

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ О.О.БОГОМОЛЬЦЯ
Кафедра загальної і медичної психології

Курсова робота
ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ УЯВЛЕНЬ ПРО СЕНС ЛЮБОВІ У
СУЧАСНОЇ МОЛОДІ

Виконала:
студентка 3 курсу 1 групи
медико-психологічного факультету
Шаблевська Тетяна Святославівна

Науковий керівник:
доцент, канд. психол. наук
Тертична Надія Анатоліївна



Завідувач кафедри професор Матяш М.М.



Київ 2020

Зміст

Вступ.....	3-5
Розділ I. Любов і закоханість у дослідженнях вітчизняних і зарубіжних психологів.....	6-20
1.1. Психологічні підходи до аналізу любові і закоханості.....	6-8
1.2. Розвиток вищих почуттів в різні періоди онтогенезу.....	8-16
1.3. Уявлення про сенс любові у процесі становлення особистості.....	16-20
Розділ II. Емпіричне дослідження особливостей уявлень про сенс любові в період юнацького віку.....	
2.1. Процедура, методи, методики дослідження сенсу любові в юнацькому віці.....	21-24
2.2. Аналіз домінуючих компонентів любові в юнацькому віці.....	24-33
2.3. Особливості уявлень про любов у чоловіків та жінок з різним ступенем любовної аддикції.....	33-38
2.4. Характер уявлень про любов у чоловіків та жінок на основі їх психологічної статі.....	38-42
Висновки.....	43
Список використаних джерел.....	44
Додатки.....	45-55

ВСТУП

Любов та закоханість протягом століть цікавила людство: про любов складали пісні, писали вірші і романи, увічнювали в скульптурі і архітектурі образи улюблених - в любові шукали людське в людині. Сьогодні такі пошуки стають як ніколи актуальними. Про необхідність гуманізації сучасної освіти та культури, орієнтації їх на загальнолюдські цінності пишуть як педагоги (Б.С.Гершунский, Д.Ікеда, В.Садовничий, Н.Д.Нікадров), так і психологи (Б.С.Братусь, Л.Я.Гозман, А.Б.Орлов), закликаючи задуматися про соціокультурної ситуації в світі. Однак психологія любовних відносин до останнього часу залишається одним з недостатньо розроблених розділів психології. Така ситуація легко пояснюється, з одного боку, складністю самого феномена, спочатку соціального, об'єднуючого двох або декількох людей, і одночасно суто особистого й інтимного; загальнолюдської цінності і відображення індивідуальності кожної особистості; суб'єктивного, внутрішнього і при цьому має значущі зовнішні, об'єктивні наслідки і кореляти (любовна поведінка, створення сім'ї, народження дітей). З іншого боку, нерозробленість концепцій, теорій, методів у галузі психології любові і закоханості пояснюється логікою розвитку самої психології. [1]

Актуальність досліджень в області психології любові та закоханості обумовлена значимістю даного феномена для життя і розвитку людини. У любові як у почутті і вищої психічної функції виявляється і формується особистість й індивідуальність людини, ієрархія її цінностей і життєвих установок, статеві і гендерні ідентичності. Суб'єктність людини, її можливості реалізації творчої активності, альтруїзм, свобода характеризують

любов та закоханість як специфічні форму міжособистісної взаємодії. Дані феномени відіграють величезну роль у становленні відношення до інших людей і самоставлення, виступаючи вищою формою їх реалізації (Б.С.Братусь, В.С.Петрушин, В.І.Слободчиков, А.Маслоу, Е.Фромм, К.Роджерс, В.Франкл та ін.).

Існуючі теорії щодо феномена любові, створені в рамках психоаналізу (А.Лоуен, З.Фрейд, Е.Фромм, К.Хорні, Е.Еріксон, К.Юнг та ін), когнітивно-біхевіоральної (А.Арон, С.Дак, Д.Даттон, М.Кларк, Дж.Міллс, Д.Б.Уотсон, Дж.Харві, Дж.Флойд, С.Шехтер та ін), гуманістичної і екзистенціальної (А.Маслоу, К.Роджерс, В.Франкл та ін), гештальт-психології (Б.Мартель, Ф.Перлз, Дж.Рейноутер та ін) акцентують увагу на феноменології та патології любові, факторах її виникнення, приділяючи недостатню увагу проблемі психологічного аналізу сенсу любові. [2]

У вітчизняній психології показано вплив соціокультурного контексту на уявлення про любов (Л.Я. Гозма., В.М.Розін та ін), розкрито значення любові як особливої форми ставлення до іншого для розвитку людини (Б.С.Братусь), проаналізовано потребний профіль статевої поведінки (Ю.М.Орлов). Створені теоретико - методологічні передумови для дослідження різних рівнів смислових утворень особистості А.Г. (Асмолов , Л.С.Виготський., В.Є.Ключко, О.М.Краснорядцева, А.Н.Леонтьєв, Д.А .Леонтьє., А.В.Сірій., М.С.Яницький та ін). Проблема сенсу любові та закоханості ставиться лише в окремих роботах по психології і вивчається без проведення емпіричних досліджень на основі філософського та теоретико - методологічного аналізу, узагальнення клінічного матеріалу (Б.С.Братусь, А.Маслоу, В.М .Розін., В.Франкл, З.Фрейд, Е.Фромм, К.Г.Юнг та ін.). Емпіричні дослідження любові чоловіка і жінки в різні періоди життя людини (Ш.Бюлер, С.В.Несина ,Н.Ю.Рижова, Г. Хельміус та ін) практично

не зачіпають проблеми трансформації уявлень про сенс любові та закоханості. [3]

Існуюче протиріччя між важливістю вивчення трансформації уявлень про сенс любові у сучасної молоді із недостатньою розробленістю даної проблематики в психологічній науці, зумовило актуальність даного дослідження. На теперішній час психологія любові відрізняється відсутністю єдиного визначення і загальноприйнятою теорією любові. Тому вивчення соціальних уявлень про любов, які існують в людей різного віку, викликало надзвичайний інтерес до теми даного дослідження та визначило **мету** нашої роботи - виявлення особливостей трансформації уявлень про сенс любові в процесі становлення людини в юнацькому періоді.

Об'єкт дослідження – любов як вище почуття.

Предмет дослідження – трансформація уявлень про сенс любові в процесі становлення людини в період юності.

Гіпотеза дослідження – специфіка уявлень про сенс любові юнацькому періоді може виражатися в індивідуалізації, диференціації, деідеалізації і збереженні амбівалентності даних уявлень.

Завдання дослідження:

1. Виявити специфіку історичної трансформації уявлень про любов та її сенс в психологічних концепціях.
2. Визначити специфіку чоловічих та жіночих уявлень про сенс любові в період юності.
3. Дослідити особливості уявлень про любов у чоловіків та жінок з різним ступенем любовної аддикції.
4. Охарактеризувати особливості уявлень про любов у чоловіків та жінок на основі їх психологічної статі і відповідно ступеня прояву маскулінності, фемінності або андрогінності.

Методи дослідження:

1. Теоретичні методи (аналіз і синтез узагальнення літературних джерел).
2. Емпіричні методи.
3. Методи обробки даних (кількісні, якісні).

Структура дослідження: робота складається зі вступу, двох розділів, 7 параграфів, висновків, списку літературних джерел та додатків та містить 1 таблицю і 9 рисунків.

Розділ I. Любов і закоханість у дослідженнях вітчизняних і зарубіжних психологів

1.1 Психологічні підходи до аналізу любові і закоханості.

У психології існують різні підходи до осмислення феномена любові. Кожен підхід має свої сильні і слабкі сторони.

Біологізаторські теорії орієнтуються на пошук об'єктивно існуючої, матеріальної основи любові і на розгляд феномена любові в контексті еволюції людства. Очевидними недоліками цих теорій є заперечення власне психологічного аспекту любові і розгляд її як епіфеномена, надбудованого над фізіологічними процесами.

Біхевіоричний і небіхевіоричний підходи ігнорують суб'єкт-суб'єктну природу близьких відносин, не враховують впливу соціального контексту; моделі любові, розроблені в рамках цих підходів, відповідають американській культурі і ринкових відносин, в яких ведеться рахунок винагород і витратам, і не можуть бути поширені на інші типи культур.

Психодинамічні теорії любові в історичному плані вперше зробили любов предметом психологічного аналізу, висвітлили вплив переживань дитинства і батьків на формування здатності любити і бути коханим,

виділили несвідомий компонент любові і відзначили роль несвідомого в любовних відносинах, розробили методи терапії в області психології кохання. Обмеженість цього підходу пов'язана з опорою в побудові теорії в основному на клінічний матеріал, з переоцінкою ролі несвідомого і дитинства у розвитку любовних відносин. Гештальт теорії любові переважно орієнтовані на вирішення проблем клієнта у сфері партнерських відносин і не мають розгорнутої теоретичної моделі любові. [4]

Основні теоретичні положення гештальт психології просто переносяться в область психології кохання.

Когнітивні теорії добре пояснюють феномени зміни сприйняття світу, себе і партнера закоханим людиною, описують вплив когнітивних стилів на формування близьких стосунків. Проте ці теорії, переоцінюючи когнітивну сферу особистості, недооцінюють емоційно-вольову та дають в силу цього односторонній аналіз природи любові.

Соціально-психологічні теорії любові, акцентуючи увагу на типах і стадіях любові, в чому залишаються чисто формальними, а проведені соціально-психологічні дослідження спрямовані на вивчення окремих аспектів любові і не здатні дати цілісного розуміння цього феномена. Так, теорія Л. Я. Гозмана, що включає ряд соціально-психологічних досліджень, лише вписує любов як атракцію в соціальний контекст.

Гуманістичні теорії любові орієнтовані на людину, вірять у його можливості, однак носять чисто гіпотетичний, філософсько-описовий характер.

Перші спроби визначити стрижневі характеристики (компоненти) любові за допомогою факторного аналізу привели до виділення двох: 1) емоційна підтримка об'єкта любові і 2) толерантність до його недоліків і вимогам (Swensen, Gilner, 1964). 3. Рубін (Rubin, 1970) включив в любов

турботу, потреба і довіру до іншого. Однак ці складові притаманні і дружбі. Дінер і Пишчінський (Diener, Pyszczynski, 1978) спростили любов до високої симпатії та сексуального потягу, а Педерсен і Шумейкер (Pederson, Shoemaker, 1993) розуміють любов як п'ятикомпонентне явище, в яке входять:

- 1) спільна активність, здійснювана тільки з романтичним партнером ;
- 2) вербальне і невербальне вираження (прояв) схильності і прихильності;
- 3) намір і комунікація усвідомлення проблем партнера по любові і здатність обговорювати і вирішувати ці проблеми;
- 4) романтичність наявність ідеалізованих установок по відношенню до любовних взаємин, що підкреслюють хвилювання в присутності коханої людини;
- 5) сензитивність і спонтанність, готовність відповідати на спонтанні бажання партнера.

Отже, різні теорії любові розглядали любов під певним кутом і з точки зору свого напрямку, це доводить те, що любов є надзвичайно цікавим об'єктом для дослідження навіть у сьогоденні.

1.2.Розвиток вищих почуттів в різні періоди онтогенезу

У процесі діяльності, пізнання навколишнього світу і самого себе, в процесі спілкування з дорослими і однолітками дитина відчуває різноманітні емоції і почуття. «Вона переживає те, що з ним відбувається і їм чиниться; вона відноситься певним чином до того, що його оточує. Переживання цього відношення людини до навколишнього становить сферу почуттів і емоцій. Почуття людини - це відношення його до світу, до того, що він відчуває і робить у формі безпосереднього переживання »(Рубінштейн С. Л., 1976. С. 458). Емоції і почуття розглядають як форми відображення дійсності, які

проявляються в відношенні дитини до навколишнього світу, в переживаннях з приводу появи, задоволення або незадоволення потреб.

Виділяються наступні загальні лінії розвитку емоцій і почуттів: формування емоційних станів у зв'язку зі зміною ситуацій життя дитини, формування вищих почуттів на основі емоцій, становлення емоцій і почуттів в руслі особистісних новоутворень. Розвиток емоцій і почуттів в онтогенезі має певні закономірності.

В онтогенезі спочатку з'являються емоції, що відображають найпростіші переживання, пов'язані із задоволенням природних потреб (рівень афективно-емоційної чутливості, пов'язаний переважно з органічними потребами). Такі емоції є і у тварин. Але найпростіші емоції дитини слід відрізняти від найпростіших емоцій тварин, оскільки форма їх прояву має у людини соціальний характер. Емоції людини обумовлені соціальною формою задоволення потреб. Результатом соціальних впливів є виникнення позитивних емоцій (наприклад, поява у немовлят комплексу пожвавлення, усвідомленої посмішки). Позитивні емоції виконують роль активізує механізму, за допомогою якого здійснюється зв'язок між різними аналізаторами, що створює передумови до навчання. Для дитини починаючи з двох років найбільш інформативними є реакції людей, що відображають радість, схвалення, заохочення. В експериментальному дослідженні дітям 2-9 років пропонувалося розпізнати по фотографіях мімічні реакції (здивування, гнів, страх, радість і ін.), а потім - відтворити їх. Виявилося, що першою в ряду мімічних реакцій діти розпізнавали радість. Радість також була першою в ряду довільно відтворюваних мімічних реакцій. Таким чином, здатність розпізнати і довільно відтворити мімічні реакції формується спочатку щодо позитивних емоцій. Сприятливий вплив позитивних емоцій на психічний і фізичний розвиток дитини поза сумнівом.

Диференціація емоцій і збагачення переживань пов'язані із загальним розвитком особистості дитини, розширенням кола явищ, що викликають емоційний відгук (від вродженої органічної потреби - до взаємин з іншими людьми, оцінки власних вчинків, сприйняття подій суспільного життя).

Розвиток почуттів у дітей відбувається як узагальнення емоцій, спрямованих на певний об'єкт. У сформованій системі емоцій і почуттів емоції є проявом пережитого почуття. У дітей система емоцій і почуттів ще тільки формується. Тому їх емоції - не стільки прояв пережитого почуття, скільки матеріал для узагальнення і формування на їх основі вищих почуттів.

Процес розвитку емоційної сфери дитини характеризується поступовим відділенням суб'єктивного ставлення від об'єкта переживань. Чим молодша дитина, тим більшою мірою злиті для нього характеристики об'єкта і характеристики суб'єктивного переживання. Для хворого хлопчика трьох років медсестра, яка робить йому уколи і заподіює біль, є «поганий тіткою». В даному випадку дитина негативну характеристику свого емоційного стану переносить на людину, пов'язаного з цим станом. Злитість об'єкта переживань і відносин до нього проявляється в ототожненні об'єкта переживань з самим собою (при сприйнятті дітьми творів мистецтва, зокрема драматичного мистецтва).

Розвиток змістовної сторони почуттів обумовлено розширенням і поглибленням знань дитини про навколишній світ, збільшенням кола предметів і явищ, до яких він відчуває стійке ставлення. Розвиток динамічної боку обумовлено формуванням вміння контролювати і регулювати свої емоційні прояви. Змістовний аспект емоцій і почуттів пов'язаний з причинами, з об'єктами переживань. Динамічний аспект емоцій і почуттів характеризується глибиною, тривалістю, частотою виникнення переживань. Розвиток емоцій і почуттів пов'язана з розвитком інших психічних процесів і

найбільшою мірою - з промовою. За допомогою мови відбувається усвідомлення дитиною своїх почуттів і емоційних проявів, управління ними. Діти не тільки говорять про необхідність задоволення наявних у них потреб, а й певним чином характеризують свої переживання.

Як зазначає М. М. Кольцова (1980), до 4,5-5 років навіювання через слово не вдається, що пояснюється слабкими зв'язками між першою і другою сигнальними системами. «У більш старшому віці у міру посилення взаємозв'язку сигнальних систем посилюються як емоційне забарвлення другосигнальних реакцій, так і контроль другої сигнальної системи над проявом емоцій. Потрібно підкреслити, що навіть у дітей дитячого віку зв'язок емоційної сфери з першою сигнальною системою більш виражена, ніж з другої. У спостереженнях, проведених в старшій і підготовчій групах дитячого саду, можна було переконатися, що якщо діти слухали казку або розповідь без показу картинок або діафільмів, то їх емоційні реакції залишалися досить слабкими. Якщо ж розповідь супроводжувався ілюстраціями, то емоційність реакцій дітей відразу ж зростала, що проявлялося і в наступних переказах: почуте передавалося в живій, образній формі, з більш виразними інтонаціями.[5]

Розвиток емоційної сфери є надзвичайно важливим у процесі становлення дитини, адже це дає змогу яскраво реагувати на всі зміни навколишнього світу.

Елементарні емоції, виступаючи, як суб'єктивні явища органічних станів дійсно змінюються мало. Не випадково емоційність відноситься до числа вроджених і життєво стійких особистісних характеристик людини. Але вже в відношенні афектів і тим більше почуттів таке твердження не вірно. Все що зв'язується з ними якості говорять про те, що ці емоції розвиваються. Людина, крім того в змозі стримувати природні прояви афектів і отже цілком

навчаємо і в цьому плані. Афект наприклад може бути пригнічений свідомим зусиллям волі, його енергія може бути переключена на інше більш корисну справу.

До кінця 2го місяця життя у дитини можна спостерігати так званий комплекс пожвавлення - так психологи називають складну позитивну емоційну мікросоматичну реакцію на обличчя мовця дорослого. Між дорослим і дитиною установилась перша форма емоційного спілкування.

Я. Дембровский (1959 рік) зазначає що новонароджені володіють 3 емоціями - страхом (переляком), який виявляється при сильному звуці, гнівом, як реакцією на сором рухів і задоволенням, що виникають у відповідь на погойдування і легке погладжування шкіри.

Щодо динаміки розвитку емоційної сфери немовлят, то в 1 місяці спостерігається перша посмішка у відповідь на розмову дорослого; неясково посміхається у відповідь на 3-4 звернення до нього.

У 2 місяці швидко відповідає усмішкою на розмову з ним: широко і довго посміхається після 3х звернень до нього.

Приблизно в 2.5 місяці з'являється соціальна посмішка, яка звернена до іншого людського обличчя, малюки охоче посміхаються і реагують рухом всього тіла на наближення до них іншу людину. З цього моменту дитина вимагає соціального контакту, в результаті чого з'являється новий вид емоційного реагування - формування афективно - особистісних зв'язків.

У 3 місяці з'являється комплекс пожвавлення у відповідь на емоційне спілкування з ним, дивиться на обличчя дорослого. Після одного - двох звернень видає тихі, короткі звуки, згинає і розгинає руки і ноги. Пожвавлення наростає і зберігається протягом 50 секунд, може проявляти

комплекс поживавлення без якого-небудь одного компонента, висловлює радість.

У 4 місяці жваве стан може тривати 3 хвилини і більше, шукає поглядом іншої дитини, розглядає, радіє, поживавлюється.

У 5 місяців радіє іншій дитині, бере у нього іншу іграшку і гулить.

У 6 місяців реакція сміху виникає на тактильні стимули - в 6 з половиною місяців.

У другі півроку життя афективно-особистісні зв'язки проявляються не тільки в позитивній але і в негативній емоціонній ситуації (в незнайомому приміщенні, при зустрічі з незнайомими дорослими, побачивши страшного предмета та інше) дитина шукає у дорослого захист, притискається до нього, заглядає в очі.

У 7 місяців реакція сміху виникає на слухові стимули .

У 8 місяців дивиться на дії іншої дитини і сміється або лепече, діти частіше сміються у відповідь на тактильну або звукову стимуляцію.

У 9 місяців діти сміються у відповідь на зорові і соціальні стимули (гра в хованки) в цей час у дітей раптово виявляється боязнь незнайомих людей і тривога відділення від батька. Малюки які до цього посміхалися і були привітними в присутності сторонніх стають боязливими і настороженими, перспектива залишитися одним в незнайомому місці, навіть на короткий час викликає у них сильне занепокоєння, часто плачуть і чіпляються за батька. Боязнь незнайомих людей супроводжує дитину до 2х років.

У 10 місяців сміється у відповідь на зорові стимули ,це пояснюється це тим, що у більш старших дітей в розуміння ситуації, як смішний когнітивні процеси приймають уже більшу участь.

У 11 місяців радіє приходу дітей, сміється, лепече і можливо вибіркоче ставлення до дітей від інтересу до невдоволення.

У 12 місяців - радіє приходу дітей, сміється, лепече і можливо вибіркоче ставлення до дітей від інтересу до невдоволення.

В ранньому дитинстві дитина емоційно реагує на те, що безпосередньо сприймає, бажання дитини нестійкі і швидко проходяще, він не може контролювати їх і стримувати. Всі бажання володіють однаковою силою, відсутня підпорядкування мотивів (наприклад дитина 2-3 років не може вибрати іграшку) розвиток емоційно-потребової сфери залежить від характеру спілкування дитини з дорослим. Дитина раннього віку егоцентричний і не вміє співпереживати, емпатія з'являється пізніше в дошкільному дитинстві. Для раннього віку характерні яскраві, емоційні реакції, пов'язані з безпосередніми бажаннями і дитини.

Афективні спалахи найкраще гасяться тоді, коли дорослі досить спокійно на них реагують. Дитину в цьому віці легко відвернути - одне бажання легко змінюється іншим. Розвиток емоцій тісно пов'язане з зароджуються самосвідомістю, приблизно в 2 роки дитина починає впізнавати себе в дзеркалі. Це найпростіша первинна форма самосвідомості. До трьох років з'являється займенник я - первинна самооцінка Я-хороший і воно засноване на потреби в емоційній безпеці тому самооцінка завжди максимально завищена.

Емоційний розвиток дошкільника пов'язано насамперед з появою у нього нових інтересів, мотивів і потреб, найважливішою зміною у мотиваційній сфері виступає виникнення громадських мотивів, вже не обумовлених досягненням вузькоособистих цілей. Тому інтенсивно починають розвиватися соціальні емоції і моральні почуття, в дошкільному віці відсутні або спостерігаються в зародковому стані.

До змін в емоційній сфері приводить встановлення ієрархії мотивів. Виділення основного мотиву, якому підпорядкована ціла система інших,

стимулює стійкі і глибокі переживання, причому вони відносяться не до найближчих миттєвих, а досить віддаленим результатам діяльності. У дошкільнят формується емоційне передбачення, яке змушує його переживати з приводу можливих результатів діяльності, передбачити реакцію інших людей на його вчинки, тому роль емоцій в діяльності дитини істотно змінюється. Якщо раніше дитина відчував радість, від того, що отримав бажаний результат, то тепер він тішиться тому, що може цей результат отримати. Якщо раніше він виконував моральну норму, щоб заслужити позитивну оцінку, то тепер він виконує це, передбачаючи як зрадіють навколишні його вчинку. Саме в дошкільньому віці дитина освоює вищі форми експресії - вираження почуттів, за допомогою інтонацій, міміки, пантоміміки, що допомагає йому зрозуміти переживання іншої людини, відкрити їх для себе. Механізм емоційного передбачення наслідків діяльності лежить в основі емоційної регуляції дій дитини.

Змінюється і структура самих емоційних процесів: якщо в ранньому дитинстві в їх склад були включені вегетативні і моторні реакції, то в дошкільньому віці, крім них включені складні форми сприйняття, образного мислення, уяви. Переживання стають складніше і глибше. Розвиток емоційної сфери пов'язано з формуванням плану уявлень. Образні уявлення набувають емоційний характер. Все, у що включається дошкільник має мати яскраве емоційне забарвлення, інакше його діяльність не відбудеться або швидко зруйнується. Дитина в силу свого віку не здатний робити те, що йому не цікаво.

З моменту коли дитина пішла в школу його емоційний розвиток більше, ніж раніше залежить від того досвіду, який він здобуває поза будинком. Страх дитини відбивають сприйняття навколишнього світу, рамки якого тепер розширюються. Незрозумілі і вигадані страхи минулих років

змінюються іншими, більш усвідомленими: уроки, уколи, відносини між однолітками, час від часу у дітей з'являється небажання йти в школу. Симптоми (головний біль, коліки в шлунку, блювота, запаморочення). Це не симуляція і в таких випадках потрібно якнайшвидше з'ясувати причину. Це може бути страх перед невдачею, боязнь критики з боку вчителів, боязнь бути відкинутим батьками або однолітками. У таких випадках допомагає дружньо наполеглива зацікавленість батьків у відвідуванні дитиною школи. Розвиваються вищі почуття: естетичні, моральні та етичні.

В підлітковому віці особистісна нестабільність проявляється в частих змінах настрою, афективної вибуховості - тобто емоційної лабільності, пов'язаної з фізіологічними перебудовами в організмі. Підліткам властива нестійка самооцінка, так як їх поведінка залежить від зовнішніх впливів. Я-концепція повинна сформуватися на кордоні зі старшим шкільним віком, близько 15 років.

В юності активно розвивається в сфері почуттів, спрямованість на майбутнє, відчуття світанку фізичних та інтелектуальних можливостей, що відкриваються горизонтів створюють оптимістичний самопочуття, підвищений життєвий тонус. Загальне емоційне самопочуття рівніше, ніж у підлітків. Юність це період якому властиві суперечливі переживання, внутрішнє невдоволення, тривожність, метання. Емоційна сфера стає значно багатшими за змістом і тонше відтінками переживань. З'являється емоційна сприйнятливості і здатність до співпереживання.[6]

Можна зробити висновок, наскільки важливим для людини є поступове та своєчасне формування емоцій в різні періоди онтогенезу, без цього людина не зможе повноцінно функціонувати в соціумі, брати на себе різні соціальні ролі.

1.3.Трансформація уявлень про сенс любові в процесі становлення особистості.

У процесі культурно-історичної трансформації уявлень про кохання відбувається їх системне ускладнення за рахунок включення в структуру поряд з потребами виду і природного суб'єкта (сексуальні потреби, потреби в продовженні роду) потреб соціального культурного (у владі, статус, приналежності) і соціального морального суб'єкта (в самовдосконаленні, сенс життя, створення образу світу).

В основі теоретико-методологічних підходів конструювання змісту любові в психологічних концепціях лежить розгляд любові в трьох основних контекстах: біологічному, соціальному і особистісному або духовному. На біологічному рівні сенс любові визначається задоволенням біологічних потреб і збереженням виду. В.Р. Дольник у своїй праці «Про шлюбні відносини» зазначав, що «Існування у людини декількох шлюбних систем для біолога дивовижніше, ніж для інших людей, бо він знає, що шлюбна система-видова ознака, один вид тварин має якусь одну систему і ніяку іншу систему не може прийняти, вона буде суперечити його сутності, його інстинктам...».

На соціальному рівні - інтеграцією суспільства, єднанням людей(у своїй роботі «Зрозуміти природу людини» А.Адлер намагається показати, як гармонійно пристосуватися до соціуму і як невірно обрана лінія поведінки людини вносить дисгармонію в наше суспільне життя), створенням сім'ї, вихованням дітей, що і вказував у своїй праці «Введення в психогігієну любові та шлюбу» М.Т.Кузнецов. На особистісному рівні - розвитком і саморозвитком людини (як стверджував А.Маслоу : «Самоактуалізація –це прагнення стати всім тим, що можливо; бажання у самовдосконаленні, саморозвитку, у втіленні в життя свого потенціалу...»), за рахунок розширення меж «Я», подолання егоїзму (на думку М.С.Пека: «Кожен може

закохатися, але не кожен може прийняти рішення кохати. Ми можемо не контролювати плин любові, але в стані, за допомогою дисципліни, залишатися відповідальними за свій вибір...»), набуття цілісності (на думку К.Юнга: «Кожен індивід з'являється на світ з цілісним особистісним ескізом, який представлений в потенції з самого народження...»), задоволення потреби в безумовній любові (як висловлювалася Дж.Рейнуотер: «На жаль, більшість людей, яких я зустрічала, питали мене не про те, як навчитися любити, а про те, як зробити, щоб любили їх»), допомоги в розвиток іншої людини через бачення його потенційних можливостей, як писав В.Франкл у своїй праці «Про сенс любові», що любляча людина через переживання власної любові торкається до чужого «Я» і може по-різному сприймати багатшарову структуру особистості іншої людини.

Трансформація чоловічих уявлень про сенс любові пов'язана зі зміною ієрархії потреб, задоволення яких пов'язується з любов'ю. У шкільні роки в якості предмета потреби (в прийнятті, визнання, єдності) виділяється образ дівчини-друга. У студентські роки основними потребами, пов'язаними для юнаків з любов'ю, виступають сексуальна потреба і потреба в самовіддачі, опредметнення в образі ідеальної дівчини. У сімейному житті - потреба в безпеці і самовіддачі, найбільш значущим є образ дружини.

Особливістю трансформації жіночих уявлень про сенс любові є їх стійкість. Основними потребами, пов'язаними для дівчат з любов'ю, є потреба в розумінні, захист, сексуальні потреби, опредметнення в образах друга, коханця і захисника. Уявлення про сенс любові визначаються моделлю щасливого сімейного любові, що зв'язує любов'ю зі створенням сім'ї, набуттям єдності з партнером, відчуттям своєї потрібності його, радіощами віддавати і отримувати турботу і увагу в близьких відносинах.

Специфіка трансформації уявлень про сенс любові в період «юність-молодість» полягає в індивідуалізації, диференціації, деідеалізації, амбівалентності даних уявлень. Юнаками в якості предмета потреб в сфері близьких відносин в період юності виділяється новий образ інтелігентної дівчини-друга, формуються уявлення про такі види любові, як «любов-гра», «любов-самоствердження», «любов як у всіх», протиставляється отримання і самовіддача в любові. Для жінок з досвідом сімейного життя в структуру уявлень про сенс любові входить образ чоловіка-захисника, створення сім'ї зв'язується з отриманням влади, модель вільних сексуальних відносин, пов'язаних з творчістю і самореалізацією, протиставляється любові заради створення сім'ї і народження дітей.

Значимість аспектів індивідуального досвіду людини різна для чоловіків (найбільш значущий досвід переживання нещасної любові) і жінок (найбільш значимо відсутність досвіду любові). Уявлення про сенс любові юнаків з досвідом нещасливого кохання визначаються переживанням ревнощів, страждань і спробою їх компенсації через творчість, зради, зміну партнерів.

Уявлення про сенс любові дівчат, які не мають досвіду переживання даного почуття, характеризуються появою фактора «любов-терпіння», позитивний полюс якого утворюють категорії ревнощі, зрада партнера, прагнення поліпшити матеріальне становище і соціальний статус.[7]

З даних можна прослідкувати, які є подібності та відмінності уявлень про любов протилежних статей, та як вони дозволяють будувати відносини між людьми в процесі їх життя.

Сенс любові для сучасної людини є результатом розпредметування в процесі життєдіяльності універсальних, накопичених в культурі значень любові і одночасно опредметнення власної ієрархії потреб і цінностей.

Проведений аналіз психоісторичних тенденцій трансформації уявлень про кохання показав, що зміст любові протягом культурогенезу ускладнюється за рахунок включення в нього поряд з потребами організму і виду (потреби в комфорті, задоволенні, безпеки, продовження роду) потреб соціально-культури (у владі, статус, приналежності) і соціально-моральних (в самореалізації, творчості, пізнанні світу, пошуку сенсу життя). При цьому потреби більш високого рівня починають домінувати в структурі сенсу любові. Так, наприклад, вже в період древніх цивілізацій (в єгипетській культурі) критерієм справжнього кохання стає можливість ризикувати життям і йти на смерть заради коханого, тобто потреба в безпеці знімається потребою в єдності з коханою людиною.

Були виділені три переломних моменти трансформації уявлень про сенс любові: архаїчна культура (виникає зв'язок любові до потреб організму, виду та природного суб'єкта), епоха стародавніх цивілізацій (включення в зміст любові потреб соціально-культурного суб'єкта), осьовий час (структура сенсу любові ускладнюється за рахунок потреб соціально-морального суб'єкта).

В ході аналізу теоретико-методологічних підходів визначено три основних рівня осмислення сенсу любові в психології: біологічний, соціально-психологічний та особистісний або духовний. Психофізіологічні теорії любові (В.Р. Дольник, М.Лейбовіч, Т.В.Смолін і ін.) Розкривають зміст любові в контексті завдань еволюції і пов'язують його з фізіологічними механізмами, спрямованими на забезпечення створення пари, здатної виховати повноцінне потомство. Соціально-психологічний рівень аналізу сенсу любові розглядає любов як спосіб інтеграції людей, їх об'єднання без втрати індивідуальності, в тому числі в сім'ї (Адлер А., Кузнецов М.Т., Фромм Е. і ін.). З точки зору соціально-психологічного підходу, сенс любові може бути розкритий тільки з урахуванням соціального контексту, правил

інтерпретації, прийнятих в певній культурі (Арон А., Даттон Д., Гозман Л.Я., Шехтер С., Уолстер Е. і ін.). На особистісному рівні сенс любові визначається завданнями розвитку і саморозвитку людини, прилучення його до родової сутності, духовної еволюції (Братусь Б.С., Маслоу А., Пек М.С., Роджерс К. та ін.) За рахунок інтеграції чоловічого і жіночого початку (К. Г. Юнг), позитивного розв'язання кризи «близькість-ізоляція» (Е. Еріксон), самотрансценденції (В. Франкл), досвіду безумовного прийняття іншого (Дж.Рейноутер, К.Хорни).[8]

Тож можемо прослідкувати, наскільки тема любові надзвичайно цікаво розкривалася на різних етапах становлення особисті, скількох відомих вчених цікавила та дивувала своєю багатогранністю та глибинністю.

Розділ II. Емпіричне дослідження особливостей уявлень про сенс любові в період юнацького віку.

2.1. Процедура, методи, методики дослідження сенсу любові в юнацькому віці

Темою нашого дослідження є «Психологічні уявлення про сенс любові в сучасній молоді». У нашій роботі розглядається проблематика даного питання, оскільки воно не втрачає своєї актуальності і в наші часи. Метою нашого дослідження є виявлення особливостей трансформації уявлень про сенс любові в процесі становлення людини в юнацькому періоді. Отже, дослідження спрямоване на визначення особливостей цих уявлень.

Характеристика вибірки: для дослідження вибірка становила 30 осіб, серед яких 15 юнаків і 15 дівчат. Учасниками дослідження були люди, вік яких становив від 17 до 22 років.

Дослідження проводилось у Національному медичному університеті імені О.О.Богомольця на кафедрі загальної і медичної психології.

Перед початком опитування досліджуваних інформували про мету дослідження, пояснили інструкції по роботі з кожною методикою. Для підвищення достовірності результатів, дослідження проводилося анонімно (досліджуваних просили вказати лише вік та стать).

Процедура дослідження проходила у три етапи: підготовчий, проведення дослідження, обробка даних.

Для реалізації цих етапів було використано такі методи, як: організаційний, що включав в себе підбір методик, підготовку матеріалів та інструкцій щодо їх використання, а також місце проведення. Емпіричний, у якому було безпосереднє спілкування з учасниками дослідження, пояснення правил роботи та інструкцій, виконання методик і тестів, а також проводилось спостереження за роботою учасників та збір даних. Заключним

етапом був метод обробки даних, який дозволив кількісно та якісно представити результати. Також варто виділити інтерпретаційний метод, що дозволив виділити структурні елементи.

В результаті дослідження для реалізації всіх завдань були використані такі методики: методика С.Бем, яка дозволяє продіагностувати психологічну стать і визначити ступінь андрогінності, маскулінності і фемінності особистості. Опитувальник містить 60 тверджень (якостей), на кожне з яких випробовуваний відповідає «так» чи «ні», оцінюючи тим самим наявність або відсутність у себе названих якостей. Обробка результатів включає в себе такий принцип: за кожний збіг відповіді з ключем нараховується один бал. визначаються показники фемінності (F) і маскулінності (M) відповідно з наступними формулами:

$$F = \text{сума балів по фемінності} / 20$$

$$M = \text{сума балів по маскулінності} / 20$$

$$\text{Основний індекс IS визначається як } IS = (F - M) * 2,322.$$

Інструкція до тесту, питання та бланк відповідей подається в додатку 1.

Другою є методика виявлення любовної аддикції по Єгорову, яка дозволяє оцінити ступінь схильності до любовної аддикції. Досліджуваний відповідає на запитання «так» або «ні». При обробці результатів варто врахувати, що при згоді з 5-10 твердженнями можна підозрювати любовну аддикцію, з 11 і більше твердженнями - ймовірність любовної аддикції дуже висока. Інструкція до проходження тесту і запитання подається в додатку 2.

Третьою методикою є опитувальник тріади любові за Стернбергом, який допоможе визначити, які компоненти любові домінують у любові до вашого партнера (близькість, пристрасть, відданність), а також, відповідно до «трикутника любові» Стернберга, виявити властивий вам вид любові - романтичний, любов-дружба, досконала любов та ін.

Любов, за визначенням американського психолога, Роберта Стернберга, тримається на трикутній теорії любові. Він пропонує розуміння теорії любові в трьох частинах: пристрасть, близькість і зобов'язання.

Таблиця 2.1.

Вісім різновидів любові, зумовлені різними комбінаціями трьох компонентів (Р.Стернберг, 1986)

	Різновиди любові	Пристрасть (сексуальне захоплення)	Інтимність (довіра, близькість)	Рішення (зобов'язання або відданість)
1.	Не-любов, формальність відносин, відсутність любові	-	-	-
2.	Дружба	-	+	-
3.	«Сліпа» любов, «сліпе» захоплення	+	-	-
4.	Пуста любов	-	-	+
5.	Романтична любов	+	+	-
6.	Любов, яка не має сенсу	+	-	+
7.	Дружня любов	-	+	+
8.	Справжня, ідеальна любов(трикомпонентна)	+	+	+

Інструкція до тесту, питання та бланк відповідей подається в додатку 3.

Четвертим методом в нашому дослідженні є метод незавершених речень, який дозволяє виявити усвідомлені та неусвідомлені установки людини, показує його відношення до себе, до протилежної статі, до своїх страхів, майбутнього, життєвих цілей.

Незавершені речення:

1. Я вважаю, що справжня любов це коли...
2. Коли людина любить, життя здається...
3. Більшість юнаків люблять тому, що...
4. Більшість дівчат люблять тому, що...
5. Коли я бачу чоловіка поряд з жінкою, то...
6. Найважливіше за все в любові двох людей...
7. Я можу довірити тому, кого люблю...
8. Життя без людини, яку я люблю, здається мені...
9. Я міг би бути дуже щасливим, якби людина, яку я люблю...
10. Ідеальна любов – це ...

Інструкція до тесту, та бланк відповідей подається в додатку 4.

Отже, наша робота була присвячена вивченню питання про особливості уявлень про сенс любові в період юнацького віку. При вирішенні завдань ми розглянули та проаналізували сутність понять «любові», «закоханості», визначили їх характеристики. За допомогою методик ми зможемо визначити взаємозв'язок особливостей уявлень саме в юнацькому віці. Також на основі результатів, які ми отримаємо після обробки даних, можна сформулювати рекомендації щодо більш поглибленого розуміння даних уявлень про сенс любові.

2.2. Аналіз домінуючих компонентів любові в юнацькому віці.

В ході нашого дослідження, для аналізу домінуючих компонентів любові в юнацькому віці, був розроблений і використаний метод незавершених речень. На нашу думку, саме цей метод дозволяє виявити усвідомлені та неусвідомлені установки людини, а також показує його відношення до себе, до протилежної статі, до своїх страхів, майбутнього,

життєвих цілей. На наш погляд, цікаво було б дослідити такі три основні аспекти, як:

- а) ставлення до міжособистісних відносин;
- б) ставлення до відносин між чоловіком і жінкою;
- в)самоприйняття людини.

За результатами дослідження можна зробити висновок, що більший відсоток досліджуваних мали позитивне, здорове ставлення до міжособистісних відносин, вважали це невід'ємною частиною людського життя. Майже всі досліджувані наголошували на важливості гарного ставлення між чоловіком і жінкою, розумінні партнерів між собою, а також на довірі у стосунках. Більшість наголошувала, що стосунки – це велика відповідальність, і що потрібно бути готовим брати на себе певні зобов'язання, якщо ти знаходишся у стосунках. Щодо самоприйняття, можна впевнено сказати, що усі члени дослідження сприймають себе так, як потрібно, вірно орієнтуються у своєму внутрішньому світі в результаті самопізнання і в результаті порівняння себе з іншими людьми.

Також для дослідження прояву домінуючих компонентів любові в юнацькому віці був використаний опитувальник тріади любові по Р.Стенбергу, який заснований на теорії любові і включає в себе три компоненти :

1.Близькість - яка включає в себе почуття причетності, єдності, зв'язаності. Близькість складається з надання та отримання емоційної підтримки один одному, а також інших видів поведінки, що створюють теплоту в любовних відносинах. До них відносяться відверте і чесне

спілкування, здатність ділитися горем і радістю, щастя, яке відчувається від спілкування один з одним, і вміння дорожити коханою людиною.

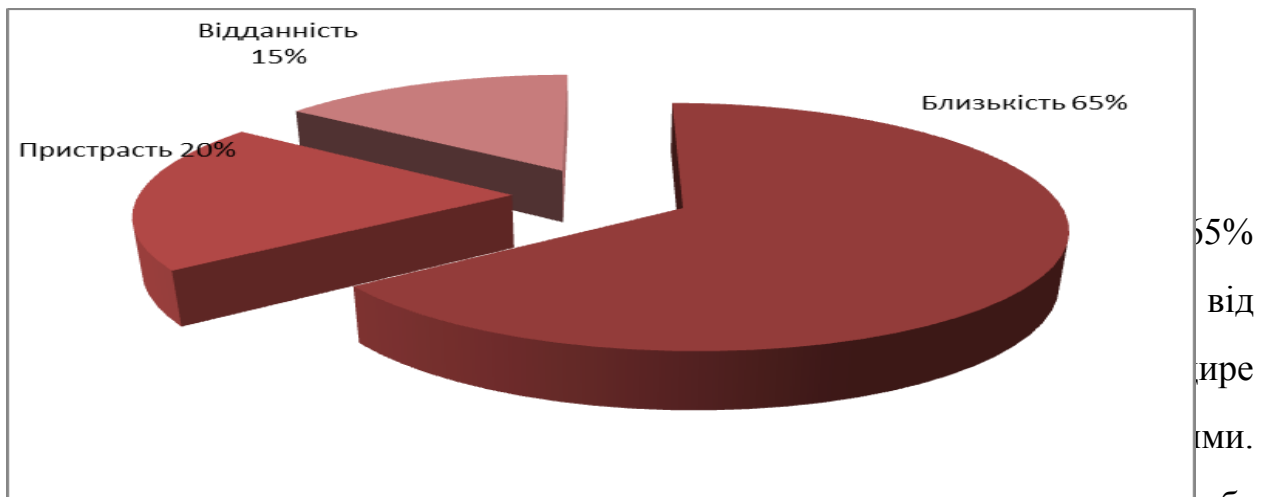
2. Пристрасть - включає в себе як романтичний потяг, так і сексуальну привабливість. Виявляється у вигляді бажання з'єднатися з коханим, що навіть зумовлено статеве збудження і прагнення до сексуальних відносин. Так, цей компонент включає фізичний потяг, сексуальні відносини і пов'язані з ними аспекти любовних відносин.

3. Відданість - що має на увазі, в короткостроковій перспективі, рішення залишатися з партнером, і в довгостроковій перспективі, спільні досягнення або плани на майбутнє. Являє собою когнітивний аспект любові, як при короткочасних, так і при тривалих відносинах. При перших зустрічах з потенційним партнером любовні відносини не мають на увазі відданості. Однак у міру зближення партнерів взаємна відданість набуває більшого значення.[9]

Різні стадії і типи любові можуть бути представлені як різні поєднання цих трьох елементів; наприклад, відносний акцент кожного компонента змінюється з часом в процесі розвитку дорослих романтичних відносин. Відносини, засновані на єдиному елементі, мають менше шансів на виживання, ніж ті, що засновані на двох або трьох елементах.

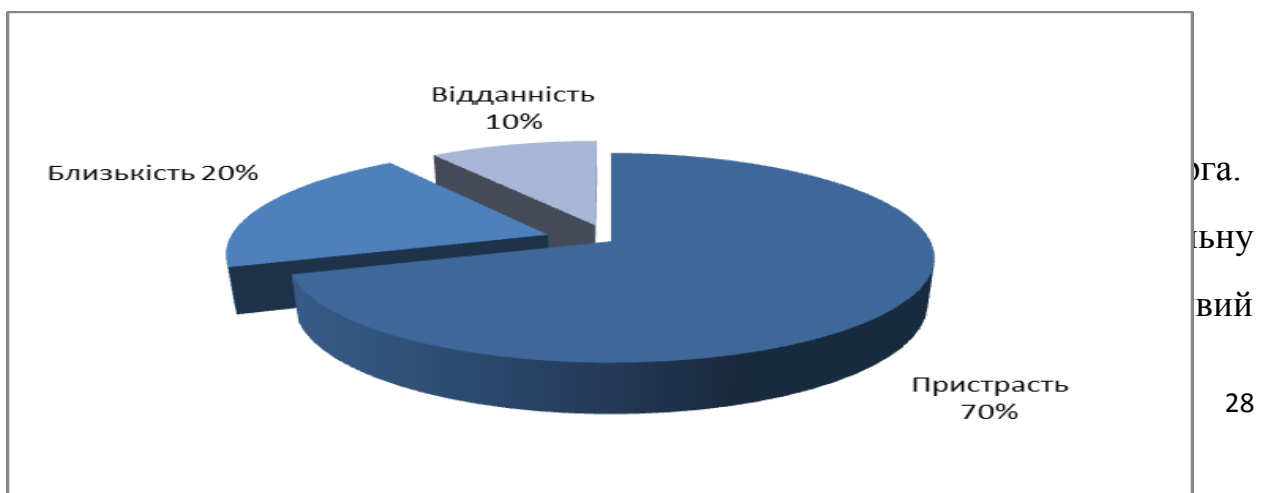
Дана методика дозволила нам визначити, які компоненти любові є переважаючими у сучасних молодих людей, відповідно до «трикутника любові» Стернберга, а також виявити властивий вид любові - романтичний, любов-дружба, досконала любов і ін.

В результаті дослідження нами було виявлено, що у віковій категорії жінок, яких ми обрали для дослідження, переважає компонент «близькість» у стосунках (Рис.2.1).



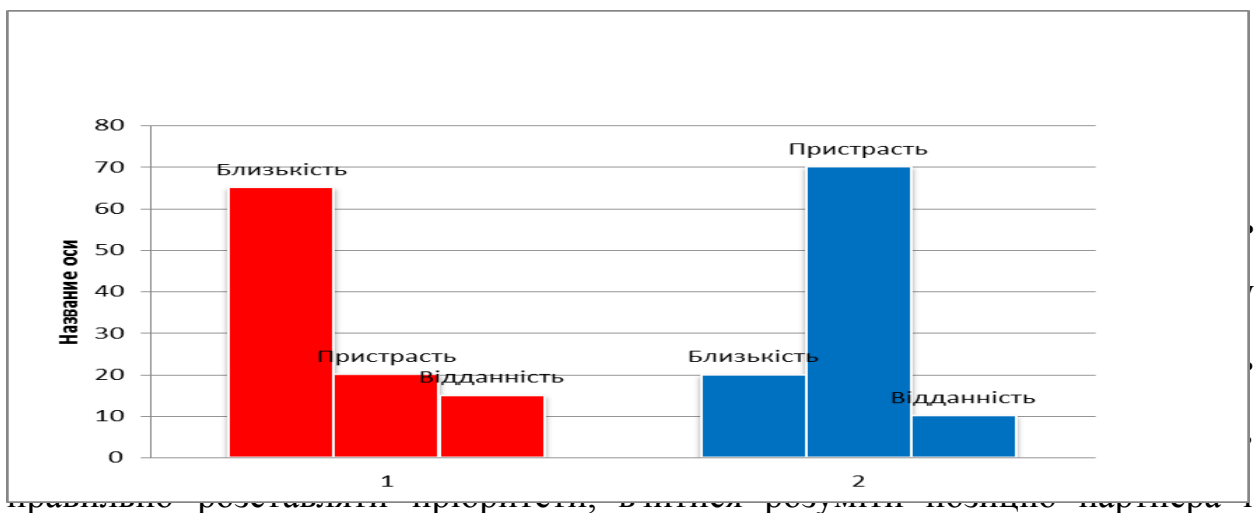
ТАКІ ЖІНКИ ВМІЮТЬ ЦІНУВАТИ ЛЮДИНУ, ЯКА ЗНАХОДИТЬСЯ ПОРУЧ, І ПОЧУВАЮТЬ СЕБЕ щасливими навіть від звичайного спілкування з партнером. На другому місці серед компонентів виявилася «пристрасть», з результатів дослідження її обрали 20% досліджуваних жінок. Проаналізувавши це, можна сказати, що ці жінки орієнтовані більше на фізичний потяг до партнера, для них є важливими сексуальні відносини та пов'язані з ними аспекти любовних відносин. Також важливо зазначити, що пристрасть є саме мотиваційним компонентом любові. На останньому місці виявилася «відданість», її обрали 15% досліджуваних жінок. Це свідчить про те, що ці жінки прийняли для себе зважене рішення, що вони кохають одного партнера, і готові брати на себе всі зобов'язання зі свого боку. Вони усвідомлені у правильності вибору свого партнера, а отож націлені на тривалість відносин та їх розвиток.

Аналізуючи результати, які були отримані під час дослідження, нами було виявлено, що більшості чоловіків, а саме у 70%, домінуючим компонентом любові є «пристрасть» (Рис.2.2.).



сексуальний аспект у відносинах, а також пов'язані з ним любовні відносини. Це пояснюється насамперед віком досліджуваних, а також активністю гормонів в даний віковий період. На другому місці серед компонентів виявилася «близькість», з результатів дослідження її обрали 20% чоловіків. Цей відсоток чоловіків орієнтовані на відчуття близькості, взаємного притягнення один до одного, тісні зв'язки, які виникають при побудові любовних стосунків. Вони готові надавати і отримувати емоційну підтримку, створювати та підтримувати теплоту у відносинах. На останньому місці виявилася «відданість», її обрали 10% досліджуваних чоловіків. Це свідчить про те, що ці чоловіки прийняли для себе зважене рішення, що вони кохають одного партнера, і готові брати на себе всі зобов'язання зі свого боку. Вони усвідомлені у правильності вибору свого партнера, а отож націлені на тривалість відносин та їх розвиток.

Порівнявши результати у двох групах досліджуваних, ми прослідкували той факт, що у жінок та чоловіків у даному віковому діапазоні (17-21 рік) значно відрізняються думки на рахунок домінуючих компонентів любові (Рис.2.3.).



лише розвиватися як особистість, а також давати можливість розвиватися людині, яка знаходиться поруч.

Ми детально описали три головні компоненти любові, які в подальшому можуть взаємодіяти між собою і таким чином формувати сім різних типів любові(не враховуючи «відсутність любові»). Детальніше розглянемо кожен тип:

1. Відсутність любові. Вона являє собою просту відсутність всіх трьох компонентів любові. Відсутність любові характеризує переважна більшість наших особистих відносин, повсякденна взаємодія.
2. Симпатія / дружба. Ці терміни переважно відносяться до набору почуттів, які люди долають в стосунках, які можна справедливо охарактеризувати як дружба. Людина відчуває близькість, зв'язаність і теплоту по відношенню до іншого, без почуття сильної пристрасті або довгострокових зобов'язань.
3. Закоханість / захопленість. Це потяг, який з'являється при пробудженні пристрасті в відсутності близькості і зобов'язань .Романтичні стосунки часто починаються як безрозсудна любов і перетворюються в романтичну любов з появою близькості з часом. Без появи близькості або зобов'язань закоханість може зникнути раптово.
4. Порожня любов. Характеризується зобов'язаннями без близькості або пристрасті. Більш сильна любов може вироджуватися в порожню любов. У культурах, в яких поширені влаштовані шлюби, відносини подружжя можуть починатися як порожня любов і розвинутися в іншу форму, демонструючи, як порожня любов не обов'язково є кінцевою стадією тривалих відносин ... але швидше за початком, ніж кінцем.
5. Романтична любов відбувається з поєднання близькості і пристрасті в коханні ... Романтичні коханці не тільки звернені фізично один до одного, але і також пов'язані емоційно - проте не мають підтримують зобов'язань.

6. Дружня любов - це близький, що не пристрасний тип любові, сильніше, ніж дружба, завдяки елементу довгострокових зобов'язань. Цей тип любові спостерігається в довгих шлюбах, де пристрасі більше нема, але де глибока прихильність і зобов'язання залишаються. Любов, ідеально розподілена між членами сім'ї - це форма дружньої любові, як і любов між близькими друзями, які мають платонічну любов, але міцну дружбу.

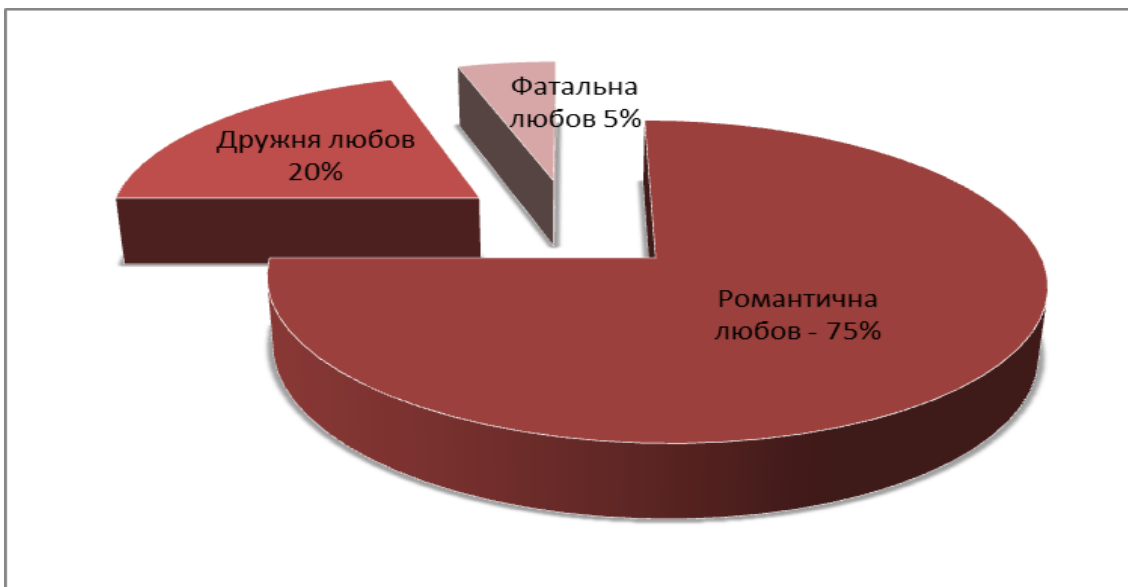
7. Фатальна любов може бути представлена запаморочливим залицянням і шлюбом: її дурість в тому, що зобов'язання будуються на базі пристрасі без стабілізуючого впливу близькості.

8. Досконала любов - це повна форма любові, ідеальні відносини, до яких люди прагнуть. З семи варіацій любові саме досконала любов в теорії є любов'ю, яка асоціюється з поняттям «ідеальної пари». Згідно Стернбергу, ці пари продовжують мати відмінний секс через більш п'ятнадцяти років відносин, вони не можуть уявити собі більш щасливі тривалі відносини з ким-то ще, вони вирішують свої нечисленні труднощі з легкістю, і кожен насолоджується відносинами з партнером. Якщо пристрась втрачається з часом, вона може перейти в дружню любов. [10]

Беручи за основу домінуючі компоненти любові у наших досліджуваних, на основі методики Стернберга, ми змогли виділити, які типи любові домінують у жінок та чоловіків.

Аналізуючи отримані результати, ми виявили, що у 75% досліджуваних жінок домінує «романтичний» тип любові (Рис.2.4.)

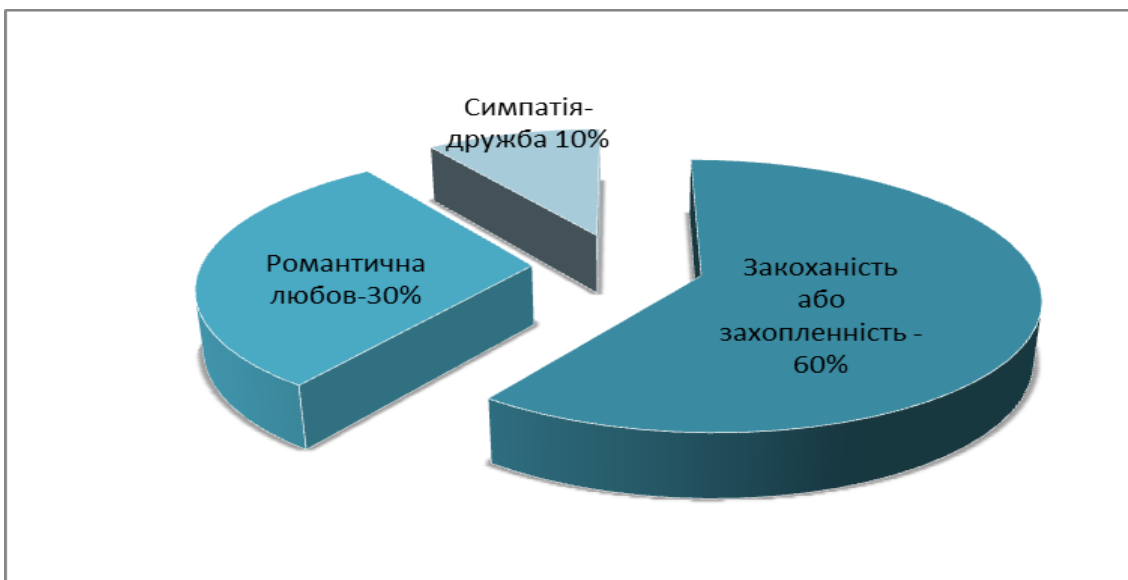
Це пояснюється тим, що для більшості жінок домінуючими компонентами були «близькість» та «пристрась», отож вони націлені як на емоційний контакт, так і на фізичний. Проте відсутній такий компонент як «відданість», це передбачає відсутність підтримуючих зобов'язань з їх сторони.



и 20%
ькість»,
понент
либока
близька
ісці за

результатами стоїть «фатальна» любов. Цей відсоток жінок керуються компонентом «пристрасті» у стосунках, при цьому беручи на себе певні зобов'язання. Проте у таких відносинах відсутній компонент «близькість», тому ці відносини ніяк не зможуть протікати тривало.

Аналізуючи результати чоловічої аудиторії, нами було встановлено, що більший відсоток чоловіків, а саме 60%, схильні до такого типу любові, як «закоханість або захопленість» (Рис.2.5.). Це пояснюється тим, що у більшості досліджуваних домінував компонент «пристрасті» у любовних відносинах, а такі компоненти як «близькість» та «відданість» були взагалі відсутні. Такі стосунки досить непередбачувані, оскільки починаються раптово, перетворюючись у романтичну любов (при умові, що з'явиться компонент «близькості»). Якщо ж цього не відбувається, стосунки можуть так само зникнути раптово.



НЬОГО
у яких

домінували компоненти «близькості» та «пристрасті» у любовних стосунках. Вони націлені як на емоційний контакт з партнером, так і на фізичний контакт. Однак виключаються зобов'язання – зовсім відсутній компонент «відданості». На останньому місці – симпатія або дружба, до якої схильні лише 10% опитуваних чоловіків. Це ті чоловіки, для яких найважливішим є компонент «близькості» у стосунках, вони відчують прив'язаність і теплоту по відношенню до свого партнера, але при такому розкладі зовсім виключені такі компоненти, як «пристрасть» та «відданість». Це можна впевнено характеризувати, як дружбу, без сильних почуттів або довготривалих зобов'язань.

Отож, можна зробити висновок, що у досліджуваних жінок та чоловіків домінують різні типи любові, це пов'язано насамперед з цілями, які ставлять перед собою протилежні статі, для чого їм потрібні стосунки в даний період, що вони хочуть отримати для себе, що вони можуть дати партнеру тощо. Варто знати, що тріади Стернберга можуть змінюватися, що цілком природно, як результат розвитку самої людини і його відношення до партнера. В який бік піде розвиток відносин - не відомо. Можна лише відзначити, що любов - це не тільки та іскорка, яка "засвітилася в серцях двох людей", це ще й великий, об'ємна праця двох людей, спрямований на перетворення тієї чарівної іскорки в хороший і якісний вогонь.

2.3. Особливості уявлень про любов у чоловіків і жінок з різним ступенем любовної аддикції.

В подальшому ході нашого дослідження, ми ставили за мету проаналізувати, який ступінь любовної аддикції мають жінки та чоловіки, яких ми обрали для дослідження, а також як цей показник впливає на домінуючі типи любові.

Спочатку розглянемо, що вміщує в собі саме поняття «любовної аддикції».

Любовна адикція - це різновид аддиктивної поведінки з фіксацією на іншій людині, для якої характерні взаємозалежні відносини. Головним критерієм відмінності любові і залежності є те, що останню відрізняє повне безсилля людини перед об'єктом залежності, відсутність контролю, захисна система заперечень, а також прогресування залежності.

Причини формування емоційної залежності лежать в неповноцінних взаєминах між батьками та дітьми, що виражаються в нестачі любові і підтримки дитини від батьків, в засудженні, ігноруванні, негативних оцінках.

Процес формування аддикцій детермінують біологічні, психолого-етичні та соціальні впливи. Під біологічними передумовами є певний, своєрідний для кожного спосіб реагування на різні. До психологічних факторів належать особистісні, такі як відображення в психіці психологічних травм в різних (насамперед в дитячому) періодах життя. Соціальні чинники включають як сімейні (відношення матері до дитини, типи виховання), так і позасімейні впливи (соціум, в якому живе людина, включаючи історичне минуле, мораль і моральні цінності, політичні та економічні проблеми, ставлення до дітей, сім'ї і т.д.).

Любовна аддикція характеризується наступними ознаками:

- Надцінне ставлення до значущих інших (ЗД) з фіксацією на ньому, з рисами непереборного насильства;
- Нереалістичне, некритичне очікування безумовно позитивного ставлення ЗД з відмовою від можливості залишатися самим собою;
- Усвідомлений страх бути покинутим, який послаблює негативні почуття до об'єкта і спонукає йти на будь-які жертви заради збереження взаємин;

- Неусвідомлюваний страх інтимності (близькості), який гальмує сексуальний потяг в ситуації фізичної близькості;

- Вибір ЗД, який не може бути інтимним (близьким) здоровим шляхом , часто це аддикти уникнення. Водночас, для аддиктів уникнення є характерними такі риси:

1. Надцінне ставлення до ЗД , якого ззовні уникають;
2. Прихованість внутрішнього життя від ЗД через страх його контролю і поглинання ним;
3. Формування аддиктивних взаємин з іншими об'єктами.

На жаль , любовна залежність явище дуже поширене , і завдяки сформованим соціальним стереотипам люди дуже часто приймають її за « справжню любов».[11]

Отож, для дослідження явища «любовної аддикції» нами була використана методика виявлення любовної аддикції (по Єгорову), яка дозволила отримати цікаві результати.

Проаналізувавши вибірку досліджуваних жінок, нами було виявлено, що більшість з них, а саме 65,4% всієї жіночої аудиторії мають досить високий показник наявності любовної аддикції (рис.3.1.). Для таких жінок надзвичайно важливі їх почуття, присутність партнера поруч, бо саме в такі моменти вони почувають себе впевненими і спокійними. Проте ця любовна залежність від партнера несе за собою масу негативних емоцій, і більшу частину часу, коли партнера немає поруч, жінок можуть переповнювати почуття тривоги, неспокою, страху, невпевненості в собі, а також ревності, роздратування і почуття недовіри до обранця. При такій любовній залежності залежний є підлеглим, який всіма способами намагається догодити партнерові, а його кохана людина лише домінує над ним.

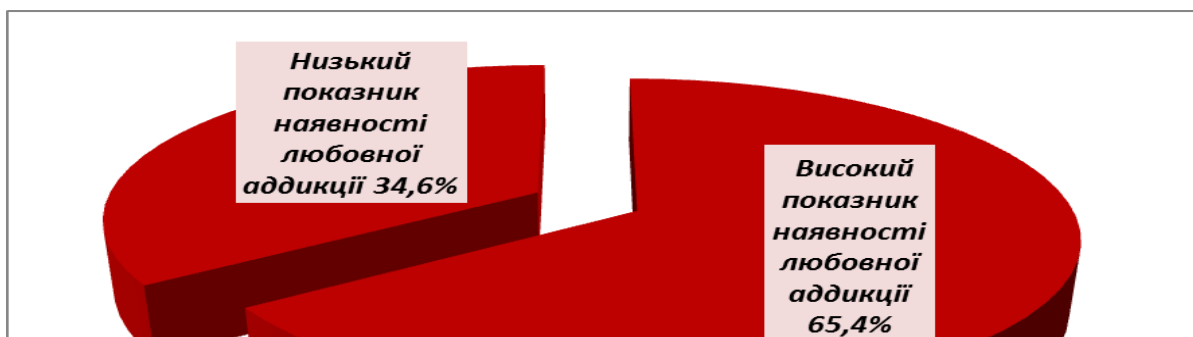


Рис.3.1. Показники наявності любовної аддикції у досліджуваних жінок.

Такий високий показник любовної аддикції можна пов'язати також з віком досліджуваних жінок, для яких, можливо, це перші серйозні стосунки, і вони хочуть будь-якими способами зберегти їх, бо їм здається, що партнер, який знаходиться поруч в даний момент життя – це їх доля. Безперечно, не виключається явище «юнацького максималізму», при цьому не виключаючи жіночої психології, адже, як відомо, жінки більш схильні бути емоційно залежними від партнера у стосунках.

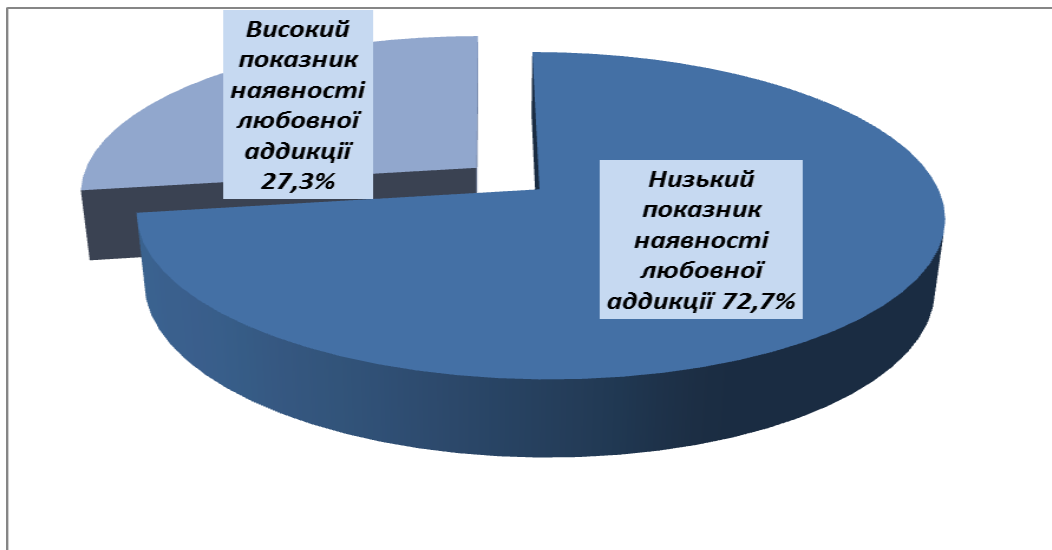
Також нами було підмічено, що ці жінки при виборі домінуючого компоненту любові обирали саме «близькість» та «відданість», і лише незначний відсоток обирали «пристрасть», хоча і варто зазначити, що деякі жінки утримують партнера завдяки фізичному контакту, бо вважають, що це їм допомагає зберігати стосунки.

Менший відсоток досліджуваних жінок, а саме 34,6%, мають низькі показники любовної аддикції, що свідчить про їх незалежну особистість, почуття повноцінності, самодостатності. Такі жінки не вважають за потрібне постійно знаходитися у стосунках, оскільки вони мають або інші пріоритети, або мали гіркий досвід у минулих стосунках, або просто комфортно почувають себе в даний період життя, не зобов'язуючи себе серйозними стосунками.

Щодо результатів серед чоловічої аудиторії, нами було виявлено, що більший відсоток досліджуваних чоловіків мають низький показник любовної аддикції, а саме 72,7% (рис.3.2.). Ці чоловіки не є емоційно залежними від своєї обраниці, відчують себе повноцінними особистостями навіть тоді, коли не знаходяться у стосунках, для них це не є обов'язковим.

Такі чоловіки при дослідженні домінування компонента любові переважно обирали компонент «пристрасть», що доводить те, що вони більше

орієнтовані на фізичний контакт з обраницею, на сексуальний потяг до протилежної статі загалом. Для них це стоїть на першому місці, а далі вже емоційне спілкування, романтичність, душевне тепло тощо. Це впевнено можна пояснити віком, у якому знаходяться наші досліджувані, бо на цьому етапі життя чоловіки переважно не шукають серйозних та довготривалих стосунків, а також не готові морально брати на себе багато зобов'язань.



чоловіків.

, нами було дослідженні
можно такий
ність». Такі
язаними до
є їх кохана.

Але коли партнера не має поруч, у них може прокидатися почуття ревності, недовіри, злості, сумнівів щодо вірності партнера тощо. Безперечно, така любовна аддикція не є нормальним явищем і з цим потрібно боротися, аби не бути приреченим на токсичні стосунки.

Отож, порівнюючи отримані результати, ми можемо зробити висновок, що досліджувані чоловіки та жінки мають різні показники наявності любовної аддикції, що свідчить про різне ставлення до стосунків в даний період їх життя. Це слід враховувати при побудові відносин, аби уникнути непорозумінь.

Важливо пам'ятати, що любовної аддикції можна позбутися, насамперед варто зізнатися, що проблема існує і не зникне сама по собі. Потрібно розуміти, чи влаштовують вас такі стосунки, не боятися піти від партнера, якщо вас щось категорично не влаштовує.

Для цього ми наголошуємо, як важливо знаходитися в постійному контакті зі своїми почуттями. Наскільки потрібно розуміти, чого хочете саме ви, прислухатися до своїх бажань та почуттів, адже кожна людина – унікальна особистість, зі своїми потребами, думками та відчуттями. Вони сигналізують про те, чого потребує людина, або що погано для неї. Якщо навчитися розпізнавати ці сигнали, можна відчутти себе повноцінною і щасливою людиною, і не шукати опору в інших людях, а бути самим для себе опорою насамперед.

2.4.Характер уявлень про любов у чоловіків і жінок на основі їх психологічної статі.

У ході нашого дослідження, ми вирішили, що також буде доречним продіагностувати психологічну стать особистості, а також порівняти, як цей показник впливає на домінуючі типи любові. Для початку розглянемо, що означає саме поняття «психологічної статі».

Психологічна стать особистості – складна, динамічна, системна якість, обумовлена пов'язаними зі статевою приналежністю біологічними особливостями індивіда і статево-рольовими нормами в суспільстві.

Кожна людина є володарем безлічі психологічних рис характеру. Деякі риси є як би «безстатевими», універсальними, а деякі риси традиційно пов'язуються з типово чоловічою або типово жіночою психологією. Деякі типові чоловічі або жіночі риси мають свої еволюційно - генетичні та фізіологічні підстави, передумови. Наприклад, рівень агресивності і домінантності (що розглядаються як типово чоловічі риси), як виявилось, корелює з рівнем концентрації у індивідів чоловічих статевих гормонів - андрогенів. Інші риси формуються в процесі соціалізації, виховання і розвитку особистості. Не випадково ж існують соціальні стереотипи

маскулінності і фемінінності. Хоча переважно придбання тих чи інших типово чоловічих чи типово жіночих психологічних рис відбувається в результаті спільного впливу обох груп факторів - біологічного і соціального порядку. Ми зупинимося коротко на трьох основних поняттях, про які прийнято говорити у зв'язку з таким феноменом, як «психологічна стать» - маскулінність, фемінінність, андрогінність.

До типово чоловічих рис (маскулінність) традиційно відносяться такі, як незалежність, напористість, домінантність, агресивність, схильність до ризику, самостійність, впевненість у собі та ін.

У спеціальних дослідженнях було встановлено, що генералізована спонтанна агресивність, а також сексуальна агресія корелюють з рівнем вмісту андрогенів (чоловічі статеві гормони) в сироватці крові. В іншому дослідженні на вибірці в 191 чоловік було показано, що маскулінних індивідів відрізняє більша самоповага в цілому, а також більш висока самооцінка академічних досягнень і власної зовнішності (фізичне Я).

До типово жіночих рис (фемінінність) традиційно відносяться такі, як поступливість, м'якість, чутливість, сором'язливість, ніжність, сердечність, здатність до співчуття, співпереживання тощо.

Соціальні стереотипи фемінності менше стосуються польових сторін особистості та успішності ділової кар'єри, але при цьому приділяють значну увагу емоційним аспектам.

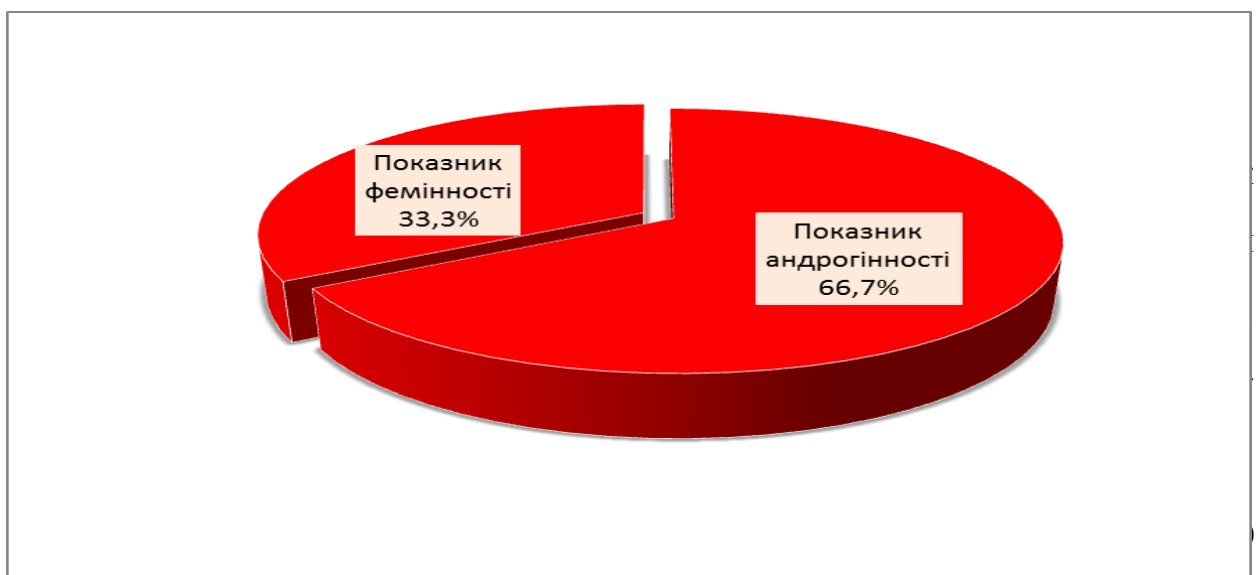
Відповідно до існуючих уявлень, індивід не обов'язково є носієм чітко вираженої психологічної маскулінності чи фемінінності. В особистості можуть бути на паритетних засадах представлені істотні риси як маскулінного, так і фемінного типів (андрогінність). При цьому передбачається, що у андрогіна ці риси представлені гармонійно і взаємодоповнюють одне одного. Вважається, що така гармонійна інтеграція

маскулінних і фемінінних рис підвищує адаптивні можливості андрогінного типу. При цьому велика м'якість, стійкість в соціальних контактах і відсутність різко виражених домінантно - агресивних тенденцій у спілкуванні ніяк не пов'язані зі зниженням впевненості в собі, а навпаки проявляються на тлі збереження високої самоповаги, впевненості в собі і самоприйняття. [12]

Отож, для діагностики «психологічної статі» особистості нами була використана методика С.Бем, яка дозволила нам визначити ступінь андрогінності, фемінності і маскулінності досліджуваних особистостей.

Проаналізувавши вибірку досліджуваних жінок, нами було виявлено, що більшість з них, а саме 66,7% всієї жіночої аудиторії мають показник андрогінності (рис.4.1.) Для таких жінок характерне гармонійне поєднання маскулінних і фемінінних рис характеру. Це добре, оскільки таке поєднання підвищує адаптивні можливості андрогінного типу. Такі жінки є досить впевненими в собі, мають повагу до себе та здорове самоприйняття.

Більшість цих жінок при дослідженні «домінуючого компонента» в любові обирали саме «відданість», що свідчить про їх психологічну зрілість, готовність вступати в серйозні стосунки, брати на себе зобов'язання, тощо. Ці жінки можуть стати гарними партнерами у стосунках, оскільки вони є самодостатніми особистостями.



пояснюється тим, що ці жінки більш прагнуть до стосунків, оскільки шукають опору в своєму партнерові, їм потрібно віддавати свою любов і тепло, оскільки це істинне жіноче прагнення. Вони також приділяють значну увагу саме емоційним аспектам, для них важливі тілесні контакти з партнером, відчуття турботи і підтримки.

Щодо результатів серед чоловічої аудиторії, нами було виявлено, що більший відсоток досліджуваних чоловіків мають такий показник психологічної статі, як андрогінність, а саме 59,3% (рис.4.2.). Ці чоловіки мають істотні риси як маскулінного, так і фемінного типів психологічної статі. Їх андрогінний тип є гармонійним поєднанням двох типів і значно підвищує їх адаптивні можливості як особистості. Вони є впевненими в собі, самодостатніми, зрілими особистостями. Саме цей відсоток чоловіків при виборі «домінуючого компоненту» любові обирали саме «відданість», і лише незначний відсоток обирали «близькість». Ці чоловіки готові вступати у серйозні стосунки, будувати міцні відносини з партнером, розвиватися духовно у стосунках.



Ці чоловіки при дослідженні «домінуючого компонента» любові обирали переважно «пристрасть», оскільки вони орієнтовані на фізичний контакт з протилежною статтю, їм важливий сексуальний аспект у стосунках,

а також вони значну увагу приділяють зовнішності свого партнера. Такі чоловіки можуть бути непостійними у стосунках, оскільки вони ще не готові до серйозних відносин, не готові брати на себе зобов'язання. Також можливо, що вони не зможуть повноцінно розвиватися у стосунках і будуть гальмувати розвиток особистості свого партнера.

Отже, важливо знати свою психологічну стать, оскільки вона відіграє важливу роль на всіх етапах онтогенезу будь-якої особистості. Саме цей феномен є визначальним фактором гармонійного розвитку особистості, є ключем до сприйняття світу та самосприйняття.

Висновки.

Отже, метою нашого дослідження було виявлення особливостей трансформації уявлень про сенс любові в процесі становлення людини в юнацькому періоді, і на наш погляд, у нас це вийшло. В дослідженні були сформовані основні завдання, які ми розглянули, проаналізували і можемо зробити наступні висновки.

1) Проаналізувавши специфіку історичної трансформації уявлень про любов та її сенс в психологічних концепціях, ми розглянули та описали різні концепції, їх особливості та підходи до поняття «любові». Наприклад, біологізаторські теорії більш орієнтовані на пошук матеріальної основи любові, і розглядають любов в контексті еволюції, в той час як біхевіоричний та небіхевіоричний виключають вплив соціального контексту в любові. Когнітивні теорії добре пояснюють феномени зміни сприйняття світу, себе і партнера, але вони переоцінюють сферу особистості, тим самим недооцінюючи емоційно-вольову. Всі ці теорії розглядали любов під певною призмою і з точки зору лише свого напрямку, що доводить унікальність та надзвичайну цікавість до такого явища, як «любов».

2) Визначивши особливості чоловічих та жіночих уявлень про сенс любові в період юності, ми дійшли висновку, що у досліджуваних чоловіків та жінок домінують різні типи любові, зокрема у більшого відсотка жінок домінуючим типом любові є романтичний, в той час як чоловіки схильні до такого типу любові як «закоханість або захопленість». Ми пов'язуємо це насамперед з цілями, які ставлять перед собою протилежні статі, для чого їм потрібні стосунки на даний момент життя, що вони можуть дати партнерові та що можуть отримати корисного для себе від стосунків.

3) Дослідження особливості уявлень про любов у чоловіків та жінок з різним ступенем любовної аддикції показало, що більшість досліджуваних жінок

мають високий ступінь любовної аддикції, і, як наслідок, при виборі домінуючого компонента любові обирали саме «близькість» та «відданість». Аналіз результатів показав, що більший відсоток чоловіків мають низький ступінь любовної аддикції, і при виборі домінуючого компонента любові обирали саме «пристрасть». Як показали результати, чоловіки та жінки мають протилежні показники наявності любовної аддикції.

4) Охарактеризувавши особливості уявлень про любов у чоловіків та жінок на основі їх психологічної статі і відповідно ступеня прояву маскулінності, фемінності, андрогінності ми прослідкували наступну закономірність, що досліджувані, у яких переважав андрогінний тип психологічної статі, при дослідженні домінуючих компонентів любові обирали здебільшого «відданість», в той час, як у досліджуваних з фемінним типом психологічної статі ми виявили домінуючим компонентом любові «близькість». Щодо чоловічої аудиторії, то у чоловіків з маскулінним типом психологічної статі домінував такий компонент, як «пристрасть».

Список використаних джерел.

1. Фромм Е. Мистецтво любити. Дослідження природи любові. М., 1990. - С. 61.
2. Ільїн Є.П. Емоції і почуття. 2-е изд. - СПб .: Петербург, 2007. - С. 326-337.
3. Ізард К. Психологія емоцій / Перекл. з англ. - СПб., 1999. - С. 422-425
4. Майерс Д. Соціальна психологія. СПб., 1998. С.565-568.
5. Петровський А.В. Психологія: підручник для студентів вищих навчальних закладів. - М., 2006. - С. 333
6. Симонов П.В. Емоційний мозок. М. 1981. С.10.
7. Мастерс У., Джонсон В., Колодний Р. Основи сексології. Пер. з англійської. - М. Мир 1998
8. <http://refleader.ru/jgeotrmeraty.html>
9. <https://www.dissercat.com/content/transformatsiya-predstavlenii-o-10.smysle-lyubi-vi-v-protsesse-zhizneosushchestvleniya-cheloveka>
11. <https://refdb.ru/look/2626043.html>
12. <http://ru.osvita.ua/vnz/reports/culture/10974/>

Методика С. БЕМ

Методика була запропонована Сандрою Бем (Sandra L. Bem , 1974) для діагностики психологічного статі і визначає ступінь андрогінності, маскулінності і фемінінності особистості. Опитувальник містить 60 тверджень (якостей) , на кожне з яких випробовуваний відповідає «так» чи «ні», оцінюючи тим самим наявність або відсутність у себе названих якостей.

Опитувальник може застосовуватися і у формі експертного рейтингу. У такому випадку оцінка випробовуваного за представленими якостям здійснюється компетентними суддями - людьми які добре знають випробовуваного (чоловік, дружина , батьки та ін.)

Якщо величина індексу IS укладена в межах від -1 до +1 , то роблять висновок про андрогінності . Якщо індекс IS менше -1 , то робиться висновок про маскулінності.

А якщо індекс IS більше +1 - про фемінінності. При цьому, у разі коли IS менше -2,025 говорять про яскраво вираженою маскулінності. А якщо IS більше +2,025 - говорять про яскраво вираженою фемінінності.

Інструкція для досліджуваного: «Дайте відповідь на кожне твердження" так "(+) або" ні "(-), оцінюючи тим самим наявність або відсутність у себе названих якостей.

1.Вірить в себе.	31.Швидкий в прийнятті рішень.
2.Вміє поступатися.	32.Співчутливий.
3.Здатен допомогти.	33.Щирий.
4.Схильний захищати свої погляди.	34.Самодостатній.
5.Життєрадісний.	35.Здатен втішити.
6.Похмурий.	36.Марнолюбний.

7.Незалежний.	37.Владний.
8. Сором'язливий.	38.Тей, хто має тихий голос.
9.Совісний.	39.Привабливий.
10.Атлетичний.	40.Мужній.
11.Ніжний.	41.Теплий,сердечний.
12.Театральний.	42.Урочистий,важливий.
13.Наполегливий.	43.Тей,хто має власну позицію.
14.Любить лестоці.	44. М'який.
15.Щасливий.	45.Той, хто вміє дружити.
16.Сильна особистість.	46.Агресивний.
17.Віданний.	47.Довірливий.
18.Непередбачуваний.	48.Малорезультативний.
19.Сильний.	49.Схильний вести за собою.
20.Жіночний.	50.Інфантильний.
21.Надійний.	51.Адаптивний.
22.Аналітичний.	52.Індивідуаліст.
23.Той, хто вміє відчувати.	53.Не любить лайок.
24.Ревнивий.	54.Несистематичний.
25.Прагне лідерства.	55.Тей, хто має дух змагання.
26.Піклується про людей.	56.Любить дітей.
27.Прямий,правдивий.	57.Тактичний.
28.Схильний до ризику.	58.Амбіційний.
29.Розуміє інших.	59.Спокійний.
30.Скритний.	60.Традиційний, схильний до умовностей.

Ключ до опитувальника

Маскулінність (відповідь «Так»)	1,4, 7, 10, 13,16, 19, 22, 25, 28, 31, 34, 37, 40, 43,46, 49, 52,55,58
Фемінність (відповідь «Так»)	2,5,8,11,14,17,20,23,26,29,32,35,36,41,44,47,50,53,56,59

Обробка результатів.

За кожне збіг відповіді з ключем нараховується один бал. Потім визначаються показники фемінінності (F) і маскулінності (M) відповідно з наступними формулами:

$F = \text{сума балів по фемінності} / 20$

$M = \text{сума балів по маскулінності} / 20$

Основний індекс IS визначається як $IS = (F - M) * 2,322$,

Інтерпретація. Якщо величина індексу IS укладена в межах від -1 до +1, то роблять висновок про андрогінність. Якщо індекс менше -1 ($IS < -1$), то робиться висновок про маскулінності, а якщо індекс більше +1 ($IS > 1$) – про фемінінності. При цьому в разі, коли $IS < -2,025$ говорять про яскраво вираженою маскулінність, а якщо $IS > +2,025$ - про яскраво вираженою фемінінності. На підставі отриманих даних виділяють чотири статеворольових типу:

1. маскулінний - високі показники маскулінності і низькі -фемінінності;
2. фемінінний - високі показники фемінінності і низькі - маскулінності;
3. андрогін - високі показники як маскулінності, так і фемінінності;

4. недиференційований - низькі показники і маскулінності, і фемінінності.

Методика виявлення любовної аддикції (по Єгорову)

Використовується для обстеження підлітків і дорослих.

Мета: виявлення схильності до любовної аддикції.

Інструкція . Відповідайте «так» чи «ні» , ознайомившись з нижченаведеними твердженнями:

Інструкція до проходження тесту

Тест на виявлення любовної аддикції (по Єгорову)

Відзначте номери тверджень, з якими Ви згодні.

1. Ви людина, дуже потребує в романтичних стосунках.
2. Ви дуже швидко і досить легко закохуєтеся.
3. Коли ви закохані, то не можете припинити мріяти, навіть займаючись серйозними речами. Ви не здатні себе контролювати.
4. Іноді, коли ви шукаєте відносин, ви знижуєте свої вимоги і погоджуєтеся на меншу, ніж ви хочете або заслуговуєте.
5. У відносинах ви схильні придушувати, «душити» свого партнера.
6. Іноді ви вступаєте у відносини з людиною, яка вам зовсім не підходить, в надії, що він зміниться.
7. Якщо ви вступили з кимось у відносини, то не можете піти.
8. Коли вам хтось подобається, ви ігноруєте всі сигнали про те, що ця людина вам не підходить.
9. При виборі партнера найважливішим для вас є первинна симпатія.
10. Коли ви закохані, ви довіряєте людям, які не заслуговують на довіру. В результаті у вас через це виникають складності.

11. Коли відносини закінчуються, ви відчуваєте, що життя підійшла до кінця. Не менше двох разів ви подумували про самогубство в зв'язку з розривом.
12. Щоб зберегти стосунки, ви брали на себе більшу частину відповідальності.
13. Єдина річ, яка вас цікавить, - це любовні відносини.
14. У деяких ваших відносинах любили тільки ви.
15. Ви дуже страждаєте від самотності, якщо не закохані або не маєте відносин з ким-небудь.
16. Ви не можете залишатися на самоті, власне суспільство вас не влаштовує.
17. Не менше двох разів ви вступали у відносини з абсолютно невідповідним для вас людиною через страх залишитися на самоті.
18. Ви приходите в жах від думки, що у вас може не бути партнера.
19. Ви відчуваєте незадоволеність, якщо не перебуваєте у відносинах з будь-ким.
20. Ви не можете сказати «ні», якщо закохані або партнер погрожує піти від вас.
21. Ви дуже намагаєтеся бути таким, яким вас хоче бачити партнер. Ви будете робити все, щоб доставити партнеру задоволення, якщо при цьому доведеться принести в жертву свої бажання, потреби або цінності.
22. Коли ви закохані, то бачите тільки те, що хочете бачити. Ви перекручуєте реальність, щоб впоратися з тривогою і підкріпити свої фантазії.
23. Ви готові терпіти зневагу, страждати від депресії, самотності, брехні і навіть залежності тільки для того, щоб уникнути болю від розставання.
24. Не менше двох разів на життя ви відчували нерозділене кохання, і це було дуже болісно.
25. У вас було кілька романтичних відносин одночасно, незважаючи на те, що доводилося когось обманювати.

26. Ви продовжуєте відносини і з жорстокими людьми.
27. Мрії про когось, кого ви любите, навіть якщо він або вона недоступні, більш важливі для вас, ніж звернення до реальності, пошук доступних партнерів.
28. Ви приходите в жах від думки, що вас можуть кинути.
29. Ви прагнете любові людей, які вас відкинули, і наполегливо намагаєтеся змінити їхню думку.
30. У стані закоханості ви відчуваєте підвищене почуття власності щодо партнера і дуже ревниві.
31. Чи траплялося, що через стосунки з партнером ви нехтували інтересами друзів або членів сім'ї.
32. У стані закоханості ви вкрай імпульсивні.
33. Вами оволодіває бажання перевіряти свого партнера.
34. Чи траплялося, що ви шпигували за людиною, якого любите.
35. Ви прагнете людини, якого любите, навіть якщо він або вона має іншого партнера.
36. Якщо ви є частиною любовного трикутника, то вірите, що «в любові і на війні всі засоби хороші». Ви не йдете.
37. Любов - найважливіша для вас річ на землі.
38. Навіть коли у вас немає відносин, ви постійно фантазируете про кохання: про кого-то, кого ви колись любили, або про ідеального партнера, який коли-небудь може з'явитися у вашому житті.
39. Наскільки ви пам'ятаєте, ви завжди були стурбовані, поглинені думками про любов і романтичними фантазіями.
40. Ви відчуваєте безпорадність, коли закохані, так, як ніби перебуваєте в стані трансу або під впливом чар. Ви втрачаєте свою здатність приймати мудрі рішення.

Інтерпретація результатів. При згоді з 5-10 твердженнями можна підозрювати любовну аддикцію, з 11 і більше твердженнями - ймовірність любовної аддикції дуже висока.

Опитувальник тріади любові по Р.Стернбергу

(Близькість - пристрасть - відданість)

Інструкція досліджуваному: вільні місця залишені для імені людини, з яким вас пов'язують любовні відносини. Оцініть кожне твердження за шкалою від 1 до 9, де 1 означає "зовсім немає», 5 - «помірно», а 9 - «дуже сильно». Решту балів можна використовувати для проміжних оцінок.

1. Я бажаю ____ всіляких гараздів.
2. У мене теплі стосунки з ____.
3. Я завжди можу розраховувати на підтримку ____.
4. ____ завжди може розраховувати на мою підтримку.
5. Я готовий (а) багато чим пожертвувати для ____.
6. Я отримую значну емоційну підтримку від ____.
7. Я надаю значну емоційну підтримку ____.
8. Я добре лажу з ____.
9. Я дуже ціную роль ____ в моєму житті.
10. Я відчуваю свою близькість до ____.
11. Мої стосунки з ____ цілком мене влаштовують.
12. Я відчуваю, що дійсно розумію ____.
13. Я відчуваю, що ____ дійсно розуміє мене.
14. Я відчуваю, що дійсно можу довіряти ____.
15. Я ділюся з ____ своїми глибоко особистими переживаннями.
16. Мне досить побачити ____, щоб прийти в збудження.
17. Я дуже часто думаю про ____.
18. Мої відносини з ____ дуже романтичні.
19. Я знаходжу ____ дуже привабливим.
20. Я ідеалізую ____.

21. Я не можу собі уявити, щоб хтось інший зробив мене такою (їм) щасливою (им), як ____.
22. Я хочу бути з ____ і ні з ким іншим.
23. Для мене немає нічого важливішого моїх відносин з ____.
24. Мені особливо приємний фізичний контакт з ____.
25. В моїх відносинах з ____ є щось чарівне.
26. Я обожнюю ____.
27. Я не можу уявити собі життя без ____.
28. Наші відносини з ____ можна назвати пристрасною.
29. Коли я дивлюся фільми або читаю книги кохання, я думаю про ____.
30. У мене часто виникають сексуальні фантазії, пов'язані з ____.
31. Я знаю, що я люблю ____.
32. Я твердо вирішив (а) підтримувати відносини з ____.
33. Я люблю ____ і нікому не дозволю стати між нами.
34. Я впевнений (а) в сталості моїх відносин ____.
35. Я не можу собі уявити, що може призвести до неможливості збереження моєї відданості ____.
36. Я сподіваюся зберегти любов до ____ до кінця моїх днів.
37. Я завжди буду відчувати глибоку відповідальність за ____.
38. Я вважаю свою відданість ____ дуже сильною.
39. Я не можу уявити собі, що мої стосунки з ____ можуть закінчитися.
40. Я впевнений (а) в своїй любові до ____.
41. Я вважаю свій зв'язок з ____ постійною.
42. Я вважаю свої відносини з ____ хорошим рішенням.
43. Я відчуваю відповідальність за ____.
44. Я маю намір продовжити свій зв'язок з ____.
45. Даже коли я сварюся з ____, у мене не виникає бажання порушити вірність.

Пункти 1-15 оцінюють вашу близькість, 16-30 - пристрасть, а 31-45 - служать для оцінки зобов'язань (відданості) в любові. Бали за кожною шкалою складаються і сума їх ділиться на 15. Таким чином, ви можете визначити, які компоненти є переважаючими в любові до вашого партнера і, відповідно до «трикутником любові» Стернберга, виявити властивий вам вид любові - романтичний, любов-дружба, досконала любов і ін.

Метод незавершених речень

Метод (методика) незавершених речень дозволяє виявити усвідомлені та неусвідомлені установки людини, показує його відношення до себе, до протилежної статі, до своїх страхів, майбутнього, життєвих цілей. Всі речення можна поєднати в групи, які відображають ставлення до міжособистісних відносин, відносин між чоловіком і жінкою і самосприйняття.

Опитуваному пропонується 10 незавершених речень, які він повинен дописати на свій розсуд. Тест застосовується індивідуально, або в групах, займає 20-30 хвилин.

Інструкція: на бланку необхідно завершити речення одним чи кількома словами, на Ваш розсуд.

Незавершені речення:

- 1.Я вважаю, що справжня любов це коли...
- 2.Коли людина любить, життя здається...
- 3.Більшість юнаків люблять тому, що...
- 4.Більшість дівчат люблять тому, що...
- 5.Коли я бачу чоловіка поряд з жінкою, то...
- 6.Найважливіше за все в любові двох людей...
- 7.Я можу довірити тому, кого люблю...
- 8.Життя без людини, яку я люблю, здається мені...
- 9.Я міг би бути дуже щасливим, якби людина, яку я люблю...
- 10.Ідеальна любов – це ...