

МБУ «Районный культурный центр» Куньинского района
Куньинская Центральная районная библиотека
Отдел информационно-правовой работы

**ЭМОЦИИ.
ПОСТУПКИ.
ОТВЕТСТВЕНН**

ОСТЬ
Информационно-правовое
сообщение

Кунь
я
2021

Наше восприятие и поведение зависит от тех эмоций и чувств, которые мы испытываем.

А наши эмоции и чувства являются реакцией на какие-то изменения во внутреннем или внешнем мире. Причем эмоция – это мгновенная реакция на раздражитель, а чувство – это состояние, продленное во времени, запущенное нашим мышлением. Те чувства, которые мы будем переживать, сформируют наше восприятие этих событий, а восприятие будет регулировать наше поведение при взаимодействии.



Переживаемое чувство определяет характер нашего поведения.

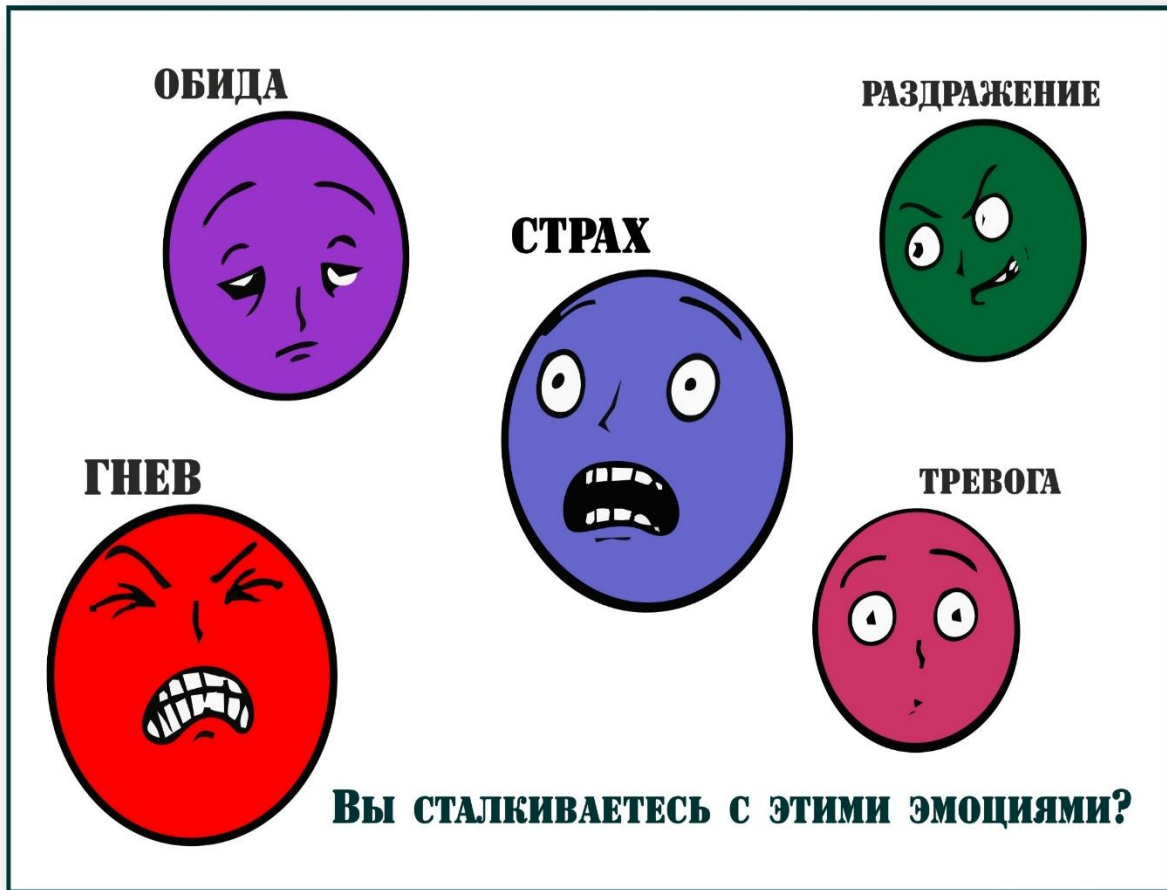


Например, мы встречаем человека, с которым у нас было связано какое-то неприятное событие (изменение во внешнем мире).

У нас может возникнуть, например, эмоция страха или эмоция раздражения.

В зависимости от возникшей эмоции, мы запустим мыслительный процесс и либо постараемся избежать взаимодействия с этим человеком либо будем взаимодействовать, но агрессивно.

Если же мы ощущаем зависимость от этого человека, то наши действия будут направлены на то, чтобы угодить ему.



Что собой представляют эмоции:

Эмоция страха – это мгновенная реакция защиты, предупреждение возможной боли или угрозы.

Эмоция интереса – эмоция, рождающая желание что-либо изучить, понять.

Эмоция радости – реакция на получение удовольствия.

Эмоция печали – реакция на утрату объекта, приносящего удовольствие.

Эмоция злости – реакция, помогающая устранить или разрушить препятствия на пути получения удовольствия.

Эмоция отвращения – мгновенная реакция отторжения чего-либо.

Эмоция удивления – мгновенная реакция на что-то необычное или незнакомое.

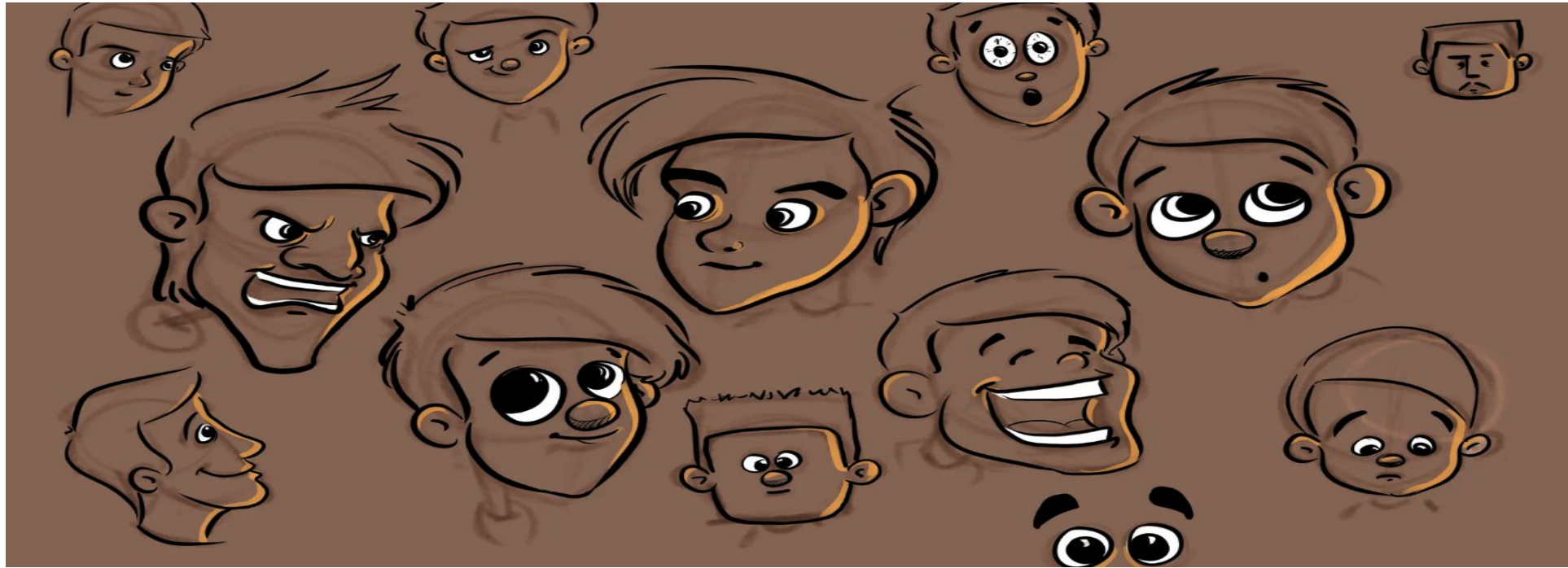
Кстати, удивление способно привести к быстрой смене эмоций-реакций.

Поведение человека на протяжении дня подобно радуге изменяется от всплесков радости до необоснованной печали. Все его действия и поступки контролируются многими факторами. Это может быть и смена погоды, и специфика ситуации, и просто приятная или не приятная новость. Эти факторы вызывают у человека определенные эмоции, специфического отношения к тому или иному событию. Именно они являются главным рычагом в формировании поведения. В зависимости от того, какие эмоции преобладают в данный момент над человеком, поведение может быть адекватным и правильным, а может быть и алогичным для ситуации.

Известный психолог К. Изард предложил в качестве фундаментальных выделить 10 эмоций. Согласно его теории интерес, страх, радость, удивление, гнев, страдание, отвращение, презрение, стыд и смущение имеют определяющее значение в жизни человека, его деятельности и поведении. Поведение, в свою очередь, имеет огромное значение для человека в плане выживания. С помощью изменения поведенческих реакций человек избегает опасных ситуаций и приспосабливается к изменчивой внешней среде. Человек может совершать необдуманные поступки. В большинстве случаев действия совершаются автоматически, бессознательно.



Следует помнить, что независимо от того, какую эмоцию переживает человек, в организме происходят серьезные физиологические изменения. Значения таких процессов для организма нельзя недооценить и проигнорировать. Долгое воздействие эмоции формирует определенное настроение человека. И если она носит отрицательную окраску, такое воздействие может привести к душевным и физическим расстройствам.

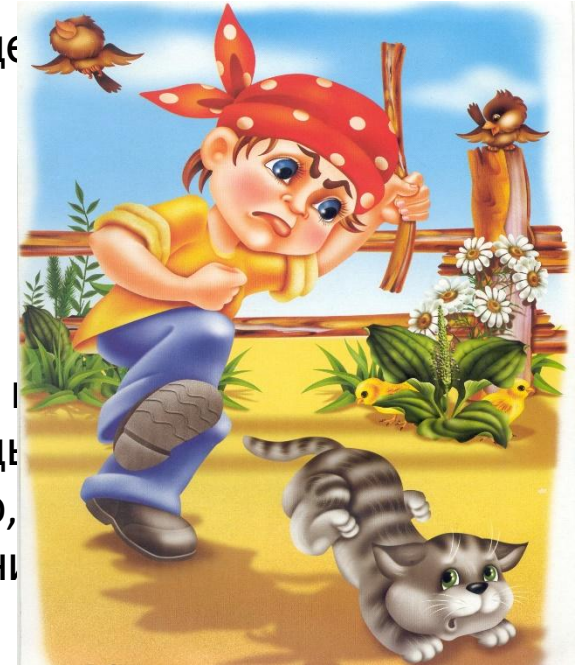


Человеческое поведение зависит от эмоций, которые активизируют и организуют восприятие, мышление, воображение. Эмоции могут омрачить восприятие мира или раскрасить его яркими красками.

К своим эмоциям надо подходить ответственно, особенно к негативным, так как эмоциональный компонент выступает как ярко выраженный криминогенный фактор.

Причина правонарушений - это негативное явление, их вызывающее. В самом общем смысле причиной правонарушений является стремление лица удовлетворить или проявить противоправным способом свои интересы, стремления, эмоции, что сопутствует всем правонарушениям в любое время и в любом обществе.

Эмоциональная сфера человека претерпевает значительные изменения в ходе возрастного развития. Это закономерный процесс, обусловленный как физическим и интеллектуальным ростом, так и развитием личности. В разные возрастные периоды отмечается усиление или, наоборот, ослабление импульсивности, что, естественно, по-разному отражается на возникновении эмоционального (аффективного) состояния. Особое значение это обстоятельство имеет в преступности несовершеннолетних.



Подросткам (от 11 - 12 до 15 лет) присущи повышенная возбудимость, неуравновешенность с преобладанием возбуждения над торможением, что отражается на характере протекания эмоций - они имеют резкое и бурное выражение. Часто именно в такой форме подростки реагируют на несправедливость или оскорбление.

В дальнейшем, в возрасте ранней юности (15 - 18 лет), человек приобретает способность преодолевать свойственную подросткам произвольность, импульсивность в проявлении чувств. Однако и в этом возрасте еще наблюдается высокая эмоциональность.

Склонность действовать под влиянием эмоций, по первому побуждению чувств, выражается в том, что большинство преступлений несовершеннолетних совершается без предварительного обдумывания. Проведенные исследования показали, что у 76% несовершеннолетних правонарушителей умысел возник

Для несовершеннолетних характерны постоянное стремление к риску, взвинчивающим, щекочущим нервы ситуациям, жажда пережить тревожное возбуждение.

Повышенная возбудимость, аффективность подростков часто сочетается с такой характерологической особенностью, как повышенная агрессивность.

Человек, лишенный возможности достичь желаемой цели (например, отомстить, за нанесенную кем-то обиду), «заменяет» ее другой целью, доступной в данный момент (избивает другого человека), в результате чего нервно-эмоциональное напряжение снимается. В тех случаях, когда выход из ситуации принимает агрессивную форму, возможно совершение тяжких насильственных преступлений. Возникновению сильных эмоциональных реакций могут способствовать и отклонения от нормы в состоянии здоровья.

В настоящее время совершенно новые возможности манипуляции эмоциями и сознанием несовершеннолетнего преступнику дает технология виртуальной реальности. Психоэмоциональный эффект, средний по силе с эффектом от событий в



Ответственность - это способность понимать следствия каждого своего действия (мысли, чувства, эмоции, поступков) и каждого своего бездействия.

Эмоциональная ответственность - это способность понимать следствия каждой своей эмоции и чувства, которые мы выбираем проживать: выражать наружу, подавлять или трансформировать.

У человека есть полная свобода делать выбор - какие чувства, эмоции и состояния проживать, выражать или подавлять, понимать и трансформировать.

Эмоционально ответственный человек понимает, что не может иметь контроль над чувствами других, но только над своими.

Например, что бы ни было причиной гнева другого человека, он несет сам ответственность за свою ярость или злость. Можно быть отстраненным от злости другого, беря ответственность за свои эмоции, и отказаться принимать негативные чувства других на свой счет в любой ситуации.



Эмоциональная ответственность поможет избежать и ответственности правовой.

ОСНОВНЫЕ ВЫВОДЫ. ЧТО НУЖНО ПОМНИТЬ?

1. *Старайся прежде думать, а потом делать.*
2. *Учись управлять своими эмоциями.*
3. *Представь, как твой поступок подействует на другого человека, какие чувства он будет испытывать.*
4. *Делай то, за что не будешь испытывать чувство вины, стыда.*
5. *Помни всегда, что за некоторые поступки, совершенные под влиянием негативных эмоций, придется отвечать перед законом.*
6. *А значит, человек должен уметь контролировать свои эмоции, погашать приступы агрессии, уметь выходить из конфликтных ситуаций.*

