

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Тольяттинский государственный университет»

Гуманитарно-педагогический институт

(наименование института полностью)

Кафедра «Педагогика и психология»

(наименование)

37.03.01 Психология

(код и наименование направления подготовки/специальности)

Психология

(направленность (профиль)/специализация)

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА (БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА)

на тему Влияние влюбленности на эмоциональное состояние и поведение человека

Обучающийся

В.В. Дорондова

(Инициалы Фамилия)

(личная подпись)

Руководитель

канд. пед. наук, Т.А. Гудалина

(ученая степень (при наличии), ученое звание (при наличии), Инициалы Фамилия)

Тольятти 2024

Аннотация

Бакалаврская работа рассматривает решение актуальной проблемы: влияние такого малоизученного состояния как влюбленность на поведение и эмоциональное состояние человека.

Цель исследования заключается в изучении особенностей влияния влюбленности на поведения человека.

В ходе работы были решены следующие задачи: исследовался феномен влюбленности в отечественной и зарубежной литературе; выявлялись показатели влюбленности и привязанности у взрослых людей в возрасте 20-30 лет; изучалось влияние тревожности у людей с сильной и слабой влюбленностью; был проведен сравнительный анализ влияния влюбленности на дифференциацию эмоций и доминирующее состояние у взрослых людей 20-30 лет.

Бакалаврская работа имеет новизну и практическую значимость.

Бакалаврская работа состоит из введения, двух глав, заключения, содержит 6 рисунков и 5 таблиц, список используемой литературы (26 источников), 9 приложений. Основной текст работы изложен на 50 страницах.

Оглавление

Введение.....	4
Глава 1 Теоретические аспекты изучения феномена влюбленности.....	8
1.1 Изучение феномена любви в работах зарубежных и отечественных психологов.....	8
1.2 Особенности поведения и эмоционального состояния влюбленного человека.....	18
Глава 2 Исследование влияния влюбленности на особенности поведения и эмоциональное состояние человека.....	29
2.1 Организация исследования.....	29
2.2 Анализ результатов исследования.....	33
Заключение.....	47
Список используемой литературы.....	49
Приложение А Анкета для участников исследования.....	51
Приложение Б Результаты по шкале страсти и привязанности.....	52
Приложение В Результаты дифференциальных эмоций.....	53
Приложение Г Результаты тревожности.....	54
Приложение Д Результаты доминирующего состояния.....	55
Приложение Е Описательная статистика «Страсть и привязанность».....	56
Приложение Ж Описательная статистика «Дифференциальные эмоции»..	57
Приложение И Описательная статистика по шкале тревожности.....	58
Приложение К Описательная статистика «Доминирующее состояние».....	59

Введение

Актуальность темы исследования заключается в том, что изменения, произошедшие в XX веке относительно отношению к любви и вступлению в брак, претерпели трансформацию. Причины таких изменений кроются в развитии современного общества.

В Викторианскую эпоху, как то было принято в традиционных культурах, любовь не считалась спонтанным личным чувством, которое могло привести к браку. Напротив, браки заключались по договоренности между семьями либо при участии свахи, либо без посредников. Они заключались исходя из социальных соображений, и считалось, что любовь возникнет сама собой после свадьбы. Но на протяжении жизни последних поколений в западном мире восторжествовала концепция романтической любви, личного чувства, которое должно иметь следствием брак.

Эта новая концепция приоритета свободы в любви чрезвычайно повысила важность объекта в противовес важности функции. В эпоху капитализма романтическая любовь стала монетизироваться, как и любое другое явление. Тысячи книг, фильмов, миллионы песен стали приносить экономическую ренту, если в них красной нитью вшита тематика романтической любви. У людей создалось впечатление, что любовь, а точнее способность к любви, – это данная от рождения способность по типу приема пищи или прямохождения, несмотря на очевидные свидетельства, что это не так. Едва ли существует поле деятельности или занятие, которые сулили столь огромные надежды и ожидания и, тем не менее, так регулярно приводили к фиаско, как любовь. Случись такое в любой другой сфере, люди непременно пожелали бы узнать причины провала, пожелали бы найти способы избежать этого или отказались бы от соответствующей активности.

Поскольку в случае любви последнее невозможно, представляется, что единственный и действенный способ избежать неудачи – это исследовать причины и заняться изучением феномена любви.

Результаты исследований привели психологов и психиатров к следующим выводам. С 2000 года в Международной классификации болезней (МКБ-10) под кодом F63.9 романтическое чувство влюбленности переквалифицировано в отклонение психики в виде «расстройства привычек и влечений неуточненное». Итак, любовь теперь рассматривается как безумие, расстройство привычек и влечений, она оказалась в одной компании с такими заболеваниями, как алкоголизм, игромания, токсикомания, клептомания [8].

Таким образом, проблема отличительных особенностей поведения и эмоционального состояния человека, пребывающего в состоянии влюбленности, является актуальной. В настоящий момент существует ряд противоречий между значимостью и ценностью влюбленности для жизни и развития общества и недостаточной теоретической разработанностью данной проблемы в современной отечественной психологии.

Проблема исследования заключается в том, что наблюдается недостаточная проработанность практического инструментария, посвященного изучению феномена влюбленности и ее влияния на поведенческие особенности современного человека.

Актуальность заявленной проблемы определила выбор темы исследования: «Влияние влюбленности на эмоциональное состояние и поведение человека».

Цель исследования – изучить особенности влияния влюбленности на поведения человека.

Объект исследования – влюбленность человека.

Предмет исследования – особенности поведения влюбленного человека.

Задачи исследования:

- проанализировать феномен влюбленности в отечественной и зарубежной литературе;
- выявить показатели влюбленности и привязанности у взрослых

людей в возрасте 20-30 лет;

- изучить влияние тревожности у людей с сильной и слабой влюбленностью;
- провести сравнительный анализ влияния влюбленности на дифференциацию эмоций и доминирующее состояние у взрослых людей 20-30 лет.

Гипотеза исследования: предполагалось, что влюбленность оказывает существенное влияние на особенности поведения людей и значительно изменяет восприятие влюбленным человеком собственных паттернов поведения.

Теоретико-методологическая основа исследования состоит из фундаментальных научно-исследовательских и практических работ следующих исследователей:

- гуманистического психоанализа Э. Фромма, в рамках которого проводился анализ влияния социальных детерминант в становлении поведенческих и личностных особенностей человека;
- концепции Д.А. Ли, в которых отмечалось влияние выбранного стиля любви и личностных особенностей человека;
- фундаментальных исследований Дж. Боули, М. Эйнсворт, С. Фрейли теории привязанности, которая напрямую связана с феноменом влюбленности;
- исследований Е.Н. Ильина, С.В. Духновского, О.П. Елисеева, М.О. Меньшикова, П.В. Симонова, Ю.Л. Ханина, В.В. Века, Л.В. Куликова Л.В.;
- научно-исследовательских подходов Ж. Лакана, К. Изарда, А. Маслоу, Р. Рапсона, З. Фрейда, Е. Хэтфилд, К. Хорни, Э. Эриксона, М. Эйнсворта.

Методы исследования: теоретические (анализ психологической литературы по проблеме исследования; синтез, обобщение, классификация); эмпирические (тестирование, анкетирование, эксперимент, методы

обработки эмпирических данных).

База исследования: Государственное автономное учреждение социального обслуживания Свердловской области (ГАУСО СО «КЦСОН г. Волчанска»). В исследовании принимало участие 40 человек в возрасте 20-30 лет, из которых 13 мужчин и 27 женщин.

Новизна исследования состоит в том, что в ходе исследования будут определены особенности влияния влюбленности не только на эмоциональное состояние человека, а на конкретные аспекты поведения. Отличие исследования состоит в том, что влюбленность как феномен и его влияние на поведение будет исследоваться у двух разных групп людей, те, кто находятся в состоянии влюбленности и те, кто не влюблены, что позволит изучить изменения в проявлении поведения.

Теоретическая значимость исследования заключается в расширении существующих знаний о влиянии влюбленности как значимого психоэмоционального феномена, который существенно изменяет поведенческие особенности человека. Полученные результаты исследования, прежде всего, будут направлены на расширение знаний о структуре и особенностях влюбленности, а также могут быть использованы для улучшения существующих теорий и практик, направленных на поддержку людей, находящихся в романтических отношениях.

Практическая значимость исследования заключается в том, что полученные результаты исследования могут помочь специалистам в области психологии разработать ряд программ, направленных на развитие эмоциональной грамотности, выстраивания межличностных отношений, преодоление стресса. Результаты исследования влюбленности будут способствовать улучшению психологического состояния общества.

Структура бакалаврской работы: работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка используемой литературы (26 источников) и 9 приложений. Текст работы иллюстрирован 5 таблицами, 6 рисунками.

Глава 1 Теоретические аспекты изучения феномена влюбленности

1.1 Изучение феномена любви в работах зарубежных и отечественных психологов

Приступая к изучению феномена влюбленности, мы должны четко определить данное понятие, определить смысл, который мы вкладываем в него. А также рассмотреть, почему мы используем понятие именно влюбленности, а не любви. Также мы должны обозначить, чем эти понятия отличаются и почему была выбрана именно влюбленность для изучения влияния на поведение и эмоциональное состояние.

Э. Фромм писал, что: «Вряд ли какое-нибудь слово окружено такой двусмысленностью и путаницей, как слово любовь» [17, с.35]. Данная характеристика любви со стороны ученого подтверждает уникальность и специфические особенности феномена любви и ее компонентов. Э. Фромм описывал любовь через эмоциональное проявление уважения, заботы по отношению к матери, другу, ребенку, любимому человеку. Также исследователь отмечал, что любовь располагается в системе постоянного, активного взаимодействия между людьми, она напрямую связана с ответственностью и заботой со стороны обоих людей [17].

Существует разнообразные определения любви, так, например, в философии под любовью подразумевается проявление чувств, которые характеризуются отсутствием корысти и осознанным стремлением продемонстрировать положительное эмоциональное состояние [13].

П.В. Симонов вообще исключил любовь из эмоциональной сферы человека. Он утверждал, что любовь не правомерно относить к разряду эмоций и свел ее к потребности – сложной, сформированной влиянием социума, мировоззрением, этикой своей эпохи. Ряд отечественных и зарубежных исследователей рассматривали ряд компонентов любви и пришли к выводу, что важно отдельно анализировать влюбленность как

значимый элемент формирования любви. Так, например, в исследовании Е.П. Ильин рассматривает влюбленность как страстное влечение к кому-либо [8]. Для исследователя влюбленность определяется как устойчивое эмоциональное состояние, которое сопровождается рядом изменений в человеке. В исследовательских работах Е.П. Ильина можно встретить фразу «неопределимое желание», именно так автор видит феномен влюбленности, которая направляет человека к другому объекту.

Влюбленность рассматривают и как состояние непреодолимого желания соединения с другим человеком и генетически предопределенную инстинктивную составляющую общего процесса продолжения рода. Влюбленность принадлежит к животной природе человека, любовь – к его зрелости.

Многие авторы утверждают, что влюбленность – это устойчивое с точки зрения доминирования, эмоциональное состояние, которое трансформирует человека, его поведение, из-за физиологических и биохимических изменений в его организме. Изменения претерпевают не только поведение, но и ценностные ориентиры, образ жизни и планы на дальнейшую деятельность.

Но основные различия любви и влюбленности состоит в том, что влюбленность – это состояние характеризующиеся большим количеством неконтролируемых эмоций без сформированных обязательств и ответственности за свои поступки.

Любовь – это высокая степень эмоционального положительного отношения, где имеется бескорыстное и самопожертвенное подчинение своей деятельности потребностям объекта любви на взаимной основе, характерной чертой для которой является длительность и устойчивость этих взаимоотношений.

В научно-исследовательской работе К. Теппервайна характеристика влюбленности отличается от подходов других исследователей. Автор рассматривает влюбленность как компонент, который позволяет, скрывает

ряд слабых сторон партнера, пока любовь развивается между ними. В бытовом взаимодействии между людьми на тему влюбленности можно услышать фразу «розовые очки», данная метафора отображена в исследовании К. Теппервайна и является признаком того, что люди в состоянии влюбленности видят мир через другую призму, не обращая внимания на ряд проблем, трудностей, возникающих между людьми [8].

В случае, когда любовь не успела сформироваться, и объекты сепарировались друг от друга, влюбленность остается в памяти как некое заблуждение. Это заблуждение чаще всего выражается в выборе объекта, поэтому данному эмоциональному состоянию не характерна самостоятельная устойчивость и отсутствие прочного основания для длительности.

Продолжая анализировать исследовательский подход Е.П. Ильина, который проводил детальный анализ влияния влюбленности на формирование любви, необходимо обратить внимание на следующие отличительные характеристики влюбленности, а именно:

- влюбленность является неуправляемой формой проявления чувств в отличии от любви;
- влюбленность в большей степени связана с проявлением страсти и влечения со стороны людей друг к другу. Любовь же характеризуется проявлением ответственности, чувства долга, обязательность и уважения.

Исследование Е.П. Ильина демонстрирует уникальность влюбленности как отдельного элемента, влияющего на формирование тесных межличностных отношений между людьми.

Но у любви и влюбленности существует и общие черты такие, как не подконтрольность и не подвластность человеку, схожая самостоятельная жизнь этих явлений, не подчиненное человеку искаженное восприятие другого объекта, как неповторимого, единственного без фиксации в сознании предпосылок к выбору именно этого конкретного объекта [9].

Влюбленность – это состояние менее устойчивое, сопровождающееся

нестабильными эмоциональными проявлениями, которые влияют на поведение человека. В связи с этим, отличительные особенности состояния влюбленности стали предметом исследования.

Ряд исследовательских работ уделяют внимание влиянию любви на поведение и действие человека, так, например, в работах А. Маслоу и Э. Эриксона любовь рассматривается с позиции изменения эмоциональных и поведенческих характеристик человека. В работах А. Маслоу любовь является чувством проявления нежности и привязанности, которое направлено на получение удовлетворения от выстраиваемых отношений. Удовлетворение реализуется как через физическое взаимодействие с человеком, так и по средствам новых форм коммуникаций между людьми [12].

В исследованиях Э. Эриксона можно обнаружить трактовки, как любви, так и влюбленности. Под влюбленностью исследователь понимает сформированную романтическую любовь и способность человека выстраивать доверительные отношения и разделять трудности. При этом любовь понимается как совокупность эмоций и чувств, которые развиваются между двумя людьми на протяжении всей жизни. Важно отметить, что любовь является многогранным чувством, которое в процессе жизни может видоизменяться, приобретая различные формы.

Любовь как позитивное, функциональное благотворное чувство рассматривал Э. Эриксон. Любовь он считал единственной основополагающей компонентой для становления собственной идентичности. Формирование бытия человека как бытия человека, любящего начинается с младенчества. В раннем детстве у ребенка отсутствует собственная идентификация, и ребенок начинает формирование своей идентификации через объект его любящий, через мать. Он является объектом любимым, узнаваемым, и здесь формируется базовое доверие как неотъемлемая часть личности человека любящего. Но являясь объектом любимым, у него пока отсутствует способность любить самому. В

юношеском периоде происходит первая попытка выступить в качестве не объекта, а субъекта любви [24].

На этой стадии объект любви приобретает решающее значение, в частности, в вопросе идентификации посредством влюбленности, где влюбленность – это попытка прийти к определению собственной идентичности, через проекцию своего диффузного «Я» на другого. Появляется, таким образом, возможность быть отраженным. Но пока любовь находится зарождающийся стадии, каждый из партнеров старается прийти к самому себе. На этом этапе закладывание базиса для постепенного наращивания таких внутренних ресурсов как доверие и верность.

Одним из наиболее популярных направлений является психоанализ, именно З. Фрейд стал психологом, который исследовал любовь как одну из важнейших компонентов развития личности. Исследователь отмечал, что любовь – это половой, физиологический процесс, который проявляется у человека через энергию либидо. Анализ любви с позиции З. Фрейда является врожденным качеством человека, поскольку для индивида важно выстраивать близкие эмоциональные отношения для развития себя в обществе. Именно поэтому, по мнению Фрейда, любовь проявляется к матери, отцу, а затем и к другим субъектам общественных отношений. Однако, позиция З. Фрейда определяет любовь и с позиции сублимации человека, поскольку, когда человек начинает говорить о любви, то он, возможно, ей не удовлетворен, поэтому ему нужно сублимировать свои чувства [15].

Однако, ряд современных исследователей, которые рассматривают любовь как проявление чувств человека, на которые влияет общество и развитие человека в социуме, довольно часто критикуют позицию психоанализа. Это связано с тем, что нельзя рассматривать любовь исключительно как влияние роли бессознательного и детства на проявление данных чувств.

Особое внимание необходимо уделить научно-исследовательской

работе Ж. Лакана, который считал, что любовь – это проявление дефицита. Построение своей теории он начал с того, что ребенок – это фрагментарное тело и интеграция частей тела как функционального целого впервые осуществляется им посредством восприятия собственного зеркального отражения, позволяющие включить хаотический внутренний опыт в оболочку зрительного образа. С этого момента ребенок становится парадоксальным двойником собственного отражения. Именно стадия зеркала описывает как из-за изначальной нехватки «реального» человеческое существо включает во внутренний опыт «воображаемое». Именно эта нехватка «реального» расщепляет человека на элемент «Я» (je) как бесформенный, внутренний опыт и «Мое Я» (Moi) внешнюю идеальную форму, в которую опыт облекается. Невозможность соединения двух компонентов реального и воображаемого названа Ж. Лаканом «Object petit a».

В данном контексте наиболее аффективным проявлением «воображаемого» является любовь, выражаемая в переоценке другого, в котором заключен навсегда «Object a». Любовь понимается по Лакану, как парадоксальное единство себя и другого, при котором один вверяет себя другому, чтобы обрести собственную идентичность. В зеркале можно увидеть лишь глаза, а не взгляд. Взгляд на нас возлюбленного и есть утерянный «Object a» [10].

Данный подход описывает тип дисфункциональной любви. Так как Ж. Лакан говорит, что наделение человека носителем «Object a», мы начинаем любить в нем нечто большее, чем он сам, калеча его. И при нашей неудовлетворенности «Object a» связь будет мучительной и в последствии разорвана при встрече с более понравившимся нам «Object a».

Также рассмотрением дисфункциональной любви занималась К. Хорни. В ее исследованиях центральное место занимала невротическая любовь. Невротическая любовь с ее точки зрения, это самоотверженное стремление к любви и одобрению других переходящая в манию, а причиной

такого поведения служит попытка человека снизить тревожность и беспокойство.

В научно-исследовательской работе К. Хорни уточняется, какие изменения происходят между людьми при невротической любви. Исследователь отмечала, что она никак не уменьшается с нормализацией половой жизни, а даже наоборот. Когда физический, сексуальный контакт ставится на первое место на этапе влюбленности, это говорит, что человек полон тревоги и его отношения с людьми не складываются. В таких случаях сексуальность выступает как симулятор взамен настоящей страстной любви, как единственный мост, перекинутый другому человеку, тогда как эмоциональную связь человек установить не в состоянии[20].

Люди неспособные установить эмоциональные связи вырабатывают утверждение, что именно для них невозможно быть любимыми и невозможно любить им самим. В этом случае сексуальность приобретает чрезмерное значение, плохо переносится половое воздержание вплоть до промискуитета. Есть также и другие причины большого количества романов, такие как высокая самооценка (у мужчин), недостаточный уровень эмоциональной зрелости, экстернальный локус контроля и романтизм [8].

Дисфункциональную роль любви подчеркивал также А. Каслер, который утверждал, что влюбленность представляет собой совокупность эмоций, при котором для человека очень важно не потерять источник удовлетворения потребностей. Автор также рассматривал несколько причин, которые влияют на развитие и формирование влюбленности, рассмотрим их отдельно:

- потребность в признании, первая причина заключается в том, что человек внутри общества хочет получить признание в глаза окружающих, особенно это проявляется среди подростков, которые через отношения демонстрируют данную потребность;
- удовлетворение сексуальных потребностей, влюбленность является возможности построить глубокие и интимные отношения;
- конформистская реакция, данная причина заключается в том, что в

обществе принято выстраивать любовные отношения и данная причина является одной из наиболее значимых для человека в социуме.

В рамках психоанализа рассмотрению феномена функциональной любви уделил немецко-американский Э. Фромм. Для психолога любовь может существовать двух формах. В функциональной своей форме проявляющийся через спонтанный свободный продуктивный труд, либо в деструктивной форме проявляющийся через препятствующую развитию личности и способствующую отчуждению человеческой сущности самообъективацию.

Э. Фромм описывал причину возникновения любви как следствие постоянного желания воссоединения человека с внешним миром.

Человек, по мнению Э. Фромма проходит в жизни 2 стадии отделения. Первое травматическое отделение он переживает при появлении на свет и покидании материнского лона. Рождение, таким образом, становится локальным апокалипсисом, крахом прежнего знакомого и теплого мира. Повторный отрыв от матери происходит уже в младенческом возрасте и связывается с развитием самосознания, начиная с той поры, когда в ребенке развивается чувство своей индивидуальности, ему становится недостаточно присутствия матери и начинает возрастать потребность иными путями преодолеть отделенность.

По мнению исследователя, такая отделенность – это травма в позитивном ключе подталкивает к саморазвитию, заставляет преодолеть пути к разобщенности, одиночества. Переживание отделенности вызывает тревогу, перед неспособностью противостоять миру, беспомощность. Это состояние представляется человеку непереносимым. Это напряженность двигает человека к созданию связей, как истинных, так и ложных [17].

Один из видов ложных связей это оргиастические состояния. К ним относятся все виды зависимостей – алкогольная, наркотическая, сексуальная. В подобных трансграничных состояниях человек перестает ощущать границы с внешним миром, а вместе с ними и чувство отделенности от него.

Это ложная связь, так как эти состояния преходящи и само состояние отделенности потом возвращается вновь.

Еще один вид ложной связи – это единение с группой. Такое единение требует от человека подавление своей уникальности, конформизма. Человек в значительной степени утрачивает себя как индивида. Эффект от этого способа более длителен, чем впадение в оргиастические состояния, но не снимает тревогу окончательно.

Также автор упоминает об установлении связи в созидательной работе, когда человек творит, он объединяет себя с внешним миром. Но это единение не является межличностным, поэтому истинная связь с миром не может установиться через такую деятельность.

Истинной связью, по мнению Э. Фромма является лишь любовь двух людей. Причем он считал, что настоящая любовь возможна лишь между двумя зрелыми людьми. Незрелые формы любви Э. Фромм называл симбиотическим союзом [17].

Симбиотический союз автор охарактеризовал как взаимозависимость двух людей, где они теряют свою целостность и свободу, а вместе с ними и свою уникальность. Незнающий как реализовать себя, страдающий, от избытка свободы человек внедряет себя в рыночные отношения, в отношения обмена качествами постоянно пребывая в социальной маске, не приспособленной к его индивидуальности, находит временное утешение в симбиотическом союзе, без необходимого ему межличностного единства.

Любовь же помогает человеку преодолеть чувство отчуждения, сохраняя свою индивидуальность. Поэтому Э. Фромм пишет о любви как о благотворном чувстве, которое вылечивает человека. Он пишет о любви, ни как о болезненной зависимости или стремлении к обладанию, а как о действии, о плодотворном существовании и принятии существовании другого в его самости, создавая условия, с помощью заботы, ответственности, уважения для саморазвития другого, одновременно с этим развивается и сам любящий человек [17].

Э. Фромм рассматривал любовь как искусство. Он видел в любви искусство обладания, для которого нужно приложить усилия, как и к любому другому, научиться которому невозможно, если любовь будет направлена лишь на один объект, без любви ко всем окружающим тебя объектам. Э. Фромм пишет: «Если человек любит кого-то одного и безразличен к остальным близким, его любовь – это не любовь, а ложная привязанность» [17, с 155].

Функциональную любовь в рамках гуманистической психологии изучал также А. Маслоу. В научных исследованиях автор дал следующее определение любви: «Любовь – это, прежде всего чувство нежности и привязанности, которое (в случае взаимной любви) может принести удовлетворение, радость, счастье, восторг и даже экстаз» [12, с. 16].

Таким образом, исходя из научного подхода А. Маслоу, следует, что любовь – это выстроенная связь человека с другим человеком и с самим собой. Любовь является результатом проявления ответственности, заботы к другому человеку, при этом она оказывает позитивное влияние и на самого человека через его субъективную удовлетворенность. Особое внимание в научном подходе А. Маслоу состоит в том, что влюбленность и любовь направлены на личностную самореализацию человека внутри отношений.

Как и Э. Фромм, А. Маслоу не связывал любовь с обладанием, а связывал с разделением своего бытия и получения удовольствия от взаимодействия.

Бытийная любовь характеризуется тем, что сопровождается зрелыми чувствами, такими как самоотверженность, забота и ответственность [17].

Таким образом, можно сделать вывод, что в психологической науке существует довольно разнообразные характеристики влюбленности и любви, при этом каждое психологическое направление определяет, что влюбленность – это комплекс переживаемых эмоций, как негативных, так и позитивных. Еще З. Фрейд, рассматривая влюбленность, определила, что она состоит из смешанных чувств как позитивного, так и негативного спектра

[16]. В процессе влюбленности человек может наблюдать в себе проявление таких особенностей как: отсутствие поиска недостатков в партнере; формирование восторженности и восхищения; потребность постоянно находится рядом с партнером, проводить с ним время, достигать поставленные цели. Однако, влюбленность – это многогранное чувство, именно поэтому в ней наблюдаются проявление неустойчивого состояния: она может, как сильно проявляться, так и резко стихать, влияя на поведенческие реакции человека.

1.2 Особенности поведения и эмоционального состояния влюбленного человека

В научной деятельности влияние влюбленности на поведение и эмоциональное состояние рассматривается широким кругом научных исследователей не только из психологии, но и также из социологии, журналистике, педагогике. В статьях П. Попено, который длительное время исследовал институт семьи, особое внимание уделяется исследованию влияния влюбленности и любви. Автор пишет, что: «Любовь – это непостижимое наваждение, что приходит ниоткуда и сразу полностью овладевает тобой, как корь» [8]. Данное отображение влияния любви на человека позволяет определить, что любовь довольно трудно определить, при этом ясно то, как она влияет на человека, с какой силой воздействует на его поведение.

В работах М.О. Меньшикова также особое влияние уделяется изменению поведения и эмоционального состояния человека в процессе влюбленности, он писал: «Если вспомнить, какое бесчисленное множество людей – все молодое человечество – страдает явно или тайно – от этой страсти, если вспомнить глубокое расстройство дел, полное забвение ими нравственного долга, забвение всего на свете ради столь мимолетного счастья, которое почти всегда оказывается миражом, если вспомнить все эти

жгучие страдания, невольно охватит глубокая жалость к жертвам» [11, с. 123].

Данная характеристика позволяет отразить, что любовь и влюбленность – это сильные качества, которые оказывают существенное влияние на принятие решений человеком, а также меняют его быт, поведение, восприятие от окружающего мира.

Значимость влияния влюбленности на изменение поведения человека отражается в исследовании Ю.В. Щербатых, который анализировал, что собой представляет любовь для взрослого человека [23]. Исследователь провел опрос, который заключался в том, чтобы определить мнения взрослых людей о том, что такое сильная любовь. Результаты опроса представлены на круговой диаграмме (рисунок 1).

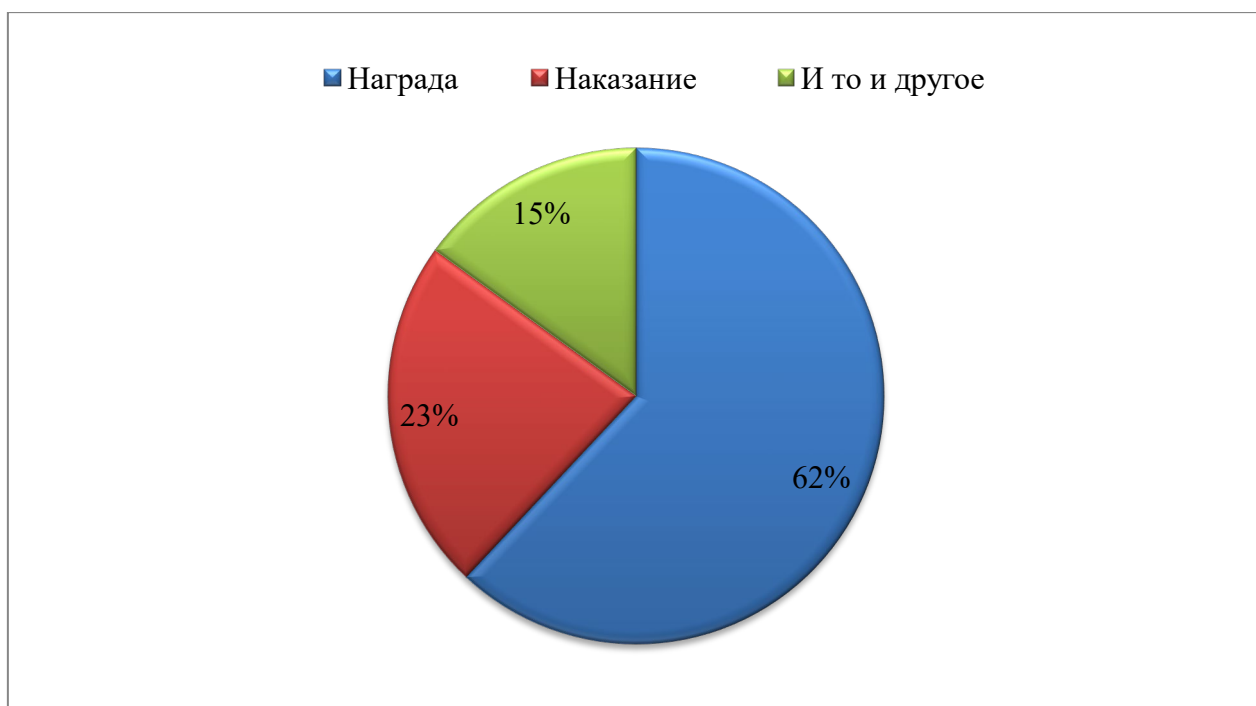


Рисунок 1 – Результаты ответов на вопрос «Сильная любовь – это...?» среди взрослого населения

Из приведенного выше исследования следует, что люди воспринимают по большей части влюбленность как счастливое событие в своей жизни, в независимости от того, каково было завершение данных взаимоотношений.

Как известно, любовь может по-разному отражаться на поведении. Характер влияния влюбленности на поведение будет зависеть и от типа любви. Это происходит из-за того, что механизм формирования любви и представления о том какой любовь должна быть, у каждого человека индивидуальны.

Специально для этого необходимо обратить внимание на типы любви, которые были отражены философами. Типы, отображенные в таблице 1 наиболее детально помогают изучить влияние влюбленности и любви на поведение человека.

Таблица 1 – Типология сексуальной любви

Типы любви	Описание	Направлена на:
Эрос	Представляет собой яркую, сильную, страстную любовь, которая направлена на физическое взаимодействие между людьми.	Данный тип любви характерен как для мужчин, так и для женщин
Людус	Характеризует собой проявление влюбленности, которая не превращается в глубинную любовь и направлена на физическое влечение	Основными представителями можно считать, как мужчин, так и женщин, но более характерен данный тип для мужчин
Сторге	Данный тип любви представляет собой крепкую дружбу, которая отражается в заботе, ответственности, поддержке, возрастает из-за интереса людей друг к другу	Мужчины и женщины расположены к данному типу, но наиболее часто она встречается у женщин
Прагма	Представляет собой выстраивание любовных отношений исходя из логики, прагматизма людей. Довольно часто это взаимовыгодные отношения между людьми.	Часто встречается у людей пожилого возраста
Мания	Определяется как маниакальная любовь, которая характеризуется страстью, повышенным физическим желанием, ревностью.	Проявляется среди подростков.
Агапе	Проявляется как бескорыстная самоотдача между людьми и является глубинной любовью	Всех людей

В исследовании Е.П. Ильина предлагается рассмотреть то, как происходит изменение личностных черт под воздействием стилей любви. В учебно-методическом пособии Е.П. Ильин рассматривает исследование

А. Ферхнема и А. Хейвена, которые считали, что основные личностные факторы – экстраверсия и нейротизм взаимодействуют с влюбленностью. Исследователи считали, что «Людус» напрямую связан с проявлением злости, агрессии и игрой; «Мания» с социальным исследованием; «Агапе» взаимодействует с эмоциональной сензитивностью.

Таким образом, можно говорить о том, что личностные параметры человека и стили любви взаимосвязаны [5].

Важно при описании влияния влюбленности на поведение человека четко отличать состояние романтической влюбленности и любовной аддикции. Любовная аддикция, которую еще называют наркоманическая любовь, характеризуется следующими чертами:

- человек полностью бессилён перед своим объектом зависимости;
- сформирована система отрицаний в защиту своей зависимости;
- зависимость прогрессирует, близость никогда не ощущается достаточной для субъекта зависимости;
- мысли о «любимом», занимают все сознательное поле человека, становятся единственной сверхценной идеей;
- девиантное поведение и маниакальная навязчивость с элементами насилия.

Аддикция вызывает серьезные эмоциональные проблемы. В первую очередь, это происходит из-за сильной отверженности одним из родителей в детстве [19].

Влюбленность же в отличие от аддикции, это влечение, но влечение с сохранением человека как целостной личности. Начинается влюбленность с рационально необъяснимой эмоциональной заинтересованности. Одной из попыток рационально объяснить эмоциональное состояние при влюбленности является анализ физико-биохимических основ психики.

Особое внимание к проявленности влюбленности на поведение человека отражается в научных работах среди биохимической науки. В ней отражается влияние гормонов человека, рассмотрим основные из них:

- дофамин вырабатывается в начале развития любовных отношений, вызывает чувство эйфории, обеспечивает определенную связь именно с одним объектом через участие дофамина в так называемой «Системе наград»;
- фенилэтиламин проявляется в начале возникновения влюбленности и влияет на проявление переживания и тревожности человека в отношениях, наиболее сильно данный гормон проявляется, когда люди встречаются друг с другом, происходит смешивание эйфории, переживания, страха и ожидания;
- эндорфины отвечают за формирование мотивации и отвечает за получение наслаждения и удовольствия от отношений;
- окситоцин проявляется после первого страстного взаимодействия между людьми и влияет на возбуждение людей, меняя их поведение и эмоциональное отношение друг к другу, данный гормон направляет людей на физическое взаимодействие друг с другом;
- серотонин взаимодействует с организмом человека на протяжении всего процесса выстраивания романтических взаимоотношений и влияет на проявление радости у человека;
- феромоны являются гормоном, проявляющимся через запах человека и содержит возбуждающие компоненты.

Но у гормональных теорий есть свои недостатки, рассмотрим их более подробно.

Во-первых, попытка связать конкретный гормон с конкретной стадией влюбленности и любви без четкого разделения этих понятий и научного обоснования существования этих стадий и их продолжительности.

Во-вторых, невозможность объяснить зрелую любовь – привязанность только гормонами.

В-третьих, невозможность объяснения прохождения влюбленности только привыканием к гормонам.

В-четвертых, попытка установить созависимую связь между стрессом и

любовными переживаниями. Как известно при любовных переживаниях и при стрессе вырабатываются одни и те же гормоны – дофамин и адреналин. Было сделано предположение, что стресс может быть предтечей влюбленности и наоборот. Однако, какая именно комбинация негативных и положительных эмоций создает чувство влюбленности, не установлено.

Главным недостатком биохимического подхода в изучении влюбленности является отсутствие системного подхода, учитывающего различные факторы [3].

«Органика» человека, так или иначе, предопределяет его реакции на те или иные жизненные ситуации и эмоциональные состояния в них. Но также немаловажную роль играет влияние характерологических типов.

В.В. Век в своей монографии «Влюбленность и любовь как объекты научного исследования» выделяет четыре типа личности по субъективному переживанию влюбленности и связывает их с 4 типами темперамента представленных в таблице 2.

Таблица 2 – Типы личности по субъективному переживанию влюбленности

Эмоциональный контроль	Тип личности по субъективному переживанию влюбленности	Тип темперамента	Влюбчивость	Характеристики
Эмоционально неустойчивые	Однолюбы	Меланхолики	Могут быть влюбчивыми из-за невзаимности чувств и накопления «сексуальных гештальтов»	Низкая энергия, большое чувство неудовлетворенности
	Влюбчивые	Холерики	Склонны к влюбчивости из-за высокого уровня энергии и низкой устойчивости психики	Высокая энергия, низкая устойчивость психики

Продолжение таблицы 2

Эмоциональный контроль	Тип личности по субъективному переживанию влюбленности	Тип темперамента	Влюбчивость	Характеристики
Эмоционально устойчивые	Влюбляющиеся	Флегматики	Относятся к влюбляющимся из-за низкой энергии и высокого чувства неудовлетворенности	Низкая энергия, высокое чувство неудовлетворенности
	Не влюбляющиеся	Сангвиники	Относятся к невлюбляющимся из-за высокой энергии, уровня удовлетворенности и устойчивости психики	Высокая энергия, уровень удовлетворенности, переключаемость, развитая сеть сбалансированных нейрохимических связей

Отдельно необходимо отметить тот факт, что в человеке нет чисто выраженного типа темперамента, именно поэтому необходимо отметить тот факт, что человек в течении жизни и влияния разнообразных факторов может переживать различные субъективные переживания [3].

Также на переживание влюбленности будет влиять уровень интеллекта. Поскольку интеллект неразрывно связан с эмоциональным состоянием, то степень его развитости не «спасает» человека от влюбленности, а, наоборот, в некоторых случаях может способствовать слету человека в «яму влюбленности». Уровень интеллекта будет по-разному влиять на состояние влюбленности человека и его влюбчивость, например, именно интеллект начинает обрабатывать появившееся зафиксированное влечение к другому объекту. Чем развитее интеллект, тем разнообразней и креативней будет иллюзорный мир, над которым трудится интеллект человека. Интеллект будет определять поведение человека, но эмоциональное состояние человека опять же будет определяться типом темперамента человека.

Так как потребность в любви относится к вторичным потребностям, при ее удовлетворении будет иметь значение такой психический процесс как воля. Работа данного психического процесса не всегда связана с сознанием, а сознание не всегда конструктивно, оно может быть деструктивным. В любви по своей природе сознание деструктивно. По мнению Э. Хатфилд, влюбленность можно определить, потребность человека иметь близкие, теплые отношения со своим партнером, они должны проявляться через физическое взаимодействие людей. В работах Э. Хатфилд определяется, что влюбленность напрямую влияет на поведение человека, поскольку если любимый человек расстанется со своим партнером, то он будет испытывать чувство отчаяния, тоски и грусти, данное состояние будет влиять на физическое и психическое состояние человека [21].

В работах В.В. Века определяются ряд признаков влюбленности, которые влияют на поведение человека, рассмотрим их более детально:

- формирование идеализированного представления, данный признак заключается в том, что в период влюбленности у человека проявляется психологическая потребность защищать своего партнера, его интересы, поведение, он уникально отражает влияние влюбленности на характер оценки своего партнера;
- сужение сознания – это второй признак влюбленности, и он демонстрирует, что человек не хочет видеть окружающий мир, он сосредотачивает внимание исключительно на объекте влюбленности;
- влюбленная зависимость определяется повышенным влечением к своему партнеру, она проявляется в страсти, любви, повышенном физическом взаимодействии;
- проходящая влюбленность является последним признаком и отличается тем, что влюбленность довольно быстро может закончиться и перерасти в любовь, либо показать противоположные чувства [3].

В научно-исследовательской работе В.В. Века выделяется 4 стадии влюбленности по эмоциональному состоянию человека.

Стадия 1. Легкая влюбленность, при которой мозг начинает фиксировать эмоциональную заинтересованность в объекте. Эмоциональное напряжение и половое влечение – это две характерные черты данной стадии. Сексуальная компонента играет решающую роль на данной стадии. Стадия 2. Романтическая влюбленность характеризуется чувственной заинтересованности, а не сексуальным отношениям. Субъект влечения склонен фантазировать, идеализировать, додумывать образ аттрактора, на этом этапе влюбленность может затихнуть без перехода на следующие стадии. Стадия 3. Страстная влюбленность. Наиболее прямо связана с проявлением страстных чувств между людьми. В данном случае необходимо говорить о постоянном взаимодействии людей друг с другом, снижении самоконтроля. Стадия 4. Болезненная влюбленность. Представляет собой деструктивное чувство, которое в основном вызывает исключительно негативные чувства, довольно часто данная влюбленность проявляется только со стороны одного человека, отсутствует взаимность со стороны потенциального партнера [3].

В исследованиях В.В. Века также наблюдается исследование основных стадий влюбленности. Так, например, исследователь выделяет конфетно-букетный период; период пресыщения и прохождение влюбленности. Отдельно рассмотрим каждый из этапов.

Конфетно-букетный период. По данным различных исследований первая взаимная влюбленность может протекать до 5 лет, когда период последующих влюбленностей заметно сокращается до 1,5 лет, нескольких месяцев и даже дней. Не взаимная и не отреагированная влюбленность не проходит бесследно. Она может сохраниться у человека на долгие годы, формируя у него сексуальный гештальт. Конфетно-букетный период длится примерно 18 месяцев. Как мы уже отмечали ранее, в кровь влюбленных выбрасывается определенные гормоны, которые способствуют восприятию мира в более ярких красках. Человек находится в состоянии блаженных или тревожных размышлений об объекте влечения. Человек начинает мечтать о

сближении с объектом, фантазирует определенные сцены. Встречая свой объект вожделения в реальности, человек ощущает, что его восприятие действительности сильно искажено. Человек даже выглядит каждый раз по-другому, по-новому. Это происходит потому, что мозг не видит разницы между реальным и воображаемым, для него встреча с героем воображаемых сцен всегда волнительна. Происходит феномен искажения восприятия времени, влюбленный видит все как будто в замедленном действии, замечает каждое движение, взгляд. А когда объект покидает помещение, любленный не ощущает сколько времени действительно прошло. Все эти симптомы очень схожи с наркотическим опьянением, которое проходит и все возвращается на круги своя. Далее наступает следующий этап отношений – пресыщение.

Этап пресыщения. Это этап, когда стихает буря чувств и эмоций, люди начинают трезво оценивать плюсы и минусы своего партнера, действия становятся более умеренными, взвешенными, люди перестают стараться выглядеть лучше из-за исчезновения необходимости завоевывать объект любви. Прохождение влюбленности. По-другому этот этап можно назвать этапом отвращения. Он обязателен для любых продолжительных отношений. На фазе отвращения начинаются ссоры. Люди начинают концентрироваться лишь на недостатках партнера [3]. Таким образом, на стадии влюбленности большее влияние имеет эмоциональная заинтересованность в человеке, в нахождении с ним рядом, в наблюдении, что он делает и что говорит [8].

Одно из главных противоречий влюбленности – это потребность сближения с человеком, разрушение всех границ с учетом его инаковости [22]. Также стоит упомянуть об эмоциях, которые присущи людям, которые испытывают чувство влюбленности, такие как: нежность, умиление, любовное томление.

Нежность – это оттенки поведения, придающие особую эмоциональную окраску любовным отношениям [1]. Это понятие взято из

медицинской энциклопедии. В этнографическом словаре же нежность – полное довольство, наслаждение, упоение, состояние близкое к блаженству, ласка, радость [8]. Здесь нежность не только ласка, но и сиюминутное эмоциональное состояние человека, испытывающего любовь к кому-либо. З. Фрейд описывал нежность как результат торможения чувственных порывов. Умиление – считается разновидностью эмоций нежности. Е.П. Ильин пишет, что умиление – это трогательно-восторженное состояние, состояние радости, которое, несмотря на это может сопровождаться слезами [8]. Оно присуще чувствительным, сентиментальным людям, но у некоторых она принимает избыточный «слащавый» характер, подменяя собой действие на состояние, деятельную любовь на просто наслаждение видом объекта.

Любовное томление – почти не изученное в психологии явление. Э. Фромм пишет о томлении, как о потребности человека в любви. Е.П. Ильин считает, что это эмоция ожидания. В некоторых теориях она рассматривается как вторая стадия любви, связанная с неопределенным физическим влечением и с усиленной выработкой гормонов.

Таким образом, можно сделать вывод, что влюбленность – это уникальное чувство. Это целый комплекс переживаемых эмоций, как негативных, так и позитивных. Это феномен может рассматриваться, как физиологически обоснованный эволюционными процессами инстинктивный механизм, познаваемый путем вскрытия физико-биохимических основ психики. Данное определение имеет место в материалистическом подходе рассмотрения человеческих феноменов. Если рассмотреть данный феномен в идеалистическом подходе, то определением влюбленности будет считаться неопределимое стремление к объекту, ради сближения с ним и добровольного подчинения своей деятельности желаниям этого объекта. Это творческая созидательная деятельность спровоцированная, рационально необъяснимой эмоциональной заинтересованностью в другом объекте. Это желание быть воспринимаемым этим объектом, отразиться в его мировосприятии и в этом отражении найти свою целостность.

Глава 2 Исследование влияния влюбленности на особенности поведения и эмоциональное состояние человека

2.1 Организация исследования

В ходе теоретического исследования влюбленности как компонента, напрямую влияющего на формирование особенных черт поведения и эмоционального состояния человека, было выявлено, что влюбленность является уникальным чувством, в которое заложены разнообразные эмоции, напрямую влияющие на сознание человека.

Именно поэтому экспериментальное исследование будет включать в себя изучение разнообразных особенностей поведения человека. Для достижения поставленной цели были определены следующие эмпирические задачи исследования:

- определить характеристику и особенности проявления влюбленности у участников исследования;
- изучить уровень проявления страсти в исследуемой группе;
- выявить показатели влюбленности и привязанности у взрослых людей в возрасте 20-30 лет;
- проанализировать выраженность положительных и отрицательных эмоций у участников исследования с сильной и слабой влюбленностью;
- изучить влияние тревожности на людей с сильной и слабой влюбленностью;
- определить влияние влюбленности на доминирующее состояние человека.

Эмпирическая база исследования: в исследовании принимало участие 40 человек в возрасте 20-30 лет, из которых 13 мужчин и 27 женщин. Экспериментальное исследование проводилось на базе комплексного центра социального обслуживания населения г. Волчанска.

В рамках данного эмпирического исследования были определены

следующие методики.

Методика № 1. Шкала любви-страсти «PLS» (Э. Хэтфилд) [25].

Данная шкала направлена на исследование основных составляющих влюбленности и страсти, которая проявляется у человека. Основными составляющими по данной шкале принято считать когнитивные, эмоциональные и поведенческие компоненты.

Когнитивные компоненты: навязчивые размышления или озабоченность партнером, идеализацию партнера или отношений, желание знать другого и быть узанным другим.

Эмоциональные компоненты: влечение к другому, особенно сексуальное влечение, негативные ощущения, когда отношения не ладятся, жажду взаимности, желание полного единения, физиологическое возбуждение.

Поведенческие компоненты: действия, направленные на выяснение чувств другого, изучение другого человека, поддержка другого человека, поддержание физической близости.

Участники исследования должны внимательно читать каждый приведенный ниже пункт и оценивать его по шкале от 1 (совсем не согласен) до 5 (частично согласен) и до 9 (совершенно согласен). Распределение собственной оценки позволит проанализировать отношение участников исследования к различным параметрам, характеристикам и ситуациям, проявляющихся в отношениях.

Методика № 2. Шкалы страсти и привязанности «Infatuation and Attachment Scales, IAS») [26].

В ходе реализации данной тестовой методики можно получить результаты, которые определяют влюбленность и привязанность как элементы романтической любви. Шкала помогает различать два конструкта. Участники исследования должны будут оценить от 1 до 7 баллов, в какой степени они согласны или не согласны с утверждениями, касающиеся партнера: 7 баллов – совершенно согласен; 1 балл – совершенно не согласен.

Методика № 3. «Дифференциальные шкалы эмоций» (К. Изард) [6].

Предназначена для выявления доминирующих эмоций, позволяющих качественно описать текущее эмоциональное состояние участников исследования. Теоретической основой методики является модель К. Изарда, согласно которой существуют десять фундаментальных эмоций, определяющих компонентный состав самых разнообразных проявлений эмоциональной жизни.

В ходе реализации данной методики можно выявить индекс позитивных эмоций (ПЭМ): интерес, радость удивление. Индекс негативных эмоций (НЭМ): горе, гнев, отвращение, презрение. Индекс тревожных эмоций (ТДЭМ): страх, стыд, вина. Участники исследования будут оценивать ряд характеристик, которые отражают или не отражают их. Оценивание будет проводиться по средствам следующей оценки: отсутствия характеристики, незначительно выраженной характеристики, умеренно выраженной характеристики, сильно выраженной характеристики и максимально выраженной характеристики[7].

Методика № 4. «Тест тревожности» (Ч.Д. Спилбергера – Ю.Л. Ханина) [18].

Единственная методика, которая позволяет дифференцированно измерять тревожность и как личностное свойство, и как состояние, связанное с текущей ситуацией. Тест состоит из 20 высказываний, относящихся к тревожности как состоянию (состояние тревожности, реактивная или ситуативная тревожность), и из 20 высказываний на определение тревожности как диспозиции, личностной особенности (свойство тревожности). Полученные результаты позволяют определить показатели ситуативной и личностной тревожности.

Методика № 5. «Определение доминирующего состояния, ДС» (автор: Л.В. Куликов) [4].

Предназначена для определения характеристик настроений и некоторых других характеристик личностного уровня психических

состояний с помощью субъективных оценок обследуемого. Основным назначением опросника является диагностика относительно устойчивых (доминирующих) состояний.

В ходе реализации данной методики можно выявить ряд следующих состояний:

- активного и пассивного отношения к жизненной ситуации;
- высокого и низкого тонуса;
- спокойствия и тревоги;
- устойчивость эмоционального тона;
- удовлетворенность жизнью и положительный образ себя.

На первом этапе экспериментального исследования было проведено анкетирование участников в возрасте 20-30 лет. В ходе данного анкетирования были определены основные характеристики влюбленности. В каком положении находится в данный момент его влюбленность с позиции субъективности. Также в рамках первого этапа исследования была внедрена шкала «любви-страсти», с помощью которой участники исследования были распределены на две группы: с сильной страстью и влюбленностью и с более низкой. В дальнейшем обе группы будут проанализированы по методикам и шкалам, которые позволят определить их текущее поведение и эмоциональное состояние.

На втором этапе исследования была исследована выраженность положительных и отрицательных эмоций у участников исследования с сильной и слабой влюбленностью, выявлена тревожность и рассмотрены влияние влюбленности на доминирующее состояние участников исследования.

На третьем этапе исследования полученные результаты исследования были систематизированы, обработаны и определены результаты эксперимента. В рамках третьего этапа исследования полученные результаты позволили определить влияние влюбленности на эмоциональное состояние и поведение человека.

2.2 Анализ результатов исследования

В начале экспериментального исследования ставилась цель определить у участников исследования их отношение к влюбленности/любви, а также выявить их текущий статус. Полученные результаты по сформированной анкете (Приложение А) представлены в таблицах и диаграммах.

Всего в данном анкетировании участвовало 40 человек, данная группа людей решила принять участие в подобном анкетировании и в последующем исследовании влюбленности, особенностей поведения и эмоционального состояния по средствам реализации выбранного диагностического инструментария.

В исследовании приняло участие 40 человек из них 13 мужчин и 27 женщин, средний возраст участников исследования составил 25,6 лет. В таблице 3 отображены результаты проведенного анкетирования и представлена их характеристика.

Таблица 3 – Результаты анкетирования основных характеристик влюбленности у участников исследования

Вопрос	Результат
В настоящий момент Вы влюблены?	Да, влюблен – 50% Нет, не влюблен – 50%
Ваша влюбленность взаимна?	Да, взаимна – 70% Нет, не взаимна – 30%
Находитесь ли Вы в вынужденной разлуке прямо сейчас?	Да, нахожусь – 30% Нет, не нахожусь – 70%
Находитесь ли Вы сейчас в ссоре со своим возлюбленным/возлюбленной?	Нет, не нахожусь – 100%

Полученные результаты из таблицы 3 позволяют сделать ряд выводов о том, какие характеристики влюбленности присутствуют у участников данного исследования. В первую очередь важно отметить, что в исследовании принимают участие 20 человек, у которых по субъективному ощущению наблюдается сформированная влюбленность. Эффективность

данного исследования будет заключаться в том, чтобы сравнить поведенческие особенности влияния влюбленности, именно поэтому в эксперименте также участвуют люди, которые не находятся в стадии влюбленности, их также 20 человек.

Особое внимание нужно уделить взаимности влюбленности, так на вопрос «Ваша влюбленность взаимна?» 14 человек отметили, что они влюблены взаимно, при этом 6 человек отмечают, что их влюбленность не взаимна. Данный фактор очень является очень значимым, поскольку он также помогает определить, как выражается влюбленность и сопутствующие особенности поведения у людей, которые испытывают невзаимные любовные чувства.

Теоретический анализ исследования влюбленности позволил выявить, что на нее оказывают влияние разнообразные факторы, в том числе и разлука, и временное расставание. Именно поэтому была поставлена цель определить находятся ли участники исследования в разлуке, в ходе исследования было выявлено, что 6 человек находятся в разлуке из 14 ответивших. Данные результаты будут учитываться при более детальном анализе поведенческих особенностей участников исследования.

Последний вопрос «Находитесь ли Вы сейчас в ссоре со своим возлюбленным/возлюбленной?», на данный вопрос были получены следующие результаты, оказывается, что никто из опрошенных не находится в ссоре с возлюбленным/возлюбленной. Данный результат позволяет сделать вывод, что последующие ответы по предложенным методикам не будут скрывать обиду или злость.

В ходе анкетирования необходимо провести количественный и качественный анализ проявления влюбленности отдельно у мужчин и женщин.

Для наглядности представим обобщенные результаты в виде круговой диаграммы (рисунок 2).



Рисунок 2 – Результаты анкетирования с целью выявления влюбленности среди женщин

Из рисунка видно, что в рассматриваемой группе 14 женщин находятся в состоянии влюбленности, остальная группа не проявляет данные чувства. В рамках анкетирования было важно определить взаимность влюбленности у женщин, полученные результаты демонстрируют, что 64 % женщин находятся во взаимных влюбленных отношениях, когда как 36 % влюблены не взаимно.

Идентичный анализ был проведен и с мужской частью исследования, результаты изображены на круговой диаграмме (рисунок 3).

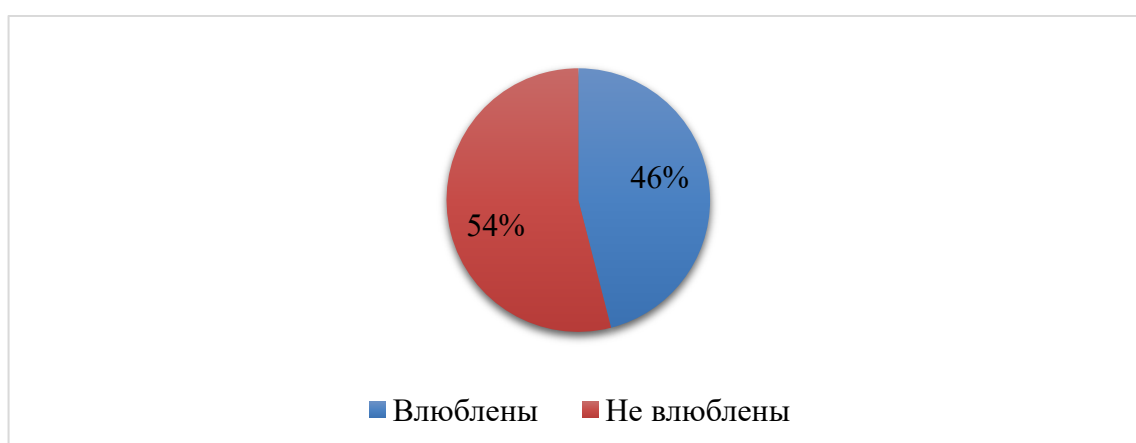


Рисунок 3 – Результаты анкетирования с целью выявления влюбленности среди мужчин

Результаты изучения влюбленности по средствам анкетирования у мужчин показал, что из 13 мужчин меньше половины, 46% испытывают влюбленность. Взаимная влюбленность наблюдается у 5 мужчин из 6.

Несмотря на то, что полученные результаты в ходе анкетирования позволяют распределить участников исследования на 2 группы: влюбленные и не влюбленные, необходимо внедрить и обработать результаты по шкале «любви-страсти PLS», тем самым выстроить качественное и количественное понимание уровня страсти и влюбленности на текущий момент.

Полученные результаты исследования влюбленности отображены на рисунке 4, а также в таблице Б.1 (Приложение Б).

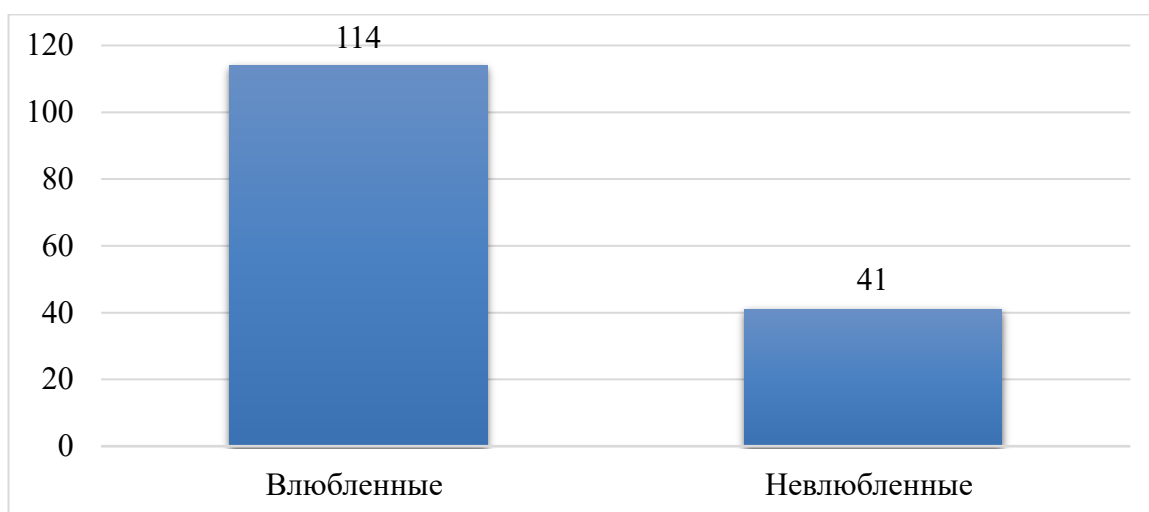


Рисунок 4 – Средне-групповые результаты исследования влюбленности по шкале «любви-страсти PLS» (в баллах)

Полученные результаты позволяют сделать вывод, что результаты по шкале «любви-страсти» отображают субъективную оценку, которая была сформирована из результатов анкетирования. Участников исследования можно распределить на две группы: влюбленные и невлюбленные. Результаты по данной шкале показали, что у группы влюбленных людей средне-групповой уровень по шкале равен 114 баллам, что представляет собой сильную влюбленность, периодами безрассудную. Данная влюбленность является показателем формирующихся отношений, которые

находятся в начале своего развития. Особое влияние на средне-групповой уровень оказали ответы тех участников, которые в настоящий момент находятся в разлуке, а также чья влюбленность не взаимна, поэтому они более эмоционально описывают свое текущее состояние по отношению к другому человеку.

Во второй группе людей, которые не находятся в состоянии влюбленности и каких-либо отношений средне-групповой уровень равен 41 баллу. Опираясь на интерпретацию результатов, можно сделать вывод, что данная группа участников исследования не проявляет влюбленность и страсть. Можно сказать, что их страсть и влюбленность просто отсутствуют.

Таким образом, шкала «любви-страсти PLS» помогает распределить участников исследования на две последующие группы, которые мы будем анализировать в дальнейшем.

Следующая шкала «Страсть и привязанность» была предложена участникам исследования. Полученные результаты по данному опроснику отображены в таблица 4, а также подвержены математической обработке данных с использованием U-критерия Манна-Уитни (Приложение Е, таблицы Е.1, Е.2).

Таблица 4 – Средне-групповые результаты по шкале «Страсть и привязанность»

Название параметра	Уровень страсти и привязанности (среднее значение)			U-критерий Манна-Уитни
	Влюбленные	Не влюбленные	U	P
Страсть	4,3	3,3	428	0,0057
Привязанность	5,4	2,2	293	0,0001

Реализованная шкала «Страсть и привязанность» позволяет сделать ряд следующих выводов по обеим группам. Для начала рассмотрим результаты влюбленных участников исследования. Из таблицы 4 видно, что показатель привязанности имеет более высокие значения по сравнению с результатами страсти. Из исследований С. Лангеслаг и П. Мюриса, которые использовали

данный опросник в практической деятельности, формируется вывод, что в отношениях привязанность значительно выше страсти, это можно наблюдать в нашем исследовании. Влюбленные участники формируют высокие показатели привязанности, в особенности те, кто находится в разлуке, при этом влюбленность оказывает влияние и на проявленность страсти, которая значительно выше, чем у не влюбленных людей. U-критерий Манна-Уитни показал, что между двумя выборками наблюдаются качественные и количественные различия в результатах проявления страсти и влюбленности. У не влюбленных участников исследования видно, что привязанность находится на низком уровне, как и страсть. Однако, важно отметить, что ряд исследований таких ученых как А.А. Золоторевой, А.А. Лебедевой, Л.А. Марчук [14], определяют, что более высокие показатели страсти и сниженная привязанность говорят о том, что у людей проявляется негативный аффект, они попадают в стадию стресса, который связан с тем, что человек находится или в поиске, или на первой стадии влюбленности, но не афиширует ее и старается определить свое эмоциональное состояние.

Результаты второй группы исследования определяют, что у участников, которые не испытывают привязанности к кому-либо, невысокие значения страсти также говорят о том, что у большинства в группе нет формирующейся влюбленности, при этом часть группы ее проявляет и находится в определенном стрессовом состоянии.

Таким образом, данное исследование позволяет сформировать представления об эмоциональном состоянии участников исследования, у влюбленной группы был выявлен высокий уровень привязанности, именно поэтому их эмоциональное и поведенческое состояние возможно будет более стабильное, чем у людей, которые не испытывают привязанности, но у них был выявлен высокий уровень по фактору страсти.

В ходе эмпирического исследования ставилась задача определить особенности эмоциональной сферы влюбленных людей. Специально для

этого была подобрана методика «Дифференциальные шкалы эмоций» К. Изарда.

Результаты по исследованию основных видов эмоций отображены на рисунке 5 и в таблицах В.1, В.2 (Приложение В).

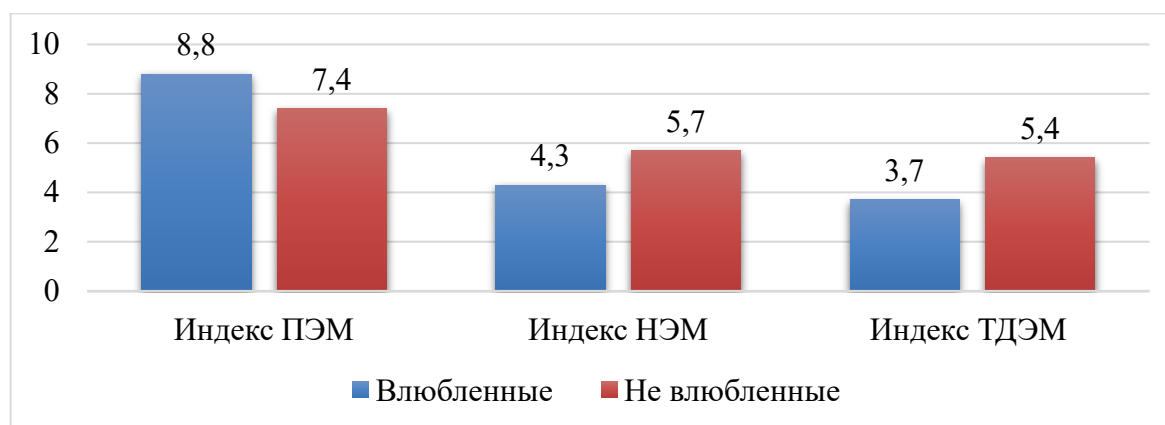


Рисунок 5 – Средне-групповые результаты по методике «Дифференциальные шкалы эмоций» (К. Изард) (в баллах)

На рисунке 5 представлены результаты по основным позитивным, негативным и тревожным эмоциям у людей, находящихся в состоянии влюбленности и людей, которые не проявляют данные чувства. Рассмотрим подробно эмоции каждой группы.

У участников исследования, которые испытывают влюбленность отмечаются более сильная выраженность положительных эмоций, чем у людей, не состоящих в романтических отношениях. Исходя из этого можно сделать вывод, что влюбленные люди замечают в себе интерес к чему-либо, радость и удивление в большем количестве, чем это происходит у людей, которые не находятся в состоянии влюбленности. Влюбленность активизирует в человеке ряд эмоциональных и чувственных механизмов, он становится более открытым, добрым, уверенным в себе, его интересует ряд новых направлений, через выстраивание взаимоотношений он изучает партнера, поэтому и происходит развитие удивления.

Следующим параметром является «НЭМ» или негативные эмоции.

Результаты данного исследования позволяют определить, что у влюбленных людей отрицательные эмоции в меньшей степени проявляются по сравнению с людьми, которые не испытывают данного чувства. У не влюбленной группы исследования происходит более высокая оценка таких эмоций как горе, гнев, отвращение и презрение.

Полученные результаты исследования позволяют сделать вывод, что люди не находящиеся в стадии влюбленности наиболее сильно предрасположены проявлять гневные эмоции и поддаваться влиянию негативных эмоций. Подобный результат может быть связан с тем, что люди проживают и отражают негативные эмоции внутри себя, у них нет человека, который поможет регулярно справляться с подобными негативными эмоциями.

Последним является индекс «ТДЭМ», который включает в себя тревожные эмоции, а именно страх, стыд и вину. Влюбленные участники исследования отмечают, что у них слабо выражены проявления данной группы эмоций, когда как у противоположной группы данная характеристика умеренно и незначительно выражена. Большая часть группы отметила, что у них выражен страх как одна из основных тревожных эмоций. Исходя из данного анализа можно определить, что участники исследования, у которых не наблюдается проявления влюбленности, тревожность в виде страха является одной из часто наблюдаемых эмоций. Когда как у влюбленных участников исследования на незначительном уровне проявляются каждая из эмоций и не формируют их эмоциональное состояние.

Таким образом, результаты методики К. Изарда характеризуют, что влюбленные и не влюбленные люди проявляют ряд разнообразных эмоций. У влюбленных людей через выстраивания отношений можно наблюдать проявленность интереса, удивления, радости в большей степени, чем у не влюбленных людей. У людей, не испытывающих влюбленность более часто отражаются устойчивые индивидуальные переживания тревожно-депрессивного комплекса эмоций.

В ходе данного исследования было выявлено, что довольно часто страсть как компонент любви и составляющая влюбленности может оказывать негативное влияние на человека. Специально для этого был подобран тест Ч.Д. Спилбергера в модификации Ю.Л. Ханиной, позволяющий определить уровень тревожности участников исследования. В таблицах 5, а также таблицах Г.1, Г.2 (Приложение Г) отображены полученные результаты по данному тесту.

Таблица 5 – Средне-групповые результаты тревожности по тесту Ч.Д. Спилбергера в модификации Ю.Л. Ханиной

Название параметра	Уровень тревожности (среднее значение)			U-критерий Манна-Уитни
	Влюбленные	Не влюбленные	U	P
Ситуативная тревожность	30,1	33,3	130,5	0,061
Личностная тревожность	28,2	32,6	112,5	0,018

Рассматривая полученные результаты из таблицы 5 можно сделать следующий вывод. Тревожность проявляется у обеих групп примерно одинаково, не влюбленные люди испытывают более высокую ситуативную тревожность. Однако, U-критерий Манна-Уитни не показал значимых различий между двумя выборками, поэтому можно говорить о том, что участники исследования примерно одинаково переживают напряжение, беспокойство, озабоченность чем-либо (Приложение И, таблицы И.1, И.2).

Данные чувства являются для них общими с точки зрения их воздействия. Несмотря на это влюбленные люди показали меньшие значения проявленности тревожности. Данный показатель находится в пределах низкого уровня, когда как у не влюбленных пар данный показатель отображает умеренный уровень тревожности.

Изучая личностную тревожность участников исследования, можно определить, что по данной шкале наблюдаются различия между двумя

выборками. Влюбленные люди не выражают личностную тревожность, в то время как у противоположной группы исследования можно отметить наличие умеренного уровня личностной тревожности. Личностную тревожность можно охарактеризовать как склонность воспринимать достаточно широкий «веер» ситуаций как угрожающие, отвечая на каждую из них определенной реакцией. Именно подобная реакция может наблюдаться у людей, которые не находятся в состоянии влюбленности. Данный уровень тревожности можно сравнить с полученными результатами по шкале К. Изарда, именно тревожные эмоции довольно ярко выделялись у данной группы исследования.

Отдельно необходимо обратить внимание на U-критерий Манна-Уитни, который демонстрирует, что между влюбленными и не влюбленными участниками исследования наблюдаются качественные различия по показателям личностной тревожности. Таким образом, можно говорить о том, что у влюбленных людей тревожность не является ведущим психологическим состоянием, в отличие от людей, не состоящих в отношениях и в состоянии влюбленности.

Последний этап диагностики заключался в том, чтобы определить доминирующее состояние участников исследования по методике Л.В. Куликова.

Результаты по методике «Определение доминирующего состояния, ДС-6» Л.В. Куликова отображены на диаграмме (рисунок 6), а также в таблицах Д.1, Д.2 (Приложение Д).

Рассмотрим полученные результаты доминирующего состояния участников обеих групп по каждой шкале: «АК», «ТО», «СП», «УС», «УД», «ПО».

Шкала «АК» – активное-пассивное отношение к жизненной ситуации у влюбленных людей находится на нормальном уровне и характеризуется оптимистичным отношением к текущей жизненной ситуации, способность и желание преодолевать ряд препятствий.

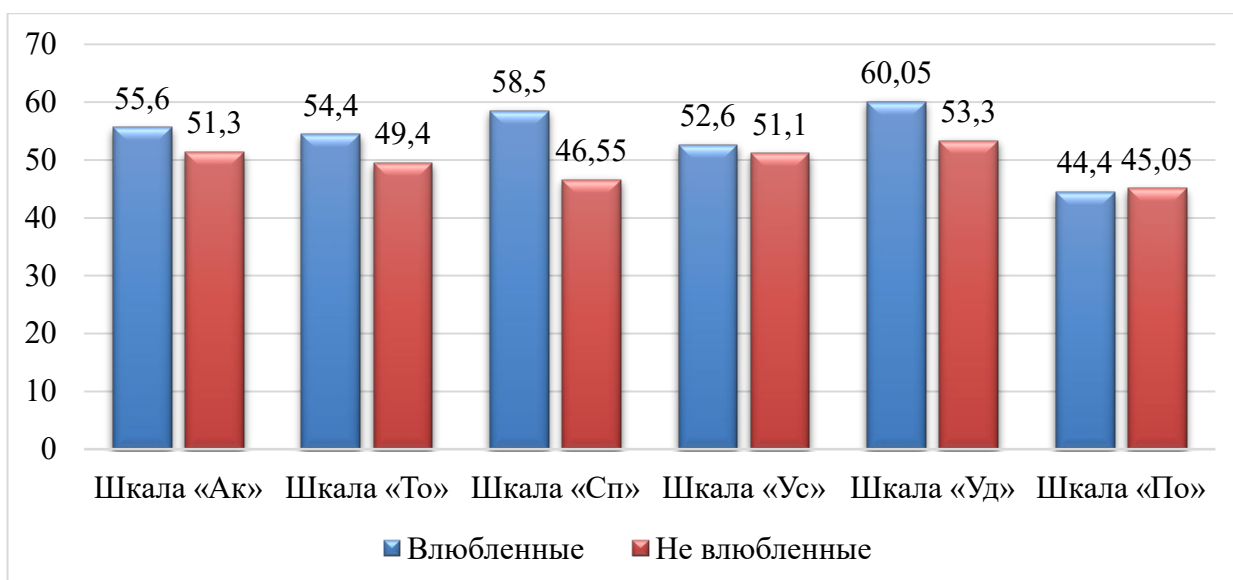


Рисунок 6 – Средне-групповые результаты проявленности доминирующего состояния

Влюбленность формирует в человеке ряд качеств и способностей, которые придают ему дополнительные силы в других сферах жизни. Именно ее отсутствие и демонстрирует результаты участников, которые не влюблены. Они более пассивны при принятии какого-либо решения или в целом не ставят себе цель быть чрезмерно оптимистичными. Однако, уровень по данной шкале также находится в пределах нормы.

Следующая шкала «ТО» – высокий или низкий тонус у влюбленных находится на нормальном уровне развития, характеризует их состояние через внутреннюю собранность и запас энергии. У участников противоположной группы уровень находится ниже среднего, их состояние тонуса можно охарактеризовать как усталость, вялость, инертность. Данная группа людей не так активна и в целом не хочет тратить силы на какую-либо деятельность. По данной шкале уже заметны различия в доминирующих состояниях.

По шкале «СП» – спокойствие-тревога у группы, находящейся в состоянии влюбленности, наблюдается довольно резкий скачок, который направлен к высокому уровню проявленности. Данный результат характеризуется большой уверенностью в своих силах и возможностях, чем у большинства других людей. В группе людей, которые не испытывают

влюбленность можно отметить снова движение к низкому уровню, участники испытывают определенное беспокойство в жизненных ситуациях, у них есть ряд причин, которые терзают их психическое состояние.

Следующая шкала «УС» – устойчивость-неустойчивость эмоционального фона. Анализируя полученные результаты, можно сделать вывод, что оба коллектива имеют тенденцию к снижению эмоциональной устойчивости. Влюбленные люди быстрее возбуждаются, их настроение может быть изменчиво, в частности это касается результатов той группы влюбленных, которые сейчас находятся на расстоянии. Подобный результат отображен в противоположной группе, участники исследования отмечают, что раздражительность повышена, как и тревожность. Данный результат коррелирует с тем, что у не влюбленной группы наблюдается тревога как одно из ведущих состояний.

Одной из важнейших шкал является «УД» – удовлетворенность-неудовлетворенность жизнью в целом. Полученные результаты влюбленной группы позволяют сделать вывод, что они удовлетворены своей текущей жизнью. Средне-групповой балл впервые показывает высокие результаты, которые можно описать как удовлетворенность жизнью, самореализацией, отношениями. Человек ощущает способность брать на себя ответственность и возможность делать свой выбор, в котором слышен голос собственного «Я». У участников исследования, которые не обладают чувством влюбленности в текущий момент можно отметить среднюю оценку удовлетворенности жизни, она является нормой, однако, исходя из предыдущих шкал, можно понять, что у участников существует ряд трудностей, страхов и тревог, которые снижают удовлетворенность жизни.

Последняя шкала «ПО» – положительный-отрицательный образ самого себя. Результаты обеих групп указывают на то, что участники исследования искренне отвечали на предложенные вопросы, они стараются адекватно оценивать себя, не завышать и не занижать собственные силы, способности и качества.

Таким образом, методика Л.В. Куликова формирует понимание о том, какие доминирующие состояния проявляются у людей с влюбленностью и ее отсутствием. Полученные результаты эмпирического исследований позволяют сделать вывод, что влюбленность – это целый комплекс переживаемых эмоций, как негативных, так и позитивных. Это творческая созидательная деятельность спровоцированная, рационально необъяснимой эмоциональной заинтересованностью в другом объекте. Это желание быть воспринимаемым этим объектом, отразиться в его мировосприятии и в этом отражении найти свою целостность [2].

С целью изучения особенностей влияния влюбленности на эмоциональное состояние человека в ходе эмпирического исследования были получены статистические данные по 4 методикам:

- методика № 1 – Шкалы страсти и привязанности «Infatuation and Attachment Scales, IAS» (Приложение Е, таблица Е.1, таблица Е.2);
- методика № 2 – «Дифференциальные шкалы эмоций» К. Изард (Приложение Ж, таблица Ж.1, таблица Ж.2, таблица Ж.3);
- методика № 3 – «Тест тревожности» Ч.Д. Спилбергера – Ю.Л. Ханина (Приложение И, таблица И.1, таблица И.2);
- методика № 4 – «Определение доминирующего состояния, ДС» Л.В. Куликов (Приложение К, таблицы К.1-К.6).

Данные были обработаны, проанализированы и послужили основанием для определения особенностей влияния влюбленности на поведение и эмоциональное состояние человека.

Во-первых, необходимо отметить, что влюбленный человек направляет собственное поведение на получение положительных эмоций, чем те, кто не находится в состоянии влюбленности. Влюбленность активизирует в человеке ряд эмоциональных и чувственных механизмов, он становится более открытым, добрым, уверенным в себе, его интересует ряд новых направлений, через выстраивание взаимоотношений он изучает партнера, поэтому и происходит развитие ряда положительных эмоций.

Во-вторых, важно выделить тот факт, что влюбленность оказывает влияние и на проявление негативных эмоций, а точнее на способность прорабатывать их. В ходе исследования было выявлено, что влюбленные люди не выражают личностную тревожность в той степени, в которой это наблюдается у не влюбленных людей. Влюбленные люди обладают высоким жизненным тонусом, который помогает им адаптироваться под ряд негативных факторов.

В-третьих, влюбленность формирует активное отношение к жизни. Результаты исследования продемонстрировали, что у влюбленных людей наблюдается оптимистичное отношение к текущей жизненной ситуации. Влюбленность формирует в человеке ряд качеств и способностей, которые придают ему дополнительные силы в других сферах жизни.

В-четвертых, влюбленность является полярной характеристикой, именно это было обнаружено в ходе исследования, влюбленные люди имеют тенденцию к снижению эмоциональной устойчивости. Они быстрее возбуждаются, их настроение может быть изменчиво, в частности это касается влюбленных, которые находятся на расстоянии.

В-пятых, результаты тестирования определили, что влюбленность формирует удовлетворенность собственной жизни. На данном отрезке влюбленные люди получают удовольствие от жизни, от самореализации, причем их удовлетворенность находится на самом высоком уровне среди всех доминирующих состояний, в то время как у людей, не находящихся в состоянии любви данное состояние находится норме и не демонстрирует резких эмоциональных изменений, их поведенческие реакции менее импульсивные.

Заключение

Эмпирическое исследование, направленное на изучение влияния влюбленности на формирование поведения и эмоционального состояния человека на практике, показало значимость подобных работ, поскольку в ходе исследования было выявлено, что люди, находящиеся в состоянии влюбленности совершенно по-другому ощущают собственное эмоциональное и психологическое состояние, их эмоциональный фон значительно меняется под воздействием романтических отношений.

В ходе проведенного экспериментального исследования нами было определено понятие «влюбленность», разработанная анкета помогла лучше рассмотреть социальные особенности участников исследования и сопоставить полученные результаты с экспериментальными данными.

Диагностическое исследование позволило достичь поставленной цели, результаты показали, что влюбленность оказывает влияние на формирование поведения и на эмоциональное состояние человека.

Была достигнута поставленная цель эмпирического исследования, полученные результаты позволяют детально изучить как влюбленность оказывает влияние на формирование поведения и эмоционального состояния человека.

Влюбленность формирует удовлетворенность собственной жизни. На данном отрезке влюбленные люди получают удовольствие от жизни, от самореализации, причем их удовлетворенность находится на самом высоком уровне среди всех доминирующих состояний, в то время как у людей, не находящихся в состоянии любви данное состояние находится норме и не демонстрирует резких эмоциональных изменений, их поведенческие реакции менее импульсивные.

Таким образом, можно отметить качественное влияние исследования на поставленную гипотезу. Полученные и обработанные результаты исследования определили, что люди, находящиеся в состоянии

влюбленности отличаются преобладанием положительных эмоций, более низким уровнем личностной тревожности, в них преобладает активное отношение к жизненной ситуации, спокойствие и более высокая оценка удовлетворенностью жизнью по сравнению с людьми, не находящимися в состоянии влюбленности. Однако, важно изучить тот факт, что влюбленность является полярной характеристикой, именно это было обнаружено в ходе исследования, влюбленные люди имеют тенденцию к снижению эмоциональной устойчивости. Они быстрее возбуждаются, их настроение может быть изменчиво, в частности это касается влюбленных, которые находятся на расстоянии. Таким образом, результаты экспериментального исследования демонстрируют уникальность влюбленности как человеческого феномена, который не в полной степени раскрыт.

Данная работа указывает на перспективы дальнейшего изучения влюбленности и его влияния на формирование эмоционального и психического состояния человека. Именно поэтому необходимо продолжать исследовать особенности влияния влюбленности в практической и профессиональной деятельности.

Список используемой литературы

1. Большая медицинская энциклопедия. Акционерное общество «Советская энциклопедия», 1931. 26 с.
2. Блонский П. П. Проблема реальности у Беркли. Изд-е 2-е. М. : Книжный дом «Либроком», 2009. 160 с.
3. Век В. В. Влюбленность и любовь, как объект научного исследования. Монография. М. : Наука, 2015. 240 с.
4. Духновский С. В. Доминирующее психическое состояние и настроение субъектов с разными видами отношения к себе как профессионалу // Вестник Кемеровского государственного университета. 2021. Т. 23. № 1. С. 166-173.
5. Джон. А. Стили любви. Издательство: Счеты, 1976. 240 с.
6. Елисеев О. П. Практикум по психологии личности. СПб., 2003. 226 с.
7. Изард К. Э. Психология эмоций. Пер. с англ. СПб. : Питер, 2000. 464 с.
8. Ильин Е. П. Психология любви. СПб. : Питер, 2013. 336 с.
9. Качиоппо С. Там, где рождается любовь. Нейронаука о том, как мы выбираем и не выбираем друг друга. М. : ООО Мани Иванов Фербер, 2023. 213 с.
10. Лакан Ж. Стадия зеркала и ее роль в формировании функции Я // Журнал психоанализа. 1949. 89-97 с.
11. Меньшиков М. О. О любви. Издательство: Книгоиздатель, 1899. 229 с.
12. Маслоу А. Мотивация и личность. СПб. : Питер, 2014. 352 с.
13. Новая философская энциклопедия: в 4 т. / Ин-т философии Российской акад. наук, Национальный общественно-научный фонд; науч.-ред. совет: В. С. Степин. М. : Мысль, 2010. 27 с.

14. Психометрические свойства русскоязычной версии шкалы страсти к делу Р. Валлеранда / А. А. Золоторева, Л. А. Марчук, А. А. Лебедева, А. А. Фам // Организационная психология. Москва: ВШЭ, 2022. С. 51–70.
15. Фрейд З. Очерк по теории сексуальности. Перевод В. Желнинов. М. : АСТ, 2022. 320 с.
16. Фрейд А. Введение в детский психоанализ. Норма и патология детского развития. «Я» и механизмы защиты. Минск : Поппури, 2010. 448 с
17. Фромм Э. Искусство любить. Издательство: Альпина, 2016. 218 с.
18. Ханина Ю. Л. Краткое руководство к шкале реактивной и личностной тревожности Ч. Д. Спилбергера. Ленинград, 1976. 18 с.
19. Христославенко Е. Р. Идеализация партнера как следствие любовной зависимости, причины и последствия. // Молодой ученый. 2022. № 27 (422). С. 154–155.
20. Хорни. К. Психология женщины. Переизд. М. : Наука, 2012. 352 с.
21. Хэтфилд Э. Психология любви [Электронный ресурс] // WikiReading. URL: <https://psy.wikireading.ru/13610> (дата обращения: 12.08.2024).
22. Чепмен Г. Пять языков любви. Пер. Будина Н. Издательство: Библия для всех, 2013. 192 с.
23. Щербатых Ю. В. Психология секса и любви. М. : Наука и жизнь, 2011. 320 с.
24. Эриксон Э. Детство и общество. СПб. : Питер, 2019. – 448 с.
25. Hatfield E. Passionate love: New directions in research. *Advances in Personal Relationships*. 1987. №1. P. 109–139.
26. Sandra J. E. Langeslag (2013). Measuring Romantic Love: Psychometric Properties of the Infatuation and Attachment Scales. *Journal of sex research*. №50(8). 2013. P. 739–747.

Приложение А

Анкета для участников исследования

Уважаемый респондент!

Просим Вас принять участие в исследовании!

Просим отвечать искренне, анкетирование носит анонимный характер и результаты будут представлены в обобщенном виде без указания фамилий.

1. Укажите Ваш возраст.

Ответ: _____

2. Укажите Ваш пол.

– Мужской.

– Женский.

3. В настоящий момент Вы влюблены?

– Да, влюблен.

– Нет, не влюблен

4. Ваша влюбленность взаимна?

– Да.

– Нет.

5. Находитесь ли Вы в вынужденной разлуке прямо сейчас?

– Да, нахожусь.

– Нет, не нахожусь.

6. Находитесь ли Вы сейчас в ссоре со своим возлюбленным/возлюбленной

Приложение Б

Результаты по шкале страсти и привязанности

Таблица Б.1 – Средне-групповые результаты проявленности страсти и привязанности у участников исследования

Средне-групповые значения страсти		Средне-групповые значения привязанности	
Влюбленные	Не влюбленные	Влюбленные	Не влюбленные
3,6	2,9	5,1	2,4
4	2,4	5,2	2,4
4,4	2,9	5,2	2,4
4,6	3	5,2	2,2
4,9	2,6	5,3	1,9
4,4	3,6	5,6	2
4,1	3	5,3	1,9
3,7	3,7	5,3	2,2
3,9	4,1	5,3	2,3
4,3	3,7	5,4	2,4
4,6	4,3	5,2	2,7
4,9	3,9	5,5	2,5
5	3,1	5,6	2,4
4,7	3,3	5,4	2,1
4,9	3	5,2	2,2
4,4	3,1	5,3	2
3,9	3,4	5,5	2,1
4,1	3	5,5	2,2
3,7	3,3	5,9	2,2
3,7	2,9	5,8	2,1

Приложение В

Результаты по методике «Дифференциальные шкалы эмоций»

Таблица В.1 – Результаты проявленности различных эмоций у участников исследования

№ уч-шк.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Ин.	11	12	10	9	11	10	9	9	11	10	12	11	10	9	9	8	9	9	10	11
Рад.	10	12	12	12	10	9	10	9	12	12	9	9	9	9	10	11	12	13	14	12
Уд.	6	5	6	7	6	6	5	4	6	5	5	4	4	4	4	5	6	7	8	8
Г.	6	7	8	9	6	7	8	10	7	6	5	5	4	6	7	8	4	3	4	3
Гн.	4	3	4	4	5	6	5	4	7	5	4	4	5	6	6	5	4	6	5	6
Отв.	2	3	2	3	2	1	2	1	2	3	2	3	2	2	3	2	1	2	2	2
Пр.	3	5	4	3	5	5	5	4	3	5	3	3	2	2	3	4	4	4	5	5
Ст.	5	3	4	5	6	6	7	5	4	6	6	5	4	5	6	7	5	7	8	8
Ст.	2	3	3	3	3	4	4	3	2	2	3	4	4	5	4	3	2	1	3	4
В.	2	2	3	3	2	3	4	4	3	2	1	1	1	1	2	2	2	3	4	5

Таблица В.2 – Результаты проявленности различных эмоций у участников исследования

№ уч-шк.	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0
Ин.			1								1				1					
	6	7	0	6	7	6	5	8	9	9	0	5	6	7	0	7	6	7	8	9
Рад.	1					1	1	1	1					1	1					
	0	9	8	8	7	0	1	2	0	9	8	8	9	1	0	9	8	7	8	6
Уд.	5	5	6	7	8	5	4	3	3	3	8	9	4	5	6	7	7	8	8	7
Г.						1					1	1	1			1	1			
	5	6	7	8	9	0	8	7	6	8	1	2	0	9	9	0	0	8	9	9
Гн.					1	1							1	1						
	7	7	8	9	1	0	8	8	7	8	9	9	1	0	8	7	6	5	5	4
Отв.																				
	3	2	1	1	2	2	2	1	1	1	1	2	3	4	4	4	3	2	2	2
Пр.	3	4	2	3	4	5	4	3	2	4	5	5	4	4	6	5	5	5	5	6
Ст.			1				1	1	1				1	1	1	1			1	1
	8	9	0	8	9	9	0	1	2	8	9	9	1	2	3	0	9	9	1	2
Ст.	1	5	5	4	3	3	2	2	3	4	5	6	6	4	3	2	1	2	3	4
В.	4	2	2	3	4	3	2	1	2	3	3	2	1	3	3	2	2	2	2	3

Приложение Г Результаты тревожности

Таблица Г.1 – Результаты тревожности у участников исследования

№ уч- шк .	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
СТ .	24	25	26	22	23	33	38	32	25	21	27	22	29	38	39	42	32	44	31	30
ЛТ .	22	20	23	22	24	30	31	29	26	22	23	21	30	34	35	39	30	40	31	33

Таблица Г.2 – Результаты тревожности у участников исследования

№ уч. - шк	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
СТ	31	28	26	31	33	36	40	41	36	32	33	36	33	30	27	37	33	31	39	37
ЛТ	35	30	29	33	30	36	41	39	33	32	30	34	32	30	28	33	30	30	35	33

Приложение Д

Результаты доминирующего состояния

Таблица Д.1 – Результаты проявленности доминирующего поведения у участников исследования

№ уч-шк	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
«Ак»	61	64	55	54	54	55	65	45	43	45
«То»	62	60	55	54	57	52	62	50	49	55
«Сп»	62	66	58	53	59	59	66	58	51	59
«Ус»	51	53	55	51	56	50	61	48	48	53
«Уд»	60	61	60	62	58	59	62	59	56	61
«По»	45	45	46	48	43	45	40	47	42	44
№ уч-шк	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
«Ак»	55	51	57	53	59	64	62	65	52	53
«То»	50	46	58	47	54	63	60	54	50	50
«Сп»	59	49	60	53	61	65	61	60	57	54
«Ус»	52	51	50	47	50	56	62	58	51	49
«Уд»	59	55	60	56	62	66	64	66	59	56
«По»	45	46	47	45	45	41	42	43	44	45

Таблица Д.2 – Результаты проявленности доминирующего поведения у участников исследования

№ уч.-шк	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
«Ак»	46	50	52	55	49	48	50	44	40	51
«То»	50	51	50	48	41	49	50	44	44	50
«Сп»	51	51	46	43	42	43	47	41	42	50
«Ус»	50	51	53	52	51	49	51	45	47	52
«Уд»	53	52	53	52	55	50	53	49	50	55
«По»	40	51	45	44	45	47	50	49	50	51
№ уч.-шк	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
«Ак»	53	58	44	51	55	54	58	60	53	55
«То»	51	57	40	48	51	51	55	58	49	51
«Сп»	51	52	48	44	47	47	50	47	42	47
«Ус»	50	53	49	51	55	49	53	55	52	54
«Уд»	53	55	51	50	58	53	59	60	51	54
«По»	44	45	43	45	42	41	40	43	42	44

Приложение Е

Описательная статистика «Страсть и привязанность»

Таблица Е.1 – Описательная статистика по шкале «страсть»

Страсть	Влюбленные	Не влюбленные
Sum of ranks:	1681	1094
Mean of ranks:	44.24	30.39
Expected sum of ranks:	1425	1350
Expected mean of ranks:	37.5	37.5
U-value:	428	940
Z-Score	2.76317	

Таблица Е.2 – Описательная статистика по шкале «привязанность»

Привязанность	Влюбленные	Не влюбленные
Sum of ranks:	2047	1034
Mean of ranks:	51,18	27,21
Expected sum of ranks:	1580	1501
Expected mean of ranks:	39,5	39,5
U-value:	293	1227
Z-Score	4.66345	

Приложение Ж

Описательная статистика по методике «Дифференциальная шкала эмоций»

Таблица Ж.1 – Описательная статистика по шкале «ПЭМ»

ПЭМ	Влюбленные	Не влюбленные
Sum of ranks:	4220	3040
Mean of ranks:	70,33	50,67
Expected sum of ranks:	3630	3630
Expected mean of ranks:	60,5	60,5
U-value:	1210	2390
Z-Score	3.09407	

Таблица Ж.2 – Описательная статистика по шкале «НЭМ»

НЭМ	Влюбленные	Не влюбленные
Sum of ranks:	5606	7274
Mean of ranks:	70,08	90,92
Expected sum of ranks:	6440	6440
Expected mean of ranks:	80,5	80,5
U-value:	4034	2366
Z-Score	-2.84442.	

Таблица Ж.3 – Описательная статистика по шкале «ТДЭМ»

ТДЭМ	Влюбленные	Не влюбленные
Sum of ranks:	3351,5	3908,5
Mean of ranks:	55,86	65,14
Expected sum of ranks:	3630	3630
Expected mean of ranks:	60,5	60,5
U-value:	2078,5	1521,5
Z-Score	-1.45912	

Приложение И

Описательная статистика по шкале тревожности

Таблица И.1 – Описательная статистика по шкале «ситуативная тревожность»

Ситуативная тревожность	Влюбленные	Не влюбленные
Sum of ranks:	340,5	479,5
Mean of ranks:	17,02	23,98
Expected sum of ranks:	410	410
Expected mean of ranks:	20,5	20,5
U-value:	269,5	130,5
Z-Score	-1.86646.	

Таблица И.2 – Описательная статистика по шкале «личностная тревожность»

Личностная тревожность	Влюбленные	Не влюбленные
Sum of ranks:	322,5	497,5
Mean of ranks:	16,12	24,88
Expected sum of ranks:	410	410
Expected mean of ranks:	20,5	20,5
U-value:	287,5	112,5
Z-Score	-2.35336	

Приложение К

Описательная статистика по методике «Доминирующее состояние»

Таблица К.1 – Описательная статистика по шкале «АК»

Шкала «АК»	Влюбленные	Не влюбленные
Sum of ranks:	490	330
Mean of ranks:	24,5	16,5
Expected sum of ranks:	410	410
Expected mean of ranks:	20,5	20,5
U-value:	120	280
Z-Score	2.15048	

Таблица К.2 – Описательная статистика по шкале «ТО»

Шкала «ТО»	Влюбленные	Не влюбленные
Sum of ranks:	506	314
Mean of ranks:	25,3	15,7
Expected sum of ranks:	410	410
Expected mean of ranks:	20,5	20,5
U-value:	104	296
Z-Score	2.5832	

Таблица К.3 – Описательная статистика по шкале «СП»

Шкала «СП»	Влюбленные	Не влюбленные
Sum of ranks:	599	221
Mean of ranks:	29,95	11,05
Expected sum of ranks:	410	410
Expected mean of ranks:	20,5	20,5
U-value:	11	389
Z-Score	5.09894	

Таблица К.4 – Описательная статистика по шкале «УС»

Шкала «УС»	Влюбленные	Не влюбленные
Sum of ranks:	435,5	384,5
Mean of ranks:	21,78	19,23
Expected sum of ranks:	410	410
Expected mean of ranks:	20,5	20,5
U-value:	174,5	225,5
Z-Score	0.67625	

Продолжение Приложения К

Таблица К.5 – Описательная статистика по шкале «УД»

Шкала «УД»	Влюбленные	Не влюбленные
Sum of ranks:	586,5	233,5
Mean of ranks:	29,32	11,68
Expected sum of ranks:	410	410
Expected mean of ranks:	20,5	20,5
U-value:	23,5	376,5
Z-Score	4.76082	

Таблица К.6 – Описательная статистика по шкале «ПО»

Шкала «ПО»	Влюбленные	Не влюбленные
Sum of ranks:	455	365
Mean of ranks:	22,75	18,25
Expected sum of ranks:	410	410
Expected mean of ranks:	20,5	20,5
U-value:	155	245
Z-Score	1.20373	