Пізнаючи дійсність, людина так чи інакше ставиться до предметів і явищ, які її оточують: до речей, людей та до самої себе. Одні явища дійсності викликають радість, захоплення, інші - тугу, смуток, розчарування. Такі переживання називають емоціями та почуттями.

Людські емоції та почуття найяскравіше виражають духовні запити і прагнення людини, її ставлення до дійсності.

Емоції та почуття органічно пов'язані, але за змістом і формою переживання вони не тотожні. Ставлення людини (позитивне або негативне) до дійсності відображається в мозку і переживається як задоволення або незадоволення, радість, сум, гнів, сором. Такі переживання називають *емоціями.*

**Емоція**- це загальна активна форма переживання організмом своєї життєдіяльності, реакція психіки на задоволення чи незадоволення потреби

Емоція - це просте, безпосереднє, поверхове, короткоплинне переживання людини в даний момент. Розрізняють прості та складні емоції. Переживання задоволення від їжі, бадьорості, втоми, болю - це прості емоції. Вони властиві і людям, і тваринам. Прості емоції в людському житті перетворилися на складні емоції. Характерною ознакою складних емоцій є те, що вони - результат усвідомлення об'єкта, що зумовив їх появу, розуміння їхнього життєвого значення, наприклад, переживання задоволення під час сприймання музики, пейзажу.

Більш глибокі та стійкі форми ставлення до дійсності називають *почуттями.*

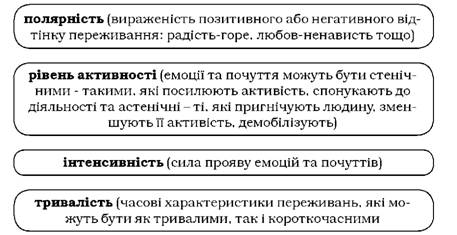
**Почуття**-це специфічно людський, узагальнений, найвищий, найглибший рівень переживань особою свого ставлення до себе, до подій, осіб, предметів, які були, є і будуть

Почуття є специфічно людською формою вияву афективної сфери психіки, оскільки здатність до їх переживання сформувалась в процесі розвитку людини як соціальної істоти. Новонароджений ще не має здатності переживати почуття, вона формується в процесі розвитку дитини та її взаємодії з соціумом. Почуття мають більшу глибину та стійкість переживань і можуть супроводжуватись проявами різних емоцій (так, при коханні як почутті людина переживає і радість, і сум, і гнів та інші емоції).

Переживання не можуть виникнути без причини. Природа емоцій і почуттів органічно пов'язана з потребами. Потреба завжди супроводжується позитивними чи негативними переживаннями. Потреби людини і тварин різняться за змістом, інтенсивністю та способом їх задоволення, що зумовлює відмінність емоцій людей і тварин, навіть таких, які є спільними для них: гнів, страх, радість тощо.

У людини як суспільної істоти виникли вищі, духовні потреби, а з ними і вищі почуття - моральні, естетичні, пізнавальні, які не властиві тварині. Тваринні емоції залишилися на рівні інстинктивних форм життєдіяльності. Емоції та почуття людини пов'язані з діяльністю: діяльність викликає різні переживання, останні ж, в свою чергу, стимулюють людину до діяльності, наснажують її. Почуття збагачують життя людини.

Емоції та почуття як переживання людини складають прояви афективної сфери особистості. Кожна людина має коло своїх уподобань, симпатій та антипатій: одна емоційно дуже чутлива, вміє співпереживати, інша не звертає уваги на почуття та емоційний стан іншої людини, не вважає це істотним, одна вміє контролювати інтенсивність проявів своїх емоцій та почуттів, інша ж є неспроможною до цього, одна вміє проявляти величезну гаму переживань, іншій це недоступно. Кожна особистість живе у своєму афективному просторі, в якому будуються всі її взаємозв'язки з навколишнім світом, що відбивається на проявах психічного, зумовлюючи неповторність особистості. Емоціям та почуттям властиві такі особливості:



***Афективний простір***- це емоції та почуття особистості, її прагнення й бажання, її переживання, пов'язані з пізнанням і самопізнанням, що безпосередньо впливає на дії, вчинки й усе життя особистості