

Социально-заразная болезни!



В развитии человека как личности, важную роль играют такие понятия как:



«Скажи мне, кто твой друг, и я скажу, кто ты».
«С кем поведешься, от того и наберешься».

Если вы проанализирует своё окружение, то сможете выявить определённые закономерности. Большинство будут иметь, примерно, похожий социальный статус, уровень образования, устройство быта, интересы в сфере досуга и похожие цели в жизни.

Одной из называемых причин формирования зависимости, многие люди отмечают «плохую компанию».



Интересное исследование было проведено зарубежными психологами, они опросили 45 студентов, оценить вероятность «заразиться» психическими расстройствами. Самыми «социально-заразными» посчитали алкоголизм (56%), анорексию (35,7%), депрессивное расстройство (32,2%) и ипохондрию (30,6%). Конечно, эти заболевания нельзя отнести напрямую к заразным, но определенные эмоциональные состояния и привычки могут передаваться от человека к человеку.

Учиться разбираться в людях. Формировать ближайшее окружение из единомышленников, ориентированных на ЗОЖ.

Уделить внимание процессу самоопределения как личности, как части общества и как представителю профессии.

Освоить тайм-менеджмент. Сформировать культуру досуга. Качественное проведение свободного времени, не связанного с употреблением психоактивных веществ.

Не забывать об укреплении границ безопасности и поддержании благоприятной среды для жизнедеятельности. Благополучное место проживания с развитой полезной инфраструктурой, с низким уровнем преступности.

Знание прав и обязанностей. Соблюдение морально-этических социальных норм.

Для развития перспективы вашего успешного будущего, а также снижения риска формирования зависимости от алкоголя и других психоактивных веществ важно!