

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «КубГУ»)

Факультет управления и психологии

Кафедра социальной психологии и социологии управления

КУРСОВАЯ РАБОТА

**ВЛИЯНИЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ ЛИЧНОСТИ О ЛЮБВИ
НА ПРОЦЕСС ПОСТРОЕНИЯ РОМАНТИЧЕСКИХ ОТНОШЕНИЙ**

Работу выполнил(а) _____ Каменева П.С.
(подпись)

Направление подготовки _____ 37.03.01 Психология _____ курс 2
(код, наименование)

Научный руководитель
старший преподаватель, _____ В.Н.Шереметинская
(подпись, дата)

Нормоконтролер
старший преподаватель, _____ В.Н.Шереметинская
(подпись, дата)

Краснодар
2022

Содержание

Введение.....	3
1 Системный анализ феномена любви.....	7
1.1 Понятие и сущность любви.....	7
1.2 Теории и типология любви	8
2 Теоретические аспекты изучения романтических отношений.....	13
2.1 Эмоциональный аспект любви	13
2.2 Привязанность как основа близких межличностных отношений.....	15
3 Эмпирическое исследование связи представлений о любви и стилей привязанности.....	22
Заключение	29
Список использованных источников	30

Введение

На протяжении долгого времени любовь была и остается предметом острых дискуссий в науке, искусстве, религии, а также в обыденном сознании. Любовь является основой внутреннего мира личности, ее духовного «Я» как совокупности смысловых значимостей. На сегодняшний день данное понятие несколько изменяется, наполняется новым смыслом и содержанием. Если раньше представления о любви ассоциировались с пониманием, уважением, доверием, то в современном обществе любовь в большей степени ассоциируют с привязанностью, страстью или же с отношениями, которые помогают избежать одиночества.

На современном этапе развития общества идет становление новых жизненных ценностей, новых жизненных смыслов, которые еще не полностью утвердились в общественном сознании и поведении людей. Одной из таких ценностей является любовь. Любовь как психологическая категория является одной из наиболее важных составляющих ценностно-смысловой сферы человека.

Феномен любви изучался многими известными психологами. Например, основатель психоанализа З. Фрейд рассматривал любовь как половое влечение, французский теоретик психоанализа и философ Жак Лакан также интерпретировал любовь как половое влечение, для которого характерен дефицит, а по мнению американского психолога Эрика Эриксона любовь является одной из добродетелей, приобретаемой человеком в ходе жизни. В рамках психоанализа рассмотрению феномена любви большое внимание также уделил немецко-американский психолог Эрих Фромм. Вопреки концепции Фрейда, его последователь трактует любовь как здоровое чувство, способное стать лекарством от неврозов. В рамках гуманистической психологии большое внимание функциональной любви уделил американский психолог Абрахам Маслоу. Также феномен любви является одним из важнейших компонентов теории личности Карен Хорни. И это лишь малая

часть психологов, для которых феномен любви являлся главной темой исследований.

Недостатком исследований понимания любви является недостаточная проработанность практического инструментария и небогатый теоретический обзор данной проблематики в психологической науке. Поэтому обращение к изучению любви как психологического явления вполне закономерно.

Актуальность темы состоит в том, что каждый человек переживает в жизни чувство любви, будь то братская любовь, любовь к родителям, детям, работе, своей стране и миру в целом или же романтическая любовь – эти чувства есть у каждого, в меньшей или большей степени.

В сфере образования, как среднего, так и высшего, остаются мало разработанными курсы по психологии эмоций, любви, психологии семьи. Психологические службы, занимающиеся оказанием помощи семьям, одиноким людям, нуждаются в изученных теоретических представлениях о феномене любви, которые бы дополняли уже имеющиеся данные, а также могли быть полезны в практической деятельности, в технологиях работы в рамках консультирования, психотерапии, психологического тренинга с проблемами в близких отношениях.

Объектом исследования являются представления личности о любви.

Предметом исследования является связь представлений личности о любви и процесса построения романтических отношений.

Целью работы является выявление характера влияния представлений о любви на процесс построения романтических отношений.

Из поставленной цели вытекает ряд теоретических и эмпирических задач:

Теоретические:

- 1) рассмотреть сущность феномена любви.
- 2) обозначить стадии развития романтических отношений.
- 3) изучить аспекты любви.

Эмпирические:

- 1) выбрать методы проведения научного исследования
- 2) сформировать выборку респондентов для исследования
- 3) провести сбор данных
- 4) провести анализ собранных данных и сделать вывод о наличии или отсутствии связи между представлениями о любви и поведением личности в процессе построения романтических отношений.

Гипотеза исследования:

Существует связь между представлениями о любви и поведением личности в процессе построения романтических отношений.

Методологическая основа:

Теоретические методы: анализ социологической, психологической литературы по проблеме исследования.

Эмпирические методы: проведение тестирования (анкетирования) при помощи методик «Психологические типы любви» С. В. Фроловой и «Опыт близких отношений» К. Бреннан и Р. К. Фрейли

Выборка исследования: студенты Кубанского государственного университета факультета управления и психологии. В исследовании приняли

участие 40 человек возрастом 18-23 года, в числе которых были 21 девушка и 19 юношей.

Исследование состоит из таких разделов, как: введение, теоретическая часть, практическая (эмпирическая часть), заключение, список использованных источников.

Практическая значимость работы связана с возможностью использования ее результатов эффективно разрабатывать курсы по психологии любви, грамотно оказывать психологическую помощь. Может помочь при дальнейшем изучении данной темы, и также может быть использовано преподавателями ВУЗов и психологами.

1 Системный анализ феномена любви

1.1 Понятие и сущность любви

Любовь — это высокая степень эмоционально-положительного отношения, выделяющего один объект среди остальных и ставящего его в центр своих жизненных потребностей и интересов.

Кроме того, любовь можно охарактеризовать как напряженное, интенсивное и относительно устойчивое чувство личности, физиологически обусловленное сексуальными потребностями и выражающееся в глубокой привязанности и устремлённости к другому человеку или объекту, чувству глубокой симпатии [1; 5; 6].

Современные концепции механизма возникновения любви разнообразны. В первую очередь стоит отметить, что этот вид отношений основан на взаимной привлекательности людей. Однако любовь не возникает внезапно, ведь для расцветания любви как устойчивого и зрелого чувства, так называемой настоящей любви, требуются время и взаимные усилия пары. За любовь с первого взгляда ошибочно принимают влюбленность, которая заключается в всплеске гормонов, из-за которого возникают повышенный интерес и сексуальное влечение к объекту влюбленности.

Половое влечение, хоть и является одной из основ входящих в состав сложного чувства любви, не всегда указывают на наличие этого чувства. Не уменьшая важность сексуальных чувств, нужно заметить, что в том случае если они являются единственно важными, термин любовь здесь не применим. В подтверждение этого можно привести некоторые аргументы. С одной стороны, хорошо известны факты, когда люди, лишенные сексуальных отношений, продолжают любить друг друга, и с другой стороны, множество людей вступающие в сексуальную связь, совершенно ничего не испытывают к своему партнеру.

Действительно зрелое чувство любви основано не только на половом влечении, оно направлено не просто на любого представителя другого пола, а на конкретную личность с ее неповторимо уникальными индивидуальными свойствами. Это чувство основано на желании жить вместе с другим человеком, разделяя все радости и несчастья. Между двумя людьми

растворяется грань «Я» и «не-Я». У них появляется некоторое общее ядро, вокруг которого дальше развиваются обе личности. Так же важно отметить, что подсознательные механизмы, которые также играют роль в формировании любви, не всегда осознаются самим человеком. Он просто ощущает непреодолимую тягу к другому человеку, которую не может объяснить никакими внешними факторами [11; 13].

1.2 Теории и типология любви

Любовь бывает разная, поэтому с её определением и возникают такие сложности. Люди с давних времен интересовались темой любви, однако на сегодняшний день не существует единой классификации любовных чувств. В психологической науке существуют различные подходы к осмыслению феномена любви. Различия между моделями любви оценивают по параметру оптимизма-пессимизма.

Сначала обратимся к пессимистической модели любви, разработанной Л. Каслером. Согласно данной модели, любовь – это совокупность эмоций, среди которых главным является страх потерять источник удовлетворения своих потребностей. Соответственно любовь, подкрепляемая страхом, делает человека несчастным, зависимым и не дает личности свободно развиваться. Выбор партнера в данной модели ни коим образом не зависит от влечения, основанного на общности интересов и взглядов. Выделяют следующие причины выбора и любви партнера:

1. Потребность в признании (уважении) своих установок и знаний. В данном случае партнер служит гарантом эмоциональной поддержки.

2. Потребность в удовлетворении сексуальных потребностей. По Л. Каслеру только испытывая чувство любви к партнеру можно удовлетворять сексуальные потребности без страха испытать чувство стыда.

3. Потребность одобрения обществом. Получая социальное одобрение, человек чувствует себя «нормальным», не рискует быть

отвергнутым или столкнуться с безразличием, изоляцией. В обществе принято иметь постоянного партнера и именно поэтому люди вступают в романтические отношения.

Оптимистическая модель, в свою очередь, очевидно противопоставлена по смыслу пессимистической модели Л. Каслера. Оптимистическая модель любви принадлежит автору знаменитой пирамиды потребностей - А. Маслоу. В своей работе А. Маслоу уделяет особое внимание потребности в принадлежности, к которой относит общение, дружбу и любовь. Согласно этой модели, для любви характерно снятие тревожности, ощущение полной безопасности, уверенность в психологической и сексуальной сторонах отношений. В процессе совместной жизни партнеры лучше узнают друг друга, адекватно оценивают и принимают друг друга. Любовь по А. Маслоу со временем только растет, интерес только усиливается, а эмоциональная сфера сливается с платонической, что способствует верности и поддержанию равноправных отношений [5].

В одной из теорий любви системообразующими факторами выступают власть и статус. Власть трактуется, как способность заставить кого-либо сделать что-либо. Статус понимается, как желание индивида идти навстречу требованиям партнера благодаря позитивным эмоциональным отношениям.

В зависимости от того, каким является уровень власти и статуса - высоким или низким, выделяют семь типов любви, которые можно представить в следующих вариантах:

1. Детско-родительские отношения. Родитель обладает большой властью, а ребенок высоким статусом.

2. Романтическая любовь. Индивиды обладают равной властью друг над другом и имеют высокий статус. Оба партнера стремятся идти навстречу друг к другу, и, вместе с тем каждый из них может лишиться другого проявлений своей любви.

3. Любовь - поклонение. Индивид не обладает властью над другим, но статус другого в глазах недостижим. Это вариант поклонения литературному или иному герою, с которым нет никакого реального соприкосновения и у

которого нет власти, но высок статус, а у его поклонника нет ни власти, ни статуса.

4. Измена в Диаде. Один партнер обладает высоким статусом и имеет власть над вторым, который свой реальный статус утратил. Этот вариант имеет место существовать в ситуации супружеской измены, когда оба супруга сохраняют власть друг над другом, но один из них уже не вызывает желания идти другому навстречу.

5. Безответная любовь. Один имеет высокий статус в глазах другого и реальную власть над ним. Другой же партнер не имеет ничего.

Кроме этого, выделяют такие типы любви, как:

- 1) братская любовь, в которой оба члена пары имеют малую власть друг над другом, но охотно идут навстречу друг другу;
- 2) харизматическая любовь, имеющая место, например, в паре учитель - ученик.

Данная типология любви, отличающаяся простотой и ясностью, является, тем не менее, абстрактной и неполной, ведь два элементарных фактора, власть и статус, очевидно, недостаточны для выявления и разграничения всех тех многообразных отношений, которые понимаются под термином любовь [7; 13].

Говоря о любви Эрих Фромм подчеркивает, что любовь – это искусство, такое же, как искусство жить. Ученый выделяет 5 типов любви:

- 1) братскую;
- 2) материнскую;
- 3) эротическую;
- 4) любовь к самому себе;
- 5) любовь к Богу.

Он выделяет следующие компоненты любви: заботу, ответственность, уважение друг к другу, знание особенностей другого, непрерывное для любви ощущение удовольствия и радости [1].

А.А. Ивин приводит концепцию девяти ступеней или форм любви. Автор представляет любовь в виде ступеней или «кругов». Каждый из кругов включает в чем-то близкие виды любви, а движение от ядра к периферии подчиняется определенным принципам [10].

1. Эротическая или половая любовь и любовь к самому себе. Человеческая любовь обязательно начинается с эгоизма, любви к себе и плотской любви. Любовь человека к самому себе является предпосылкой его существования как личности и, значит, условием всякой его любви. Тот, кто пренебрежительно относится к самому себе, не способен ни любить, ни ценить другого.

2. Любовь к ближнему. Она включает любовь к детям, к родителям, к братьям и сестрам, членам семьи. Принцип «люби ближнего своего как самого себя» говорит о справедливости, взаимном уважении прав и интересов близких людей. В любви к ближнему особое место занимает родительская любовь и любовь детей к родителям.

3. Любовь к человеку. Это любовь к каждому иному человеку, независимо от каких-либо дальнейших его определений. Это, в частности, любовь к будущим поколениям и связанная с нею ответственность перед ними. Ведущий принцип такой любви прост - нужды будущих людей настолько же важны, насколько и нужды современных.

4. Любовь к родине, любовь к жизни, любовь к Богу и т.п.

5. Любовь к природе, в частности «космическая любовь». Ивин понимает под космической любовью чувство, направленное на мир как целое, оно говорит о единстве человека и мира, об их слитности и даже взаимовлиянии.

6. Любовь к истине, любовь к добру, любовь к прекрасному, любовь к справедливости.

7. Любовь к свободе, любовь к творчеству, любовь к славе, любовь к власти, любовь к своей деятельности, любовь к богатству.

8. Любовь к игре, любовь к общению, любовь к собирательству, любовь к развлечениям, к постоянной новизне.

9. То, что любовью уже не является, скорее пагубным пристрастием - любовь к пище, к алкоголю, наркотикам.

Канадский социолог Джон Ли сравнил разные стили любви с «цветовым кругом». По его мнению, так же как в цветовом спектре есть три первичных цвета, в любви существует три основных стиля. К основным Ли отнес:

1. Эрос — страстное эмоциональное или физическое влечение к идеализированному объекту, стереотип романтической любви.

2. Сторге — ровное глубокое чувство, базирующееся на дружбе и ощущениях общности и сродства.

3. Людус — гедонистическая игра с элементами состязания и спорта, любовь-развлечение.

Смешивая парами эти цвета, Ли получает ещё три вторичных разновидности:

1. Мания: эрос + людус — любовь ревностная, навязчивая и нестабильная. Для мании типичны неуверенность и зависимость от партнера. Такие люди скорее требуют любви к себе, чем любят сами.

2. Прагма: людус + сторге — любовь рациональная и реалистичная, взаимовыгодное партнёрство, главную роль в котором играет голова, не сердце.

3. Агапе: эрос + сторге — любовь бескорыстная и самоабвенная, жертвенная, построенная на заботе и верности, любовь-самоотдача.

2 Теоретические аспекты изучения романтических отношений

2.1 Эмоциональный аспект любви

Любовь является весьма непростым образованием со сложной и противоречивой внутренней структурой. К вопросу изучения аспектов любви обращались многие психологи. Психологические аспекты любви у взрослых людей проявляются на эмоциональном уровне. К эмоциональным особенностям любви относятся стремление к близости с партнером, желание делиться своими переживаниями и страх быть оставленным, потерять любовь партнера.

Основоположником трехкомпонентной теории любви является Роберт Стернберг. На его взгляд, любовь имеет три составляющие: интимность, страсть, обязанность. В идеале – для продолжительных полноценных отношений в супружестве необходимо сочетание всех трех компонентов, что встречается не так уж и часто.

Страсть – это мотивационная составляющая любви. Она включает в себя сексуальное притяжение, сексуальное влечение и сексуальное поведение. В каком-то смысле страсть подобна наркотику; оказывая стимулирующее воздействие и являясь источником наслаждения, она способна вызывать неутолимый любовный голод. Как правило, страсть связана с потребностью в близости, в эмоциональной привязанности, и порождает стремление к интимности. Однако бывают ситуации, когда страсть не сопровождается близостью, и наоборот – близость может существовать без страсти.

Интимность (близость) - это эмоциональная составляющая любви. Любящие люди чувствуют себя связанными друг с другом близкими связями. Эта близость имеет несколько различных проявлений. Любящим хочется сделать жизнь тех, кого они любят, лучше и легче. Они искренне симпатизируют любимым, испытывают удовольствие, когда общаются с ними, готовы поддержать партнера в трудную минуту и рассчитывают получить то же самое в отношении себя. У них общие интересы, увлечения, занятия. Они делятся друг с другом своими мыслями, чувствами и вещами. Иногда между ними возникает ощущение взаимопонимания без слов. Фактически, как считает Стернберг, именно общие интересы и занятия могут

стать одним из решающих факторов в превращении отношений ухаживания в любовь.

Обязанность - это когнитивный компонент любви. Это решение человека о том, что он любит кого-то или решение сохранять отношения. Довольно часто случается, что в браке уже нет близости, страсти и взаимных интересов – но взятые обязательства о воспитании детей, совместная собственность, материальные обязательства удерживают людей вместе.

Одна из первых структур любви принадлежит Э. Фромму. Он выделяет следующие компоненты любви:

- 1) заботу;
- 2) ответственность;
- 3) уважение;
- 4) знание.

Забота заключается во внимательности, чуткости и заинтересованности в жизни другого человека: к его переживаниям, желаниям и потребностям. Исходящая из искреннего глубокого интереса.

Под ответственностью Фромм понимает вовлеченность в удовлетворение потребностей другого. Это желание и стремление сделать жизнь спутника более наполненной и счастливой.

Под уважением понимается способность видеть в другом человеке личность, которая может являться такой, какая она есть на самом деле и желание развития этого человека. В этом случае, нет попыток переделать человека или взять над ним контроль.

И последний компонент любви - знание, предполагает интерес к личности другого [1].

Эту структуру критиковали за отсутствие в ней факторов удовольствия и радости. Сомнение у критиков также вызывал и фактор

знания. Это связано с тем, что в большинстве описаний любви в качестве одного из ее признаков выделяется склонность к идеализации партнера, к переоценке присущих ему положительных качеств и частичном игнорировании отрицательных.

По З. Рубину, романтическая любовь содержит привязанность, заботу и близость.

Под привязанностью Рубин понимал потребность находиться рядом с другим человеком и получать его поддержку, или же проявлять свою. Важными компонентами этого чувства являются физический контакт и одобрение.

Забота, как компонент любви, — это любые действия субъекта по обеспечению благополучия своего партнера. При этом потребности другого ценятся так же высоко, как и собственные.

Наконец, близость З. Рубин описывал как некую степень доверия к другому человеку, при которой можно поделиться своими сокровенными мыслями, чувствами и желаниями.

Все перечисленные выше компоненты любви, в той или иной мере влияют на поведение человека в процессе построения романтических отношений. Человек входит в любовь со стороны любого из этих аспектов. Важно не принимать за любовь только один из её компонентов, она должна сочетать в себе все аспекты для построения уважительных, доверительных и теплых отношений.

2.2 Привязанность как основа близких межличностных отношений

Влияние детского опыта взаимоотношений со значимыми взрослыми на развитие личности признают многие психологи. Джон Боулби стал основоположником теории привязанности. Он предположил, что ранние переживания привязанности ребенка к матери или к другому значимому близкому человеку образуют ментальные представления, которые затем проявляются в бессознательном и являются решающими для развития личностных черт и дальнейших отношений человека.

Под привязанностью в теории Боулби можно понимать устойчивую психологическую связь между людьми, которая характеризуется сильной взаимозависимостью, интенсивными обоюдными чувствами и жизненно важными эмоциональными отношениями [2].

Опыт взаимоотношений со значимыми взрослыми в детстве оказывает значительное влияние на развитие личности. Это предположение выдвинул британский психиатр Д. Боулби, когда, наблюдая за детьми, живущими в детских домах и приютах, обнаружил эмоциональные и социальные проблемы у сирот. Боулби показалось, что такие дети неспособны установить близкие социальные контакты по причине отсутствия привязанности к матери. Центральной идеей теории привязанности можно считать мысль о том, что люди, которые ухаживают за младенцем, замечают и удовлетворяют его потребности, позволяют ему почувствовать себя в безопасности, соответственно младенец инстинктивно привязывается к значительному взрослому, что повышает шансы на его выживаемость. Исходя из различных видов отношений между матерью и ребенком Д. Боулби выделяет следующие типы привязанности:

1. Надежная привязанность. Проявляется такой тип привязанности в случае полной направленности материнской заботы на удовлетворение потребностей ребенка. Вырастая, ребенок чувствует себя достойным заботы, знает, что его ценят и любят, а окружающих не воспринимает как угрозу своей безопасности. В детско-родительских отношениях царит гармония, взаимоуважение и эмоциональное принятие. При общении и наблюдении наблюдается высокая степень автономии и эмоциональной дифференциации ребенка.

2. Тревожно-сопротивляющаяся привязанность. У матерей, непоследовательных в выражении заботы о младенце, проявляющих в зависимости от настроения то энтузиазм, то равнодушие, дети демонстрируют ненадежную привязанность. Ребенок борется с такой непоследовательностью в проявлении материнской заботы и любви привлекая внимание криком, плачем, пытаясь добиться эмоциональной

поддержки и утешения, а потерпев неудачу, становится озлобленным и мстительными.

3. Избегающая привязанность. Некоторые матери часто нетерпеливы со своими детьми, неотзывчивы к их сигналам, склонны к выражению негативных чувств по отношению к ребенку. Ребенок такой матери будет иметь избегающий тип привязанности. В других случаях дети с таким типом привязанности растут у чрезмерно ревностных матерей с гиперопекой.

4. Дезорганизованная привязанность. Часто формируется в семьях, где ребёнок подвергается насилию. Эти дети нарушают правила человеческих отношений, отказываясь от привязанности в пользу силы: им не надо, чтобы их любили, они предпочитают, чтобы их боялись.

Психология детско-родительских отношений сложна и серьезным образом влияет на взрослую жизнь ребенка. Надежная связь родителя и ребенка в будущем помогает построить хорошие отношения с окружающими, способствует развитию социальных навыков, популярности. Дж. Боулби и теория привязанности утверждают, что дети, за которыми был надлежащий материнский уход, показывают более высокий уровень уверенности в себе и способности к адаптации, по сравнению со сверстниками показывают большую самостоятельность и меньшую зависимость от небезопасных влияний своих сверстников. Они показывают меньше агрессии, гнева и ярости, больше согласия со своими сверстниками и большее послушание. [3; 4; 8; 9].

Данной теорией заинтересовались и другие психологи. Ф. Шейвер и С. Хазан изучали психологию любви и сделали акцент на исследовании привязанности в качестве наиболее ранней развивающейся системы поведения. Они выделили ее как фактор формирования интимных отношений и если взять за основу это утверждение, то можно предположить, что взрослая романтическая привязанность оказывает воздействие на стиль любви к партнеру.

В своем исследовании Ф. Шейвер и С. Хазан выявили схожие паттерны поведения взрослого человека с партнером и ребенка со значимым взрослым. Хазан и Шейвер применили конструкты и методы теории привязанности к

романтическим отношениям в зрелом возрасте и выделили четыре типа привязанности у взрослых людей: надежный, тревожный, избегающе-отвергающий и дезорганизованный.

Характеристики стилей привязанности.

1. Надежный стиль привязанности. Этот тип романтической привязанности можно характеризовать легкостью установки близких отношений, наличием доверия к партнеру, отсутствием чувства субъективного одиночества. Такой человек стремится иметь долговременные отношения, наслаждается интимной близостью, особенно с постоянным партнёром. Для него присущ оптимистичный настрой на позитивные и конструктивные отношения.

Люди, обладающие надежным стилем привязанности, строя романтические отношения не боятся близости, доверяют партнеру, не боятся поделиться своими мыслями, чувствами и своим мнением, а самое главное, что люди такого стиля привязанности не отвергают своего партнера, при малейшей мысли о том, что что-то идет не так. Они чувствуют себя хорошо и в отношениях, и в состоянии одиночества, хотя обычно и предпочитают компанию. Им нравится нуждаться в ком-то еще, а также быть нужными, что указывает на желание поддерживать взаимозависимые связи.

Люди с надежной привязанностью находят способы быть независимыми в своих отношениях, сохраняя при этом сильное чувство близости. Хотя иногда могут испытывать ревность, но, все же, обычно доверяют своему партнеру, поэтому чувствуют себя внутри отношений достаточно расслабленно. Стоит отметить, что эти люди демонстрируют в отношениях уважение как к своему партнеру, так и к себе самому.

2. Тревожный стиль привязанности. Исследования показали, что данный стиль встречается у людей, которые получали плохую поддержку от матери. В детстве они не могли положиться на мать, поскольку не были уверены, что взрослые будут рядом и окажут помощь.

Романтические отношения такого взрослого наполнены вечной тревогой, такой человек всегда никогда не будет уверен, любят ли его по-настоящему. Тревожно-беспокойные партнеры стремятся как можно ближе быть к любимому человеку, как будто желая психологически слиться с ним, что вызывает отрицательные эмоции у партнера. В результате у тревожного человека в любви возникает страх быть покинутым. Когда этот человек сталкивается с отказом, это лишь еще больше усиливает привязанность.

Люди с тревожными привязанностями хоть и ценят высоко своего партнера/потенциального партнера, но большая часть их собственной самооценки основывается на том, получают ли они одобрение, внимание и заботу от него или нет.

Также именно тревожный стиль привязанности характеризуется постоянными разговорами о том, в каком направлении отношения движутся, пытается узнать, как в них себя чувствует его партнер и т.д.

3. Избегающе-отвергающий стиль привязанности. Исследования показали, что этот стиль привязанности может быть результатом оскорбительного, плохого или игнорирующего отношения матери. Дети, которых наказывают за то, что они полагаются на взрослого, впоследствии перестают обращаться к ним за помощью в будущем.

Установить близкую связь с таким взрослым — необычайно трудно: он боится любой близости, интимные отношения для него — знак опасности. Ему проще, когда он ни от кого не зависит, а счастье других не связано с его поведением.

Признаваться такому человеку в любви — значит отпугнуть его навсегда. Он боится сблизиться с людьми — они ведь могут и ранить. Для избегающей привязанности в отношениях любви характерны трудности в построении близких отношений. Здесь проблема состоит в сохранении психологической дистанции с партнером, сопротивлении ее сокращению. Индивид не допускает зависимости от кого-либо и начинает нервничать, когда другой стремится сблизиться с ним. Избегающий партнер не доверяет романтическому партнеру.

Для этого типа привязанности присуща малая включенность в отношения, стремление не показывать свое горе после разлуки, случайные связи, дистанцирование от партнера в стрессовой ситуации, скрытность. Они способны преуменьшать ценность любовных отношений и рассматривать людей, нуждающихся в романтическом общении, как неуверенных или не самодостаточных. Столкнувшись с отказом, они почти сразу же дистанцируются

4. Дезорганизованный стиль привязанности. считается, что отсутствие четкого стиля привязанности, скорее всего, связано с недопустимым поведением родителей. В таких случаях родители могут служить как источником комфорта, так и источником страха, что приводит к выработке неорганизованного поведения. Со стороны это выглядит так, будто человек сам не знает, чего хочет, и оттого он подает противоречивые сигналы, которые партнеру не так-то просто истолковать.

Такие люди не умеют контролировать свои эмоции, не способны найти здоровый способ для того, чтобы утешиться и прийти в себя, если их расстроили. Общаться с ними сложнее всего — от них никогда не знаешь, чего ждать. Стоит отметить, что если человек с дезорганизованным стилем привязанности не разберется со своими детскими травмами, то такой тип привязанности может перейти к последующему поколению, так как человек будет подавать такой же противоречивый пример, как и его родители, своим детям.

Для этого типа присуще стремление к разрушению, тенденция к печали и огорчению других, высокая эмоциональность, особенно в ситуации стресса, ревность и недоверие.

Такие люди на протяжении одного дня думают, что их партнер безупречен, а на следующий день с таким же убеждением начинают считать, что он глубоко ошибается, что он не достоин отношения с ним.

Таким же образом они и относятся и к себе. Сильная смесь страха близости и желания близости может быть подавляющей. Поэтому такие

люди склонны избегать романтических отношений или же испытывать значительные и постоянные страдания во время отношений [3; 12].

3 Эмпирическое исследование связи представлений о любви и стилей привязанности

Целью работы мы обозначили выявление характера влияния представлений о любви на процесс построения романтических отношений.

Для достижения поставленной цели нами были решены следующие задачи:

- 1) выбрать методы проведения научного исследования
- 2) сформировать выборку респондентов для исследования
- 3) провести сбор данных
- 4) провести анализ собранных данных и сделать вывод о наличии или отсутствии связи между представлениями о любви и поведением личности в процессе построения романтических отношений.

В качестве гипотезы исследования выступает предположение о том, что между представлениями о любви и поведением личности в процессе построения романтических отношений существует связь.

Исследование проводилось среди студентов Кубанского Государственного университета факультета управления и психологии. В исследовании приняли участие 40 человек, возрастом 18-23 года, в числе которых были 21 девушка и 19 юношей.

Для достижения поставленной цели применялся метод тестирования, для которого были выбраны следующие методики:

1) Для диагностики психологического типа любви использовалась апробированная методика «Психологические типы любви» С. В. Фроловой. Данная методика включает в себя 48 утверждений. Автор выделяет такие типы любви, как:

- 1) страстная любовь;

- 2) гедонистическая любовь;
- 3) любовь дружба;
- 4) прагматическая любовь;
- 5) любовь одержимость;
- 6) альтруистическая любовь.

Респондентам предлагалось прочитать утверждения и оценить их по пятибалльной шкале с точки зрения того, насколько эти утверждения характеризуют переживания респондента на момент прохождения методики. Испытуемым в слух зачитывалась инструкция, после чего раздавались бланки ответов, которые было необходимо заполнить [14].

Типы любви	Количество респондентов	М	Ж	По процентному распределению
Страстная «эрос»	7	2	5	17.5%
Гедонистическая «людус»	7	3	4	17.5%
Любовь-дружба «сторге»	5	3	2	12.5%
Прагматическая «прагма»	4	2	2	10%
Любовь-одержимость «мания»	9	4	5	22.5%
Альтруистическая «агапэ»	8	5	3	20%

Таблица №1. Результаты данных методики «Психологические типы любви».

Анализируя полученные данные по процентному распределению, можно прийти к выводу, что наиболее выраженными в общей выборке являются такие типы любви, как «мания» (22.5%) и «агапэ» (20%), а в меньшей степени выражены типы любви «прагма» (10%) и «сторге» (12.5%).

Таким образом, для большей части респондентов сущность любви разнится. Для одних любовь основана на взаимопонимании и долгосрочных интересах, в основе же другого понимания любви лежит ревность и страсть.

2) Для оценки типа привязанности использовалась адаптация модифицированной методики «Опыт близких отношений» К. Бреннан и Р. К. Фрейли. Адаптированный вариант содержит 28 утверждений, 24 из которых составляют две равновесные шкалы:

- 1) тревожность в отношениях привязанности;
- 2) избегание близости в близких отношениях.

Шкала тревожности в отношениях привязанности измеряет уровень уверенности или неуверенности в надежности и отзывчивости значимого лица. Шкала избегания близости устанавливает степень дискомфорта, переживаемого при психологическом сближении с другим человеком и формировании зависимости от него.

Разработчики методики предполагали на основании значений полученных по каждой шкале классифицировать испытуемых по одному из типов привязанности. Так, высокие баллы по шкалам тревожности и избегания близости указывают на дезориентированный тип привязанности, низкие – на надежный тип привязанности. Низкие баллы по шкале тревожности вкупе с высокими баллами по шкале избегания близости указывают на избегающий тип, а высокие баллы по шкале тревожности и низкие баллы по шкале избегания близости – тревожный тип привязанности.

Респондентам предлагалось вспомнить близкого человека и то, как складываются отношения, далее предлагалось прочитать предложенные утверждения и оценить, соответствуют ли они чувствам респондента в отношениях с близким человеком.

Тип привязанности	Количество респондентов	М	Ж	По процентному распределению
Надежный	16	7	9	40%
Тревожный	9	3	6	22.5%
Избегающий	9	5	4	22.5%
Дезориентированный	6	4	2	15%

Таблица №2. Результаты данных методики «Опыт близких отношений».

Анализируя полученные данные по процентному распределению, можно сделать вывод о популярности такого стиля привязанности как надежный (40% от общего числа респондентов), наименее популярный стиль – дезориентированный (15% от общего числа респондентов).

Таким образом, большинство респондентов в романтических отношениях принимают партнёров такими, какие они есть, и относятся к ним с уважением, кроме того, они адекватно воспринимают критику и грамотно справляются с конфликтами.

После того, как были собраны необходимые данные, была составлена таблица сопряженности признаков по двум методикам, а также проведена проверка гипотезы о наличии связи между показателями двух методик при помощи критерия согласия Пирсона.

	Надежный стиль привязанности	Избегающий стиль привязанности	Тревожный стиль привязанности	Дезориентированный стиль привязанности
ЭРОС	5 (12.5%)	0	2 (5%)	0
ЛЮДУС	0	2 (5%)	4 (10%)	1 (2.5%)
СТОРГЕ	0	3 (7.5%)	2 (5%)	0
ПРАГМА	0	4 (10%)	0	0
А				
МАНИЯ	7 (17.5%)	0	0	2 (5%)
АГАПЕ	4 (10%)	0	1 (2.5%)	3 (7.5%)
СУММА	16 (40%)	9 (22.5%)	9 (22.5%)	6 (15%)

Таблица №3. Сопряженность признаков по методикам «опыт близких отношений» и «Психологические типы любви».

Сначала мы провели расчет ожидаемых величин (на основании групповых частот).

	Надежный стиль привязанности	Избегающий стиль привязанности	Тревожный стиль привязанности	Дезориентированный стиль привязанности
ЭРОС	2.8	1.6	1.6	1
ЛЮДУС	2.8	1.6	1.6	1
СТОРГЕ	2	1.1	1.1	0.75
ПРАГМА	1.6	0.9	0.9	0.6
МАНИЯ	3.6	2	2	1.35
АГАПЕ	3.2	1.8	1.8	1.2
СУММА	16	9	9	6

Далее мы сопоставили наблюдаемые и ожидаемые частоты с нахождением их разницы (Н-О)

	Надежный стиль привязанности	Избегающий стиль привязанности	Тревожный стиль привязанности	Дезориентированный стиль привязанности
ЭРОС	2.2	-1.6	0.4	-1
ЛЮДУС	-2.8	0.4	2.4	0
СТОРГЕ	-2	1.9	0.9	-0.75
ПРАГМА	-1.6	3.1	-0.9	-0.6
МАНИЯ	3.4	-2	-2	0.65
АГАПЕ	0.8	-1.8	-0.8	1.8
СУММА	0	0	0	0

Рассчитали сумму отношений квадрата разности значений и поделили ожидаемые данные (хи-квадрат) $(Н-О)^2/О$

	Надежный стиль привязанности	Избегающий стиль привязанности	Тревожный стиль привязанности	Дезориентированный стиль привязанности
ЭРОС	1.7	1.6	0.1	1
ЛЮДУС	2.8	0.1	3.6	1
СТОРГЕ	2	3.3	0.7	0.75
ПРАГМА	1.6	10.7	0.9	0.6
МАНИЯ	3.2	2	2	0.3
АГАПЕ	0.2	1.8	0.4	2.7

СУММА	11.5	19.5	7.7	6.35
-------	------	------	-----	------

Далее нами было соотнесено полученное значение хи-квадрата с критическим значением хи-квадрата. Мы обратились к таблице критических значение хи-квадрата, и обнаружили, что полученное значение критерия $\chi^2(45.05)$ больше критического (24.996), соответственно сделали вывод о наличии статистической взаимосвязи между изучаемыми показателями.

Это говорит о том, что присутствует зависимость между типами любви и стилем привязанности. Зависимость распространяется на страстную любовь (эрос), прагматическую любовь (прагма) и любовь-одержимость (мания).

Рассматривая стиль привязанности как важную составляющую процесса построения романтических отношений, можно сделать вывод, что представления личности о любви влияют на поведение человека при его взаимодействии с партнером.

Так, например, человек, склонный к страстному типу любви «эрос» стремится к близости, но при этом боится быть отвергнутым, поэтому ради сохранения отношений зачастую забывают о собственных желаниях и потребностях, стараясь угодить только партнёру.

При этом он может переживать, что партнер хочет близости в меньшей степени. Также в отношениях с таким человеком часто присутствуют манипуляции. Человек специально отдаляется, чтобы получить внимание и услышать, что в нем нуждаются. Он может эмоционально реагировать, не отвечать на звонки, провоцировать партнера на ревность и грозить разрывом. Кроме того, из-за боязни быть отвергнутым, человек довольно ревнив и склонен часто звонить или писать партнёру.

Для человека с прагматическим типом любви очень важна независимость. В отношениях такие люди самостоятельны, полагаются только на себя и не любят говорить о своих чувствах.

Они защищают свою свободу и всеми силами стараются отсрочить момент, когда придётся принимать на себя какие-то обязательства. А когда всё-таки начинают отношения, то сохраняют дистанцию, замечают в

партнёре даже самые мелкие недостатки, ностальгируют по вольной жизни или мечтают об идеальном союзе.

Они остро реагируют на любые попытки их контролировать или ограничивать их свободу. В подобных ситуациях они снова начинают дистанцироваться: флиртовать с другими, принимать необдуманные решения, а также игнорировать любимого человека, его эмоции и потребности. Партнёр может жаловаться, что чувствует себя ненужным, а также что «избегающий» недостаточно открыт и не делится своими секретами и переживаниями.

Люди с типом любви «мания» так же, как и люди с типом «эрос» постоянно зависят от эмоциональной близости и внимания со стороны партнера. У них постоянно возникает ощущение дефицита, отстраненности и холода в коммуникации со своей второй половинкой. От таких людей часто можно услышать жалобы на то, что партнер уделяет слишком мало времени, имеет свои хобби и увлечения, которые мешают совместному времяпрепровождению.

Заключение

Любовь - фундаментальное для человеческой природы чувство, но ее нельзя отнести к дискретным эмоциям, таким как радость или печаль, т.е. понятие любви нельзя рассматривать только с точки зрения эмоционального процесса. Любовь слишком сложное и многогранное понятие, которое включает в себя помимо эмоционального компонента социальные отношения, личностный фактор и многое другое. Любовь можно характеризовать интересом и радостью, а любовные отношения могут пробуждать весь спектр эмоций. Есть различные типы любви, и в каждом любовь проявляется по-своему. Но все типы любви имеют некоторые общие признаки, такие как привязанность, верность, преданность, желание защитить любимого человека и заботиться о нем.

В процессе работы над теоретическим исследованием, изучив различные источники информации, мы пришли к выводу о том, что представления о любви и типы привязанности, несомненно, связаны между собой.

Проведя эмпирическое исследование, подтвердили выдвинутую гипотезу о том, что представления о любви влияют на процесс построения романтических отношений.

Проведя эмпирическое исследование, была подтверждена гипотеза о наличии линейной зависимости стилей любви от взрослой романтической привязанности.

Практическая значимость проведенного исследования заключается в возможном применении его результатов в деятельности психологов, в психологическом консультировании, или же в проведении других исследований, например, для определения наличия связи между полом или возрастом и представлениями о любви.

Список использованных источников

1. Фромм, Э. Искусство любить. Исследование природы любви / Э.Фромм / Перевод Л.А.Чернышовой. – Москва : Педагогика, 1990. – 178 с.
2. Боулби, Дж. Привязанность / Дж.Боулби / Перевод Н.Г.Григорьевой и Г.В.Бурменской. – Москва : Гардарики, 2003. – 477 с.
3. Ягнюк, К. В. Роль привязанности в человеческой жизни / К.В. Ягнюк / Вопросы психологии, 2007. – Вып. 6. – С. 30-41.
4. Авдеева, Н. Н. Особенности материнского отношения и привязанность ребенка к матери / Н.Н. Авдеева. – Москва : Аверсэв, 2006. – 208 с.
5. Ильин, Е. П. Психология любви / ред. Маслова, Е. А. – Санкт-Петербург : Питер, 2018. – 336 с.
6. Рубинштейн, С. П. Основы общей психологии / С.П. Рубинштейн. – Санкт-Петербург : Питер, 2005. – 713 с.
7. Шнейдер, Л. Б. Семейная психология: Учебное пособие для вузов. 2-е изд. – Москва : Академический Проект; Екатеринбург: Деловая книга, 2006. – 768 с.
8. Смирнова, Е. О. Развитие теории привязанности (по материалам работ П. Криттенден) / Е. О. Смирнова, Р. Радева // Вопросы психологии, 1999. – № 1. – С. 105 – 117.
9. Бурменская, Г. В. Привязанность ребенка к матери как основание типологии развития / Г. В. Бурменская // Вестник московского университета, 2009. – № 4. – С. 17 – 32.
10. Ирвин, А. А. Философия любви в 2х частях / под общ. ред. Д. П. Горского. – Москва : Политиздат, 1990. – 599 с.
11. Варга, А. Я. Введение в системную семейную психотерапию. / А. Я. Варга. – Москва : Когито-Центр, 2011. – 181 с.
12. Екимчик, О. А. Психологические аспекты любви у взрослых людей / О. А. Екимчик // Вестник КГУ им. Н.А. Некрасова. Сер. Педагогика, психология, социальная работа, ювенология, социокинетика, 2009. – № 2. – С. 176-180.
13. Карнацкая, Е. А. Динамика и этапы трансформации близких межличностных отношений между мужчиной и женщиной / Е.

А. Карнацкая, В. Б. Шумский, // Экзистенциальный анализ, 2015. – №7. – С. 77-104.

14. Фролова, С. В. Сущностные характеристики и методика диагностики психологических типов любви / С. В. Фролова // Известия Саратовского университета. Сер. Философия. Психология. Педагогика, 2020. – № 4. – С. 439-449.