. – 399с.

5. Шарков Ю.П. Методические аспекты формирования специальных физических качеств у студентов / Ю.П. Шарков, А.В. Борисов, А.В. Буриков // Вестник Череповецкого государственного университета. 2014. № 3 (56). С. 176-178.

Оригинальность 77%