

Вохминцева Маргарита Владимировна

студентка

ФГБОУ ВПО «Поволжский государственный

технологический университет»

г. Йошкар-Ола, Республика Марий Эл

УРБАНИЗИРОВАННАЯ СРЕДА И ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ

***Аннотация:** в статье рассматривается процесс урбанизации и его влияние на психическое здоровье человека. Автор считает необходимым решение проблем, происходящих в городской среде, при помощи создания системы полезных взаимодействующих социальных, экологических, технических и иных мер.*

***Ключевые слова:** урбанизация, психическое здоровье, человек.*

Со стремительным развитием сегодняшнего общества его характерной особенностью стал стремительный рост городов, городских агломераций, постоянное повышение численности населения в этих сложных системах. Стремительное увеличение количества городов во всем мире называется урбанизацией. Урбанизация, как сложный непрерывный процесс влечет за собой крупные исторические, социальные, экономические преобразования на протяжении всего пути существования человеческого общества. В данной статье мы рассмотрим, как процесс урбанизации и городская среда влияют на здоровье человека, в особенности на его составную психическую часть.

В городах с большим количеством населения наиболее быстро и значительно претерпевает изменения природная среда обитания, ритм городской жизни, психика человека, обстановка дома и в рабочей среде, изменяется климат. Жители крупных городов должны принимать ответственные быстрые решения в необходимых вопросах, которые требуют больших психологических усилий, затрат душевных сил и эмоций. Время отдыха городского жителя значительно меньше, чем людей, живущих в селе. Постоянное напряжение и тяжелый ритм городской жизни давят на психическое и физическое здоровье человека. Нехватка времени – главная проблема городского жителя. Урбанизированная среда

является средой измененной самим человеком в ходе НТП (научно технического прогресса), насыщенной загрязнителями различного характера и рода происхождения с низким качеством компонентов естественной среды, таких как вода, воздух и растения, очищающие загрязненный воздух. Все эти неблагоприятные факторы формируют неправильный образ жизни горожан. Большая часть городского населения чувствует влияние негативных процессов, происходящих в городской среде, на здоровье и относится к категории населения с так называемыми «болезнями цивилизации».

Психическое здоровье человека является важной частью его здорового существования в обществе. Нервная система контролирует все элементы человеческого организма, как единой системы, поэтому психическое состояние проявляется на работе каждой из систем организма, а состояние всех систем организма отвечает за психику человека. Психическое здоровье человека характеризуется отсутствием психических или психосоматических болезней, естественной, соответствующей возрасту, работе психики, нормальным функциональным состоянием всех систем человеческого организма.

Жизнь в большом городе приводит к главному явлению – тревожности. Тревожность в городе стала нормальным явлением. Из-за тревожности вспыхивают скандалы, негативная энергия берет верх над разумом. Жизнь в крупном городе делится на внутреннюю и внешнюю. Первая часть – успешная часть, вторая часть испытывает нехватку любви и заботы. В городской жизни все подчинено успеху, городской житель либо успешен, либо является неудачником. Такое разделение жизни возникло из-за нехватки времени, спешки, огромного количества проблем социального и экономического характера.

Жители городов подсознательно эмоционально настроены на плохие новости и явления. Им легче воспринять плохую новость, чем хорошую. Такие явления, как фобии очень распространены в мегаполисах. Одной из них является боязнь толпы. Урбанизированная среда формирует скученное, единое общество, но это лишь видимость, на самом деле каждый индивид живет самостоятельно, сам по себе. Рост числа психических расстройств еще одно негативное проявление

урбанизации. Стресс – вполне нормальное явление для городского жителя. С все большей урбанизацией повышается преступность, особенно среди несовершеннолетнего населения. В густонаселенных районах города жители наиболее сильно страдают от психических расстройств, рост преступности в этих районах значительно выше, чем в других.

Существуют и другие болезни, проявляющиеся у городского населения. К ним относятся заболевания сердечно-сосудистой системы; рост числа злокачественных образований, в особенности рак легких и дыхательных путей; рост числа аллергических заболеваний. Эти болезни вызваны факторами урбанизированной среды, такими как загрязнение воздуха, воду, шумовое загрязнение от транспорта, промышленных предприятий, электромагнитные поля (ЭМП), источниками которых являются передатчики, телецентры. В целом уменьшение естественной природной среды негативно сказывается на физическом и психическом здоровье человека.

Почти все городские жители страдают десинхронозом. Десинхроноз – это нарушение суточных ритмов человека. Признаками десинхроноза являются плохой сон, раздражительность, вялость, снижение работоспособности, отсутствие аппетита. Все это вызвано нехваткой времени и спешкой отдохнуть или сделать большее количество дел.

Огромные города с их зданиями, автомагистралями с мчащимися транспортными средствами, извергающими выхлопные газы, нескончаемой суетой, спешкой ослабляют человека, его биологическую природу, давят на его психику.

Проблемы, происходящие в городской среде нужно решать, создав систему полезных взаимодействующих социальных, экологических, технических и иных мер. При разработке данных мер необходимо рассматривать человека и природную среду, как целостную систему.

Список литературы

1. Столяренко Л.Д. Основы психологии [Текст]. – Ростов н/Д, 2012. – 672 с.
2. Чубик М.П. Экология человека [Текст]. – Томск, 2012. – 245 с.
3. Рассел Д. Урбанизация [Текст]. – М., 2012. – 64 с.