КГУ «ЖЕНСКАЯ ГИМНАЗИЯ г. ТЕМИРТАУ»

Контрольная работа

На тему: Психология любви

Содержание

Введение

Глава 1. Психологические аспекты любви

.1 Философия о любви

1.2 Любовь, как отражение личностной неадекватности

1.3 Теории любви

Глава 2. Изучение представления о любви в разных возрастных группах

.1 Материалы и методы исследования

Глава 3. Исследовательская часть

Заключение

Список литературы

Введение

Любовь - самая сложная и спорная тема из всех существующих. Она не живёт по каким-либо законам, не подчиняется разуму, способна одного человека разрушить, а другого - вознести на седьмое небо. Что и говорить, для такой науки, как психология, именно чувство любви извечно представляет особый интерес. Влюблённый человек - всегда немного сумасшедший, ведь любовь похожа на душевную болезнь.

Новый взгляд на сущность человека, понимаемого не как явление, противостоящее миру, а как явление, продолженное в мир позволяет увидеть: именно в этой продолженности человек только и может обрести свою человеческую сущность. В этом взаимопроникновении человека и мира именно человек является суверенным субъектом активности, самостоятельно выбирая способы связи с миром, в котором он живет и в который он «вживлен». Обозначенный подход предполагает расширение проблемного поля психологической науки, позволяет разрабатывать понятия, которые психология игнорирует: милосердие, сострадание, любовь, надежда, вера, доверие.

В современной жизни произошел большой перекос в сторону голого прагматизма. Высокие человеческие чувства подменяются расчетом и цинизмом. Все менее значимым становится институт семьи, все больше брошенных детей, разводов, холостых, занятых работой, мужчин, незамужних деловых женщин. Это и будет актуальностью данной работы.

Резко снизился уровень культуры отношений. Задеть побольнее, принизить, втоптать в грязь - вот чем нередко заканчивается то, что так хорошо начиналось и называлось любовью.

Целью нашего исследования состоит в рассмотрении представлениях о любви у групп лиц разного возрастного цензора.

В соответствии с целью были определены следующие задачи:

Провести теоретический анализ научной литературы по данной теме.

Изучить представления о любви у людей разной возрастной группы.

Провести и проанализировать исследование методом контент опроса и методом Люшера и ЦТО.

Разработать рекомендации для консультанта психолога и для желающих вступать в брак.

Метод исследования: контент опрос, тест Люшера и ЦТО.

Наша гипотеза заключается в том, что представитель зрелого возраста в представлении о любви ориентирован на партнера. Молодые же люди преимущественно описывают свои переживания.

Объектом в нашем исследовании является представления о любви.

Предметом работы выступают возрастные особенности.

Практическая значимость проведенного нами исследования может быть использовано, как методическое пособие в работе психолога - консультанта и практическая рекомендация для желающих вступить в брак.

Глава 1. Психологические аспекты любви

.1 Философия о любви

Любовь - это самое полное выражение всех сил, которые развились в человеке за всю его историю. Это как бы надстройка над глубинными нуждами человека, над первородными запросами его души и тела.

В этике с понятием любви связаны интимные и глубокие чувства, особый вид сознания, душевного состояния и действий, которые направлены на другого человека, общество.

Сложность и важность любви продиктованы тем, что в ней сфокусированы в органическом соединении физиологическое и духовное, индивидуальное и социальное, личное и общечеловеческое, понятное и необъяснимое, интимное и общепринятое. Более того, без любви не может сформироваться моральный облик человека, не происходит нормального развития.

Любовь - действенная сила в человеке, сила, разрушающая преграду между человеком и его собратьями, сила, которая объединяет его с другими; любовь помогает человеку преодолеть чувство одиночества и отчуждения и вместе с тем позволяет ему оставаться самим собой, сохранить свою целостность. Парадокс любви в том, что два существа составляют одно целое и все же остаются двумя существами.

Признав любовь деятельностью, мы сталкиваемся, однако, с определенной трудностью, которая состоит в неоднозначности слова «деятельность». Под «деятельностью» в современном употреблении слова обычно понимается действие, предполагающее некоторую затрату энергии и влекущее за собой изменение существующего положения вещей.

Любовь - это деятельность, активность, а не пассивный эффект; это «пребывание» в некотором состоянии, а не «впадение» в него. Наиболее общее определение активного характера любви можно сформулировать так: любить - значит, прежде всего, давать, а не получать.

Но самое важное - отдавать не материальные, а специфически человеческие ценности. Что же отдает один человек другому? Он делится с ним самим собой, своей жизнью, самым дорогим, что у него есть. Это отнюдь не значит, что он обязательно должен жертвовать жизнью ради другого, - просто он делится тем, что есть в нем живого: своей радостью, своими интересами, своими мыслями, знаниями, своим настроением, своей печалью - всеми проявлениями своей жизни. Итак, делясь своей жизнью, человек обогащает другого, увеличивая его жизненную силу и тем самым также и свою. Он отдает не затем, чтобы получить: отдавать - само по себе для него радостно. Но, отдавая, человек непременно привносит что-то в жизнь другого, и это «что-то» так или иначе возвращается к нему; поэтому, отдавая, он все-таки получает: получает то, что к нему возвращается.

Человеческая любовь - не природное, инстинктивное начало, а результат специфических усилий. Это не физические или психические усилия, никакими усилиями подобного рода нельзя заставить себя полюбить кого-нибудь. Это усилие во что бы то ни стало остаться живым. Человек постигает, чаще всего бессознательно, что живет он, только когда любит, что только любовь вырывает его из монотонной механической повторяемости повседневного быта. Причем живет сам свою собственную жизнь. Очень часто люди живут не своей жизнью - подчиняют себя стандартам мышления и стереотипам поведения, авторитетам. Часто они не сами живут, а что-то через них живется, не сами любят, а что-то через них любится.

Способность любить, отдавая зависит от особенностей развития личности. Это предполагает, что личность должна выработать в себе преимущественную установку на плодотворную деятельность, преодолев зависимость, самолюбование, склонность к накопительству и к помыканию другими; человек должен поверить в собственные силы, должен отважиться полагаться на себя в достижении целей. Чем менее развиты в человеке эти качества, тем больше он боится отдавать, а значит, боится любить.

Кроме того, что любить всегда значит отдавать, это всегда значит также заботиться, нести ответственность, уважать и знать. Это тоже проявления активного характера любви, важнейшие черты, присущие всем ее формам.

То, что любовь - всегда забота, наиболее очевидно проявляется в любви матери к ребенку.

Любовь есть деятельная озабоченность, заинтересованность в жизни и благополучии того, кого мы любим.

Тесно связан с заботой еще один аспект любви - ответственность. В наше время ответственность часто отождествляется с обязанностью, с чем-то навязанным извне. Но ответственность в настоящем смысле этого слова - полностью добровольный акт; это мой ответ на нужды другого, выраженные или невыраженные. Быть «ответственным» - значит быть способным и готовым «ответить». В любви взрослых, это относится, прежде всего, к душевным нуждам другого.

Но уважать человека невозможно, не зная его; забота и ответственность были бы слепы, если бы они не направлялись знанием. А знание было бы бессодержательно, если бы оно не было обусловлено озабоченностью и заинтересованностью. Существует много уровней знания; то знание, которое является одной из сторон любви, никогда не остается поверхностным, оно проникает в самую суть. Это возможно, только если я могу подняться над заботой о себе, увидеть другого с позиции его собственных интересов.

Братская любовь есть любовь равных; материнская любовь - любовь к беспомощному. Отличаясь одна от другой, эти две формы любви имеют между собой то общее, что они по самой своей природе не ограничены одним человеком. Если я люблю своего брата, я люблю всех своих братьев; если я люблю своего ребенка, я люблю всех своих детей; более того, я люблю всех детей вообще, всех, кто нуждается в моей помощи.

В отличие от этих двух типов эротическая любовь, есть страстное желание полного слияния, соединения с одним человеком. Это желание по самой своей природе исключительно, а не всеобще; и это, может быть, самая обманчивая форма любви.

Прежде всего, ее часто путают с похожим на взрыв переживанием «влюбленность», «впадения» в любовь, с внезапным разрушением барьеров, которые существовали до этого между двумя чужими людьми. Но, как мы отмечали выше, это переживание внезапного сближения по самой своей природе, недолговечно. После того как мы близко узнаем чужого человека, нам не нужно больше преодолевать никаких барьеров и достигать внезапного сближения. Мы теперь знаем «любимого» человека так - же хорошо, как себя, или, лучше сказать, знаем так же плохо. Если бы переживание нами другого человека было глубже, если бы можно было прочувствовать всю безбрежность его личности, этот другой человек никогда не стал бы так хорошо знакомым" и чудо преодоления барьеров могло бы каждый день повторяться заново. Большинство людей быстро изучает и исчерпывает как себя самого, так и другого. Сближаются они, прежде всего через половую связь. Поскольку они воспринимают разделение с другим человеком, прежде всего, как физическое разделение, то и физическое соединение для них означает преодоление этого разделения.

Помимо этого существуют и другие факторы, которые многие принимают за преодоление отчужденности. Поговорить о своей личной жизни, о своих надеждах и стремлениях, продемонстрировать свои детские черты, найти общие интересы в отношении к миру - все это принимается за преодоление отчужденности. За близость принимается даже открытое проявление злости и ненависти, полной неспособности сдерживаться.

Эротическая любовь исключительна, чего нельзя сказать о братской и материнской любви. Эта исключительность эротической любви заслуживает более подробного рассмотрения. Нередко исключительный характер эротической любви ошибочно истолковывают как привязанность к собственности. Часто можно встретить двух «любящих», которые не любят больше никого. В действительности их любовь есть не что иное, как самовлюбленность, это два человека, которые отождествляют себя друг с другом и решают проблему одиночества, расширяя единицу до пары. Им кажется, что они преодолели одиночество, но, отделенные от остальных людей, они остаются отделенными друг от друга и отчужденными от самих себя; их ощущение соединения иллюзорно. Эротическая любовь исключительна, но это любовь ко всему человечеству, ко всему живому в лице одного человека. Она исключительна лишь в том смысле, что я могу слиться полностью и страстно только с одним человеком. Эротическая любовь исключает любовь к другим только в смысле эротического слияния, полной отдачи во всех сторонах жизни, - но не в смысле братской любви.

Для эротической любви - если это любовь - необходима одна предпосылка, а именно: я должен любить всем своим существом и переживать другого человека во всей глубине его существа. По сути, все человеческие существа тождественны. Мы все - часть одного; мы все суть одно. Если это так, то должно быть безразлично, кого любить.

Любовь должна была бы быть, в сущности, актом воли, решением полностью посвятить мою жизнь жизни другого человека. И в самом деле, эта мысль служит обоснованием идеи нерасторжимости брака; она же лежит в основе многих традиционных форм брака, при которых жених и невеста никогда не выбирают друг друга, будучи уже друг для друга избраны, - и все же ожидается, что они будут друг друга любить. В современной западной культуре эта мысль целиком и полностью отвергается. Считается, что любовь - это всплеск эмоций, состояние, когда человек внезапно охвачен чувством, которому невозможно противостоять. Замечают только особенности двух данных людей, а не то, что каждый мужчина - часть Адама и каждая женщина - часть Евы. Игнорируется такой важный фактор эротической любви, как воля. Любить кого-то - это не просто сильное чувство: это решение, это суждение, это обет. Если бы любовь была только чувством, незачем было бы обещать любить друг друга вечно. Чувство приходит и может уйти.

Встав на эту точку зрения, можно прийти к выводу, что любовь - это исключительно акт воли и обет и что поэтому не имеет принципиального значения, кто эти двое. Будет ли их брак устроен кем-то другим или это будет их собственный выбор - поскольку брак заключен, акт воли обеспечит продолжение их любви. При такой точке зрения не учитывается противоречивый характер человеческой природы и эротической любви. Мы все - Одно, и тем не менее каждый из нас - неповторимая, уникальная сущность. Это противоречие повторяется в наших взаимоотношениях с другими людьми. Поскольку мы все - одно, мы можем любить всех одинаково - братской любовью. Но, поскольку мы все-таки разные, эротическая любовь требует чего-то индивидуального, в высшей степени личностного, существующем только между конкретными людьми, а не между всеми.

Понятие «любовь» - одно из немногих слов, выражающих почти абсолютную абстракцию то, что в понятие «любовь» люди вкладывают разное значение, не вызывает сомнений. Однако «индивидуальная» любовь имеет право на существование, как право на жизнь имеют и различные психофизические субстанции под названием «человек». Вряд ли найдется человек в летах, утверждающий, что никогда не любил и даже не влюблялся. Любить хотят многие, а чтобы любили их самих - все. В продолжение всей жизни среднестатистический человек имеет несколько вех, разграничивающих себя самое на «до» и «после встречи» с этим человеком, с любовью, с судьбой, с жизнью и смертью. Любовь, что бы за ней не скрывалось, является значимым событием, состоянием, процессом для включенных в ее поле людей. По описаниям очевидцев и участников, заинтересованных и отвергающих, любовь для человека несет невозможную в другом месте и времени возможность как бесконечного блаженства и счастья, так и не иссыхающей тоски, неумолимой боли и неутомимой муки. Человек стремится к любви и бежит от нее одновременно. В реальной жизни любовь является лакмусовой бумажкой сущностных качеств человека.

.2 Любовь, как отражение личностной неадекватности

Двадцать четыре века назад Платон создал первую в человеческой культуре философию любви; это стало очень крупным шагом вперед в постижении человеческой любви, а позднее - истоком для большинства любовных теорий.

Любовь для Платона - двойственное чувство, она соединяет в себе противоположные стороны человеческой природы. В ней живет тяга людей к прекрасному - и чувство чего-то недостающего, ущербного, стремление восполнить то, чего у человека нет. Эрот двулик, говорит Платон, он несет человеку и пользу и вред, дает ему зло и добро. Любовь таится в самой природе человека и нужна для того, чтобы исцелять изъяны этой природы, возмещать их.

Основа всех видов человеческой любви, как бы глубинная ось ее чувств - это отношение к другому человеку как к самому себе: такое состояние души, когда все в нем так же дорого подсознанию, как он сам.

Современные концепции, объясняющие механизмы возникновения любви, за исходное принимают физиологическое влечение. Романтическая любовь интерпретируется как сильное возбуждение, которое может быть результатом чего угодно, но нередко соседствует с опасностью, смертью, страхом. Склонность к интерпретации может оказаться выше, чем самовозбуждение.

Романтическая любовь непостоянна и нестабильна, так как

) причины возбуждения в обыденных ситуациях быстро исчезают;

) связана с постоянным переживанием сильных (как положительных, так и отрицательных) эмоций, от которых быстро устают;

) ориентирована на устойчивую идеализацию партнера, при которой реальный человек становится фантомом.

Статистически нормальный исход семейных отношений, построенных на романтической любви - распад.

В любви кроме эмоциональной интерпретации важен уровень само принятия. В благоприятных ситуациях уровень само принятия повышается, при распаде - снижается.

Важным источником формирования образа любви у человека является опыт, приобретенный в родительском доме, влияние поведения отца и матери, поскольку образ любви не исчерпывается представлениями о том, как вести себя во время полового контакта, но во многом определяется усвоенным способом общения в совместной жизни с другими людьми. Человек, который вырос в атмосфере авторитарности и деспотизма, будет искать сексуального именно с этими, травмирующими его чертами. Наоборот, чрезмерная опека родителей сформирует будущих инфантильных мужчину и женщину.

Попытки построения теоретических моделей любви отличаются претензией на большую глобальность. И все-таки такие случаи известны. Различия между моделями любви проходят по оценочному параметру: оптимизм-пессимизм. В пессимистической модели постулируется слабость и несовершенство человека, в оптимистической - конструктивная сила любви.

Пессимистическая модель предложена Л. Каслером. Он выделяет три причины, которые заставляют человека влюбляться:

) потребность в признании;

) удовлетворение сексуальных потребностей;

) конформистская реакция (так принято).

Любовь по Каслеру - это сплав совокупности эмоций, среди которых ведущую роль играет страх потери источника удовлетворения своих потребностей. Влюбленность, конструируемая постоянным страхом потерять его, делает человека несвободным, зависимым и мешает личностному развитию. Позитивное эмоциональное состояние влюбленного он связывает с благодарностью человека за удовлетворение своих потребностей. Следовательно, приходит к выводу Л. Каслер, свободный человек не испытывает любви.

Оптимистическая модель любви предложена А. Маслоу. Согласно этой модели любовь характеризуется снятием тревожности, ощущением полной безопасности и психологическим комфортом, удовлетворенностью психологической и сексуальной стороной отношений, которая с годами растет, постоянно усиливается интерес любящих людей друг к другу. В течение совместной жизни партнеры хорошо узнают друг друга, реальная оценка супруга сочетается с его полным принятием.

Конструктивную силу любви Маслоу связывает с соединением сексуальной сферы с эмоциональной, что способствует верности партнеров и поддержанию равноправных отношений.

К началу XX века в Западной Европе доминирующей концепцией, определяющей понимание и интерпретацию секса, эротики, любви, стал фрейдизм, поставивший биологические потребности человека над социальными.

В отличие от западных философов русские мыслители развивали гуманистическую традицию в понимании любви и, обращаясь к потаенным вопросам пола, связывали сексуальную энергию человека не только с продолжением рода, но и с пониманием духовной культуры человека.

В.П. Шестаков обращает внимание на синкретизм как характерную особенность русского Эроса. Любовь оказывается предметом обсуждения философии, этики, эстетики, психологии.

По мнению В. Соловьева («Чтения о боготворчестве», «Смысл любви»), у человека любовь носит индивидуальный характер. Смысл человеческой любви, говорит В. Соловьев, есть оправдание и спасение индивидуальности через жертву эгоизма. Это происходит потому, что посредством любви утверждается безусловное значение другой индивидуальности. В. Соловьев видел в любви два начала: природное (половая любовь) и идеальное (духовная любовь).

В. Соловьев описывает любовь нисходящую, восходящую и равную. Основания для такого представления он усматривает в соотношении вкладов каждого партнера в эмоциональные отношения. Равная любовь предполагает равенство эмоционального вклада тому, что поступает в ответ.

В этом смысле можно обсуждать следующие виды эмоциональных отношений:

 Любовь: если мне хорошо от того, что тебе хорошо и я могу отказаться от своих потребностей, чтобы тебе было лучше, - то я тебя люблю;

 Ненависть: если мне хорошо от того, что тебе плохо, то я тебя не люблю;

 Соперничество: если мне плохо, когда тебе хорошо, - то я тебе завидую;

 Безразличие: если мне все равно, хорошо тебе или плохо, - то я к тебе равнодушен.

Он подчеркивает значение любви в индивидуальной жизни человека, обращает внимание на то, что любовь лишает эгоизма, смещает центр отношений на другого. Воистину воплощаются вечные строчки: «...будут два в плоть едину...», но любовь у В. Соловьева не только воссоединение двух половин, но и слияние с мировой душой.

Им же обсуждается сильная страсть и ее последствия для человека. Никакого соотношения между силой любовной страсти и значением ее для потомства он не усматривает.

Сильная страсть, связанная с частичной или полной потерей своего «Я», является для многих людей критерием любви. Однако В. Соловьев утверждает, что самая сильная любовь весьма часто остается неразделенною. Более того, при взаимности сильная страсть приводит к трагедии.

В. Соловьевым подмечено, что очень счастливая любовь остается бесплодною, а если сильная любовь производит потомство, то оно весьма заурядно.

Таким образом, в истоках отечественной мысли о любви обнаруживается противостояние, связанное с двумя точками зрения на любовь. Согласно одной любовь трактуется как Эрос, согласно другой - как сострадание. Синтез этих философско-психологических направлений не завершен и в настоящее время.

Психологи знают немногое о любви, «а то, что мы пишем о ней, -говорит З. Рабин, - создано лучшими поэтами и романистами». Такое понятие, как «любовь между мужчиной и женщиной», в дальнейшем мы будем называть просто «любовью».

Дискуссионным остается вопрос об этической правомерности изучения такого интимного феномена, как любовь. В качестве парадоксального примера используют исследование, проведенное в 1972-1974 гг., участие в котором оказало существенное влияние на взаимоотношения людей в парах. Известно, что в некоторых случаях такие исследования укрепляют отношения, в других - разрушают. Порой испытуемые чувствовали, что статистический подход унижает их отношения, которые теряют изысканный аромат сакральности происходящего между ними.

Тем не менее, многие психологи обращались к феномену любви, проводились исследования, предметом которых являлись разные аспекты этого явления. Одним из фундаментальных вопросов является вопрос об источнике любви.

Достоверно известно, что любовь бывает «разная», включает много аспектов (физиологический, психологический, социальный, духовный) и состояний личности (секс, забота, нежность, уважение, восхищение, деторождение) и однозначно о всеобъемлющем источнике любви говорить трудно.

1.3 Теории любви

Итак, некоторые авторы (Кеслер, Фрейд, Мартинсон, Рейк) пытались обрисовать потребность в любви как признак неадекватности. З. Фрейд и В. Рейк рассматривали «любовь» как отраженное восприятие собственных недостигнутых идеалов в партнере. Приведем для примера разработку теории любви отечественного автора, так называемый «синтаксис любви».

Теория любви А. Афанасьева. «Любовь» - это особое состояние эйфории, вызванное иллюзией обрести «счастье» в паре с субъектом, достаточно наделенным теми психическими свойствами, в которых ощущается недостаток. Автор обосновал свое представление о внутренней архитектуре человека, состоящей из четырех психических модулей или функций: Эмоции («души»), Логики («ума»), Физики («тела») и Воли («духа»).

Этот набор функций присущ всем людям, однако он образует в личности иерархию, которая и определяет различие людей. «Как природа положит друг на друга эти четыре кирпича, таков и будет внутренний мир индивидуума». Что-то в психике человека является сильным, достаточным, жизнетворящим, а что-то слабым, недостаточным, ущербным, требующим дополнения и развития. Люди сходятся в разной степени плодотворно, стремясь к гармонии психики и жизни соответственно иерархиям своих функций.

Автор, математически соотнося иерархии, выделяет 24 варианта взаимодействия двух людей во имя «любви». Именно значимый недостаток в проявлении какой-либо функции (воли, эмоции, тела, ума) является причиной возникновения любви к другому человеку. Существуют три вида любви (или сочетания слабой функции с функциями противоположной стороны, что могут вызвать эйфорию):

Эрос - любовь по принципу противоположности. Встречается чаще всего, к сожалению, сильная сторона другого не прибавляет силы слабой стороне. Любовь - зависть - ненависть.

Фея - любовь по принципу тождества. Родственные души, узнавая друг друга, в конечном счете, оказываются перед своим отражением в зеркале. Статика, скука.

Агат - любовь-эволюция, движущая партнеров от противоположности к тождеству. Плодотворная, настоящая «формула любви», приводит к гармонизации личностей любящих.

Любовь - нормальное чувство адекватной личности. Однако для большинства психологов «любовь» - вполне нормальное чувство адекватной личности.

Винч связывает это явление с воспитанием: «Индивиды могут быть овеяны такой любовью, которую им необходимо излить другим...» Гринфильд считает, что «любовь» - «поведенческий комплекс, функцией которого является, управление индивидами» в обществе, выполнение определенной социальной роли («муж-отец», «жена-мать»).

По мнению Вальстера, «любовь» объясняется сильным физиологическим возбуждением. Источником любви могут являться также и несексуальные стимулы (темнота, опасность). Теория социальных норм рассматривает в качестве источников любви внутричеловеческую эмоциональную зависимость, которая воспитывалась у нас в обществе, «любовь и брак все еще признаются за традиционную ценность, мы программируем этот путь с рожденья и поэтому принимаем невротическую потребность в любви за естественную человеческую потребность» (любовь целесообразна ввиду продолжения рода и, соответственно, должна быть культурно подкреплена).

Теория любви В.И. Мустейна. По мнению В.И. Мустейна, в понятие «любовь» входят множество характеристик, таких как альтруизм, интимность, восхищение, уважение, участие, доверие, согласие, гордость. Каждую характеристику можно, кроме того, классифицировать по способу выражения: а) чувство, б) установка, в) поведение, г) здравый смысл.

Однако ни один из них не является ведущим критерием определения «любви». По мнению В.И. Мустейна, проведенные исследования говорят о трех стадиях «любви»: а) страстная любовь; б) романтическая; в) супружеская любовь.

Страстная любовь включает сильное возбуждение и основана на сексе, хотя сексуальных отношений может и не быть из-за внутренних и внешних барьеров.

Романтическую любовь по силе трудно отличить от страстной, однако она сконцентрирована на идеализации партнера, а не на сексуальности.

Супружеская любовь бывает либо после заключения брака, либо если партнеры находятся в длительной связи до брака; базируется на хорошей осведомленности, на «постоянно возрастающем знании друг о друге, заменяющем фантазию». Результат каждой стадии и их последовательность не изучены.

Теория любви Дж. Ли (стили и цвета любви). Джон Алан Ли разработал свою теорию «любви», посвященную по большому счету лишь сексуальным отношениям. Самая главная проблема для всех, по мнению автора, это встреча с партнером, который бы разделял наши представления, наши мнения, наши взгляды на жизнь.

Теория любви Р.Дж. Стернберга (треугольная любовь). Роберт Дж. Стернберг предложил свою теорию любви - треугольную. По его словам, «она называется так потому, что подтверждает, что любовь может быть понята при наличии трех компонентов, которые вместе могут быть рассмотрены как вершины равнобедренного треугольника».

Три вершины - это:

 Интимный компонент (наличие близких взаимоотношений): желание повысить благосостояние любимого человека, ощущение счастья с любимым, глубокое уважение к любимому человеку, возможность рассчитывать на любимого человека, когда это необходимо, взаимопонимание, умение делиться своей собственностью с любимым человеком, получение и оказание духовной поддержки, сексуальные отношения, значимость любимого в жизни;

 Компонент страсти включает романтические отношения, сексуальное влечение, половой контакт; как дополнительные потребности - чувство собственного достоинства, превосходство над другими, подчинение другим, самореализация;

 Компонент решения/обязательства включает два аспекта - решение человека, любит он или нет (короткий период взаимоотношений); обязательство человека поддерживать эту любовь (длительные отношения).

Если проанализировать все возможные комбинации выше перечисленных компонентов, получится 8 подгрупп, образующих классификацию любви по Р.Дж. Стернбергу:

 Симпатия (только интимность); один из партнеров имеет только один интимный компонент при отсутствии страсти и решения/обязательств;

 Безрассудная любовь (только страсть); любовь - «наваждение»; объект любви, как правило, идеализируется; всепоглощающая любовь (время, энергия, побуждения подчиняются страсти); «...эта любовь, в большей степени, - проектирование нужд любящего, а не подлинный интерес»; обычно асимметрична;

 Пустая любовь (только компонент решения/обязательства); в основу взаимоотношений возводятся решение любить и обязательство перед любимым человеком, при отсутствии страсти и интимности; возможна на последних стадиях в длительных взаимоотношениях и в обществах, где браки упорядочены традицией (асимметрия усугубляется чувством вины);

 Романтическая любовь (интимность и страсть); любовники связаны физическим и сексуальным влечением, но обязательства друг перед другом отсутствуют (партнеры полагаются на случай); брак маловероятен;

 Любовь в браке (интимность и решение/обязательства); длительная дружба (некоторые супруги ищут увлечений на стороне);

 Бессмысленная любовь (страсть и обязательства); «крайне восприимчива к разрушению», страсть угасает, а обязательства носят неглубокий характер;

 Совершенная любовь (интимность, страсть и обязательства); «достижение совершенной любви может быть трудным, но удержание ее еще тяжелее»;

 Нелюбовь (отсутствие всех компонентов); деловые отношения.

Теория любви Р. Мея. Р. Мей указывает, что на Западе традиционно выделяют 4 типа любви:

 Секс, вожделение, либидо;

 Эрос, любовь как стремление к воспроизводству или творчеству - высшим, по мнению древних греков, формам бытия и отношений между людьми;

 Филея, или дружба, братская любовь;

 Агапе, забота о благе другого человека, прототипом которой является Божья любовь к человеку.

Чувство подлинной любви у любого человека является смесью (в различных пропорциях) всех четырех типов любви. По мнению автора, эрос (жизнетворящая смыслообразующая сила-энергия, движение, стремление вперед) спасает секс (удовлетворение физиологической потребности, затухание желания, апатия) от саморазрушения.

Но эрос не может существовать без приязни (филии), братской любви и дружбы. Напряжение постоянного притяжения и постоянной страсти было бы невыносимым, если бы оно никогда не прерывалось. Приязнь - это расслабление в присутствии любимого человека, основанное на признании в другом человеке человека; это состояние, когда нам нравится быть с другим, нравится ритм его походки, голос, все существо другого. Это придает эросу широту, дает ему время для развития, время глубже пустить свои корни. Приязнь не требует от человека каких-то определенных действий ради любимого, кроме признания значимого другого, пребывания рядом с ним и переживания совместной радости. Это дружба в самом ее простейшем и непосредственном проявлении. Филия, в свою очередь, предполагает агапе.

Автор определяет агапе как высокую оценку другого, как заботу о благополучии другого без всякой выгоды для себя, как бескорыстную любовь, подобную любви Бога к человеку. Однако агапе всегда несет в себе риск покровительственного отношения (это необходимо и можно принять).

Любому виду любви сопутствует обнаружение смысла жизни, ведь любовь, в каком бы виде она ни предстала, и есть смысл жизни.

Рассмотренные исследования любви и основанные на них теории любви привлекают интерес не только психологов, но актуальны для каждого человека. Причем любовь как абстрактна, так и конкретна; как бесконечна, так и мимолетна; как физиологична, так и духовна. Предмет психологии Любви для исследования многогранен, противоречив и бесконечно труден, но и манит щедрым вознаграждением для ученого и обычного человека.

Глава 2. Изучение представления о любви в разных возрастных группах

.1 Материалы и методы исследования

В рамках нашей исследовательской работы было продиагностировано 30 человек. Было сформировано 3 группы, куда входило: в первую группу 5 пар, не состоящих в браке; во вторую группу 5 пар, состоящих в браке (менее 5 лет); в третью группу входило 5 пар, состоящих в браке (более 15 лет).

Применены следующие методики:

а) контент-анализ (сочинение). Испытуемым было предложено написать сочинение на тему любви.

Контент-анализ(от англ. contens - содержание) - специальный достаточно строгий метод качественно-количественного анализа содержания документов в целях выявления или измерения социальных фактов и тенденций, отраженных этими документами. Особенность его состоит в том, что он изучает документы в их социальном контексте.

Контент-анализ может использоваться в качестве основного метода исследования; параллельного, то есть в сочетании с другими методами; вспомогательного или контрольного.

Необходимо, чтобы исследуемое содержание позволило задать однозначное правило для надежного фиксирования нужных характеристик, а также чтобы интересующие исследователя элементы содержания встречались с достаточной частотой (принцип статистической значимости). Чаще всего в качестве объектов исследований посредством контент-анализа выступают сообщения печати, радио, телевидения, массовой устной агитации и пропаганды, протоколы собраний, письма, приказы, распоряжения, а также данные свободных интервью и открытые вопросы анкет.

Существуют три основных направления применения контент-анализа:

а) выявление того, что существовало до текста и что тем или иным образом получило в нем отражение;

б) определение того, что существует только в тексте как таковом;

в) выявление того, что будет существовать после текста, то есть после его восприятия адресатом.

В разработке и практическом применении контент-анализа выделяют несколько стадий. После того, как сформулированы тема, задачи и гипотезы исследования, определяются категории анализа, то есть наиболее общие, ключевые понятия, соответствующие исследовательским задачам. Система категорий играет роль вопросов в анкете и указывает, какие ответы должны быть найдены в тексте. Категории контент-анализа должны быть исчерпывающими; взаимоисключающими; надежными; уместными.

*б) Люшер и ЦТО.*

*Цветовой тест отношений Эткинда - это цветоассоциативный эксперимент, отражающий сознательное и неосознаваемое отношение человека, как к значимым людям, так и к самому себе.*

По мнению исследователей цветовых ассоциаций, каждый из цветов обладает устойчивым и определенным эмоциональным значением. Были хорошо изучены закономерности переноса эмоциональных значений цветов на ассоциируемые стимулы.

В тесте отношений используется набор из восьми цветных карточек, заимствованных из восьмицветного варианта теста Люшера <http://psy-diagnoz.com/expression/53-luscher-test.html>. Методика имеет два варианта проведения - краткий и полный, различие заключается в способе извлечения цветовых ассоциаций.

Процедура тестирования.

Испытуемому предлагают составить список понятий, имеющих для него значение. Дальше исследователь на листе белой бумаги в случайном порядке раскладывает восемь цветных карточек и предлагает испытуемому подобрать каждому из значимых понятий подходящий цвет. Цвета следует подбирать в соответствии с характеристиками понятий, а не их внешним видом. После завершения ассоциирования предлагают проранжировать цвета в порядке предпочтений, начиная цвета, который больше всего нравится. Эмоционально-личностное значение цветов оценивается по шкалам личностного дифференциала.

В рамках проведения нашего исследования с применением цветового тесто отношений испытуемым были предложены следующие понятия: я, любовь, партнер, семейная жизнь.

Глава 3. Исследовательская часть

После проведенного исследования и его анализа мы получили следующие результаты: по полученным данным контент-анализа, приведенных в виде в диаграмме следует, что:

А) в первой группе видно, что преобладающими категориями, охарактеризовывающими понятие «любовь» являются:



Б) во второй группе преобладают такие понятия как:



В) в третьей группе преобладают такие понятия как:



Из результатов, полученных посредством Цветового Теста Отношений следует, что:

Первая группа.

В категории «Семейная жизнь» на первых местах наиболее часто встречающимися цветами являются 0 и 4. Что свидетельствует о нежелании ни в чем участвовать и в избегании каких бы то стимулов. Потребность в изменении существующих обстоятельств в надежде на новое и лучшее возможности. На последних местах преобладают 6 и 7. Это говорит о потребности установить отношения, которые бы удовлетворяли повышенным требования, стремится действовать свободно, отклоняю ограничения, стеснения и отказы, которые не соответствуют его убеждениям.

В категории «Партнер» на первых местах часто встречающимися являются номера таких цветов, как 3 и 7 что говорит о потребности в активности. Деятельность направлена на успех и победу. Также избегание постороннего влияния, что бы не дать переубедить себя. На последних местах преобладают 3 и 6. Это свидетельствует о чувстве утомлении в плоть до истощения жизненных сил и о потребности установить отношения, которые удовлетворяли бы повышенным требования.

В категории «Любовь» на первых местах наиболее часто встречаются 0 и 4. Это говорит о потребности в изменении существующих обстоятельств. Но все же не желает ни в чем участвовать. Пришлось много вытерпеть, что утомило и опустошило. На последних местах преобладают 5 и 7. Это говорит, что если не встречает искреннего доверия, внимательно контролирует сердечные связи, что бы не допускать использование своей доверчивости. И все же стремится действовать свободно.

В категории «Я» на первых местах преобладают такие цвета как 2 и 3. Это стремление к самоутверждению и потребности в активности. Нуждается в силе и волевом напряжении для самостоятельного преодоления трудностей. На последних местах наиболее часто встречаются 1 и 6. Это свидетельствует о потребности в покое, нуждается в спокойном, мирном, гармоничном состоянии. Ищет освобождение от проблем.

Вторая группа.

В категории «Семейная жизнь» на первых местах преобладают 3 и 2. Это говорит о стремлении самоутверждения. Потребность в активности. Нуждается в силе и волевом напряжении, для самостоятельного преодоления трудностей. На последних местах часто встречаются 0 и 7. Это уверенность в том, что данная ситуация может дать больше, чем она дает. Настойчиво преследует своей цели. Вместе с тем стремится действовать свободно.

В категории «Партнер» на первых местах преобладают 2 и 3. Это говорит о стремлении самоутверждения. Потребность в активности. Нуждается в силе и волевом напряжении, для самостоятельного преодоления трудностей. На последних местах чаще появляются 0 и 6. Четкое представление о том, что партнер может дать больше.

В категории «Любовь» на первых местах чаще встречаются номера таких цветов как 5 и 6. В любви ищет освобождения от проблем. Стремление к состоянию физической легкости. На последних местах преобладают номера таких цветов как 1 и 7. Существующие взаимоотношения не удовлетворены. Не испытывает искренней, сердечной привязанности, поэтому становится раздражительным и нетерпеливым.

В категории «Я» на первых местах чаще встречаются номера таких цветов как 0 и 2. Сейчас стремится к «отгороженности» и «невовлеченности». Стремление к самоутверждению. На последних местах преобладают 6 и 7. Наблюдается тенденция к стрессу и не достаточно бережное отношение к своему организму и нервной системе. Стремление действовать свободно и беспрепятственно.

Третья группа.

В категории «Семейная жизнь» на первых местах преобладает номера таких цветов как 1 и 4. Это стремление к спокойному, мирному, гармоничному состоянию, способному принести спокойную удовлетворенность и ощущение общности. Полностью отдается чувствам. На последних местах 5 и 7. Благодаря чувственной возбудимости и потребности быть воспринятым как человек утонченный и привлекательный впадает в состояние очарованности и восторженности.

В категории «Партнер» на первых местах чаще встречаются 1 и 3. Это свидетельствует о нужде в спокойном мирном партнере, способном принести спокойную удовлетворенность. На последних местах преобладают номера таких цветов как 0 и 7. Это говорит о уверенности что партнер может дать больше, чем он дает при настоящих условиях и что самого важного еще предстоит достичь.

В категории «Любовь» на первых местах на первых местах преобладает номера таких цветов как 1 и 5. Потребность в гармоничном состоянии, способном принести спокойную удовлетворенность и ощущение общности. На последних местах преобладают 6 и 7. Это говорит о стремлении установить отношения, которые бы удовлетворяли требования.

В категории «Я» на первых местах чаще встречаются 2 и 4. Это свидетельствует о стремлении к самоутверждению. Нуждается в силе для самостоятельного преодоления трудностей. На последних местах преобладают 7 и 6. Это говорит о стремлении установить отношения, которые бы удовлетворяли требования.

Заключение

Полученные нами результаты позволяют сформулировать следующие выводы:

1. В первой группе, не состоящие в браке, испытуемые в большей степени описывают свои личные переживания, зачастую не учитывая интересов партнера.

2. Во второй группе, состоящие в браке менее пяти лет, в основном также как и представители первой группы во главу своих интересов ставят личные ценности и смыслы.

. В третей группе, состоящие в браке более пятнадцати лет, испытуемые в большей степени ориентированы на ценностно-смысловые доминанты своего партнера.

При проведении исследования, выдвинутая нами гипотеза была полностью подтверждена.

любовь психолог брак люшер

Список литературы

1. Гозман Л.Я. Психология эмоциональных отношений. М.: Изд-во МГУ, 1987. - 176с.

2. Губин В.Д. Любовь, творчество и мысль сердца // Философия любви. Ч.1 / Под общ. ред. Д.П. Горского; Сост. А.А. Ивин. - М.: Политиздат, 1990. С. 231-253.

. Драгунский В.В. Цветовой личностный тест: Практическое пособие. - Мн.: Харвест, 1999. - 488с.

. Люшер М. Цветовой текст Люшера / Пер. с англ. А. Никоновой. - СПб.: Сова; М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2002.-192с.

. Маслоу А. Самоактуализация // Психология личности. Тексты / Под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, А.А. Пузырея. - М.: изд-во Моск. ун-та, 1982. С. 108-117.

. Рубенис А. Сущность любви - тема философского размышления // Философия любви. Ч. 1. / Под общ. ред. Д.П. Горского; Сост. А.А. Ивин. - М.: Политиздат, 1990. С. 205-228.

. Рюриков Ю.Б. Детство человеческой любви // Философия любви. Ч.1. / Под общ. ред. Д.П. Горского; Сост. АА Ивин. - М.: Политиздат, 1990. С. 11-35.

. Рюриков Ю.Б. Мед и яд любви. - М: Мол. Гвардия, 1990.. - 448с.

. Собчик Л.Н. Диагностика психологической совместимости. Еще раз про любовь. - СПб.: Речь, 2002. - 79с.

. Соловьев В.С. Смысл любви // Вопросы психологии, 1994, №1.

. Франкл В. Психотерапия на практике. - СПб.: Речь, 2000. С. 133-163.

. Франкл В. Человек в поисках смысла / Общ. ред. Л.Я. Гозмана и Д.А. Леонтьева. - М.: Прогресс, 1990. - 368с.

. Фромм Э. Искусство любить // Фромм Э. Душа человека. - М.: Республика, 1992. С. 109-178,

. Шнейдер Л.Б. Психология семейных отношений. М.: Апрель-Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. С. 183-203.