МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ФАКУЛЬТЕТ СОЦІАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ

КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ

Кваліфікаційна робота
магістра

на тему: Психологічний аналіз любові в контексті емоційних відносин

Виконав: студент ІІ курсу, групи_____
спеціальності: 053 психологія
освітньої програми: 053 психологія
Денега Анастасія Дмитрівна
Керівник: к.психол.н., доцент кафедри психології Гредінарова О.М.
Рецензент: к.психол.н., доцент кафедри психології Скрипаченко Т.В.

Запоріжжя
2020

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет_____
Кафедра_____
Рівень вищої освіти_____
Спеціальність _____
(код та назва)
Освітня програма _____
(код та назва)
Спеціалізація _____
(код та назва)

ЗАТВЕРДЖУЮ
Завідувач кафедри_____
«_____»_____20____року

З А В Д А Н Н Я
НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ СТУДЕНТОВІ (СТУДЕНТЦІ)

_____
(прізвище, ім'я, по батькові)

1 Тема роботи (проекту) _____
_____
_____
керівник роботи
_____,
(прізвище, ім'я, по батькові, науковий ступінь, вчене звання)
затверджені наказом ЗНУ від «____»_____20___року
№_____
2 Строк подання студентом роботи _____
3 Вихідні дані до роботи _____
_____
_____
4 Зміст розрахунково-пояснювальної записки (перелік питань, які потрібно розробити) _____
_____
5 Перелік графічного матеріалу (з точним зазначенням обов'язкових креслень)
_____
_____

6 Консультанти розділів роботи

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		завдання видав	завдання прийняв

7 Дата видачі завдання_____

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів роботи	Примітка

Студент _____ _____
(підпис) (ініціали та прізвище)

Керівник роботи (проекту) _____ _____
(підпис) (ініціали та прізвище)

Нормоконтроль пройдено

Нормоконтролер _____ _____
(підпис) (ініціали та прізвище

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота магістра: 80с., 4 таблиць, 8 рисунків, 76 джерела, 2 додатків.

Об'єкт дослідження є – любов як психологічний феномен

Предмет дослідження - любов в контексті емоційних відносин.

Мета роботи – визначити рівень прояву почуття любові, симпатії мотивації кохання між чоловіком і дружиною в залежності від тривалості життя у шлюбі.

В основу дослідження покладено ***гіпотеза*** про те, що існують відмінності в ступені вираженості почуття любові та симпатії, а також в ієрархії мотивів кохання у шлюбних партнерів в залежності від тривалості життя у шлюбі.

Методи дослідження: – теоретичні (аналіз, осмислення й узагальнення літератури з проблеми дослідження); – емпіричні (спостереження, бесіда, анкетування, методи математичної статистики).

Наукова новизна роботи полягає в тому, що емпірично досліджено специфіку прояву почуттів любові та симпатії між чоловіком і дружиною в залежності від тривалості життя у шлюбі; встановлено ієрархію мотивів кохання у шлюбних партнерів в залежності від тривалості життя у шлюбі; здійснено подальший розвиток теорії психологічного феномену любові.

Матеріали роботи можуть бути використані психологами при роботі між чоловіком і дружиною.

ЕМОЦІЙНІ ВІДНОСИНИ, ПОЧУТТЯ ЛЮБОВІ, ЧОЛОВІК І ДРУЖИНА, ШЛЮБНІ ПАРТНЕРИ, ЖИТТЯ У ШЛЮБІ, МОТИВАЦІЇ КОХАННЯ.

ЗМІСТ

ВСТУП.....6
І РОЗДІЛ. Аналіз психологічного феномену любові.....10
1.1. Головні відмінності між поняттями «любов», «закоханість» та «симпатія».....10
1.2. Формування різних теорій любові……19
1.3. Основні типи любові.....28
ІІ РОЗДІЛ. Психологічний феномен любові у контексті емоційних відносин між чоловіком і дружиною.....34
2.1. Типи відносин між чоловіком і дружиною та їх детермінанти.....34
2.2. Динаміка почуття любові у процесі життя людини.....39
2.3. Любов як спектр емоцій.....42
2.4. Відмінність любові від інших емоцій та почуттів.....47
2.5. Мотивація кохання та умови збереження емоційних відносин.....52
ІІІ РОЗДІЛ. Емпіричне дослідження прояву почуття любові між чоловіком і дружиною в залежності від тривалості життя у шлюбі та мотивації кохання…….....57
3.1 Методичні підходи до вивчення почуття любові та симпатії, мотивації кохання. Обґрунтування психодіагностичного інструментарію дослідження……57
3.2 Аналіз та інтерпретація показників рівня прояву почуття любові та мотивації кохання……..62
ВИСНОВКИ.....70
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....72
ДОДАТКИ……..79

ВСТУП

Актуальність дослідження. Модель традиційного шлюбу, яка складалася століттями, поступово відчуває свій розкол. Особливо важливою в українському суспільстві у контексті становлення нових політичних та соціально-економічних відносин є проблема збереження поваги, вірності, гуманності, симпатії, любові один до одного. Ринкові механізми, що запущені в економіці сучасного світу, надають руйнівної дії для щирих, дружніх відносин і переносить їх у площину холодного розрахунку. Від цього особливо страждають любовні взаємовідносини – стосунки кохання між чоловіком і дружиною.

Тема любові як основи гармонійних і щасливих відносин – один зі шляхів покращення і компенсації названих проблем. Незважаючи на значущість цього феномену наука про любов у психології лише починається і вважається однією з найскладніших тем. Складність явища любові полягає у великому спектрі її функціонування: біологічному й соціальному, свідомому і несвідомому, індивідуальному й загальному, високо-духовному і буденному, що є свідченням відсутності в психології загальновідомого визначення, теоретичного обґрунтування та загальновизнаної концепції любові. Тому одне з основних завдань сучасної психології – заповнити цей простір науковими знаннями про любов у шлюбно-партнерських стосунках.

Тривалий час тему любові не розглядала академічна психологія, дослідники займали позицію агностицизму. Із 60-х рр. XX ст. почали з’являтися експериментальні й емпіричні дослідження любові, у центрі яких було вивчення сексуальної поведінки (характерна для зарубіжної психології) та вивчення когнітивних репрезентацій. Із погляду вчених, любов – унікальний феномен у психологічному вивченні, що містить сексуальний і еротичний (З. Фрейд), емоційно-поведінковий (Ф. Шейвер), когнітивно-поведінковий (Е. Бершид, Р. Стернберг, К. Хендрик і С. Хендрик), ціннісно-

смисловий (С. Рубінштейн, В. Франкл), онтогенетичний (Е. Еріксон), процесуальний (Л. Гозман) і культурний (С. Голод) аспекти, що виявляються в потребі будувати індивідуальні відносини з партнером.

Наявні теорії зарубіжної психології в психоаналізі (Е. Еріксон, О. Кернберг, А. Лоуен, Д. Флойд, З. Фрейд, Е. Фромм, Д. Харві, С. Шехтер, К. Юнг та ін.), гештальт-психології (Б. Мартель, Ф. Перлз, Д. Рейноутер та ін.), гуманістичній психології (А. Маслоу, К. Роджерс, В. Франкл та ін.) акцентують увагу на феноменології та патології любові.

Психологія відчула вплив соціокультурного аспекту на уявлення про любов (Б. Братусь, Л. Гозман, Ю. Орлов, В. Розін, С. Рубінштейн та ін.).

У сучасній українській психології тему, пов'язану з любов'ю як психічним процесом або станом особистості, розглядали О. Кочарян [33], В. Моргун [40], К. Седих [56; 57], І. Євтушенко [20], Г. Коцюба [34], Є. Фролова [62].

Необхідність дослідження феномену любові викликана критичною соціально-психологічною ситуацією, системою соціальних переживань, яка в даний час визначає стан душі народу [45; 50].

Об'єкт дослідження є – любов як психологічний феномен

Предмет дослідження – любов в контексті емоційних відносин.

Мета роботи – визначити рівень прояву почуття любові, симпатії мотивації кохання між чоловіком і дружиною в залежності від тривалості життя у шлюбі.

В основу дослідження покладено ***гіпотеза*** про те, що існують відмінності в ступені вираженості почуття любові та симпатії, а також в ієрархії мотивів кохання у шлюбних партнерів в залежності від тривалості життя у шлюбі.

Відповідно з метою були висунуті такі ***завдання***:

1. Здійснити теоретичний аналіз психологічного феномену любові.

2. Визначити психологічні характеристики любові як психологічного феномена у контексті емоційних відносин між чоловіком і дружиною.

3. Визначити методи дослідження феноменів любові, симпатії та мотивації кохання.

4. Емпірично дослідити рівень прояву почуттів любові, симпатії та мотивації кохання між чоловіком і дружиною в залежності від тривалості життя у шлюбі.

Методи дослідження. В ході дослідження в залежності від поставлених завдань використовувалися різноманітні методи: теоретичний аналіз літератури, емпіричне дослідження, порівняльний аналіз, *тестування за стандартизованими методиками*: «Шкала любові і симпатії» З. Рубіна (модифікація Л.Я. Гозмана) з метою вивчення емоційних відносин у діаді; «Багатовимірний опитувальник мотивації кохання» В.Ф. Моргуна для вивчення специфіки мотивації кохання шлюбних партнерів. Використано *математико-статистичні методи* обробки експериментальних даних на базі статистичної програми Microsoft Excel-2013 (t-критерій Стьюдента).

Наукова новизна та ***практичне значення*** одержаних результатів полягає в тому, що:

- *уточнено й поглиблено* наукове розуміння психологічних характеристик любові у контексті емоційних відносин між чоловіком і дружиною;

- емпірично *досліджено* специфіку прояву почуттів любові та симпатії між чоловіком і дружиною в залежності від тривалості життя у шлюбі; *встановлено* ієрархію мотивів кохання у шлюбних партнерів в залежності від тривалості життя у шлюбі;

- здійснено *подальший розвиток* теорії психологічного феномену любові.

Емпірична база дослідження. Вибірку респондентів склали 20 пар, які перебувають у шлюбі. Вік респондентів від 23 до 50 років. В ході дослідження було сформовані дві групи респондентів за тривалістю шлюбного життя: I група – подружжя із тривалістю шлюбного життя від 5 до 15 років; II група – подружжя із тривалістю шлюбного життя від 16 до 25 років.

Структура роботи включає вступ, три розділи, висновки, список використаних джерел, 2 додатки. Загальний обсяг роботи – 80 сторінок. Робота проілюстрована 4 таблицями, 8 рисунками. Бібліографічний список складається з 76 найменувань, 4 з яких іноземною мовою.

РОЗДІЛ І
АНАЛІЗ ПСИХОЛОГІЧНОГО ФЕНОМЕНУ ЛЮБОВІ

1.1. Головні відмінності між поняттями «любов», «закоханість» та «симпатія»

Почуття любові – одне с важливіших людських почуттів. І разом з тим – з найзагадковіших. Кожна людина знає про нього щось своє, суттєве для свого життя. Знання це може бути позитивним або негативним, романтичним або цинічним, емоційним або розсудливим. Воно може бути засновано на реальних переживаннях або уявленнях, але воно є у кожного. Те, що окрема людина знає про любов, важко передати іншому.

Під словом «любов» часто припускають не тільки почуття, яке зазнає сама людина, а разом з тим і відповідне почуття, і виявлення кожного з цих почуттів, а також обставини їх виникнення та існування. Любов у такому розумінні являє собою багатоскладове соціально-психологічне явище, яке має безліч різноманітних аспектів. Однак, в основі цього явища лежить саме почуття любові – внутрішнє та індивідуальне (хоч воно націлено на когось зовні) переживання.

Дослідження любові та засновані на них теорії любові привертають цікавість не тільки психологів, але актуальні для кожної людини. Точок зору на любов багато, як і площин життєвого досвіду, які утворюють єдине поле любові. Предмет психології любові для досліджень багатогранний, суперечливий та нескінченно важливий.

Які якості все-таки сприяють виникненню симпатії? Таких якостей немає. Річ у тому, що в залежності від ситуації одна і таж сама властивість людини може бути оцінена і позитивно, і негативно, немає абсолютно «поганих» і «добрих» властивостей. Адже якщо розібратися, що означає,

наприклад, «мотовство»? Щедрість нерозумної людини. А щедрість – якість, безумовно, позитивна.

Також ми можемо одну і ту саму людину засуджувати за безпринциповість, заохочувати за доброту та обурюватися нечуттєвістю по відношенню до близьких.

Треба сказати, сам термін «несумісність», який отримав широке поширення у буденному житті, непопулярний серед спеціалістів. Якогось наукового обґрунтування доки ще більшість вчених йому не знаходить.

Ми всі прекрасно знаємо, що любов ніколи не буває ізольована від інших почуттів, з нею зв'язане і наше відношення до людей взагалі, і відношення до дітей, і відповідальність за близьку людину, і дружня прихильність та багато іншого.

Любов необхідна, тому що приносить радість. Радість самоцінна, не виникає питання «навіщо потрібна радість?» Адже кожен знає, якщо замислитися, які найбільш щасливі хвилини відчував у своєму житті, обов'язково згадає, що вони пов'язані з коханими людьми – слова, які промовлені у перші хвилини знайомства, сукупна подорож та інше [13, 14].

Але продовжте експеримент, воскресіть у пам'яті найгіркіші хвилини. І неодмінно усі ми поряд з втратою близьких, з великими нещастями у сім'ї згадуємо щось, пов'язане також з коханими людьми: день, коли нас обманули, коли ми зрозуміли, що ми кохаємо, а нас ні…

Виявляється, що не так просто відповісти на питання: навіщо нам потрібна любов?

Насправді, любов дійсно перед усім потрібна дітям. Дитина фізично не може обходитися без кохання. Дуже часто дитина захворює у дитячому садку від того, що їй здається, що її розлюбила мама.

Часто саме закоханість хочеться прийняти за почуття любові. Саме до закоханості відносяться, як правило, влучні життєві афоризми. Саме закоханість може підмінити у свідомості уявлення про дійсні почуття. У чому же різниця між ними?

Череда особливих емоційних станів – закоханість – підвладна загальним психофізіологічним закономірностям. Цим і користується життєва мудрість у своїх судженнях щодо неї [36].

Закоханість може вражати виключною гостротою відчуттів, але не має ще самостійної сили, яка здатна протистояти психічній механіці. Закоханість більше залежить від обставин, ніж від особистості того, на кого вона спрямована. Закоханість егоцентрична і в цьому її парадоксальність: вона націлена на іншого, але стурбована, за суттю, власними індивідуальними проблемами. Їй бракує розуміння іншої душі. Бракує здатності до об'єднання двох душевних світів.

Закоханість – це не завжди дитинство любові, не завжди у неї є майбутнє. На прикладах людей, які швидко закохуються, ми можемо вивчати повний цикл розвитку закоханості – від першого прискореного серцебиття до останнього печального зітхання. Як до неї відноситися? Для того, щоб зрозуміти це, важливіше розуміти не що таке закоханість, а що таке любов. І не завжди початок любові – неодмінно закоханість. Саме почуття любові сповнене таємницею, та виникнення його не зводиться ні до якої схеми. Зростає чи це почуття з дружної симпатії, із співчуття, із схилення або із закоханості, головне у ньому – той незвичайний єдино можливий зв'язок між двома душами, жіночою та чоловічою, переживання якого піднімають нас над одиничним, однополюсним існуванням.

Розглянемо механізми виникнення симпатії.

У своєму дослідженні Л.Я. Гозман виділяє етапи розвитку емоційних відносин та їх детермінанти. Наведемо їх характеристику.

Перший етап емоційних відносин за Л.Я. Гозманом пов'язаний з виникненням та розвитком симпатії. Спочатку виступають як значимі такі властивості об'єкта: зовнішні дані, соціально-демографічні характеристики, поведінкові паттерни. Оцінка зовнішності визначається ступенем відповідності її одному із існуючих стандартів, однакових для людей, які належать до одної або близьким субкультурам. Це пояснюється тим, що

краса є безумовним стимулом. Єдина загальна фізична ознака краси для всіх культур за Л.Я. Гозманом – мускулатура і зріст у чоловіків. Крім того, красиві частіше спілкуються, однак ця властивість є справедливою для красивих чоловіків, але не для красивих жінок. Вигода спілкування з красивими криється у тому, що при цьому як би підвищується власна краса. У вигляді поширеного типу проявляється приписування красивим хороших особистісних рис, а некрасивим – поганих. Проте красивій жінці частіше приписують позитивні якості, чоловікам – більш рідко. Разом із тим, жінки більш орієнтуються при виборі супутника життя на красиву зовнішність, ніж чоловіки. Але не все так просто. Справа у тому, що впевнені у собі люди вибирають найбільш красивого, при відсутності такої впевненості – орієнтуються на середній або навіть низький рівень фізичної привабливості.

Далі у процесі розвитку відношень та спілкування за мірою розпізнання значимими стають соціально-психологічні характеристики людини. Великий вплив на атракцію чинять переваги людини. Л.Я. Гозман вказує на те, що дуже високий рівень позитивних якостей знижує атракцію, така людина сприймається як неприступна і недосяжна. Її постійна «правильність» пригнічує. Підвищує атракцію усмішка, привітні манери.

Встановлена дуже велика залежність атракції від саморозкриття, довіри партнерів один до одного. Крім цього впливає на характер емоційних відносин успішність іншої людини. Сильно відбивається на атракції схожість настановлень.

На наступних етапах важливе значення для розвитку атракції починають грати особистісні якості. Питання дискутується з приводу того, чи є більш привабливими подібні якості або протилежні. До теперішнього часу переважаючою точкою зору виступає взаємодоповненість особистісних властивостей [21].

Л.Я. Гозман виділяє просторову близькість, частоту контактів, відповідаючи очікуванням тривалість та інтенсивність взаємодії,

співробітництво (але не переходячи у суперництво). Позитивні підкріплення у якості чинників, які сприяють виникненню та зміцненню симпатії.

Вектор атракції направлений від симпатії до любові. Відчуття, які супроводжують любов, більш сильні, ніж при симпатії: ейфорія, депресія, схильність до фантазій, порушення сну, загальне збудження, труднощі у концентрації уваги.

На жаль, часто «любов» і «закоханість» обговорюються як синоніми, про їх глибоку різницю мовчить психологія, і лише зовнішніми дотиками говорить мистецтво.

Напевно, у світовій літературі є тільки один епізод, у якому по-справжньому схоплена різниця, хоча й тут вона не усвідомлена як різниця закоханості і любові. Це сцена з «Війни і миру», коли Андрій Болконський зізнається у коханні до Наталі Ростової, отримує відповідне «так» – і в душі його раптом розігрується миттєвий загадковий переворот: закоханість раптом робиться коханням. «Князь Андрій тримав її руку, дивився їй у вічі і не знаходив в своїй душі минулої любові до неї. В душі його раптом повернулося щось: не було минулої поетичної та таємничої чарівності бажання… був страх перед її відданістю і довірливістю, важке і разом з тим радісне усвідомлення обов'язку, який навіки пов'язав його з нею».

Розглянемо питання впливу зовнішньої (фізичної) привабливості людини на симпатію до неї.

Емоційні стосунки на першому етапі їх розвитку постають у вигляді симпатій та антипатій однієї людини до іншої. Міжособистісний характер емоційних відносин виражений тут ще мінімальною мірою. Зовнішні дані, соціально-демографічні характеристики (вік, освіта, професія тощо), символи соціального статусу людини традиційно вважаються головною причиною симпатії або антипатії до неї з боку інших людей.

Оцінка фізичної привабливості або краси іншої людини визначається мірою відповідності її стандартам зовнішності даної субкультури. Ці стандарти визначаються впливом кіно і телебачення, які рекламують одні і ті

ж зразки зовнішності. Переваги зовнішньо привабливих людей проявляються у більш високому соціометричному статусі в групі ровесників.

Виникає питання: чому ж краса (фізична привабливість) людини визначає симпатію до неї? Існує кілька гіпотез, які пояснюють цей зв'язок.

По-перше, краса є безумовним позитивним підкріпленням, яке пов'язане з особливостями філогенезу людини. Суб'єкт здійснює вибір гарних, привабливих людей, навіть не припускаючи можливості спілкування з ними. Так, діти (від 3 до 6 років) в експериментальній ситуації значно частіше викликали на екрані тахістоскопа зображення гарного ровесника, ніж негарного.

По-друге, у більш привабливих людей краще розвинуті навички спілкування (з ними приємно спілкуватися), що і визначає симпатію (атракцію) до них.

По-третє, позитивний зв'язок між красою і популярністю може бути викликаний деякими перевагами спілкування з фізично привабливими людьми. На користь такого прагматичного пояснення свідчить так званий ефект «іррадіації краси». Оцінка зовнішньої привабливості чоловіка істотно залежить від зовнішніх даних жінки, яка є його постійним партнером. Привабливий партнер ніби дозволяє підвищити рівень власної фізичної привабливості.

Зовнішність людини чималою мірою впливає на приписування їй деяких особливостей, рис характеру. Згідно з даними психологічних експериментів, зовні негарним, непривабливим людям приписуються злі вчинки та наміри (негативні характеристики). Існує соціальний стереотип «гарний» значить «хороший», чим і пояснюється більш м'який «суд» над гарними та навпаки [13].

Варто зауважити, що поряд з тенденцією вибору найбільш гарних існує й інша: вибір партнерів свого рівня фізичної привабливості. Результати експериментальних досліджень свідчать, що більш високий рівень

зовнішньої привабливості не забезпечує стабільного успіху в довготривалих стосунках.

В основі вибору гарних або негарних лежить не стільки прагнення вибрати «рівного собі» або найгарнішого партнера, скільки прогноз його реакції на себе. У разі впевненості людини у ставленні до себе вона вибирає найгарнішого з усіх можливих, а при відсутності такої впевненості – орієнтується на середній або навіть низький рівень фізичної привабливості. Таким чином, самооцінка суб'єкта істотно впливає на вибір більш чи менш привабливого партнера [63; 64].

Реальні особливості поведінки людини не меншою мірою впливають на атракцію (симпатію) до неї, ніж її зовнішність, та «коригують» вплив зовнішності на симпатію.

Наприклад, схильність до більш м'якого «суду» над гарними змінюється на протилежність, якщо «підсудний» прагне використати свої зовнішні дані при досягненні аморальної мети.

Цілком імовірно, що як гарних ми оцінюємо людей, які мають й інші достоїнства, тобто сприйняття краси є лише проявом більш загальної позитивної оцінки людини. Таким чином, особливості характеру людини, сприйняття особистості в цілому мають істотний вплив на оцінку її зовнішньої привабливості.

Перейдемо до питання залежності симпатії від вираженості позитивних характеристик об'єкта симпатії.

Окрім зовнішності, на атракцію (симпатію) впливають і інші властивості її об'єкта, наприклад, соціальні характеристики людини (такі як статус, освіта, професія тощо). Особливості вербальної і невербальної поведінки суб'єкта також мають істотний вплив на симпатію до нього. Так, симпатичними виявляються ті люди, які завжди дивляться в очі співрозмовнику; різко збільшує атрактивність (привабливість) людини усмішка. Значний вплив мають також і особливості голосу людини.

У більшості випадків симпатія має позитивний зв’язок з достоїнствами людини. У цього правила є, однак, суттєві обмеження: «занадто» велика вираженість у людини позитивних характеристик знижує атракцію (симпатію) до неї. Наприклад, люди, компетентність яких оцінюється дуже високо, можуть сприйматися іншими навіть негативно. Чим можна пояснити таку парадоксальну, на перший погляд, залежність ? Існує кілька пояснень цієї закономірності.

По-перше, занадто висока компетентність (або інша особливість) людини може сприяти зниженню самооцінки її партнера, підвищенню тривожності, тощо. Це викликає прагнення уникати спілкування з нею і зменшує її симпатію.

По-друге, значна вираженість у людини позитивних властивостей може асоціюватися з рядом негативних особистісних характеристик (оскільки координати «добре» з одного боку, і «сильний», «розумний», «гарний» з іншого пов’язані негативно). Це означає, що існують досить стійкі упередження проти носіїв не лише негативних, але й, у випадку екстраординарної наявності - позитивних характеристик.

Відвертість, схильність людини до саморозкриття також викликає симпатію до неї (є значущою детермінантою атракції). В цілому саморозкриття пов’язане з атракцією позитивно, що правда, до певної межі. Якщо у разі спілкування малознайомих людей саморозкриття, відвертість стосується інтимних моментів (особливо тих з них, котрі знаходяться у протиріччі з суспільними нормами),то симпатія до цієї людини знижується. Таким чином, симпатія і саморозкриття (як і симпатія й компетентність) знаходяться в криволінійній залежності.

Удачливість є також важливою особливістю людини і впливає на симпатію до неї. Удачливість – це уявлення стосовно того, що навіть у ситуації, яка не залежить від власної волі і вчинків, шанси людини вищі, ніж у інших. Коли індивідууму приписується удачливість, то симпатія до нього збільшується. Не випадково полководці минулого поширювали серед солдат

легенди про своє військове щастя і неуразливість. Чому ж люди, яким на нашу думку, таланить (фортунить) нам більш симпатичні.

Ця залежність може бути пояснена з точки зору теорії «віри у справедливий світ», згідно з якою більшість людей вважає, що світ у цілому справедливий і, як наслідок, добро і зло винагороджується по заслугах.

В одному з експериментів М. Лернера четверо людей грали в гру, яка була організована таким чином, що кожен з учасників вносив у кінцевий результат цілком однаковий вклад. У кінці гри винагороджувався один випадково вибраний гравець, і у досліджуваних запитували, хто, на їх думку, зробив найбільше для досягнення мети. Більшість досліджуваних вважали такою людиною того, хто отримав винагороду.

Експерименти наочно підтверджують теорію «віри у справедливий світ». Людина просто не хоче вірити в те, що з нею особисто без її провини може трапитися нещастя, а її переваги і заслуги можуть залишитися невинагородженими. Переконання в справедливості світу ефективно знімає ці страхи. Як наслідок «віри у справедливий світ» є виникнення антипатії до жертв нещастя [18].

Таким чином, експерименти М. Лернера свідчать, що вплив на атракцію (симпатію) навіть такої характеристики, як удачливість, не є однозначним і опосередковується багатьма іншими факторами.

Розглянемо питання залежності симпатії від співвідношення (схожості – несхожості) властивостей суб’єкта і об’єкта атракції.

Як правило, ми симпатизуємо більше тим людям, які мають схожі з нашими установки, погляди тощо. Та й результати експериментальних досліджень Д. Бірна свідчать про позитивний вплив збігу або близькості установок на симпатію (привабливість). Чим більша кількість соціальних установок є схожими, тим вищий рівень симпатії між людьми. Але як тільки починає розвиватися реальний процес спілкування, закономірність різко ускладнюється – схожість по важливих для суб’єкта установкам впливає більше, ніж схожість по другорядних. Принцип схожості порушується також

і тоді, коли у досліджуваного вже сформувалося негативне ставлення до іншої людини – схожість установок тут лише знижує симпатію.

Однак незважаючи на серйозні обмеження принципу схожості, у більшості випадків він усе ж таки діє – інформація стосовно схожості власних поглядів і поглядів іншої людини сприяє прояву симпатії до неї [1; 2].

А чи симпатія не визначає схожості настанов (тобто чи не існує зворотного зв'язку)? І дійсно, добре ставлення до людини приводить до того, що їй приписуються настанови, які є схожими зі своїми власними.

Встановлено також, що в процесі спілкування при наявності позитивних емоційних стосунків у парі настанови двох людей, як правило, зближуються, тобто між ними стає більше схожості.

Чим пояснюється залежність між симпатією і схожістю настанов? Психологічні дослідження свідчать, що схожість настанов на початковій стадії спілкування може допомогти людині в прогнозі поведінки іншої людини. Коли бракує часу схожість між людьми з яких-то ознак переноситься на інші аспекти життєдіяльності. Інше пояснення: схожість поглядів приводить до вибору однакового середовища, а однакове середовище стимулює зростання атракції (симпатії).

1.2. Формування різних теорій любові

Одним з фундаментальних запитань є питання про джерело любові. Достовірно відомо, що любов буває «різною», включає багато аспектів (фізіологічний, психологічний, соціальний, духовний та інші) та станів особистості (секс, турбота, ніжність, повага, захоплення, народження дітей) і однозначно про всеохоплююче джерело любові казати важко.

Розглянемо позицію науковців щодо любові як відображення особистісної неадекватності.

Деякі автори (Д. Кеслер, З. Фрейд, Ф. Мартінсон, В. Рейк) намагалися обмалювати потребу у коханні як ознаку неадекватності. З. Фрейд і В. Рейк розглядали «любов» як відображене сприйняття власних недотягнутих ідеалів у партнері. Піл проводить паралель між використанням наркотиків і коханням (залежність від почуття задоволення сприяє заниженню своєї самооцінки).

За Д. Кеслером, «любов» – це ознака присутності потреби у здорової людини, а за З. Фрейдом і В. Рейком, «любов» не є патологією, але характеризує невротичну особистість. Так, залежність клієнтів психотерапевтів від своїх партнерів показує, що «неадекватні особистості більш залежні від кохання, щоб вижити психологічно». Таким чином, поняття неадекватності по-різному використовується різними авторами.

Розглянемо ще одну теорія любові, автор якої − О.Ю. Афанасьєв [4].

«Любов – це особливий стан ейфорії, викликаний ілюзією набути «щастя» у парі з суб'єктом, який достатньо наділений тими психічними властивостями, в котрих відчувається дефіцит». Автор обґрунтував своє уявлення про внутрішню архітектуру людини, яка складається з чотирьох психічних модулів або функцій: Емоції («душі»), Логіки («ума»), Фізики («тіла») та Волі («духу»). Цій набір функцій притаманній усім людям, однак він створює у особистості ієрархію, яка і визначає відмінність людей. Щось у психіці людини є сильним, достатнім, життєстворювальним, а щось – слабким, недостатнім, збитковим, потребуючим доповнення та розвитку. Люди сходяться у різному ступені плодотворно, прагнучі до гармонії психіки та життя відповідно ієрархіям своїх функцій. Автор, математично співвідносячи ієрархії, виділяє 24 варіанта взаємодії двох людей в ім'я «любові». Саме вагомий недолік у прояві будь якої функції (волі, емоції, тіла, розуму) є причиною виникнення любові до іншої людини. Існують три види любові (або сполучення слабкої функції з функціями протилежного боку, що можуть викликати ейфорію):

Ерос – любов за принципом протилежності. Зустрічається частіше всього. Нажаль, сильний бік одного не додає сили слабкому бокові іншого. Любов – заздрість – ненависть.

Філія – любов за принципом тотожності. Споріднені душі, пізнаючи одна одну, у кінцевому ліченні опиняються перед своїм відображенням у дзеркалі. Статика, туга.

Агапе – любов – еволюція, яка рухає партнерів від протилежності до тотожності. Плодотворна, справжня «формула любові» приводить до гармонізації люблячих особистостей.

Існують чисті та безліч перехідних типів відношень (24 варіанта), маючих різні перспективи розвитку. «Любов зникає, коли перестає надіятися або боятися», − казав Ларошфуко. Як правило, ейфорія тягнеться три роки, далі відбувається розрив (якщо ілюзія виявляється необґрунтованою) або продовження відношень на іншому рівні. Так пізнання себе і іншого визначає можливість відношень між людьми.

Однак, для більшості психологів «любов» – цілком нормальне відчуття адекватної особистості. Р. Вінч пов’язує це явище з вихованням: «Індивіди можуть бути овіяні такою любов’ю, яку їм необхідно донести іншим…»

С. Грінфільд вважає, що «любов» − «поведінковий комплекс, функцією якого є управління індивідами» у суспільстві, виконання певної соціальної ролі («чоловік − батько», «дружина − мати»).

На думку Е. Вальстер, «любов» пояснюється сильним фізіологічним збудженням. Джерелом любові можуть бути і несексуальні стимули (темрява, небезпека та ін.). Теорія соціальних норм розглядає в якості джерел любові внутрішньолюдську емоціональну залежність, яка виховувалася у нас в суспільстві, «любов і шлюб все ще визнаються за традиційну цінність, ми програмуємо цей шлях від народження і цьому приймаємо невротичну потребу у коханні за природну людську потребу» (любов доцільна з огляду на продовження роду та, відповідно, повинна бути культурно підкріплена).

Розглянемо теорію любові, запропоновану В.І. Мустейном.

На думку В.І. Мустейна, у поняття «любов» входять безліч характеристик, таких як альтруїзм, інтимність, захоплення, повага, співчуття, довіра, згода, гордість. Кожну характеристику можна, крім того, класифікувати за способом виявлення: а) почуття, б) установка, в) поведінка, г) здоровий сенс. Однак, ні один з них не є провідним критерієм визначення «любові». Наприклад, партнери можуть прийти до висновку, що вони «кохають», спираючись на відчуття, відношення або поведінку, але оцінка їх стану залишається, однак, свідомим рішенням (а воля «забиває» безпосередність виявлення, притаманну любові).

За результатами проведених В.І. Мустейном досліджень, існують три стадії «любові»: а) пристрасна любов; б) романтична; в) подружня любов. Пристрасна любов включає сильне збудження та заснована на сексі, хоч сексуальних відношень може й не бути з-за внутрішніх та зовнішніх бар'єрів. Романтичну любов по силі важко відрізнити від пристрасної, однак вона сконцентрована на ідеалізації партнера, а не на сексуальності. Подружня любов буває або після заключення шлюбу, або якщо партнері знаходяться у тривалому зв'язку до шлюбу; базується на добрій обізнаності, на постійно зростаючому знанні одне одного, яке замінює фантазії. Результат кожної стадії та їх послідовність не вивчені. Одна зі схем наступна: пристрасна любов (фізична атракція), яка швидко прямує за ідеалізацією (романтична любов), а потім переходить у тривалу подружню любов. Однак, деякі починають з дружби, потім прямує романтична та пристрасна любов [25].

Ще одна цікава теорія любові, розроблена Дж. А. Лі, присвячена в основному лише сексуальним відношенням. Найголовніша проблема для всіх, за думкою автора, це зустріч з партнером, який би поділяв наші уявлення, наші думки, наші погляди на життя. Дослідження показали, що більшість одружених людей відчувають неприємності із-за того, що вони обрали не ту людину, яку бажали: «Решту партнерів ми взагалі ігноруємо і тільки потім розуміємо, що знехтуваний був найкращим» (проблема відповідальності за вибір одного, який припускає, на жаль, відмову від інших

можливостей). Щоб зробити вірний вибір, автор радить вивчити «любов», її стилі – кольори. Стилі любові, (притаманні кожній людині погляди на любов) не подібні зодіаку, вони можуть змінюватися. Зупинимося на характеристиці кожного стиля окремо:

- Ерос. Згідно древньогрецькій міфології стріли Еросу влучають у людину через очі. Еротичний стиль завжди починається з сильного фізичного тяжіння. Коханець сприймає партнера як ідеального та не помічає його недоліків. Саме прихильники такого стилю закохуються з першого погляду («це він»), кохають пристрасно та живуть душа в душу довгий час, всупереч думкам скептиків, які не вірять у серйозність такої любові.
- Сторге. Древньогрецьке слово, яке означає любов прикидання («любов без жару та дурниць»). Цей стиль любові виникає серед людей, які мешкають по –сусідству; далі вони симпатизують один одному та вирішують не розлучатися та створити сім'ю. Такі закохані не витрачають багато часу, дивлячись один одному в очі, для них представляє певну складність сказати без збентеження: «Люблю тебе».
- Людус. Людус – від слова «гра». Прихильники такого стилю любові не присвячують своє життя одному партнерові. Вони – мандрівники, колекціонери любовних переживань. Людистична любов – любов без обіцянок.

Згадавши кольорову аналогію, автор пропонує співвіднести три головні любовні стилі – Ерос, Сторге та Людус - з трьома основними кольорами, відповідно з червоним, жовтим та блакитним (ми можемо говорити з партнером про віддання переваги якомусь стилю любові, використовуючи кольорові аналогії, та тим самим досягнути взаєморозуміння). Однак, основні стилі сполучаючись один з одним, дають другорядні кольори любові:

- Манія – це дуже суперечна любов, яка утворюється в результаті сполучення Еросу та Людусу. Коханець такого стилю скоріше є коханим або потребує любові від партнера ніж кохає сам. Він часто залежить від об'єкту

своєї прихильності, позбавлений самовпевненості і цьому має слабку позицію.

- Прагма – Це скоріше свідома любов (якщо любов взагалі може бути свідомою), яка утворюється при сполученні Людусу і Сторге. Партнер такого стилю вибирає кохану однієї релігії, соціального походження, враховуючи навіть хобі. Пошуки такого партнера – це свого роду сортування. Якості партнера примислюються заздалегідь, потім вибирається кандидат за ціма якостями та оцінюється з неймовірною старанністю. Прагматичний коханець часто обговорює свій вибір з батьками або друзями.
- Агапе – або Карітас – турбота про благо іншої людини, прототипом якої є Божа любов до людини. Агапе – самовіддана любов людини, яка готова на самопожертву. Цей стиль – сполучення Еросу та Сторге. Такий коханець відчуває обов'язок турбуватися про свою кохану, але його відношення подібне до відношення до людини, який в чомусь терпить нужду. Якщо такий коханець вирішує, що його партнеру буде краще з іншим, навіть із суперником, він або вона відмовляється від любові.
- Людистичний ерос. Коханці такого стилю задоволенні життям та впевнено впорюються з проблемами, не бажають любовних переживань, не мають глибоких почуттів, але здатні допомогти партнеру насолоджуватися коханням та припиняють відношення, якщо не відчувають насолоду.
- Сторгічний людус. Коханці такого стилю вважають своє життя переліком любовних історій; як правило мають чоловіка або жінку; обережні, стримані, не виявляють своїх почуттів та емоцій, не мріють; проводять час з партнером, не порушуючи звичайного руху життя, якщо відношення взаємозручні; не терплять сцен ревнощів.

Визначив свій стиль (з восьми стилів, приведених автором), людина може вибирати стиль, який підходить для свого партнера. Відповідність стилів забезпечує ефективні відносини партнерів. Підходящим буде вибір партнерів з близькими стилями, наприклад, Сторге і Прагма, які будуть намагатися перетворити свої відносини у дружбу. Зворотній приклад чим

більш манічний коханець буде вимагати любові від людистичного коханця, тим менше щастя буде в їхньому житті. Манічний та сторгічний коханці доповнюють свої дні взаємним непорозумінням точно також, як Манія і Людус тримаються різних визначень кохання. Однак стиль любові може змінюватися протягом часом та з досвідом переживань [68; 69].

Широке визнання в психології отримала «трикутна» теорія любові Р.Дж. Стернберга. За словами науковця, теорія має таку назву, тому що підтверджує, що любов може бути зрозумілою при наявності трьох компонентів, які разом можуть бути розглянуті як вершина рівнобедреного трикутника. Три вершини – це:

- Інтимний компонент (наявність близьких взаємовідносин): бажання підвищити добробут коханої людини, відчуття щастя з коханим, глибоку повагу до коханої людини, можливість розраховувати на кохану людину, коли це необхідно, взаєморозуміння, вміння ділитися своєю власністю з коханою людиною, отримання та надання духовної підтримки, сексуальні відношення, значимість коханого в житті.
- Компонент пристрасті включає романтичні відношення, сексуальний потяг статевий контакт; як додаткові потреби – почуття власної гідності, перевага над іншими, підкорення іншим, самореалізація;
- Компонент рішення/обов'язку включає два аспекти – рішення людини, кохає вона чи ні (короткий період взаємовідносин); обов'язок людини підтримувати цю любов (тривалі відношення).

Якщо проаналізувати усі можливі комбінації приведених вище компонентів, вийде вісім підгруп які створюють класифікацію любові за Р.Дж. Стернбергом:

Симпатія (тільки інтимність) один з партнерів має тільки один інтимний компонент при відсутності пристрасті та рішення/обов'язків;

Безглузда любов (тільки пристрасть); любов – «привидження»; об'єкт любові, як правило ідеалізується; всепоглинаюча любов (час, енергія, спонукання підкоряються пристрасті); звичайно асиметрична;

Пуста любов (тільки компонент рішення/обов'язку); в основу взаємовідносин возводяться рішення кохати та обов'язок перед коханою людиною, при відсутності пристрасті та інтимності; можлива на останніх стадіях взаємовідносин і в суспільствах, де шлюби упорядковані традицією (асиметрія посилюється почуттям провини);

Романтична любов (інтимність і пристрасть); коханці пов'язанні фізичним і сексуальним потягом обов'язки одного перед іншим відсутні (партнери покладаються на випадок); шлюб малоймовірний;

Любов у шлюбі (інтимність та рішення (обов'язки); тривала дружба (деякі члени подружжя шукають захоплень на стороні);

Безглузда любов (пристрасть та обов'язок);»любов, яка дуже прийнятна до руйнування», пристрасть згасає, а обов'язки носять неглибокий характер;

Досконала Любов (інтимність, пристрасть та обов'язки); «досягнення досконалої любові може бути важким, але утримання її ще важче»;

Нелюбов (відсутність усіх компонентів); ділові стосунки.

Аналізуючи любовні історії, автор виявив наступні особливості розвитку компонентів. Інтимність по своїм етапам розвитку схожа з розвитком емоцій (спочатку постійне збільшення, потім зріст уповільнюється та набуває постійного розміру). У розвитку пристрасті вагомим є стимулятор – об'єкт любові, при розлуці з ним пристрасть змінює знак на протилежний (туга, печаль, зневіра). Розвиток же компонента рішення/обов'язку залежить від успіху цих взаємовідносин. Як правило, зростання розміру взаємовідносин починається з нуля, плавно зростає і потім прискорюється. Трикутна теорія любові пояснює причини відсутності рівноваги у любові. Графічно акцентований компонент можна відобразити гострим кутом. Неспівпадання трикутників партнерів веде до розриву відносин. Однак людські відношення більш складна річ, ніж аналітична геометрія.

Відомий американський психолог Р. Мей вказував на те, що на Заході традиційно виявляють 4 типа любові:

1. Секс, бажання, лібідо.

2. Ерос, любов як прагнення до репродукування або творчості – вищим, за думкою древніх греків, формам буття та відношень між людьми.

3. Філія, дружба, братня любов.

4. Агапе, турбота про благо іншої людини, прототипом якої є Божа любов до людини [71].

Почуття справжньої любові у будь-якої людини є сумішшю (в різних пропорціях) усіх чотирьох типів любові. За думкою автора, ерос (життєстворювальна сила-енергія, рух, поривання уперед) рятує секс (задоволення фізіологічної потреби, згасання бажання, апатія) від саморуйнування. Але ерос не може існувати без уподобання (філії), братньої любові і дружби. Напруження постійного тяжіння та постійної пристрасті було б невичерпним, якщо би воно ніколи не переривалося. Уподобання – це розслаблення у присутності коханої людини, яке ґрунтується на визнанні одне в одному людини; це стан, коли нам подобається бути з іншим; подобається ритм його ходи, голос, вся його істота. Це надає еросу широту, дає йому час для розвитку, час глибоко пустити своє коріння. Уподобання не потребує від людини будь-яких певних дій заради коханого, крім визнання вагомості іншого, присутності поряд з ним та переживання сумісної радості. Це дружба у самій її найпростішій та безпосередній прояві. Філія, у свою чергу, припускає агапе. Автор визначає агапе, як високу оцінку іншого, як турботу про благо іншого без усякої користі для себе, як безкорисливу любов, яка подібна любові Бога до людини. Однак агапе завжди несе у собі ризик, опікування (це необхідно та можна прийняти).

Цікавий обор концепції російського Еросу приведений В.П. Шестаковим. До початку XX століття У Західній Європі домінуючою концепцією, яка визначає розуміння та інтерпретацію сексу, еротики, любові, став фрейдизм, який поставив біологічні потреби людини над соціальними.

На відміну від західних філософів російські мислителі розвивали гуманістичну традицією у розумінні любові і, звертаючись до потаємних питань статі , зв'язували сексуальну енергію людини не тільки з продовження роду, але й зрозумінням духовної культури людини. Любов стала предметом обговорення філософії, етики, естетики, психології [61].

Так, філософ В. Соловйов описував любов, яка сходить, заходить, та рівну. Основу для такого уявлення він вбачав у співвідношенні внесків кожного партнера в емоційні відношення. Рівна любов припускає рівність емоційного внеску тому, що надходить у відповідь.

У цьому сенсі можна обговорювати наступні види емоційних відносин:

- любов: якщо мені добре від того, що тобі добре, і я можу відмовитися від своїх потреб, щоб тобі було краще, то я тебе кохаю;

- ненависть: якщо мені добре від того, що тобі погано, то я тебе не кохаю;

- суперництво: якщо мені погано, коли тобі добре, - то я тобі заздрю;

- байдужість: якщо мені все одно, добре тобі або погано, то я до тебе байдужий.

Вчений підкреслював значення любові в індивідуальному житті людини, звертав увагу на те, що любов позбавляє від егоїзму, зміщує центр відносин на іншого.

1.3. Основні типи любові

Поняття «любов» – одне з небагатьох слів, які виражають майже абсолютну абстракцію (нарівні з «істиною», «богом» та ін.). Любов щоб за нею не крилося, є визначною подією, стоном, процесом, для людей, які включені в її поле. За описом очевидців та учасників, як зацікавлених, так і тих, які заперечують кохання, це почуття несе для людини неможливу в іншому місці та часі можливість як нескінченного блаженства та щастя, так і

невичерпаної туги, невмолимого болю та невтомної муки. Людина прагне любові та тікає від неї одночасно. Любов відкриває людині її сутність, яка відрізняє її від інших. Кожна людина кохає по-своєму, і можливо, саме здатність до любові робить людину людиною, і людиною яка відрізняється від інших людей. Коханням людина відкривається і закривається, перемагає та зазнає поразки від життя, підноситься і падає, стає вільною і рабом (звільнюється та поневолюється),оживляє та вбиває.

Психологія здавна цікавилася «любов'ю», але від цього вона не перестала бути загадкою. Любов одна, але підробок під неї – тисячі. Любов залишається відвертістю для кожної людини сьогодні, як тисячоліття назад. Ще у древньоіндійському трактаті «Гілка персика» так описувалось виникнення кохання: «Три джерела має потяг людини: душу, розум та тіло. Потяг душ породжує дружбу. Потяг розуму породжує повагу. Потяг тіла породжує бажання. З'єднання трьох потягів породжує любов.» У цих метафоричних словах, при всьому їх наївному схематизмі, просвічує абрис майже ідеальної любові, яка повністю охоплює людину. Така всепоглинаюча любов зустрічається, як видно не часто: у світі царюють інші, більш прості види любові.

У древньогрецькій мові використовувалися слідуючи терміни для визначення різноманітних виявлень і форм любові: ерос-стихійна, пристрасна, ірраціональна, любов – одержимість, яка прагне повного фізичного володіння; філія – любов – дружба, яка обумовлена соціальними зв'язками та особистим вибором, яка піддається розуму та контролю свідомості; сторге – спокійна, надійна любов – ніжність. І, нарешті, агапе – любов безкорислива, жертовна, вона пов'язана з повною самовідданістю, розчиненням люблячого в турботі про любимого [17].

Двадцять чотири століття назад Платон створив першу у людській культурі філософію любові; це стало дуже великим кроком уперед у розумінні людської любові, а пізніше – джерелом для більшості любовних теорій.

Любов для Платона двоїсте почуття, вона з'єднує у собі протилежні боки людської природи. У неї живе тяга людей до прекрасного – і почуття чогось недостатнього, прагнення відшкодувати те, чого у людини немає. Ерос – дволикий, говорить Платон, він несе людині і користь і шкоду, дає їй зло та добро. Любов приховується у самій природі людини і потрібна для того, щоб зцілювати недоліки цієї природи, компенсувати їх.

Одна з основ любовної теорії Платона – його вчення про крилату природу душі. Основа усіх видів любові, глибинна вісь її почуттів – це відношення до другої людини як до самого себе: такий стан душі, коли все у ньому також дорого підсвідомості, як він сам.

У любові, крім емоційної інтерпретації, важливий рівень самосприйняття. У сприятливих ситуаціях рівень самосприйняття підвищується, при розпаді – знижується.

Спроби будування теоретичних моделей любові відрізняються претензією на більшу глобальність. І все одно такі випадки відомі. Різниця між моделями любові проходить за оціночним параметром: оптимізм – песимізм.

У песимістичної моделі постулюється слабкість та недосконаліть людини, у оптимістичній – конструктивна сила кохання.

Песимістична модель запропонована Л. Кеслером. Він виділяє три причини, які примушують людину влюблятися:

1) потреба у визнанні;

2) задоволення сексуальних проблем;

3) конформістська реакція (так прийнято).

Любов за Л. Кеслером – це сплав сукупності емоцій, серед яких провідну роль грає страх втрати джерела задоволення своїх потреб. Закоханість яка конструюється постійним страхом втратити його, робить людину невільною, залежною та заважає особистому розвитку. Позитивний емоційний стан закоханого він пов'язує з подякою людини за задоволення

своїх потреб. Таким чином приходить до висновку Л. Кеслер, вільна людина не відчуває любові.

Оптимістична модель любові запропонована А. Маслоу. Згідно цієї моделі любов характеризується зняттям тривожності, відчуттям повної безпеки та психологічним комфортом, задоволеністю психологічним та сексуальним боком відношень, яка з роками росте, постійно підсилюється інтерес люблячих людей один до одного.

Конструктивну силу любові А. Маслоу пов'язує зі з'єднанням сексуальної сфери з емоціональною, що сприяє вірності партнерів та підтримці емоційних відношень.

І.С. Кон [31] приводить типологію любові Дж.А. Лі, експериментальне обґрунтування якої виконане К. Хендріком:

1. Ерос - пристрасну любов – потяг;
2. Модус – гедоністичну любов – гру зі змінами;

(ці обидва типи любові найбільш притаманні чоловікам)

3. Сторге – любов – дружбу;
4. Манія – любов - одержимість з невпевненістю та залежністю;
5. Прагма – любов за розрахунком;

(на думку авторів, сторге, манія і прагма більш притаманні жінкам).

6. Агапе – безкорисливу любов-самовідданість.

Л.Я. Гозман приводить схему характеристики діадичних відношень за Т. Кемпером, де системоутворюючими факторами виступає влада та статус.

Влада (P) трактується як здатність примусити когось зробити щось. Статус (S) розуміється як бажання індивіда йти назустріч прагненням партнера завдяки позитивним емоційним відношенням.

У цих координатах можливі наступні варіанти:

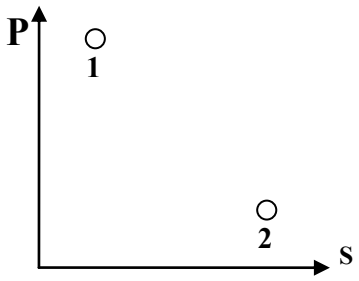

Рис. 1.1. Варіант дитино-батьківських відношень

Один з батьків (1) володіє більшою владою, а дитина (2) – високим статусом.

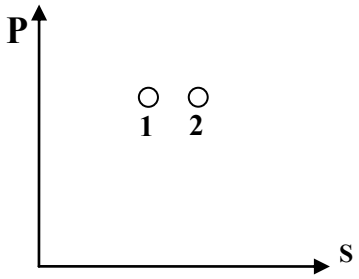

Рис. 1.2. Варіант романтичного кохання

Індивіди володіють великою (рівною) владою один над одним та мають високий статус.

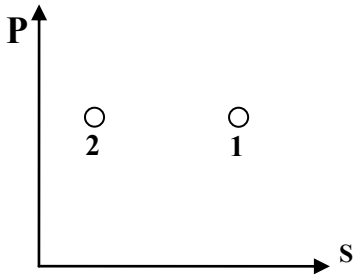

Рис. 1.3. Варіант любові – уклону

Індивід (2) не володіє владою над іншим (1), але статус останнього в очах першого недосяжний.

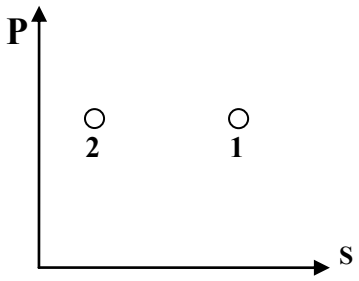

Рис. 1.4. Зрада у діаді

Партнер (1) має високий статус і владу над (2), який реальний статус втратив.

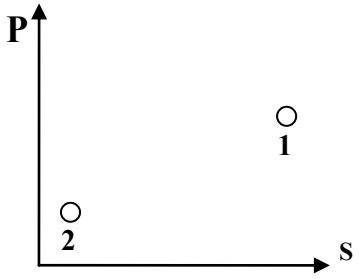

Рис. 1.5. Варіант любові без відповіді

Партнер (1) має високий статус в очах іншого (2) та реальну владу над ним. Партнер (2) не має нічого.

Е. Фромм виділяє 5 типів любові: братську, материнську, еротичну, любов до самого себе та любов до Бога. Він виділяє в коханні: піклування, відповідальність, повагу один до одного, знання особливостей іншого, неодмінне для кохання відчуття задоволення і радості [63].

Р. Хатісс виділяє в коханні повагу, позитивні почуття до партнера, еротичні почуття, потребу у позитивних почуттях партнера, почуття близькості та інтимності. Він же включає сюди почуття ворожості, яке витікає з надто короткої дистанції між партнерами та емоційної близькості.

За З. Рубіним любов вміщує:

а) прихильність;

б) піклування;

в) інтимність.

РОЗДІЛ ІІ
ЛЮБОВ ЯК ПСИХОЛОГІЧНИЙ ФЕНОМЕН У КОНТЕКСТІ ЕМОЦІЙНИХ ВІДНОСИН МІЖ ЧОЛОВІКОМ І ДРУЖИНОЮ

2.1. Типи відносин між чоловіком і дружиною та їх детермінанти

Ставлення до шлюбу і сім'ї перетерпіло в процесі історичного розвитку багато метаморфоз. Для нас важливо, що структура подружжя незмінна. Навіть зараз, коли нації Землі інтегруються завдяки технічним досягненням, організація і концепція шлюбу виявляють дуже значні відмінності, а сім'я створюється за різними критеріями.

Психологічні відношення у шлюбі об'єктивні за формою свого прояву, але суб'єктивні за своєю сутністю. Таким чином, діалектична взаємодія об'єктивного і суб'єктивного у повній мірі виявляється у сімейній сфері.

Слід підкреслити, що форми шлюбу – різноманітні. Для того, щоб глибше зрозуміти цю проблему, необхідно докладно зупинитися на профілях шлюбу, типах відношень між чоловіком і дружиною, та їх детермінантах.

В теорії динамічної подружньої терапії згадується про сім профілів шлюбу, заснованих на реакціях та поведінці чоловіка і дружини у шлюбі.

Сейнер запропонував наступну класифікацію поведінки у шлюбі.

1. Рівноправний партнер: очікує рівних прав і обов'язків.

2. Романтичний партнер: очікує душевної згоди, міцної любові, сентиментальний.

3. «Батьківський» партнер: із задоволенням піклується про іншого, виховує його.

4. «Дитячий» партнер: надає подружжю спонтанності, безпосередності і радості, але одночасно набуває влади над іншим шляхом прояву слабкості і немічності.

5. Раціональний партнер: слідкує за проявом емоцій, точно дотримується прав та обов'язків. Відповідальний, тверезий в оцінках.

6. Товариський партнер: хоче бути соратником і шукає для себе такого ж супутника. Не претендує на романтичну любов, та приймає як неминуче звичайні труднощі сімейного життя.

7. Незалежний партнер: зберігає у шлюбі певну дистанцію по відношенню до свого партнера [37].

Деякі партнерські комбінації цілком конгруентні (наприклад, незалежний-незалежний, незалежний-раціональний), інші компліментарні («батьківський» з «дитячим»), треті конфліктні (наприклад, романтичний з незалежним, «батьківський» з «батьківським», романтичний з рівноправним).

Добре відома класифікація шлюбу на симетричний, компліментарний і мета компліментарний. У симетричному шлюбі подружжя має рівні права, ніхто непідвладний іншому. Проблеми вирішуються шляхом узгодження, обміну або шляхом компромісу. У компліментарному шлюбі один розпоряджається, наказує, інший підкоряється, очікує поради або інструкції. У мета компліментарному шлюбі ведуче положення досягає партнер, який реалізує власні цілі шляхом підкреслювання своєї слабкості, недосвідченості, невмілості та безпомічності, маніпулюючи таким чином своїм партнером.

Профілі шлюбу, запропоновані В. Сатір [55], побудовані на моделях комунікативних відносин. На основі аналізу вербальних і тілесно звукових ознак вона виділяє 5 комунікативних моделей спілкування між подружжям (табл. 2.1).

Останній – оптимальний тип реагування В. Сатір називає «врівноважений» або «гнучкий». Цей варіант поведінки послідовний гармонійний: слова, які вимовляються відповідають виразу обличчя, позі і інтонаціям. Відношення відкриті, вільні і чесні, люди не відчувають приниження почуттів власної гідності. Цей тип реагування знижує потребу в запобіганні, обвинуваченні, розрахунку або метушні [53].

Таблиця 2.1

Види комунікативних моделей спілкування подружжя за В. Сатір

Запобігаючий	слова (згода)	«усе, що ти хочеш, − це добре» «я тут для того, щоб зробити тебе щасливим»
	тіло (умиротворіння)	«я безпомічний» − виражається у позі грішника з нахиленою головою.
	усередині	«я почуваю себе мізерним, я без тебе мертвий. Я – ніщо»
Звинувачуючий	слова (незгода)	«ти ніколи нічого не робиш правильно. Що з тобою діється?»
	тіло (обвинувач.)	«я тут головний «- виражається у позі «статуї з указуючим перстом»
	усередині	«я один і нещасливий»
Розважливий	слова (надраціонал.)	«якщо уважно придивитися, то можна помітити спотворені важкою працею руки кого-небудь із тут присутніх»
	тіло (рахує)	«я спокійний, холодний і зібраний» – виражається прямою фігурою з піднятою головою
	усередині	«я почуваю себе уразливим»
Відсторонений	слова (неадекватні)	слова не мають сенсу або торкаються сторонніх тем
	тіло (незграбність)	«я знаходжусь десь там ще»
	усередині	«ніхто про мене не піклується. Тут мені немає місця»
Урівноважений	Слова (адекватні)	слова відповідають виразу обличчя, позі і інтонацій.
	Тіло (гармонійно)	вільна поза, впевненого у своїх силах, спокійну людину гармонійний
	усередині	Реакція спокійна на ситуацію і поведінку іншого

Тільки врівноважений профіль дає можливість подолати перепони, знайти вихід із складного становища і об'єднати людей. Коли подружжя врівноважене, воно відкрито виражають свої почуття і вільно себе тримають. Урівноважений тип поведінки внутрішньо гармонійний. Урівноважене спілкування засновано на оригінальності пережитих почуттів.

За умови врівноваженого типу реагування людина досягає цільності, вона природно висловлює думки, почуття, рухи. Урівноважених людей відрізняє здатність до особистісного росту, життєздатність, відкритість. Завдяки урівноваженому типу реагування сімейне життя людини стає насиченим і повним сенсу.

Детермінантою звичних стереотипів поведінки, неадекватних стилів спілкування і, як слідство, невдалих подружніх стосунків В. Сатір вважає існування жахів у сучасної людини. Щоб уникнути відторгнення, якого подружжя так побоюється, вони постійно лякають самих себе:

1. Я можу здійснити помилку.
2. Комусь ще може не сподобатись.
3. Хтось може мене розкритикувати.
4. Раптом подумають, що я- вискочка.
5. Вона подумає, що я поганий.
6. Люди можуть подумати, що я дефективний.
7. Він може мене покинути.

В. Сатір упевнена, що для більшості жахів і побоювань, які впливають на почуття самооцінки, немає серйозних основ. Ще стає цілком ясно, якщо поставитися до себе самих із гумором.

В урівноваженому типі поведінки немає нічого таємничого. Це особливий спосіб реагування на поведінку людей в реальних ситуаціях, який дозволяє казати, погоджуватися з ним, спокійно реагувати на нього.

Цей тип реагування дає можливість жити у подружжі рівноцінно, реально, погоджуючись з доказами розуму і серця, допомагає створити гармонійні відносини з близькими.

Д. Уайл наводить 3 типи партнерських зв’язків, які він виділяє, використовуючи критерії оцінки реакції на конфлікти:

1. Взаємне уникнення. Обидва партнера уникають активного обговорювання, відмовчуються, почувають несправедливість, але не виговорюють одне одному своєї тривожності і образи.

2. Взаємне обвинувачення. Партнери відкрито проявляють своє роздратування, неспокій, підкреслюючи свої вимоги.

3. Вимога і уникнення. Один з партнерів активно реагує на обставини і прагне зблизитися з іншим, інший – ухиляється, відмовчується, уникає зближення. Причому, чим більше один ухиляється, тим сильніше інший прагне до нього наблизитися [63].

Для того, щоб глибше зрозуміти детермінанти і типи подружніх відносин, у практику введено поняття «емоційна залежність партнерів від шлюбу». В залежності від обсягу відмінностей між партнерами шлюб може бути оцінений як асиметричний або симетричний, а за врахуванням міри залежності – як сприятливий, приречений на провал або такий, що бідує. Залежність для кожного партнера визначається тими наслідками, які потягне за собою розлучення. Одним із суттєвих елементів такої залежності є привабливість партнера. У жінок це краса, чарування, типово жіноча поведінка, томність, ніжність, у чоловіків – розум, чарівність, дотепність, товариськість, мужність, суспільне визначення і лише частково краса. Якщо залежність помірна, адекватна, то профіль шлюбу оцінюється як сприятливий, якщо у одного партнера спостерігається непомірна залежність, то шлюб відносять до категорії «приреченого на провал», а при двобічній залежності – до категорії «бідкую чого».

Наведені типології подружніх відносин і профілі шлюбу дозволяють глибше зрозуміти сутність подружжя та розглянути його з різних боків.

2.2. Динаміка почуття любові у процесі життя людини

Ще більше, ніж будь-яке інше почуття – потреба, любов піддана внутрішнім змінам, динаміці. Ми маємо на увазі не історичну змінюваність цього почуття, а динаміку любові у однієї і тієї ж людини. Тут, звичайно, теж існують індивідуальні варіанти. Ми розглянемо найбільш загальний.

Першою фазою любові звичайно є стан закоханості. Особливо яскраво та швидко наступаюча закоханість спостерігається у юному віці. Вона визначається вперше по-справжньому пробудженим інстинктивним потягом молодої людини до особи іншої статі та швидким «замкненням» його інтересів на якомусь «об'єкті». Однак не завжди, на жаль, такий «об'єкт» дійсно вартий любові.

Глибокий психологічний сенс закоханості, як першої фази любові, полягає у тому, щоб закріпити духовний зв'язок між двома індивідуумами раніше, ніж вони увійдуть у більш інтимні і більш відповідальні відносини, створити те, за словами Бернарда Шоу, «величезне перебільшення переваг однієї жінки (або чоловіка) порівняно з іншим», яке повинно утримати людину від хаотичного кидання від одного об'єкта любові до іншого.

Сама закоханість теж має свою динаміку та свої вузлові моменти. Вона починається з того, що одна людина чимось сильно привертає увагу іншої. Частково, це може бути фізична краса, але в не меншій мірі і відповідність якомусь еталону бажаного чоловіка (або жінки), який привернув увагу особистості.

Існування прихованих еталонів коханого (або коханої), які формуються ще задовго до зустрічі з ним, є безперечний психологічний факт. Але, певно, визначеність такого еталону у різних людей неоднакова. Чим яскравіше виявлені у людині її індивідуальність, багатство її власної особистості, тим більше визначений цей еталон, тим більше він відхиляється від стандартних уявлень про гідного обранця. Очевидно, тому у не дуже красивих людей їхні любовні відношення часто складаються більш вдало, ніж у красивих, які

легко привертають до себе увагу багатьох і яким тому важче розібратися у тому, з ким вони дійсно могли би стати по-справжньому близькими на все життя [8].

Виниклий інтерес до особи протилежної статі та потяг до неї швидко приводять до явища, яке дуже вдало Стендаль назвав кристалізацією. В закоханості у людині, в якій первісно знайшла себе статева потреба другої людини, остання намагається побачити і всілякі інші достоїнства. Безліч інших потреб особистості починає «притягуватися» до об'єкта статевого потягу та шукати у ньому свої переваги. Здається, що усе добре, що може бути у людей, зосереджено у предметі закоханості. У ньому (іноді помилково, а іноді і вірно) закоханий відкриває все нові і нові прекрасні якості. Так предмет закоханості описується у центрі самих різних думок і мрій, та розквітає усіма кольорами уяви.

Специфічною особливістю статевого потягу сучасної людини стає те, що він, за суттю, перестає бути тільки еротичним. У об'єкті любові вбачають не просто жінку або чоловіка, але і всерозуміючого вірного друга, героя, ідеал. І треба сказати, що все це зовсім не обов'язково здається міфом. Людська особистість не є щось раз і назавжди дане. Вона сама вільна безмежно підвищувати свою людську цінність. Розцвітивши об'єкт своєї закоханості усіма барвами, інша людина і сама намагається стати гідною його. Під впливом любові людина порою стає незвичайною.

Як вже було зауважено, закоханість на початку свого розвитку, у своїй, так би мовити, класичній формі, позбавлена прагнення до фізичної близькості. Це самий романтичний та підвищений період любові. Але услід за цим часто рухливим проявом любові постійно починає підвищуватися фізичне тяжіння закоханих одне до одного. Боязкі пестощі змінюються все більш сміливими...

Надходить друга фаза любові – любов-пристрасть. Як розвивається та протікає вона?

Дуже добре і правильно про це написав І.М. Сеченов: «Ось людина починає володіти своїм ідеалом. Пристрасть його спалахує ще жвавіше, яскравіше, тому що місце темних невизначених статевих прагнень займають відтепер яскраві, тремтливі відчуття любові, і сама жінка з'являється у незвичайному до цієї пори блиску. Проходять місяці , рік, два, і звичайно пристрасть вже згасла, навіть у тих щасливих випадках, коли з обох боків дійсність відповідала ідеалам. Чому це? Так за законом, за яким яскравість пристрасті підтримується лише змінністю пристрасного образу. У рік, два, за життя, дуже близького один одному, сума можливих змін з того чи іншого боку давно вичерпалася, і яскравість пристрасті щезла. Любов, однак, не знищилась: від частого повторювання рефлексу, у якому психічним змістом є уявлення коханки з тими чи іншими, або з усіма її властивостями, образ її поєднується, так би мовити , з усіма рухами душі коханого, і вона стала дійсно половиною його самого. Це любов за звичкою – дружба.»

Людина, яка раз пережила усі ці природні фази повної любові, навряд чи зможе покохати пристрасно другий раз. Повторні пристрасті – ознака незадоволеності попередніми.

Отже, існує неминучість переходу любові-закоханості до любові-пристрасті до любові-прихильності. При переході однієї фахи до іншої любов завжди неминуче щось втрачає і щось забуває. Треба відмітити також, що перехідні періоди між фазами є у відомому сенсі критичними. У кожній новій фазі багато чого у відношеннях між люблячими починає якби складатися по-новому, і багато чого «у серці» іншого треба знову і по-новому завойовувати. Любов стає міцніше або дає тріщину частіше всього саме у ці періоди.

Остання і найтриваліша фаза любові – любов-прихильність – на перший погляд здається менш привабливою. Про неї рідко пишуть письменники та поети, але втративши у яскравості, вона у дійсності багато виграє у глибині. Назавжди порвати з об'єктом та забути його зажди легше на стадії закоханості або любові-пристрасті, ніж тоді, коли остання перейшла у любов-прихильність, хоч спочатку звичайно здається, що це не так. У той

самий час і любов-прихильність не є щось застигле – вона має і свою динаміку розвитку, і свою поезію. Лише на цій фазі виникає дійсна душевна близькість і справжня готовність пожертвувати своїм щастям і навіть життям заради щастя коханої людини [10].

2.3. Любов як спектр емоцій

За традицією, психологія нехтувала вивченням любові. Предметом її дослідження була «міжособистісна тяга» та, гіпотези формувалися у термінах відношення.

Як правило, ефективний компонент міжособистісної тяги оцінювався за допомогою біполярної шкали симпатії (з діапазоном від «дуже подобається» до «дуже не подобається»), і у якості стимульного матеріалу використовувалися фотографія або відображення більш чи менш привабливого незнайомця. На думку Е. Бершид, дослідник, який пред'являє у якості стимульного матеріалу фотографію людини, яка не знайома досліджуваному, ризикує одержати дані, які не зважають на емоційний компонент міжособистісного потягу або любові. Вона прийшла до висновку, що дослідження міжособистісного потягу та любові не може бути ефективним до тієї пори, доки дослідник не зверне увагу на емоційні корені цих явищ.

Е. Бершид стверджувала, що дослідники міжособистісного потягу та любові могли би збагатити свої дослідження, прийнявши до уваги теорію емоцій. Емоції – радість, туга, гнів, страх – це базові, дискретні емоції. Кожна з них уявляє собою окремий феномен, який включає у себе своє унікальне переживання. Любов також є фундаментальним та базовим почуттям, але характеристики такої фундаментальності у відношенні до любові приймають інше, більш комплексне звучання.

У деякому сенсі любов може бути визначена як паттерн емоцій, драйвів та когнітивних процесів. Любов включає у себе як чуттєвий, так і розумовий компонент, і крім того, додатково до основних емоційних переживань, деякі різновиди любові включають сексуальний потяг, тобто біологічний драйв. Увесь цей комплекс ми називаємо любов'ю і тому говоримо про її складність і навіть загадковість [4; 25].

Очевидно, що любов складається з таких емоцій, як інтерес – збудження та задоволення – радість. Ці базові емоції можуть виявлятися важливішими компонентами мотивації, яка визначає нашу поведінку у коханні. Крім того якщо розглядати любов у контексті міжособистісних відношень, то очевидно, що у ній присутні і негативні емоції.

Безперечно, бувають випадки, коли любов примушує людину зазнавати тугу. Ця туга може бути викликана розчаруванням у коханій людині або розлученням з нею, але головною причиною туги, безперечно буде любов. Відомо, що в любові можна зазнати і злість. Деякі люди кажуть проте, що найважчі засмучення і палкий гнів у них викликала саме кохана людина. Інтенсивність почуттів і взаємовідносини між люблячими людьми може стати причиною інтенсивних емоцій різного роду.

Ще одна причина, яка примушує нас розглядати любов як феномен, відмінний від феномена емоцій, полягає у тому, що неможливо дати одне-єдине, вичерпне визначення любові. Можливо це пояснюється тим, що існує декілька різновидів любові, проте всі вони мають дещо спільне у своїй основі, дещо, завдяки чому кожна з них важлива та вагома для людини; дещо, що проходить через усі типи любові – романтичну любов, любов між батьками і дитиною, братню любов, дружню прихильність, любов до Батьківщини, рідного дому, любов до тварин, любов до цінностей та ідеалів та нарешті, любов до Бога. Крім згадуваних типів любові ми будемо розрізнювати любов як переживання та любов як відносини.

Напевно, можна, спостерігаючи за люблячою людиною та її вчинками, достатньо повно та виразно визначити тип любові та природу любовного

переживання або вчинку. Любов як тривалі відносини між двома людьми, які пройшли крізь безліч випробувань, у будь яку мить може збудити у партнерів практично усяку емоцію, викликати у їх свідомості усякі образи наштовхнути на будь-які думки і фантазії, на які тільки здатна людина [15].

Любов може визначатися як радість взаєморозуміння та співчуття. Захват та радість взаєморозуміння та співчуття з'єднують всі різновиди любові. У сфері емоцій любов – одне із сильніших, якщо не найсильніше почуття. Проте, любов – складне явище, яке уходить корінням як у біологічне, так і в соціальне «Я» людини. Любов має довгу історію, яка бере початок з тих самих часів, коли починалася історія нашого виду, Homo sapiens.

Якщо згодитися з визначенням, що любов – це зв'язок, або прихильність, між двома людьми, тоді ми вимушені будемо признати, що ні людська фантазія, ні самий витончений ум не могли би порадити більш міцного, більш універсального зв'язку. Любов є часткою нашої дійсно людської природи.

Настрої, супутні почуттю любові , можуть надзвичайно різними: гордість, захоплення, довіра, ніжність, вдячність, здивування, туга, засмучення, тривога, відчай, сумніви. Ледве знайдеться такий емоційний стан, який ми не могли б легко співвіднести з цим почуттям. Найбільш різноманітні та інтенсивні емоції на різній стадії розвитку почуття – воно, власне, і виникає звичайно з вихору настроїв.

Поступово на зміну різноманітності емоцій приходить чергування найбільш стійких з них, хоч і цей емоційний спектр може у подальшому змінюватися.

Не піддаючи педантичному перегляду повний реєстр емоцій (та і навряд чи такий взагалі можливо скласти), зупинимося на деяких з них – може бути, найбільш характерних для почуттів любові.

Першою з них слід назвати радість у всіх її видозмінюваннях, будь-то захоплення взаємною любові або щастя, яке викликане самим існуванням

коханої людини. Переживання радості (яке не треба плутати з її проявами) найбільш симптоматичне для почуття любові.

Для юності почуття характерні яскраві спалахи радості, які, правда, можуть чергуватися зовсім з іншими переживаннями. Що торкається зрілості почуття любові , цей стан багато у чому зв'язаний з культурою зберігання та розвитку вміння радіти.

Радість – це благодать любові. Вона у вищій мірі антимеханічна і може раптово знімати внутрішні напруження або, навпаки, надихає людину на найнезвичайніші успіхи.

Особливе значення серед позитивних емоцій любові має також співчуття . Воно не завжди дає задоволення, наприклад жаль може викликати вельми болісні відчуття. Співчуття служить найбільш сильним знаряддям, яке має почуття любові для подолання індивідуалізму, егоцентризму, внутрішнього самозадоволення. Той же жаль, болючий або навіть трагічний розколює своїм вістрям шкарлупу душевної заскорузлості. Через співчуття коханому створінню людина вчиться співчувати і іншим людям. Втім, співпереживання перекидає і більш веселі містки до коханої людини – адже воно припускає і співучасть у радості.

Ще одна з емоцій, притаманних любові, − туга. Хоч вже сама її назва звучить декілька похмуро і цей настрій має свій позитивний бік для почуття любові та для загального душевного розвитку люблячого. Туга яка породжена почуттям любові – це незадоволений потяг до коханої людини, який пов'язаний з життєвою, душевною та духовною розрізненістю.

Туга, як і співчуття, може створювати особливі можливості звільнитися від прикуття до себе. Вона носить менш конкретний, але більш гострий характер, ніж співчуття, та породжує у душі більше збудження, яке не має часто певного виходу, що і розвиває творчу активність. Якщо ж йдеться про фізичну розрізненість, то на цей емоційний імпульс накладається ще імпульс енергетичний (сублімація).

Серед викликаних почуттям любові емоцій можуть бути і такі, які заважають розвитку почуття і можуть привести його до загибелі. Найбільш характерна з них – ревнощі – емоція, негативна у повному сенсі слова, яка породжує найтемніші та болісні відчуття, яка діє руйнівно на душевний організм. Ревнощі можуть і сприяти укріпленню почуття любові – або на ранніх стадіях його зародження, або у тик випадках, коли почуття для підтримки свого існування потребує штучної стимуляції. Збуджуюча дія ревнощів є сумним симптомом «знаком неякісності» почуття. За своєю суттю ревнощі надзвичайно механічні, їх егоїстична природа пов'язана з багатьма з тих психофізіологічних властивостей індивіда, на подоланні яких заснований вищий розвиток почуття любов [60].

Емоції являють собою одночасно і сферу внутрішніх умов існування, і спектр характерних ознак, за яким – з урахуванням індивідуального характеру людини – можна у якісь мірі судити про стан почуття. Свідома прихильність до одних емоцій, очищення інших та приглушення третіх можуть стати більш реальними інструментами, ніж спроби прямого свідомого впливу на почуття любові.

Л.Я. Гозман вказує на багатоаспектність емоційних відношень (атракції). Сучасній психологічній науці атракція розуміється як:

- притягнення у фізичному сенсі, яке стимулює деяку тенденцію до об'єднання;

- особливість об'єкта, який сприяє залученню людини в сумісну з цим об'єктом активність, що виражає характеристику взаємодії між цією людиною і об'єктом;

- емоція, яка має своїм предметом іншу людину, установка на іншу людину;

- емоційний компонент міжособистісного спілкування [26].

Атракція залежить від різних причин, серед яких Л.Я. Гозман вказує міру схожості між партнерами, особливості взаємодії між ними, ситуацією, у якій проходить спілкування, властивості самого суб'єкта атракції, культурний контекст і тимчасову детермінанту розвитку відношень.

Головними координатами міжособистісних відношень є статутно – рольові відмінності, валентність (спрямованість) характеру відношень, вільний або вимушений спосіб утворення сімейної пари.

Л.Я. Гозман підкреслює, що атракція пов'язана з альтруїзмом, з бажанням високо оцінювати один одного. Фундаментальна властивість атракції виявляється у внутрішньосімейному спілкуванні у можливості при її існуванні відкрито виражати свої почуття, у тому числі незгоду не побоюючись зруйнувати внутршньосімейну ситуацію. Чим вище атракція, тим більше потреба у спілкуванні партнерів, тим частіше вони спілкуються один з одним.

У щасливих шлюбах, на думку науковця, вище рівень вербального компоненту любові, тобто члени сім'ї більш охоче і часто говорять про свою любов.

2.4. Відмінності любові від інших емоцій та почуттів

Різні люди кохають по-різному, і навіть одна і та сама людина не завжди кохає однаково.

Любов як стійке спрямування одного індивідуума до іншого протилежної статі не є щось однорідне та незмінне. Любов – це «замкнення» багатьох потреб однієї особистості на іншій. У любові між чоловіком та жінкою протягом тривалого часу головна роль належить статевому інстинкту, хоча у людини він корінним образом змінений. Інстинкт – це теж потреба, тільки вроджена, дана природою, і не одна вона сама по собі, а разом з рядом інших злитих з нею психічних механізмів поведінки, які

включають легке узнавання предмета потреби та певне емоційне та діюче відношення до нього.

Любов як стійке внутрішнє утворення слід відрізняти від її безпосереднього переживання, від емоцій любові, через які вона виявляється. У любові можуть бути об'єднанні найрізноманітніші почуття: страждання і насолода, радість і печаль, жах і сміливість, гнів і ненависть. Але є і більш специфічні переживання любові – особливі емоції, які також називають любов'ю. В них входять потяг, захоплення, ніжність і багато інших складових емоції, але які набули певного єдиного відтінку.

Роль почуття любові у душевному улаштуванні людини зв'язана і з якістю самого почуття і з тим, що уявляє собою людина як індивідуальність, як особистість. На початку розвитку почуття любові саме друга обставина звичайно виявляється більш важливою.

Якщо характер людини вже склався так, що особливої «екологічної нижчі» для почуття любові (схильність до любові, її очікування) не існує, це не означає, що розвиток почуття буде важким. Навпаки, це майже завжди посилює його значення у свідомості. Саме така людина більш здатна, ніж інші, до переживань до переживань справжньої любові – після того як вона здійснила у душі певну роботу.

Якщо в голові держави почуттів стоїть якесь сильне почуття, то і місце почуття любові у свідомості може спочатку залежати від його взаємовідносин з цим головним почуттям.

Чи заважає любов почуттю призначення або посилює його? Чи уживається вона з раціональними принципами розумної людини? Чи вступає вона в конфлікт з любов'ю до батьків? Почуття любові антимеханічно, і воно рідко прагне до панування, шляхом жорсткого суперництва з іншим почуттям. Воно схильне скоріше підтримувати лідируюче почуття, а якщо те відповідає конфронтацією – намагається просто вислизнути з-під його тиснення, як би перестає його помічати.

Якщо почуття любові саме стає головним для людини, його відблиск падає на усі інші почуття. Хоч «рокова пристрасть» може на деякий час пригасити інші активні спонукання, однак у кінцевому рахунку справжнє почуття любові, яке головує у душі, не схильне до притиснення інших доброякісних почуттів. Навпроти воно заряджає їх своєю особливою енергією, допомагає їм розкриватися у нових напрямках, свіжить сприймання життя. Крім того, почуття любові стає каналом, провідником, через який через усю свідомість впливає особистість коханої людини. І це також багато дає іншим почуттям.

Коли ж ні одне з почуттів не переважає явним чином над іншим, еволюція почуття любові зі всіма притаманними їй особливостями входить однією зі складових у загальний малюнок душевного розвитку людини.

Почуття любові здатне знесилювати негативні почуття, боронитися проти агресивних почуттів, входити у резонанс з тими почуттями, які разом з ним сприяють просвітленню души.

При будь-якому розташуванні сил між почуттями у свідомості почуття любові особливо діє на ті з них, котрі, як і воно саме, спрямовані на інших людей. Адже воно зосереджує нашу увагу на одній певній людині, і це не може не подіяти на увагу до інших [36].

Взагалі кажучи, почуття любові не може зашкодити почуттям прихильності до інших людей (за винятком таких випадків, коли кохана людина до когось відноситься негативно і це передається люблячому). Але якщо воно не ділиться з цими почуттями своїм потенціалом, не покращує їх, якщо воно полишає їх колишньому самостійному існуванню, вони терплять помітний збиток. Відбувається перерозподіл душевної уваги – центрові колись відчуття пересуваються до краю.

З механічної точки зору так повинно бути завжди: активна захопленість однією людиною обов’язково повинна відволікати увагу від інших людей. Однак натхнена любов перемагає цю закономірність. Замість арифметичного

перерахунку уваги відбувається загальне її загострення. Почуття до інших людей як би збуджуються почуттям любові.

Нарешті ключовою проблемою розвитку почуття любові (особливо при відсутності ведучого почуття) є його взаємодія з волею людини, тобто з загальною спрямованістю свідомості, яка вироблена всіма почуттями сукупно. Свідомий або підсвідомий вплив вольових імпульсів на почуття любові багато чого визначає у його долі.

Іноді доводиться слухати на лекціях про те, що самий предмет – дещо ефемерне, яке не існує на самому ділі. Підвищенні почуття, за такою логікою, це для захоплених дівчат, які начиталися романів. А словом «любов» люди визначають більш прості речі – дружбу, прихильність, потяг. Просто нам хочеться здаватися кращими, ніж ми є, і тому придумали таке романтичне виправдання своєму прагненню до зручності, налагодженого побуту, душевного спокою.

Чи можемо ми виділити любов серед інших своїх переживань?

Якщо ми звернемося до словників усіх європейських мов, то побачимо, що слово «любов» – одне з тих, яке найбільш часто вживається. І зазначимо також, що у всіх розвинутих мовах слово це багатозначне, визначає цілу гаму людських почуттів.

Ми говоримо про любов подружню, про любов молодих людей один до одного, про батьківську любов, про любов до рідного дому, до своєї професії, нарешті, про любов до самого себе і до всього людства.

Треба зауважити, що ті типи, про які ми зараз казали, - типи «чисті». У житті відносини людей рідко бувають зведені до них, звичайно відносини кожної пари вміщують риси кількох типів, які часто не очікувано сполучаються. Звичайно, коли ми говоримо про те, що люди кохають один одного, ми маємо на увазі два типи відносин: любов – дружбу, або любов «діяльну», і любов романтичну.

Закордонні дослідники пропонували виділити декілька складових романтичної любові:

- повагу;
- позитивні почуття по відношенню до партнера;
- еротичні почуття;
- потреба одержання позитивних емоцій від партнера;
- почуття близькості, інтимності;
- ворожість.

Про останній фактор треба сказати особливо часто вважається, що ворожість, ненависть – це не сумісні з любов'ю поняття. Однак любов і ненависть не полярні! Полярними любові є байдужість, холодність. А у всіх любовних відношеннях негативні емоції обов'язково сусідують з позитивними. У цьому особливість емоційних відношень. Взагалі, вони завжди є амбівалентними, завжди одночасними. Саме близькі нам завдають поряд з радістю найбільшу кількість неприємних переживань, також як і ми їм. Саме до близьких ми пред'являємо підвищенні вимоги, саме їхня невідповідність нашим уявленням про потрібне засмучує, розстроює, виводить з себе [16].

Як звичайно поводить себе людина, виявивши, що коханий його роздратовує, що у ньому щось не подобається? Частіше за все вона слідує одному з трьох способів.

Перший шлях – помітивши, що виникло роздратування, він робить висновок, що кохання пройшло. А потім ця думка виникає все частіше і частіше знаходить підтвердження у дрібницях, стає звичною. І не виключно, що ця думка стане впевненістю, і через деякий час любов дійсно зникне, адже самонавіяння може зробити дуже багато, особливо у сфері почуттів.

Другий шлях, дуже розповсюджений – негативні емоції наче притискаються. З другого боку, наша свідомість володіє деяким захисним механізмом, який не припускає накопичення негативної інформації, акцентуючи нашу увагу на том, що приємно.

Третій шлях – людина, як би виправдовуючи себе, починає приписувати коханому недоліки, яких на сому ділі не існує.

Емоції любові, народжуючись як оцінки високої цінності коханого, набувають для людини цінність і самі по собі. Ми не тільки бажаємо мати людину, яку кохаємо, ми бажаємо «відчути» свою любов до неї.

Перші зустрічі, побачення, боротьба надії з невпевненістю, протиріччя та примирення на початку любові несуть закоханим багатішу гаму переживань.

Однак, довго це продовжуватися не може. Що ж тоді здатно підтримувати багатство любовних переживань усе послідуюче життя? У любові з незмінним її об'єктом – тільки одне: практична діяльність любові. Активна любов, яка виявляється у постійній турботі про фізичне здоров'я, соціальне благополуччя і постійному духовному зростанні коханого, ніколи не вичерпує виникнення все нових і нових ситуацій спілкування з об'єктом любові. Адже тільки нове і породжує яскраві переживання; одне і те саме не може бути без кінця, знову і знову оцінюватися. Словом, треба по-справжньому, практично кохати людину, ні про які насолоди любові спеціально не турбуючись, тоді і емоції любові, які настільки прикрашують життя, будуть виникати неначе самі по собі [43].

2.5. Мотивація кохання та умови збереження емоційних відносин

Розглянемо полімотиваційну теорію кохання, розроблену вітчизняним науковцем В.Ф. Моргуном, та на яку ми спираємося в нашому дослідженні.

В.Ф. Моргун розглядає кохання як орієнтоване на весь подальший життєвий шлях вище позитивне почуття чоловіка й жінки, що виявляється у взаємоприйнятті, продовженні роду, взаємодопомозі в пізнанні й перетворенні навколишнього світу довкілля, інших людей та власних індивідуальностей.

Перша публікація автора про емпіричні критерії «справжнього кохання» побачила світ у 1981 році у матеріалах конференції «Семья и

личность» за редакцією академіка О.О. Бодальова [28]. До цих критеріїв було віднесено:

1) єдність світоглядів – за А. де Сент-Екзюпері;

2) «кристалізацію» – за Стендалем; 3) фантастичне «перевтілення» у протилежну стать – уявне бажання бути такою людиною, як кохана;

4) вірність, як у Ромео и Джульєтти, – за Шекспіром;

5) продовження роду з коханою людиною;

6) взаємопідтримку протягом життя;

7) самовідречення від коханої людини, якщо вона розлюбила, без ревнощів і помсти – за притчею царя Соломона.

Пізніше згадані критерії висвітлювались у посібниках з етики і психології сімейного життя С.В. Ковальова [29; 30]. На їх підставі і після розробки багатовимірної концепції особистості В.Ф. Моргуна була запропонована методика дослідження мотивації кохання, яку ми використовуємо у своєму дослідженні.

Розглянемо особистісні конструкти, які становлять концептуальну багатовимірну модель критеріїв кохання В.Ф. Моргуна і, у випадку провідних мотивів, типів особистості закоханих.

Автор розрізняє просторово-часові орієнтації на минуле («однолюб» свого першого кохання юності), сучасне («закоханий») і майбутнє («очікує кохання»). Потребово-вольові емоційні переживання мають негативний знак («ревнивець», що боїться втратити кохану людину), амбівалентно-врівноважений («стриманий у почуттях») і позитивний знак («щасливий» від кохання).

Змістові спрямованості особистості передбачають трудову мотивацію («сім'янин»), спілкування («альтруїстично-закоханий»), ігрову («фліртуючий») і самодіяльну мотивацію, спрямовану на себе («самозакоханий» до егоїзму).

Рівні набуття досвіду поділяються на навчання («непорочне дитя»), відтворення («задоволений коханням-звичкою»), пізнання («допитливий закоханий») і рівень творчості («творець щастя» у коханні).

Форми реалізації діяльності можуть бути: моторно-руховою («прихильник тілесного», або плотського, кохання), наочно-перцептивною («споглядальник» у коханні, що любить переважно очима й вухами), мовленнєвою («оспівувач» кохання) і розумовою («мрійник платонічного кохання») [41].

Перейдемо до розгляду питання щодо організації взаємовідносин у шлюбі.

С.Д. Лаптенок зазначає, що чинники «які пов'язують чоловіка і дружину у їх зв'язку, розміщуються так (за понижуючою лінією): спільність духовних інтересів і подружня любов; сексуальна сумісність; любов до дітей; подружній обов'язок; сімейний затишок та матеріально – життєві умови» [38].

М.Т. Кузнєцов перераховує деякі несприятливі психологічні моменти, які руйнують стабільність емоційних відносин:

- відсутність віри в любов, у можливість стабільності подружньої любові;

- невірні уявлення про чинники сімейного благополуччя та ігнорування таких з них, як взаємоповага, здатність на взаємну довіру і розуміння;

- незнання і відсутність інтуїтивного відчуття головних закономірностей статевої любові і більш за все – нездатність уловити і зрозуміти почуття партнера, його характерологічні особливості і звички, нездатність контролювати і регулювати свої власні емоції і почуття, прояв споживчо-егоїстичного ставлення до любові в цілому.

Важливий вплив на емоційні відносини в шлюбі чинять культура спілкування і дозвілля, спільне прийняття рішень подружжям, спільне сімейно-побутове самообслуговування сім'ї, створення сімейної субкультури. Стабілізація емоційних відношень залежить від рівноправності

її членів, індивідуальних потреб, які задовольняють шлюб і сімейне життя в цілому. Почуття провини руйнує шлюб.

Особистісні характеристики подружжя вносять свій вклад в розвиток взаємовідносин, більш того, за їх порушеннями ховається внутрішньо-особистісний конфлікт одного із сім'ї. До сприятливих якостей подружжя слід віднести:

- відсутність страху і тривожності, адекватну самооцінку;
- врівноваженість;
- орієнтацію на пошук і помірну схильність до ризику, що дозволяє емоційним відношенням розвиватися, а не стогнуватися;
- компетентність у часі (жити «тут і тепер», вбачаючи при цьому зв'язок подій);
- високий рівень самоприйняття, що виявляється в природності поведінки і відкритості досвіду, у відношенні до іншого як до самого себе. Відсутність само прийняття породжує інструментальне відношення до себе і інших, яке в свою чергу невідворотно призводить до нестабільності в емоційних відносинах, тому що завжди знайдеться хтось, хто краще робить будь-що [68].

За думкою Дж. Рейнуотер, якщо в міжособистісних відносинах з якоюсь близькою людиною є труднощі, то справжня причина цього криється у власних особистісних проблемах, які можуть бути пов'язані з:

- очікуваннями;
- почуттям безпеки;
- контролем;
- потребою в любові і схваленні;
- моральним засудженням;
- незакінченими відносинами з іншими людьми.

Д. Бернс наводить причини негативного ставлення до себе і до життя, які є «руйнівниками» емоційних відносин. Найбільш поширенні серед них:

1. Мислення категоріями чорно-білих крайнощів;

2. Схильність до високого рівня узагальнень («так трапляється завжди», «Завжди ти пристаєш», «ніколи я цього не зможу»);

3. Застосування негативного фільтра, концентрація на невдачах, помилках і промахах, постійна критика;

4. Зменшення позитивних чинників, відкидання будь-якого позитиву;

5. Звичка робити передчасні висновки, негативно тлумачити події і явища на основі «читання думок» («він певно хотів цим сказати, що я ні до чого не здатна...») та «негативного ясновидіння» («напевно, з цього нічого не вийде та буде ще гірше»);

6. Застосування методу «перегорненого телескопу»: близьке і досяжне зменшується, а недосяжне і віддалене перебільшується;

7. Сприйняття світу виключно через емоції;

8. Зайве захоплення словами, «я повинен» і « я повинна», які повністю витісняють «я хочу», «мені потрібно», «мені подобається»;

9. Розвішування «ярликів» у якості узагальнених оцінок власної або будь-чиєї поведінки, особистих якостей, властивостей та ін.

10. Звичка брати на себе провину за події і ситуації (особливо які торкаються близьких людей), які є непідвласними.

Резюмуючи, дозволимо собі трошки вільну інтерпретацію любові. Для кожної людини формула кохання своя, однак складові, які вступають у реакцію, у більшості схожі. Кожний приготовляє свій аромат любові: хтось майстерно, хтось талановито, а хтось бездарно.

РОЗДІЛ ІІІ
ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОЯВУ ПОЧУТТЯ ЛЮБОВІ ТА СИМПАТІЇ МІЖ ЧОЛОВІКОМ І ДРУЖИНОЮ В ЗАЛЕЖНОСТІ ВІД ТРИВАЛОСТІ ЖИТТЯ У ШЛЮБІ ТА МОТИВАЦІЇ КОХАННЯ

3.1. Методичні підходи до вивчення почуття любові та симпатії, мотивації кохання. Обґрунтування психодіагностичного інструментарію дослідження

Розглянемо питання стосовно психологічних методик вимірювання почуття любові, розроблених науковцями на сьогоднішній день.

Спеціальною методикою для виявлення виокремлених Джоном Аланом Лі стилів любові стала «Шкала відношення до любові» або ж Love Attitude Scale (LAS), розроблена Хендрік С. і Хендрік К. у 1986 р. [74]. Перші наукові здобутки з застосування цієї шкали підтвердили припущення Алана Лі про те, що успішність відносин залежить від сумісності стилів любові.

Подальше застосування даної шкали продемонструвало можливість впливу різних стилів любові на ступінь задоволеності інтимними відносинами на різних життєвих етапах. Для здійснення спроби кількісної фіксації вираження показників любові, дана методика містить 42 твердження, по 7 з яких присвячені окремому типу любові (Eros, Ludus, Storge, Pragma, Mania, Agape). Внутрішня надійність даної методики коливається в залежності від стилю любові в проміжку між 0,69-0,83.

Сучасне застосування даної методики продемонстроване у роботі «Дослідження фактора структури любові з залученням шкали відношень на прикладі Малазії» [73]. Вибірку склади 200 респондентів віком 20-25 років, що переживали відчуття любові. Будуючи свої висновки на основі високого показника Кронбаха для всіх виявлених типів любові (з найнижчим показником для людус-любові), автори підтверджують можливість

застосування даної методики для малайзійських респондентів та можливість її використання у кроскультурних дослідженнях. Перевага у застосуванні цієї шкали вбачається в тому, що вона дає можливість зафіксувати переживання любові на різних етапах відносин, навіть на початкових, коли прояви любові не є чітко вираженими, а також дозволяє зробити припущення про функціональну сторону любові. Автори проведеного дослідження закликають до застосування даної методики у крос-культурних дослідженнях з метою виявлення універсальних та відмінних проявів любові.

З прикладом застосування даної методики у дослідженні слов'янської країни можна ознайомитись у роботі «Дослідження і огляд відношення до любові у Сербії» [73].

Шкала Любовних відносин Мунро-Адамса (1978) [75], що вперше була застосована для вивчення любовних проявів у африканських спільнотах, включає в себе три аспекти любові. Перший – романтичний ідеалізм, що уособлює любов як зміст всього життя, другий – романтична сила, що вбачає любов як потужну силу. І останній рівень – подружня любов.

Дана шкала знайшла своє застосування у крос-культурних дослідженнях. Так, дослідження Стоунса, що охопило 375 студентів з Південної Африки, та залучення досвіду попередніх досліджень проведених у США і Уганді дозволило дійти висновку про те, що показник Романтичної сили для країн Південної Африки, США, Уганди – є однаковим, в той час як аспект Романтичного ідеалізму і подружньої любові для африканських респондентів є низьким у порівнянні з цими країнами [76].

Широко застосовується у науковому вивченні любові розроблена З. Рубіном «шкала любові і симпатії», яку ми використовуємо у нашому дослідженні. «Елементи шкали відображають три основні напрямки вираження любові: Почуття прив'язаності («мені було б тяжко жити без…»), почуття турботи про іншу людину («я зроблю що завгодно для…»), почуття довіри / інтимності («я відчуваю, що можу покластися на…»).

Шкала симпатії фіксує ступені поваги, ступінь захоплення та ступінь сприйняття подібності об'єкта оцінки з респондентом. Методика З. Рубіна знайшла свою подальшу розробку на основі модифікації Л.Я. Гозман, Ю.Е. Альошиної, внаслідок чого кількість тверджень з тринадцяти була зменшена до дев'яти.

Вітчизняна дослідниця О.П. Золотнюк зауважує, що розглянуті методики найчастіше включені у дослідження сімейних відносин. Проте варто враховувати обмеженість їх евристичних можливостей, оскільки ці методики розроблялись для підтвердження висунутих їх авторами теорій.

Відповідно до цілей та завдань нашого дослідження, ми використовували наступний психодіагностичний інструментарій:

- опитувальник «Шкала любові і симпатії» З. Рубіна (модифікація Л.Я. Гозмана) [48];

- «Багатовимірний опитувальник мотивації кохання» В. Ф. Моргуна [40; 41].

Розглянемо кожну методику дослідження детальніше.

Методика З. Рубіна становить два набори висловлювань, що дають змогу дослідити рівень любові (вияв турботи, бажання допомогти й підтримати свого партнера, взаєморозуміння, прив'язаність, відповідальність, вірність, довіри і ступінь інтимності своїх почуттів) та симпатії (реєструє ступінь поваги, захоплення, сприйняття подібності з об'єктом оцінки) шлюбних партнерів.

Під час побудови шкал автор виходив із певних теоретичних уявлень про внутрішню структуру вимірюваних феноменів. Оскільки загальноприйнятих наукових визначень любові та симпатії немає, то для створення опитувальника він використовував різні апріорні уявлення про внутрішню структуру любові і симпатії, що поширилися в сучасній соціальній психології. Зокрема, важливими для вимірювання представлялися три компоненти любові (прихильність, турбота і ступінь інтимності

відносин) і три компоненти симпатії (повага, захоплення і сприйняття подібності з об'єктом оцінки) [52].

Методика містить 14 тверджень, із них 7 входять у шкалу любові, 7 – у шкалу симпатії. Пункти шкал любові й симпатії при цьому перемішані між собою. Усі висловлювання стосуються конкретної людини – об'єкта оцінки.

Перед заповненням тесту досліджуваним дають інструкцію. Завдання респондентів оцінити ступінь своєї згоди з кожним наведеним судженням, що стосується відносин із дружиною (чоловіком), використовуючи при цьому запропоновані варіанти відповідей: «Так, це так», «Ймовірно, це так», «Навряд чи це так», «Це зовсім не так».

Під час підрахунку результатів, який проводиться для шкал любові й симпатії окремо, кожному пункту, залежно від ступеня згоди або незгоди респондента, приписують бал від одного до чотирьох і результати відповідей сумують. Підсумкові оцінки можуть варіювати від 7 до 28 балів. Підрахунок сумарного балу за обома шкалами характеризує загальний рівень емоційних відносин у діаді від 14 до 56 балів. Чим вищий рівень балів за даними шкалами, тим більше прояву любові та симпатії у шлюбному партнерстві.

Стимульний матеріал та ключі результатів подані у додатку А.

Наступна використана нами методика – «Багатовимірний опитувальник мотивації кохання» В.Ф. Моргуна. Якісними психологічними одиницями виміру (за номінативною шкалою, або шкалою найменувань) є розглянуті нами раніше (підрозділ 2.5) 5 інваріантів та 18 індикаторів мотивації кохання.

Кількісними одиницями (за порядковою шкалою) є рангові (порядкові) місця, які може посісти той чи той мотив у відповідній ієрархії мотивів-орієнтацій, мотивів-переживань, мотивів-змістів, мотивів-рівнів та мотивів-форм почуття кохання (після процедури, зокрема, послідовного ранжування). Якщо застосувати оцінки ступеню вираженості мотиву за інтервальною шкалою, то одиницями кількісного виміру виступають інтервали (виражені у балах), а точність виміру визначається розміром шкали (тобто чим більше балів, тим менше інтервал і, відповідно, точніший вимір).

Надійність результатів посилює порівняння з методами спостереження, аналізу продуктів діяльності, документів, оцінки незалежних експертів тощо. Для перевірки значущості кількісних даних можна застосувати математичні статистичні критерії надійності. Обґрунтованість методики забезпечується її відповідністю теоретичній моделі багатовимірної концепції особистості, яка широко використовується в різних галузях психологічної науки і практики [40; 41], та емпіричним проявам почуття кохання, що дістали відображення в художній, соціологічній, релігійній та психологічній літературі.

Методика має вигляд бланкового опитувальника з п’ятьма завданнями для випробуваного. Перше завдання складається з трьох суджень-індикаторів і має на меті виявлення за допомогою послідовного ранжування ієрархії мотивів-орієнтацій кохання, що характеризують спрямованість респондента на минуле, сьогодення та майбутнє.

Друге завдання також має три судження, що відповідають негативним, урівноваженим і позитивним переживанням кохання.

У 8 судженнях третього завдання (по два на кожен мотив) розкриваються мотиви-змісти почуття кохання, що спрямовують закохану людину на працю, спілкування, гру та самодіяльність.

У четвертому завданні чотири судження, які виявляють ієрархію мотивів, що характеризують рівень стосунків закоханих (навчання, відтворення, пізнання творчості в коханні).

Чотири судження п’ятого завдання визначають ієрархію мотивів-форм взаємодії закоханих (моторну, перцептивну, мовленнєву, розумову форми взаємин).

У завданні з позначкою 5а міститься чотири судження про форми статевих стосунків закоханих в інтимному житті.

Стимульний матеріал та ключі результатів подані у додатку Б.

3.2. Аналіз та інтерпретація показників рівня прояву почуття любові та мотивації кохання

Вибірку респондентів склали 20 пар, які перебувають у шлюбі. Вік респондентів від 23 до 50 років. Нами було сформовані дві групи респондентів за тривалістю шлюбного життя:

1 група – подружжя із тривалістю шлюбного життя від 5 до 15 років (50 %);

2 група – подружжя із тривалістю шлюбного життя від 16 до 25 років (50 %).

Перший етап дослідження передбачав тестування за методикою «Шкала любові та симпатії», що становить каскадне вивчення емоційних відносин, яке містить такі кроки:

1. Шкала любові;
2. Шкала симпатії;
3. Рівень емоційних відносин у діаді.

Аналіз результатів першого кроку методики допоміг нам виявити, що 35% шлюбних партнерів виявляють свою любов на високому рівні (24–28 балів). На середньому рівні проявляють свою любов 65 % пар (18–23 бали). Показники низького рівня проявів любові в нашому дослідженні не виявлено. З огляду на отримані дані ступінь взаєморозуміння, прив'язаності, відповідальності, турботи, вірності, інтимності в 1/3 частини респондентів стоїть на досить високому рівні, що свідчить про ознаки достатньо гармонійного функціонування шлюбного партнерства. Проте більшість респондентів виявляють любов відчутно слабше, що, відповідно, відображається в подружньому житті на рівні почуттів любові один до одного. Результати представлено у рис. 3.6.

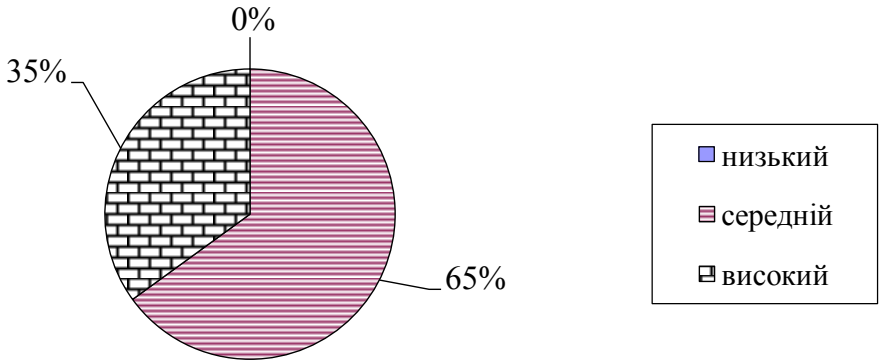

Рис. 3.6. Розподіл рівнів прояву почуття любові за загальною вибіркою

Показники любові в шлюбному партнерстві залежно від подружнього стажу засвідчили: 80 % подружніх пар 1 групи проявляють вищі показники, ніж пари 2 групи (20%), які характеризуються нижчим рівнем прояву любові. З цих даних можна зробити висновок, що зі збільшенням подружнього стажу зменшуються показники любові.

Проведена диференціація показників любові відповідно до віку шлюбу допомогла нам виявити, що 70% шлюбних партнерів 1 групи за показниками шкал любові мали вищі дані, ніж пари 2 групи (30%). Тобто чим більший вік подружжя, то показник любові зменшується. Виявлено, що наявність дітей у шлюбі впливає на кількісні показники любові: у 60% респондентів рівень любові є вищим, ніж у партнерів без дітей (40%). Прояви турботи, прихильності, прив'язаності, відповідальності, вірності, інтимності почуттів у більшості шлюбних партнерів, що мають дітей, стоять на вищому рівні. Отже, діти – чинник, що не лише згуртовує батьків, але й підвищує прояви любові один до одного.

Другим кроком було вивчення шкали симпатії, що допоміг виявити такі результати: лише 10% пар мають високі показники за цією шкалою (24–28 балів). 90% подружніх пар виявляють симпатію на середньому рівні (18–23

балів). Показники низького рівня проявів симпатії не виявлені. Отже, у результаті, симпатія, яка включає в себе прояви поваги, захоплення і сприймання подібності об'єкта оцінки, тільки в незначної кількості партнерів є на високому рівні, і майже в кожного партнера симпатія є на середній площині у своєму прояві, оскільки респонденти часто обирали невизначену відповідь на запропоновані твердження («можливо це так», «навряд чи це так»). Результати представлено у рис. 3.7.

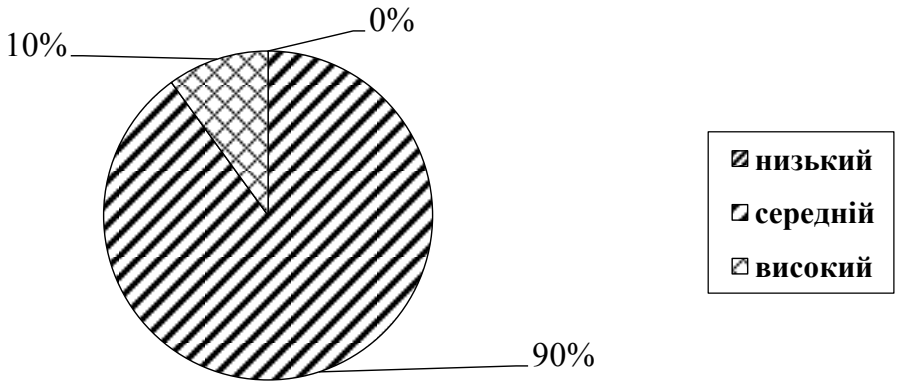

Рис. 3.7. Розподіл рівнів прояву симпатії за загальною вибіркою

Порівняльний аналіз за шкалою симпатії з урахуванням тривалості подружнього життя виявив: у більшості респондентів 1-ї групи (70%) симпатія виявляється вище ніж у 2-ї групи (30%). Тобто в шлюбі, стаж якого від 5 до 15 років, показники прояву симпатії вищі, ніж у шлюбних пар, стаж яких 16–25 років. Відповідно, чим менший стаж подружнього життя, тим вищі показники симпатії.

Окрім цього, було встановлено, що наявність дітей у шлюбі показала нижчі результати проявів симпатії, ніж за їхньої відсутності (70%). Отже, можна зробити висновок, що наявність дітей у шлюбі впливає на те, як шлюбні партнери виявляють повагу, захоплення й відчуття подібності один до одного.

Третій крок дослідження любові – вивчення проявів загального емоційного рівня відносин у діаді. Виявлено, що 22,5% шлюбних партнерів

виявляють любов і симпатію на високому рівні (50–52 балів). 77,5 % подружніх пар виявляють свою любов та симпатії на середньому рівні (38–49 балів). Низький рівень балів прояву емоційних відносин не виявлений. Отже, лише незначна кількість шлюбних пар проявляють турботу, повагу, довіру, прихильність, підтримку, захоплення, відповідальності, вірність на високому рівні і більшість респондентів проявляє любов і симпатію одне до одного відчутно слабше. Результати представлено у рис. 3.8.

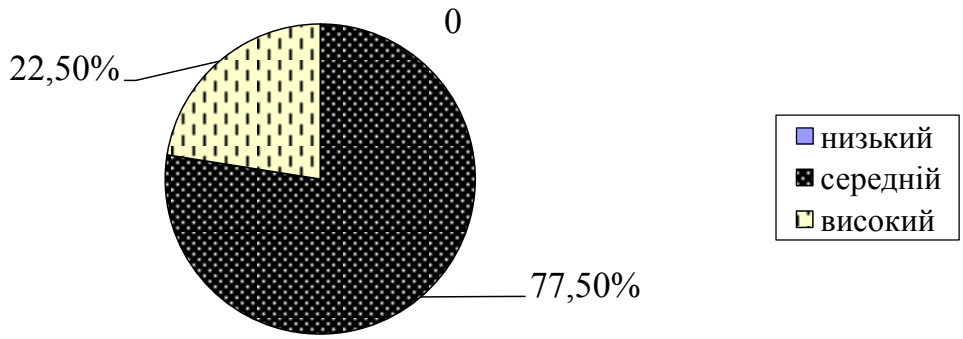

Рис. 3.8. Розподіл рівнів загального емоційного рівня відносин

Наступним етапом дослідження стало вивчення мотивації кохання у визначених групах.

За результатами методики В.Ф. Моргуна було встановлено, що групи респондентів з різним стажем подружнього життя відрізняються проявами мотивації кохання. Показники прояву мотивації кохання за групами досліджуваних представлено в табл. 3.1, 3.2.

Для більшості респондентів 1-ї групи (75%) на першому місці серед просторово-часових орієнтацій – орієнтація на теперішнє, тобто партнери в такому союзі закохані один в одного. Друге місце посідає орієнтація на майбутнє (25%) – це свідчить про те, що досліджувані «очікують кохання» від близької людини. Орієнтацію на минуле («однолюб» свого першого кохання юності, за В.Ф. Моргуном) виявлено не було.

Таблиця 3.2

Показники прояву мотивації кохання за І групою досліджуваних

Структура мотивації	**І група (%)**			
спрямованість	минуле	сьогодення	майбутнє	
	0	25	75	
переживання кохання	негативне	врівноважене	позитивне	
	0	15	85	
Мотиви -змісти	праця	спілкування	гра	самодіяльність
	0	5	50	45
ієрархія мотивів	навчання	відтворення	пізнання	
	0	25	75	
форми взаємодії	моторна	перцептивна	мовленнєва	розумова
	15	60	10	15
Інтимні стосунки	Платонічне кохання	мовленнєве оспівування	тілесно-плотське задоволення	
	5	30	65	

Респонденти 2-ї групи також орієнтовані на теперішнє, але числові показники дещо нижчі (60%). На другому місці в них представлена орієнтація на минуле (20%) та майбутнє (20%). Це може означати, що досліджувані з досвідом тривалого шлюбу в рівній мірі очікують кохання від дружини / чоловіка та впевнені щодо свого вибору єдиного кохання).

Серед потребово-вольових переживань респондентів 1-ї групи (85%) на першому місці знаходяться позитивні переживання, респонденти – «ті, хто відчувають захопленість від кохання». Друге місце в рейтингу займає

врівноваженість (15%), що вказує на стриманість почуттів. Негативних емоційних переживань не зафіксовано.

Таблиця 3.3

Показники прояву мотивації кохання за ІІ групою досліджуваних

Структура мотивації	**ІІ група (%)**			
спрямованість	минуле	сьогодення	майбутнє	
	20	60	20	
переживання кохання	негативне	врівноваж.	позитивне	
	0	80	20	
мотиви-змісти	праця	спілкування	гра	самодіяльність
	25	55	5	15
ієрархія мотивів	навчання	відтворення	пізнання	
	0	30	70	
Форми взаємодії	моторна	перцептивна	мовленнєва	розумова
	5	25	30	40
Інтимні стосунки	Платонічне кохання	мовленнєве оспівування	тілесно-плотське задоволення	
	15	40	45	

В респондентів 2-ї групи ми виявили перевагу амбівалентно-врівноважених емоційних переживань (80%) та зниження позитивних почуттів (20%). Як і в першій групі респондентів, негативних емоційних переживань не зафіксовано.

Змістова спрямованість респондентів 1-ї групи становить таку ієрархію:

1) на гру посідає перше місце (50%), що свідчить про схильність до кокетства, флірту;

2) на себе: розумне бажання бути коханим (45%);

3) на спілкування: альтруїстично кохають самі (5%);

4) на працю (0%).

Змістова спрямованість респондентів 2-ї групи наступна:

1) на спілкування (55%);

2) на працю: виражена сімейна мотивація (25%);

3) на себе (15%);

4) спрямованість на гру (5%).

Рівні набуття досвіду виявляються для 1-ї групи у творчості («творець щастя» у коханні – 75% для 1-ї групи; 70% для 2-ї групи) та відтворенні («задоволений коханням-звичкою» – 25% для 1-ї групи; 30% для 2-ї групи).

У респондентів 1-ї групи мотиви-форми реалізуються таким чином:

1) наочно-перцептивні − «споглядальник» у коханні, що любить переважно очима й вухами – 60%;

2) моторні − «прихильник тілесного», або плотського, кохання – 15%;

3) розумові – «мрійник платонічного кохання» – 15%;

4) мовленнєві – «оспівувач» кохання – 10%.

У респондентів 2-ї групи:

1) розумові (40%);

2) мовленнєві (30%);

3) наочно-перцептивні (25%);

4) моторні (5%).

Стосовно бажаних форм реалізації кохання (в інтимній сфері), то тут на перше місце в обох групах виходить спрямованість на тілесно-плотське задоволення.

Для статистичної перевірки висунутої гіпотези про наявність відмінностей в ступені вираженості почуття любові та мотивів кохання у шлюбних партнерів в залежності від стажу життя у шлюбі, ми використали t-

критерій Стьюдента. Емпіричні значення t-критерію Стьюдента представлено в табл. 3.4.

Таблиця 3.4

Значення критерію Стьюдента за показниками любові, симпатії та мотивів кохання

Досліджувані параметри		**Показники I/II груп**	
		$t_{емп}$	$t_{кр}$, α=0,01
Любов		3	2,64
Симпатія		2,9	
Мотивація кохання	Спрямованість	2,8	
	Переживання кохання	3,7	
	Мотиви-змісти	2,9	
	Ієрархія мотивів набуття досвіду	2,2	
	Форми взаємодії	4,2	
	Інтимні стосунки	1,1	

Таким чином, порівняння даних в двох групах виявило статистично значущі зміни досліджуваних параметрів: Любов ($t_{емп}$=3), Симпатія ($t_{емп}$=2,9), Спрямованість ($t_{емп}$=2,8), Переживання кохання ($t_{емп}$=3,7), Мотиви-змісти ($t_{емп}$=2,9), Форми взаємодії ($t_{емп}$=4,2). Статистично значущих зрушень за такими параметрами, як мотиви набуття досвіду та інтимні стосунки зафіксовано не було.

Отже, результати дослідження підтвердили припущення про те, що існують відмінності в ступені вираженості почуття любові та симпатії, а також в ієрархії мотивів кохання у шлюбних партнерів в залежності від стажу життя у шлюбі.

ВИСНОВКИ

1. Складність явища любові полягає у великому спектрі її функціонування: біологічному й соціальному, свідомому і несвідомому, індивідуальному й загальному, високо-духовному і буденному, що є свідченням відсутності в психології загальновідомого визначення, теоретичного обґрунтування та загальновизнаної концепції любові. Здійснений теоретичний аналіз психологічного феномену любові дозволяє охарактеризувати любов як високий ступінь емоційно позитивного ставлення, що виділяє його об'єкт серед інших і що поміщає його в центр життєвих потреб та інтересів суб'єкта. Любов – інтенсивне, напружене і стійке відчуття суб'єкта, фізіологічно зумовлене сексуальними потребами і що виражається в соціально формованому прагненні бути з максимальною повнотою представленим у життєдіяльності іншої людини таким чином, щоб будити в нього потребу у відповідному почутті тієї ж інтенсивності, напруженості і стійкості.

Проаналізовано наукові розробки вітчизняних і зарубіжних дослідників, які дозволяють внести певну конкретизацію у визначення любові, надати цьому феномену універсальних ознак, а також виділити різновиди проявів цього явища.

2. Визначено психологічні характеристики феномена любові у контексті емоційних відносин між чоловіком і дружиною. Феномен любові поєднує в собі різноманітні почуття (страждання і насолода, радість і печаль, страх і сміливість, гнів і ненависть) та специфічні переживання (потяг, захоплення, ніжність тощо). Проаналізовано різницю між поняттями любові, симпатії та закоханості, що різняться за своїми темпоральними характеристиками та включеністю компонентів. Прояви любові та симпатії забезпечують духовний, інтелектуальний і фізичний комфорт шлюбних партнерів, що впливає на особистість і на сім'ю загалом.

Вивчення міжособистісних стосунків виявляється одним з найважливіших для коригування соціодемографічної поведінки та вимагає розуміння феномена любові як кореляту стосунків та запоруки міцності шлюбу.

3. Визначено методи дослідження феноменів любові, симпатії та мотивації кохання. Запропоновані до огляду методики підтверджують основні постулати теорій їх авторів, демонструючи достатній рівень статистичної валідності тесту, проте не відображають усього спектра необхідних для вивчення проявів. Вимагають розробки тести, що були б направлені на розрізнення: наявності відчуттів любові, інтенсивності її проявів, успішності поєднання різних стилів любовних відносин.

4. В результаті емпіричного дослідження виявлено, що свої почуття значно сильніше проявляють особи, які перебувають у шлюбі до 15 років. Такі ж самі показники любові та симпатії відповідно до віку – чим менший вік респондентів, тим прояви емоційних відносин у діаді вищі, тобто з часом прояви любові і симпатії у більшості шлюбних партнерів стають все слабшими. Встановлено, що групи респондентів з різним стажем подружнього життя відрізняються проявами мотивації кохання.

Статистично підтверджено припущення про те, що існують відмінності в ступені вираженості почуття любові та симпатії, а також в ієрархії мотивів кохання у шлюбних партнерів в залежності від тривалості життя у шлюбі.

.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Алешина Ю.Е. Проблемы усвоения ролей мужчины и женщины / Ю.Е. Алешина, А.С. Волович // Вопросы психологии, 1991, №4. – С.74-82.

2. Алёшина Ю.Е. Социально-психологические методы исследования супружеских отношений / Ю.Е. Алёшина, Л.Я. Гозман, Е.М. Дубовская. – М. : Высшая школа. − 1987. − 88с.

3. Андреева О.Я. Диалекты любви. Семейные проблемы глазами психолога и журналиста / О.Я. Андреева, И.Ф. Дергач. – М. : Наука. − 1998. − 268с.

4. Афанасьев А.Ю. Синтаксис любви. Типология личности и прогноз парных отношений / А.Ю. Афанасьев. − М. : Черная белка, 2007. − 352 с.

5. Биктагирова Г.Ф. Психология и педагогика семьи : Учебное пособие / Г.Ф. Биктагирова, Э.И. Муртазина. – Казань : Бриг, 2015. – 232 с.

6. Бодалев А.А. О задачах в области научного психологического обеспечения службы семьи / А.А. Бодалев, В.В. Столин // Семья и формирование личности / Под ред. А.А. Бодалева. – М. : Наука. − 1981. − 164с.

7. Вартанян Г.А. Эмоции и поведение / Г.А. Вартанян, Е.С. Петров. – Л. : Наука. − 1989. − 164с.

8. Василюк Ф.Е. Психология переживания: анализ критических ситуаций / Ф.Е. Василюк. – М. : МГУ. − 1984. − 242с.

9. Витек К. Проблемы супружеского благополучия / К. Витек. – М. : Знание. − 1988. − 88с.

10. Владин В. Гармония семейных отношений / В. Владин, Д. Капустин. – М.: Святка. − 1988. − 284с.

11. Волкова А.Н. Ролевая адекватность как фактор супружеской совместимости / А.Н. Волкова // Психология общения и познания людьми друг друга. – Краснодар : Рубин. − 1989. − 268с.

12. Волкова А.Н. Методические приёмы диагностики супружеских отношений / А.Н. Волкова, Т.М. Трапезникова // Вопросы психологии. – 1985. − №5. – С.110-116.

13. Гозман Л.Я. Психология эмоциональных отношений / Л.Я. Гозман. – М.: МГУ.-1987.-322с.

14. Гозман Л.Я. Психология симпатий / Л.Я. Гозман, Н.И. Анихина. – М. : Знание. − 1988. − 262с.

15. Дерябин В.С. Чувства, влечения, эмоции / В.С. Дерябин / Под ред. В.М. Смирнова, А. И. Трокачева. – Л. : Наука. − 1974. − 364с.

16. Джонсон Р. Мы. Источник и предназначение романтической любви / Р. Джонсон. – М. : Гиль–Стель. − 1998. − 268с.

17. Додонов Б.И. В мире эмоций / Б.И. Додонов. – К. : Политиздат Украины. − 1987. −186с.

18. Додонов Б.И. Эмоция как ценность / Б.И. Додонов. – М. : Политиздат. − 1978. − 268с.

19. Екимчик О.А. Когнитивный и эмоциональный компоненты любви у людей разного возраста : автореф. дис. … канд. психол. наук : 19.00.07 / Екимчик Ольга Александровна ; Институт Психологии РАН, − М., 2009. − 28 с.

20. Євтушенко І. В. Роль архетипної символіки у вираженні інтимних почуттів суб’єкта до близьких йому людей (на основі дослідження міфів, казок та психомалюнків) : Автореф. дис... канд. психол. наук: 19.00.07 / І.В. Євтушенко; Ін-т психології ім. Г.С. Костюка АПН України. − К., 2004. − 20 с.

21. Занюк С.С. Психологія мотивації та емоцій. Навчальний посібник для студентів гуманіст. факультетів ВНЗ / С.С. Занюк – Луцьк : Ред.-вид. відд. Волин. держ. ун-ту ім. Лесі Українки. − 1977. − 234с.

22. Захаров А.И. Психологические особенности диагностики оптимизации взаимоотношений в конфликтной семье / А.И. Захаров // Вопросы психологии. − 1981. − №3. – С. 58-68.

23. Золотнюк О. П. Любов як суб'єктивний корелят міжособистісних стосунків: наукові спроби визначення поняття та способи вимірювання / О. П. Золотнюк // Грані. − 2015. − № 5. − С. 16-23.

24. Иванова Л. Любовь. Что нужно знать о ней молодым и пожилым Л. Иванова. – СПб. : Питер Ком. − 1998. − 364с.

25. Изард К. Э. Психология эмоций / К.Є. Изард. − СПб. : Питер, 2012. – 464с. – (Мастера психологии).

26. Калмыкова Е.С. Психологические проблемы первых лет супружеской жизни /Е.С. Калмыкова // Вопросы психологии. − 1983. − №3 – С.83-89.

27. Карцева Т.Б. Изучение индивидуально – личностных особенностей членов дружеских пар / Т.Б. Карцева // Психологический журнал. – 1981. т.2. − №5 – с.164.

28. Киричек В.В. Мотивация любви в ранней юности, молодости и зрелости / В.В. Киричек, В.Ф. Моргун // Соц.-психол. и мед. аспекти брака и семьи / Под ред. И.М. Аптера и др. – Х., 1987. – С. 115-117.

29. Ковалев С.В. Психология семейных отношений / С.В. Ковалев. – М. : Педагогика, 1987. – 160 с.

30. Ковалев С.В. Психология современной семьи. – М. : Высшая школа. − 1988. − 88с.

31. Кон И.С. Введение в сексологию / И.С. Кон. – М. : Здоровье. − 1989. − 252с.

32. Корнюх А. О. «Задоволеність подружнім життям» та його сутнісні характеристики / А. О. Корнюх // Науковий вісник Миколаївського державного університету імені В. О. Сухомлинського. Сер. : Психологічні науки. − 2012. − Т. 2, Вип. 9. − С. 135-139.

33. Кочарян О. С. Психометричне обґрунтування застосування методики «Досвід близьких стосунків» для дослідження типу прихильності на українській вибірці / О. С. Кочарян, Є. В. Фролова, М. Ю. Такмакова // Вісник Одеського національного університету. Психологія. − 2014. − Т. 19, Вип. 1. − С. 144-151.

34. Коцюба Г. Психологічні особливості організації узалежненого кохання у жінок : автореф. дис. … канд. психол. наук : 19.00.07 / Г. Коцюба. – Харків, 2010. – 20 с.

35. Красовский В.П. Анализ брачных отношений (самооценка и требования к партнеру) / В.П. Красовский // Вопросы психологии. – 1993. − №5 – С.56-59.

36. Кротов В.Г. Государство чувств: Ориентирование во внутреннем мире / В.Г. Кротов. − М. : Новая школа. − 1997. − 432с.

37. Куприянчик Л.Я. Психология любви / Л.Я. Куприянчик. – Д. : Сталкер. − 1998. − 326с.

38. Лаптенок С.Д. Нравственная сущность семейно-брачных отношений / С. Лаптенок. − М. : Знание, 1990. − 48 с.

39. Меньшутин В.В. Помощь молодой семье / В.В. Меньшутин. – М. : Высшая школа. − 1987. − 268с.

40. Моргун В. Психодіагностичне дослідження мотивації кохання / В. Моргун // Постметодика : [наук.-метод. пед. журн.]. − 2007. − № 1. − С. 50-56.

41. Моргун В.Ф. Методика дослідження мотивації кохання: Факсимільне видання / В. Моргун. – Полтава, 2002. – 16 с.

42. Навайтис Г.А. Семья в психологическом консультировании / Г.А. Навайтис. – Калининград : Агат. − 1999. − 364с.

43. Никифоров А.С. Эмоции в нашей жизни / А.С. Никифоров. – М. : Сов. Россия. − 1974. − 88с.

44. Обозов Н.Н. Психология межличностных отношений / Н.Н. Обозов. – К. : Наукова думка. − 1990. − 164с.

45. Отчич С. В. Психологія любові та диференціація понять кохання та закоханості / С. В. Отчич // Наукові записки [Ніжинського державного університету ім. Миколи Гоголя]. Психолого-педагогічні науки. − 2014. − № 2. − С. 138-141.

46. Панов В.Г. Эмоции. Мифы. Разум / В.Г. Панов. – М. : Высшая школа. − 1992. − 242с.

47. Пейдж С. Если я такая замечательная, то почему я до сих пор одна? / С. Пейдж – М. : Мирт. − 1994. − 242с.

48. Помиткіна Л.В. Психологія сім'ї. Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / Помиткіна Л.В., Злагодух В.В., Н.С. Хімченко, Н.І. Погорільська – К. : Вид-во Нац. авіац. ун-ту «НАУ-друк», 2010. – 270 с.

49. Психологический словарь / Под общей ред. А.В. Перовского и А.Г. Ярошевского. – М. : Мысль. − 1990. − 364с.

50. Райгородский Д.Я. Психология и психоанализ любви : учеб. пособие для факультетов психологии, педагогики и социальной работы / Д.Я. Райгородский. – Самара : БАХРАХ-М, 2002. – 688 с.

51. Рейновский Я. Экспериментальная психология эмоций / Я. Рейновский. – М. : Прогресс. − 1979. − 364с.

52. Рубин З. Исследования отношений в процессе общения / З. Рубин. – М. : Изд-во Моск. ун-та, 1987. – 230 с.

53. Рюриков Ю.Б. Мед и яд любви. Семья и любовь на сломе времени / Ю.Б. Рюриков. – М. : Молодая гвардия. − 1990. − 320с.

54. Саннікова О. П. Континуально-ієрархічна модель емоційності / О.П. Саннікова // Наука і освіта. − 2014. − № 1. − С. 44-50.

55. Сатир В. Как строить себя и свою семью. – М. : Наука. − 1992. − 164с.

56. Седих К.В. Психологія взаємодії систем: «сім'я і освітні інституції» : [монографія] / К.В. Седих. − Полтава : Довкілля – К, 2008. – 260с.

57. Седих К.В. Психологія сім'ї: навч. посіб. / К.В. Сєдих. − К. : ВЦ «Академій», 2015. − 192с. − (Альма-матер).

58. Семенов В.В. Психологические исследования эмоциональности / В.В. Семенов // Вопросы психологии. −1983. − №3. – С.149-153.

59. Сысенко В.А. Устойчивость брака: проблемы, факторы, условия / В.А. Сысенко. – М. : Высшая школа. − 1981. − 364с.

60. Филюкова Л.Ф. Современная молодая семья / Л.Ф. Филюкова. – М. : МГУ. − 1993. −164с.

61. Фрейд З. Основной инстинкт / З. Фрейд .− М.: Олимп, 1997. − 148с.

62. Фролова Є.В. Психологічні чинники і динаміка формування стосунків міжособистісної залежності у жінок : автореф. дис... канд. психол. наук / Є. В. Фролова ; Харк. нац. ун-т ім. В.Н. Каразіна. − Х., 2008. − 19 с.

63. Фромм Э. Искусство любви. Исследование природы любви / Э. Фромм − М. : Знание. – 1991. − 68с. – (Философия и жизнь).

64. Фромм Э. Человек для себя / Э. Фромм − М. :Софус. − 1992. − 282с.

65. Харли У. Ф. Законы семейной жизни / У. Ф. Харли. − М. : Высшая школа. − 1992. − 268с.

66. Харрис Т.А. Я хороший, ты хороший / Т.А. Харрис / Пер. с англ. – М. : Соль. − 1993. −т88с.

67. Цельмер З. Искусство быть вместе / З. Цельмер. – М. : Наука. − 1998. − 164с.

68. Шнейдер Л. Семья. Оглядываясь вперед / Л. Шнейдер. – СПб. : Питер, 2013. – 368 с.

69. Шнейдер Л.Б. Психология семейных отношений. Курс лекций / Л. Шнейдер. – М. : ЭКСМО – Пресс. − 2000. − 124с.

70. Эйдемиллер Э.Г. Психология и психотерапия семьи / Э.Г. Эйдемиллер, В.В. Юстицкис. – СПб. : Питер. − 1999. − 164с.

71. Якобсон П.М. Психология чувств. 2-е изд. / П.М. Якобсон – М. : Академия Педагогических наук РСФСР. − 1958. − 238с.

72. Ясенчук І. В. Психологічні особливості прояву любові та симпатії шлюбних партнерів / І. В. Ясенчук // Психологічні перспективи. − 2014. − Вип. 23. − С. 341-352.

73. An Examination and Revision of the Love Attitude Scale in Serbia Bojan Todosijevi , Aleksandra Arancic and Snezana Ljubinkovic Deparment of Psychology, University of Novi Sad, Serbia [Electronic resource]. – Regime to access: https://interpersonaabpri.files.wordpress.com/2010/12/paper-4_an-examination-and-revision.pdf

74. Investigating the Factor Structure of the Love Attitude Scale (LAS) with Malaysian Samples Asian [Electronic resource] // Social Science. – 2012. – Vol. 8, no. 9 (July). – Regime to access: http://dx.doi.org/10.5539/ass.v8n9p66

75. Munro B.E. Corelates of romantic love revisited / B.E. Munro, G.R. Adams // Journal of Psychology,1978. no.98., P. 221-214.

76. Personal Relationships Across Cultures / Robin Goodwin Routledge [Electronic resource]. – London, 1999. – 256 p. – Regime to access: http://bookre.org/reader?file=1035182

Додаток А

Стимульний матеріал для методики З. Рубіна

1. Мені б було дуже важко, якщо би прийшлося жити без нього(неї).
2. Коли ми разом, у нас завжди схожий настрій.
3. Я можу сказати, що він (вона) належить тільки мені.
4. Він(вона) дуже розумна людина.
5. Для нього(неї) я здатна абсолютно на все.
6. У більшості випадків він(вона) подобається людям відразу ж після знайомства.
7. Коли мені погано, то хочеться поділитися тільки з ним(нею).
8. Я думаю, що ми з ним(нею) внутрішньо схожі один з одним.
9. Я почуваю себе у відповіді за те, щоб йому(їй) було добре.
10. Мені би бажалося бути схожим на нього(неї).
11. Мені приємно відчувати, що він(вона) довіряє мені більш за інших.
12. Він один з самих привабливих чоловіків(жінок), яких я знаю.
13. Мені було би дуже важко, якщо би прийшлося жити без нього(неї).
14. Я впевнений(а), що він(а) добре до мене ставляться.

Шкала любові: питання – 1, 3,5,7,9,11,13.

Шкала симпатії: питання – 2,4,6,8,10,12,14.

Результати тесту підраховуються шляхом підсумовування відповідей по кожному ствердженню та їхньому усередненню. При цьому першій альтернативі приписується 4 бали, другій – 3 бали, третій – 2 бали, четвертій – 1 бал. Значення по кожному пункту входить у сумарний бал.

Результати по шкалам любові і симпатії рахуються окремо.

Підсумкові оцінки можуть варіювати від 7 до 28 балів.

Підрахунок сумарного балу по обох шкалах, дає загальний рівень емоціональних відносин в діаді (від 14 до 56 балів).

Додаток Б

Стимульний матеріал для методики В. Ф. Моргуна

Інструкція: Перечитайте всі судження про кохання в першому завданні.

Виберіть те судження, яке, на Вашу думку, найбільше відображає сутність почуття кохання, і поставте перед ним цифру «один» (1). Перечитайте решту суджень і виберіть із них те, яке, на Вашу думку, найбільше відображає сутність кохання, і поставте перед ним цифру «два» (2). Повторюйте цей вибір доти, доки не пронумеруєте всі судження в кожному з п’яти завдань. Завдання не містять добрих чи поганих суджень.

Завдання 1. Справжнє кохання вирізняється передусім тим, що

– буває один раз, зазвичай в юності, й ніколи не повертається;

– під час кожної зустрічі з коханою людиною переконуюсь, що саме вона мені потрібна;

– важко буде дочекатися людини, з якою би не хотілося розлучатися все життя.

Завдання 2. Справжнє кохання переживається передовсім як:

– страждання від страху втратити кохану людину, від необхідності розлучатися та ревнощів;

– заспокоєння від зустрічей із коханою людиною та її вірності;

– щастя від усвідомлення того, що я кохаю.

Завдання 3. Сутність кохання – це:

– бажання мати дітей і виховувати їх із коханою людиною;

– готовність ділити всі радощі, допомагати один одному в усьому до кінця життя;

– прийняття коханої людини такою, якою вона є, без бажання негайно перетворити її на ідеал;

– готовність дати коханій людині волю у виборі, якщо вона не впевнена у своїх почуттях до мене;

– потреба частіше бачити кохану людину, чути її голос, проводити з нею час;

– нездоланний фізичний потяг;

– спільні з коханою людиною інтереси, заняття, захоплення, погляди на життя;

– боротьба за кохану людину, якщо рідні й друзі проти мого вибору.

Завдання 4. Кохання зміцнюється переважно тоді, коли:

– кохана людина досвідченіша, духовно багатша за мене;

– кохана людина добре мені відома, її поведінку легко передбачити;

– кохана людина сприяє моєму подальшому вдосконаленню;

– кохана людина радіє моєму творчому підходу до всього.

Завдання 5. У стосунках закоханих найголовніше – це:

– готовність обох виконувати будь-яку, навіть важку фізичну роботу;

– уміння обох тонко сприймати природу, мистецтво, бути спостережливими в житті;

– бути один для одного цікавими співрозмовниками, оповідачами;

– коли обидва партнери мають високі розумові здібності, інтуїцію та багату фантазію.

Завдання 5а. В інтимних стосунках закоханих найголовніше – це вміння обох закоханих:

? – викликати ніжними дотиками й позами оргазм під час фізичної близькості;

? – бачити красу коханої людини, вислуховувати одне одного до кінця;

? – захопити цікавою розмовою, розпалити почуття коханої людини своїми освідченнями в коханні;

? – розуміти й передбачати бажання коханої людини без слів.