

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
НАЦІОНАЛЬНИЙ АВІАЦІЙНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ФАКУЛЬТЕТ ЛІНГВІСТИКИ ТА СОЦІАЛЬНИХ КОМУНІКАЦІЙ  
КАФЕДРА ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ОСВІТИ

ДОПУСТИТИ ДО ЗАХИСТУ

Завідувач випускової кафедри

\_\_\_\_\_ Ельвіра ЛУЗІК

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2022 р.

**ДИПЛОМНА РОБОТА**  
**(ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА)**

ЗДОБУВАЧА ОСВІТНЬОГО СТУПЕНЯ «БАКАЛАВР»

Галузь знань: 05 Соціальні та поведінкові науки

Спеціальність 053 «Психологія»

Освітньо-професійна програма «Практична психологія»

**Тема: «Гендерні особливості любовних переживань в юнацькому віці»**

Виконавець: студентка групи ПП-426 Забава Юлія Геннадіївна

Керівник: старший викладач Патруль Марія Вікторівна

Нормоконтролер: \_\_\_\_\_

(підпис)

Тамара МИХЕСВА

Київ 2022

НАЦІОНАЛЬНИЙ АВІАЦІЙНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
Факультет лінгвістики та соціальних комунікацій  
Кафедра педагогіки та психології професійної освіти  
Галузь знань 05 Соціальні та поведінкові науки  
Спеціальність 053 «Психологія»  
ОПП «Практична психологія»

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри

\_\_\_\_\_ Ельвіра ЛУЗІК

« » \_\_\_\_\_ 2022 р.

## **ЗАВДАННЯ**

### **на виконання дипломної роботи**

Забава Юлії Геннадіївни

1. Тема дипломної роботи «Гендерні особливості любовних переживань в юнацькому віці» затверджена наказом ректора від 10.05.2022 №487/ст.

2. Термін виконання роботи: з 05.01.2022 до 24.05.2022 р.

3. Вихідні дані до роботи: робота складається зі вступу, двох розділів, висновків до першого та другого розділу, загальних висновків, списку використаних джерел та додатків загальним обсягом 47 сторінки, з них обсяг основного тексту 35 сторінок, список використаних джерел нараховує 26 позиції. Вибірка: юнаки та дівчата, віком від 18-23 років, які знаходяться у стані любовного переживання.

4. Зміст пояснювальної записки: дипломна робота складається з двох розділів . Перший розділ присвячений теоретичному вивченню гендерних особливостей любовних переживань в юнацькому віці та має три підрозділи. Другий розділ присвячений емпіричному вивченню гендерних особливостей любовних й складається з 3 підрозділів.

5. Перелік обов'язкового графічного матеріалу: дипломна робота містить 6 таблиці, 8 рисунків.

## 6. Календарний план-графік

№ пор.	Завдання	Термін виконання	Відмітка про виконання
1.	Опрацювання та реферування літератури з теми дослідження. Визначення об'єкта і предмета дослідження	07.02.2022	05.01.2022
2.	Формулювання теми, мети, завдань дослідження. Написання вступу. Складання попереднього плану роботи. Узгодження з керівником	21.02.2022	14.01.2022
3.	Написання першого розділу. Подання керівникові на перевірку	04.04.2022	06.04.2022
4.	Написання другого розділу. Подання керівникові на перевірку	16.05.2022	02.05.2022
5.	Оформлення роботи. Подання керівникові на перевірку	20.05.2022	24.05.2022
6.	Попередній захист дипломної роботи	27.05.2022	27.05.2022
7.	Опрацювання зауважень і виправлення недоліків	03.06.2022	31.05.2022
8.	Подання остаточного варіанта роботи на кафедру для перевірки на академічну доброчесність	06.06.2022	
9.	Подання дипломної роботи на рецензування	07.06.2022	
10	Захист роботи	15-17.06.2022	

7. Дата видачі завдання: «07» лютого 2022 р.

Керівник дипломної роботи \_\_\_\_\_ Патруль М.В.  
(підпис керівника) (П.І.Б.)

Завдання прийняв до виконання \_\_\_\_\_ Забава Ю.Г.  
(підпис випускника) (П.І.Б.)

## РЕФЕРАТ

Пояснювальна записка до дипломної роботи «Гендерні особливості любовних переживань в юнацькому віці» вміщує 47 сторінки, 8 рисунків, 6 таблиці, 23 літературних джерела, 3 додатки.

**Об'єкт дослідження:** любовні переживання як психологічний феномен.

**Предмет дослідження:** гендерні особливості любовних переживань в юнацькому віці.

**Мета дослідження:** теоретично обґрунтувати та емпірично вивчити гендерні особливості любовних переживань в юнацькому віці.

**Завдання дослідження:**

1. Здійснити теоретичний аналіз вітчизняної та зарубіжної наукової літератури, присвяченій феномену «любовних переживань».
2. Виявити психологічні особливості любовних переживань в юнацькому віці.
3. Підібрати психодіагностичний інструментарій для вивчення гендерних особливостей любовних переживань в юнацькому віці.
4. Виявити гендерні особливості любовних переживань в юнацькому віці.

Основними **методами** дослідження були:

1. Теоретичні методи: аналіз, синтез, систематизація та узагальнення;
2. Психодіагностичні методики: «Шкала любовних відносин» К. і С. Хендрік, адаптована Т. Л. Крюкової, О. А. Екімчік; Опитувальник «RAQ» (The Relational Assessment Questionnaire); тест міжособистісних відносин Лірі.
3. Статистичні методи: метод кореляційного аналізу (критерій Т-критерій Стьюдента).

**Практична значущість** дипломної роботи полягає у можливості використання матеріалів та висновків в подальшому вивченні проблеми любовних переживань; при розробці психокорекційних програм для роботи з юнаками та дівчатами, які переживають любовні кризи; при підготовці начальних тренінгів з успішної побудови міжособистісних стосунків з партнером.

**Наукова новизна** полягає в тому, що в ході дослідження було уточнено та розширено уявлення про любовні переживання у юнацькому віці; емпірично досліджено гендерні особливості любовних переживань у юнацькому віці.

ЛЮБОВНІ ПЕРЕЖИВАННЯ, ГЕНДЕРНІ ОСОБЛИВОСТІ, КОХАННЯ,  
ЮНАЦЬКИЙ ВІК, СТИЛІ ЛЮБОВНИХ ВІДНОСИН, ОЦІНКА СТОСУНКІВ

## ЗМІСТ

ВСТУП .....	7
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ ГЕНДЕРНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЛЮБОВНИХ ПЕРЕЖИВАТЬ.....	10
1.1. Теоретичні аспекти дослідження феномену «любовних переживань».....	10
1.2. Психологічні особливості любовних переживань в юнацькому віці...	17
1.3. Гендерні відмінності любовних переживань у юнацькомц віці.....	18
Висновки до першого розділу .....	21
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ГЕНДЕРНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЛЮБОВНИХ ПЕРЕЖИВАТЬ У ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ.....	22
2.1. Методика та організація емпіричного дослідження гендерних особливостей любовних переживань у юнацькому віці.....	22
2.2. Аналіз особливостей любовних переживань у юнаків та дівчат.....	26
2.3. Аналіз результатів дослідження гендерних особливостей любовних переживань в юнацькому віці.....	31
2.4. Практичні рекомендації щодо вдалого подолання любовних переживань.....	34
Висновки до другого розділу.....	35
ВИСНОВКИ .....	37
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	40
ДОДАТКИ.....	43

## ВСТУП

**Актуальність дослідження:** один з найважливіших феноменів у відносинах між чоловіком та жінкою є - кохання. Не дивлячись на романтичність почуття, іноді кохання дає негативні наслідки, що в свою чергу впливають на психологічний стан людини. Молодь (юні дівчата та хлопці) не маючи потрібного досвіду часто драматизують і ідеалізують відносини, що в подальшому може нести важкі психологічні проблеми, а саме: переживання після розірвання стосунків.

Ця тема є актуальною, бо нажаль, в освітніх закладах дітей не навчають поверхневим знанням про взаємовідносини між чоловіком та жінкою, саме тому все здобувається на власному досвіді. Який в свою чергу не завжди позитивний. Тому у нашій роботі, ми прагнемо висвітлити біологічну природу любові та причини виникнення любовних переживань у дівчат та хлопців, що в свою чергу через гендерні відмінності мають відмінності та особливості.

На даному етапі у сучасній немає єдиної теоретичної бази щодо любовних переживань яка б давала конкретне уявлення любовного переживання. Однак роботи З.Фрейда, В.Франкла, К.Хорни та інших вчених свідчать про різноманітність відносин та переживань викликаних коханням. Також даному феномену присвячено деяка кількість емпіричних досліджень (Р.Стернберг, 1886, С.і.К Хендрик, 1980).

На сьогоднішній день у психології все більше акцентують увагу на вивченні гендерних відмінностях любовних переживань юнаків та дівчат. Традиційні погляди на функції юнаків та дівчат у соціумі змінилися. Юнаки та дівчата пізнають нові види діяльності, проявляють себе у різних соціальних ролях, формуючи при цьому виняткове відношення до любовної взаємодії з протилежною статтю орієнтуючись на свої потреби та пріоритети. Інтимно-особистісна сфера являється головним каталізатором для самореалізації розкриття особистісних ресурсів, розуміння свого зв'язку з партнером.

Взаємовідносини юнаків та дівчат являють собою основу стабілізації життя в соціумі, від даних відносин залежить успішність функціонування у шлюбі, сім'ї, соціалізація дітей і перш за все щастя у шлюбі.

Наша робота актуальна у зв'язку зі зміною гендерних стереотипів і нечіткістю гендерних кордонів. Важливість вивчення гендерних характеристик особистості виявляється у уявленні особливостей людей різних гендерних типів і в усуненню недорозумінь у любовних відносинах дівчат та юнаків у співвідношенню з їх зміненими гендерними установками.

Теоретичні положення про гендерні особливості та гендерні зміни у суспільстві представлені у наукових працях таких авторів: І.Кон, С.Бем, Р.Столлер, П.Бергер, Т.Лукман, О.Вороніна.

Отже, з огляду на актуальність теми дослідження нами була обрана тема дипломної роботи «Гендерні особливості любовних переживань в юнацькому віці».

**Об'єкт дослідження:** любовні переживання як психологічний феномен.

**Предмет дослідження:** гендерні особливості любовних переживань в юнацькому віці.

**Мета дослідження:** теоретично обґрунтувати та емпірично вивчити гендерні особливості любовних переживань в юнацькому віці.

**Завдання дослідження:**

1. Здійснити теоретичний аналіз вітчизняної та зарубіжної наукової літератури, присвяченій феномену «любовних переживань».
2. Виявити психологічні особливості любовних переживань в юнацькому віці.
3. Підібрати психодіагностичний інструментарій для вивчення гендерних особливостей любовних переживань в юнацькому віці.
4. Виявити гендерні особливості любовних переживань в юнацькому віці.

Основними **методами** дослідження були:

1. Теоретичні методи: аналіз, синтез, систематизація та узагальнення;
2. Психодіагностичні методики: «Шкала любовних відносин» К. і С. Хендрік, адаптована Т. Л. Крюкової, О. А. Екімчік; Опитувальник «RAQ» (The Relational Assessment Questionnaire); тест міжособистісних відносин Лірі.
3. Статистичні методи: метод кореляційного аналізу (критерій Т-критерій Стьюдента).



**Практична значущість** дипломної роботи полягає у можливості використання матеріалів та висновків в подальшому вивченні проблеми любовних переживань; при розробці психокорекційних програм для роботи з юнаками та дівчатами, які переживають любовні кризи; при підготовці начальних тренінгів з успішної побудови міжособистісних стосунків з партнером.

**Наукова новизна** полягає в тому, що в ході дослідження було уточнено та розширено уявлення про любовні переживання у юнацькому віці; емпірично досліджено гендерні особливості любовних переживань у юнацькому віці.

**Теоретико-методологічну основу дослідження** складають здобутки зарубіжних (З.Фрейд, В.Франкл, К.Хорні, Р.Стернберг, С. і К. Хендрик, С.Бем, Т.Лукман ), і вітчизняних ( І.Кон, Л.Виготський, О.Вороніна) науковців щодо визначення соціально-психологічних характеристик кохання та феномену любовних переживань.

**Структура роботи.** Дипломна робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, 8 рисунків, 6 таблиці, 26 літературних джерела, 3 додатки.

## РОЗДІЛ 1

### ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ ГЕНДЕРНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЛЮБОВНИХ ПЕРЕЖИВАТЬ

#### 1.1. Теоретичні аспекти дослідження феномену «любовних переживань»

У різних історичних періодах багатьма філософами і вченими розробляли теорії і підходи до розуміння і зародженню кохання. Філософи Давньої Греції розглядали кохання як деяку непідвласну силу, яка здатна зв'язати одну людину з іншою .

У Ж.Сартара інше бачення на рахунок кохання. Кохана людина уявляє собою ті особистісні якості і поведінку, які людина не може у більшій мірі продемонструвати.

Про кохання, як про психологічний феномен перший заговорив З.Фрейд, він розглядав з точки зору сексуального потягу, першим об'єктом, якого являється один з батьків. Він вважав, що у момент статевого дозрівання важливо перебороти свою залежність з батьками, налагодити відносини з родичем протилежної статі і направити свої сексуальні потяги до іншого об'єкта кохання. З. Фрейд вважав, що сенсом кохання є фізична кохання, що в свою чергу веде до статевої близькості. По його словам кохання є проявом лібідо спрямованих на інших - кохання , або на себе – нарцисизм.

За О. Кернбергом кохання має складну структуру яка становить у собі достатню кількість компонентів, наприклад : сексуальний потяг і еротичне бажання. Сексуальне збудження являється головним афектом навколо якого починається сукупність всієї емоційних реакцій. Також до числа компонентів він відносить ніжність , що виражається у піклуванні до свого об'єкта уваги , ідентифікацію та зрілу форму ідеалізації. Якщо говорити про структурі любовних переживань, то тут можна виокремити особливий компонент пристрасть, за його словами пристрасть підтримує сексуальне бажання , добавляє емоції і підсилює афекти, які відбуваються в парі тим самим укріплюючи відносини.

К.Хорні вивчаючи феномен кохання, протиставляє хворобливому стану, неврозу . Відмінність між двома поняттями у тому, що кохання важливо почуття прив'язаності, в той час, як неврозу відчуття спокою і задоволеності. У невротика відсутній такі поняття як надійність і відданість , він змінює своє ставлення до об'єкту закоханості якщо відносини не відповідають його очікуванням .

Кохання за Е.Фромом включає в себе бажання радіти його успіхам, піклуватися за коханою людиною , радіти за його успіхи та хотіти дізнатися про нього більше . Психолог також робив акцент на відповідальності та повазі по відношенню до коханої людини . За його славами, кохання – це не стільки взаємини з конкретною людиною, стільки орієнтація особистості, яка визначає її стосунки зі світом. Також автор запропонував класифікацію типів кохання, які різняться між собою в залежності від об'єкта любові:

1. Братерська любов -різновид кохання на якому базуються всі інші види . Е.Фром розглядав її як відповідальність, турботу , повагу та розуміння до іншої людини.
2. Материнська любов – суть якої полягає у безумовному ствердженні життя і потреб дитини. Мати повинна забезпечувати дитині не лише життя і розвиток, а й показати і навчити її любові до життя .
3. Любов до себе – людина здатна на любов, любить себе . Якщо вона здатна любити тільки когось вона не здатна любити .
4. Любов до Бога – основні потреби в любові закорінена у прагненні подолати відчай шляхом єднання з кимось.
5. Еротична любов – вона полягає у прагненні певного злиття ,єднання з іншої людини. За своєю природою та любов виняткова. Фром застерігав що її не слід плутати з закоханістю, яка є неочікуваним руйнуванням бар'єру між двома людьми .

Загалом Фромм зауважив, що для більшості людей проблема кохання – насамперед проблема - як бути коханим, а не кохати. Справжнє кохання це активність і мистецтво, вимагає наполегливої праці , самовдосконалення [18].

Американський соціолог Джон-Алан Лі, модифікував давньогрецьку класифікацію і відокремив такі види кохання:

1. ерос – тип кохання якому притаманний фізичний потяг ,що в свою чергу має сексуальний магнетизм. Це еротичне кохання швидко спалахує і триває недовго, швидко згасаючи.
2. людус – ігровий тип кохання де партнери ніби грають один з одним , виявляючи вірність один одному . Водночас в кожного з них може бути кілька запасних партнерів без встановлення з ними серйозних стосунків .
3. строге – тепла прихильність ,що в майбутньому повільно і тепло переростає в кохання . Такий тип зазвичай виростає з дружби , стабільного досвіду , стійкості до кризових ситуацій .Однак партнерам не вистачає пристрасності
4. манія – потужна пристрасна закоханість ,бажання володіти один одним .Люди у таких відносинах маніакально кохають ,відчувають то зліт то падіння .
5. прагма - найурівноваженіша і практична форма кохання . Людина чітко уявляє весь необхідний спектр його якостей .
6. агапе-ідеальний тип кохання що ґрунтується на релігійно- світоглядних уявленнях про постійність , терплячість .

Виходячи з експериментального вивчень даного феномену Д.А.Лі та К. і С.Хендрик створили опитувальник «Шкала любовних відносин». Саме дослідження за допомогою даної шкали підтвердило теорію Д.А.Лі про стилі любовних відносин і оптимальності відносин партнерів , які залежать від поєднання їх стилів кохання .

Серед теорій виникнення кохання і сексуального потягу особливе місце належить біологічній концепції американського психіатра Майкла Лейбовіца , яка у свою чергу ґрунтується на засадах психофізіології . Згідно з нею в мозковій структурі гіпоталамуса виробляються молекули фенілетаміну, які викликають відчуття ейфорії, піднесення та радості .

Коли людина відчуває статевий потяг , цими молекулами насичується нейрони лімбічної системи , що стимулює емоційну активність. У закоханих настає стан, що подібний до стану після вживання наркотиків - партнери відчувають піднесеність життєвих сил, жвавість , безросудливість , легкомисленість , оптимізм . Розривання

стосунків у цей час може викликати депресивний стан . Після невдалого кохання , яке спричинене виникнення депресії , жінки як зауважив Лейбовіц , починали активно вживати рідкий шоколад . Оскільки шоколад має високу концентрацію фенілетаміну, це дало підставу стверджувати, що цим відбувалася компенсація нестачі втраченої функції. Подальші дослідження показали , що здатність більшості жінок нормально функціонувати у соціумі, робити на роботі залежить від того, чи є вони закохані і від ступеня закоханості. Рівень ФЕА в таких випадках коливається від широких меж через хиткий механізм контролю, який може бути набутиим чи вродженим. При лікуванні використовували фармакологічні препарати , які гальмували розпад ФЕА і поліпшували емоційно-психічний стан жінок.Хімічний процес за якого молекули ФЕА партнерів збігаються, спричиняє виникнення хімічної реакції сполучення. У житті внаслідок цієї реакції з'являється погяг.

Так біологічна концепція кохання пояснює виникнення міжособистісних стосунків, порозуміння чи непорозуміння між партнерами. Однак реакція між хімічними сполуками не може повторюватися і довго перебувати на одному рівні. Тому статевий потяг між партнерами буває невічний. Через 4 роки кількість ФЕА зменшується, а інтенсивність хімічної реакції починає спадати. Тому секс між чоловіком і жінкою перестає відігравати провідну роль у взаємовідносинах. Позитивним завершенням романтизму є перехід його в стадію кохання-дружби, негативним – розірвання стосунків, або продовження сумісного існування без отримання задоволення . Теорія Лейбовіца набула широкого значення , оскільки до неї можна апелювати коли закінчуються інші аргументи [4].

Отже, романтичне кохання триває 3- 4 роки, вона є нестійким станом, адже біологічно активні речовини, що підтримують той стан не можуть бути завжди на стійкому, високому рівні . Закохані помічають недосконалість один одного, відшукувати недоліки. На зміну нескінченним спільним інтересам приходять нудьга, боротьба за лідерство.

Закоханість , яка нерідко переростає в кохання- дружбу тримається на повазі , турботі . Почуття стають менш бурхливими, але передбачуванішими і стійкішими такі стосунки надійні.

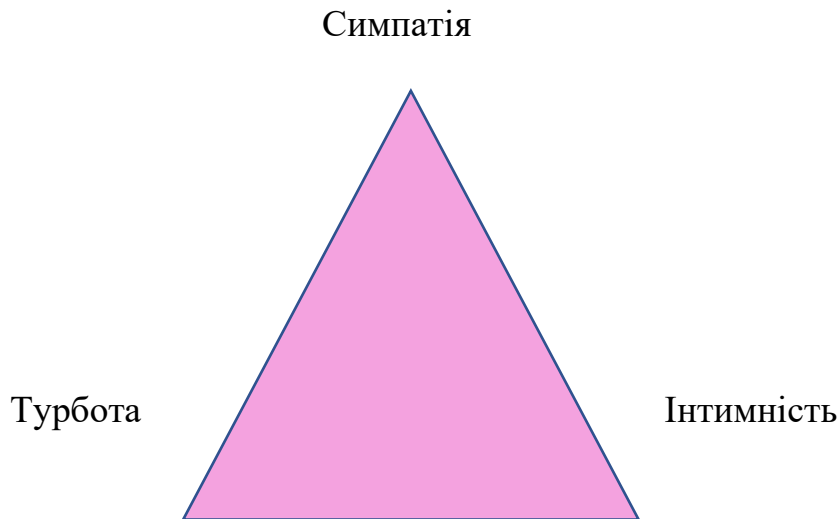


Рис.1.1.1. Трикутна теорія кохання за Робертом Стернбергом

Симпатія – заключається в надані і отриманню один одному взаємної емоційної підтримки , а також інших моделей поведінки , що складають теплоту у любовних відносинах.

Турбота- стурбованість чужими проблемами та радість за успіхи .

Інтимність – спільні думка , бажання і почуття , що об єднує двох людей . чим більша інтимність тим більша довіра [25].

З 2011 року любов внесена до реєстру захворювань Всесвітньої організації охорони здоров'я . Іменуються як «Розлади звичок та спонукань» [5].

Виділяють загальні симптоми :

- ♥ Постійні нав язливі думки про об єкта закоханості
- ♥ Різкі перепади настрою
- ♥ Перевищення почуття власної гідності
- ♥ Безсоння , преривистий сон
- ♥ Необдумані , імпульсивні вчинки
- ♥ Головні болі , перепади артеріального тиску
- ♥ Сильний сексуальний потяг до об єкта закоханості

Теорія «кохання як прив'язаність» ґрунтується на гіпотезі, що усі любовні зв'язки повторюють прив'язаність між матір'ю та немовлям. Згідно з такими підходами розрізняють :

- ♥ Спокійне кохання, впевнених у собі людей, що не бояться бути кинутими (56%)
- ♥ Неспокійне кохання недовірливих індивідів які не бажають підпустити людину занадто близько (25%)
- ♥ Кохання яке можна охарактеризувати як знервоване та амбівалентне (19%)

Теорія «кохання як хімія» показує, що численними експериментами вчені довели, що кохання є результатом вивільнення і взаємодію: дофаміну, окситоцину, тестостерону та естрогену. Ці речовини виробляються з різною інтенсивністю на конкретних етапах любовних стосунків, таким чином пристрасну любов наука пояснює не спонтанним виявленням симпатії, а стрімким виробітком гормонів.

Теорія Хелен Фішер про кохання як наркотик свідчить, що на томографії мозку закоханої людини видно, що в неї сильно збуджені дві зони мозку які відповідають за систему винагород. Вчені пов'язують це з впливом великої кількості дофаміну - гормону кохання. Цікаво те, що з такою силою ці зони мозку реагують тільки за впливом кокаїну.

У психології та сексології кохання розглядають як сильну емоцію прихильності до особистості.

Отже, підсумовуючи вище сказане, ми можемо схилитися до наступного визначення кохання (любов) – це стан глибокого сердечного почуття прихильності, що в свою чергу охоплює низку емоцій і психічних станів. Кохання - морально-естетичне почуття, що виражається у безкорисливому ставленні до певної особистості.

За Ніцше, переживанню підпорядкуванні почуттів, поведінки та емоції людини і для того, щоб спастись від сурової реальності життя людина робить свій світ, який складається з його віри і поняття, необхідних для пізнання и пояснення всього сущого. Відтворений суб'єктом світ, його вимисли не мають дійсного змісту, а тільки лише – його переживання. Саме тому, залишаючись один на один зі своїми переживаннями,

людині необхідно створити який-небудь зміст, інтерпретацію, щоб прийняти «бездумність» і подолати її.

Ф. Ніцше надає значення особистісному переживанню як органічному. За думкою Ніцше, все, що пережито і органічно усвоєно, може вважатися реальною життям, з однієї сторони, а з іншої – все, що не взято в органічні переживання, називається видумкою.

В. Дільтей один з перших, хто надав велике значення визначення поняття «переживання» не тільки в філософії, но і в психології. Головним фактором вивчення психологічної структури виділеного переживання, за думкою В. Дільтея, яке є протіканням одного стану може дати повшток до виникнення нового стану. Данні переходи безпосередньо пов'язані з внутрішнім досвідом людини. За В. Дільтеєм, людина не здатна була відчувати зв'язок психологічних процесів, досліджувати і сприймати життя у всій її багатообразності, якщо б не зміг переживати дані переходи особистісних процесів та їх впливів.

Л. С. Виготський, не поділяя думки В. Дільтея, самий перший в радянській психології зацікавився вивченням проблем переживань. Виготський досліджує переживання як динамічну одиницю в структурі свідомості, де суб'єкт знаходиться в ситуації розвитку [10].

Виготський робить акцент на тому, що на кожному життєвому етапі відбувається зміна особистості людини, супроводжуючись внутрішніми конфліктами. Кожен вік характеризується своїми особливостями реагування на які-небудь драматичні ситуації, які виявляються за допомогою сильних переживань [10]. За думкою Л.С.Виготського, в переживанні значну роль грають – середа і особливості особистості людини. Розвиток людини, за автором, представляє собою хронологію переживань особистості, так як оточуюча середа створює великий вплив на виникнення тих або інших переживань.



## 1.2. Психологічні особливості любовних переживань в юнацькому віці

Переживання – це емоційні процеси і стани, які супроводжують особистісно значущі форми активності людини. Розрізняють як приємні та неприємні.

Багато авторів у своїх концепціях надають великого значення «успішності» переживання, поділяючи існуючу категорію на «невдалі» та «вдалі» процеси переживання. Є різні кількості думок щодо «невдалого» переживання. Одні автори говорять про негативні впливи методів психологічного захисту, роблячи акцент на тому, що дані способи лише спотворюють свідомість людини та ґрунтується на вигадках та самообмані, інші – проводять зв'язок між «невдалими» переживанням із патогенною активністю. «Вдалі» переживання включає любов до творчості, самореалізація, прагнення до чогось піднесеного. Така поведінка допомагає людині адаптуватися, реалізувати свої потенціали та налаштувати себе на позитивне [3].

Чому саме обран юнацький вік для обговорення проблеми любовних переживань, для цього повернемося в періодизацію психічних формувань.

Період ранньої юності охоплює вікові межі від 15-18 років, та безпосередньо юність 18-23 роки. Головною причиною загострення бажання розглядати любовних переживань у цьому віці є криза юнацького віку , вона пов'язана з пошуком близькості з коханою людиною. Відсутність досвіду призводить до ізоляції і замикання людини у собі .

У юності активно розвивається сфера почуттів, спрямованість на майбутнє, відчуття світанку фізичних та психологічних можливостей , що у свою чергу створюють підвищене самопочуття. Загальне самопочуття вже стабільніше ніж у підлітків. Юність це період, якому властиві внутрішні переживання, внутрішня невдоволеність, тривожність і метання. Емоційна сфера в свою чергу стає значно багатішою і має більше відтінків. З'являється емоційна сприйнятливність і здатність до співпереживань. В юнацькому віці людина відчуває відстороненість від дорослих, вона прагне знайти нові кола усамітнення, друзів , людину з якою було б емоційно комфортно та безпечно. Перше кохання теж є прагненням людини до емоційного контакту, душевної близькості до розуміння. У своїх проявах перший досвід є

впливовим для розвитку особистості у подальшому .

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

Уявлення про сенс любові у дівчат , які не мають досвіду переживання данного почуття, характеризуються появою фактора « любов терпіння» позитивний полюс, якого утворюють категорії ревнощів, зрада партнера , прагнення поліпшити матеріальний та соціальний статуси. З даних можна прослідкувати, які є подібності та відмінності уявлень про любов протилежних статей, та як вони дозволяють будувати відносини між людьми в процесі їх життя .

### **1.3. Гендерні відмінності любовних переживань у юнацькомц віці**

На світогляд, взаємовідносини впливає гендерні особливості. Гендер розглядається багатьма психологами як соціальна стать людини і робить акцент на на соціально- культурному особливості людини. Багатьох вчених приваблювала тема індивідуальних відмінностей між чоловіками та жінками, в емоційному, когнітивному і поведінковому аспектах, а також вплив гендеру на формування міжособистісних відносин . Чоловічі якості наживаються маскулінністю, а жіночі фемінністю [19]. Під маскулінністю мають на увазі такі якості, як: наполегливість, цілеспрямованість, сила, сміливість, прийняття рішень , нахильність до агресивним проявам поведінки . Фемінність у свою чергу проявляється як: м'яккість, покірність, скромність, ранимість та емпатію. Гармонійне поєднання чоловічих і жіночих проявів поведінки називають андрогінністю.

З точки зору С.Бем андрогінність допомагає людині адаптуватися до нових умов і дозволяє проявити свої можливості в різних напрямках. Багато вчених виявляє андрогінність, як цілосну структуру особистості.

К.Юнг відмічав що в структурі чоловічого початку існує жіноче, назване анима, а в структурі жіночого початку існує чоловіче назване анімус. Вчений вважав, що відкривши в собі частини жіночого та чоловічого можна відкрити нові можливості у собі для реалізації у житті [21].

В даній точці зору Р. Джонсон зауважував що жінки бояться з чоловічим образом життя також це відбувається у чоловіка с жіночим початком . Але якщо впустити у себе ці протилежні початки то переживання які відповідають протилежностям модифікуються у співпрацю .

Розглядаючи юність хочемо зауважити, що у цей момент формується бурхливе самопізнання , що у свою чергу призводить до пізнання свого Я , та світу в цілому . Сьогодні вчені розглядають маскулінних фемінних та андрогінних, як юнаків так і дівчат .За результатами досліджень В.Е. Кагана були виведені наступні схожі риси як у дівчат так і юнаків: низькі показники по таким критеріям як: самоповага, впевненість, находчивість, низька самооцінка, конформна поведінка, чутливість до критики , бажання до сімейного благополуччя , чуттєвість , турбота , емпатія .

Однак були виявлені і відмінності особистісних особливостей фемінних юнаків і дівчат. Дівчата спокійні, оптимістичні, комунікабельні, був підкреслений також високий рівень самозвинувачення, який у свою чергу супроводжується аутоагресією.

Фемінні хлопці замкнуті , обережні ,чутливі , прагнуть творчого визнання, гетероагресивні. Вони у більшій мірі ніж дівчата готові до сімейного благополуччя . На відміну від фемінного типу , маскулінний тип має домінують інструментальні направленості ніж експресивне. Маскулінні юнаки і дівчата у меншій мірі прагнуть до пізнання кохання високо цінують прагматичність ,наполегливість , самостійність . У маскулінного типу також відмічається наявність агресії , низький рівень емпатії,і рефлексії [8].

На думку Е. Теслера маскулінні дівчата та юнаки відмінні за такими особливостями як цілеспрямованість, лідерські настанови та нахил до ризику. У маскулінних дівчат у більшій мірі розвинені лідерські якості, ризикованість, конкурентноспроможність. В інтимно-особистісній сфері дівчата раціонально підходять до відносин з протилежною статтю, спокійно переносять розрив стосунків,

і не потребують допомоги і підтримки партнера. Юнаки дозволяють собі емоціональні прояви , демонструючи власні почуття до партнера . У них росте рівень агресії, тривожності , занижується самооцінка.

Андрогінний тип по відношенню до маскулінного направлен на високий рівень відкритості у взаємовідносинах , самопізнання. Вони прагнуть до оптимальних міжособистісних відносин , в якому вони будуть задовільняти потреби та почуватися комфортно . Андрогіни активні , впевнені у собі , цінують свободу , мають високий рівень рефлексії , менш агресивні що в свою чергу робить їх більше співчутливими. Вміння пристосовуватися до нового дозволяють даному типу успішно взаємодіяти в групах .

Вище розглянуті особливості кожного з типів виявляють в собі формування у любовній сфері життя . У юнацькому віці потреба у любові відіграє ключову роль , головною важкістю цього періоду є кризис « близькість-ізоляції» , який проявляється в бажанні емоційної близькості , інтимності , розуміння , но також виражається у амбівалентності , відмінних емоцій к комунікативній інтимній взаємодії.

На сьогоднішній день зміна соціального стану жінок і чоловіків несе за собою і зміну соціальних ролей . Як відмічає У.Бек дівчата прагнуть до самореалізації , вони являються головними зачинниками гендерної революції. Швидка зміна якостей дівчини викликає у юнаків при спілкуванні з дівчатами відчувати у собі слабкість , втрачаючи мужність яку мають наразі дівчата.

Так дівчата і юнаки мають різний андрогінний , фемінний і маскуліний тип особистості маючи свої особливості. Також маючи переважаючу відповідність до якогось з типів дівчата і хлопці мають різний набір якостей і їх проявів у соціальному житті.

### **Висновки до першого розділу**

У першому розділі ми дали визначення поняттям:

Кохання ( любов) – це стан глибокого сердечного почуття прихильності , що в свою чергу охоплює низку емоцій і психічних станів .У психології та сексології кохання розглядають як сильну емоцію прихильності до особистості .

Кохання - морально-естетичне почуття, що виражається у безкорисливому ставленні до певної особистості .

Переживання – це особистісна, емоційне відображення свого відношення до світу який уявляється людиною як спосіб задоволення власних потреб і бажань. (Василук Ф.Е.)

Таким чином, любовні переживання – емоційне відображення свого відношення до іншого об'єкта, який розглядається як об'єкт усамітнення і задоволення з ним бажаних любовних потреб і особистісних бажань (турбота, прив'язаність, інтимність).

Розглянули концепції кохання Д.А.Лі, в якому він описує і розкриває сутність особливостей стилів кохання : ерос , людус,агапе,строге,прагма , манія.

Р.Стеренберг розкриває компоненти любовної взаємодії: турбота, інтимність, відповідальність .

Гендерні особливості ми вивчали з точки зору висунутих концепції С.Бем, в якій вона виділяє три гендера: фемінність, маскулінність і андрогінність. Третій тип виділивши, як поєднання перших двох (чоловічого та жіночого).

Виділили загальні риси кожного гендера у юнаків та дівчат: маскулінні юнаки агресивні, ревниві; маскулінні дівчата конкурентноспроможні, енергійні, цілеспрямовані та ризикові .

Фемінні юнаки обережні, боязливі, цінують сімейне життя, з вираженим рівнем гетероагресивності.

Фемінні дівчата комунікабельні, емпатичні, з вираженим рівнем аутоагресії, емоційно закриті.

Андрогінні дівчата та хлопці можуть добре працювати в команді, адаптивні і емоційно відкриті.

В залежності від гендерного типу особистості, формуються певні бажання у відносинах з протилежною статтю , окремий стиль кохання у взаємодії і позитивне або негативне переживання.

## РОЗДІЛ 2

### ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ГЕНДЕРНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЛЮБОВНИХ ПЕРЕЖИВАНЬ У ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

#### 2.1. Методика та організація емпіричного дослідження гендерних особливостей любовних переживань у юнацькому віці.

Метою нашого дослідження є теоретично обґрунтувати і емпірично вивчити любовні переживання у юнацькому віці.

Емпіричне дослідження розгорнулося в декілька етапів.

На першому етапі було підібрано психодіагностичний інструментарій для дослідження, сформовано методичну базу дослідження (табл. 2.1.1.).

Таблиця 2.1.1.

Методична база дослідження

Досліджувані показники	Методики дослідження
Стиль любовних відносин	«Шкала любовних відносин» К. і С. Хендрік, адаптована Т. Л. Крюкової, О. А. Екімчік [23]
Психологічні характеристики любовних переживань	Опитувальник «RAQ» (The Relational Assessment Questionnaire) [24]
	Тест міжособистісних відносин Лірі [13]

На другому етапі проведено емпіричне вивчення гендерних особливостей любовних переживань. Вибірki дослідження становила 30 осіб (15 юнаків та 15 дівчат) віком від 18-23 років. Всі опитувані на етапі проведення методик перебували у любовних відносинах в середньому один рік. Опитувані мають хороший психологічний та соціальний статус. З повних сімей. Здобувають вищу освіту. Дослідження проводилося дистанційно.

Перед початком дослідження, досліджуваних проінформували про мету, пояснили інструкцію по роботі з кожною методикою .

Процедура проводилася у три етапи: підготовка, проведення дослідження та обробка результатів.

На третьому етапі було проведено опрацювання одержаних даних з використанням кореляційного аналізу, визначено гендерні особливості любовних переживань в юнацькому віці.

Для визначення стилів любовних відносин була використана методика: «Шкала любовних відносин» К. і С. Хендрік, адаптована Т. Л. Крюкової, О. А. Екімчік [23]. Данна методика містить 42 питання , що стосується відмінних особливостей поведінки особистості в любовних взаєминах. Методика складається з 6 шкал по 7 питань в кожному , які відносяться до певного стилю любовних відносин .

1. ерос – пристрасна любов, фізичний потяг
2. строге- любов, що виникає з дружніх відносин
3. людус -поверхове ставлення до любові з елементами гри
4. прагма- реалістична і свідома
5. агапе- безкорислива , альтруїстична любов
- 6 манія -пристрасна та емоційна

Для визначення психологічні характеристики любовних переживань були використані наступні методики:

Опитувальник «RAQ» (The Relational Assessment Questionnaire) (адаптація О.М. Вонс) дає змогу оцінити власне самопочуття в стосунках, а також схильність до переважання залежності та відчуття пригніченості в стосунках [24].

Опитувальник «RAQ» був розроблений Snell, W. E., Jr., & Finney, P. D. в 2013 році.

Складається з 30 тверджень, які автори поділили на 3 шкали: «оцінка стосунків», «депресія в стосунках», «зануреність у стосунки» .

Оцінка стосунків- шкала оцінює загальну тенденція до позитивного сприйняття власного ставлення до партнера .

Депресія у стосунках – шкала визначає тенденцію до негативного оцінювання потенціалу стосунків і переживання почуття пригніченості в заємодії .

Зануреність в стосунки – шкала оцінює схильність до залежності від інтимних стосунків в тій мірі, щоб мати нав язливу ідею.

Тест міжособистісних відносин Лірі, який дає змогу дослідити уявлення про себе суб'єкта, а також відносин у малих соціальних груп. За її допомогою виявляють основний тип відносин до людей у самооцінці та взаємооцінці. (128 питань) [13]. Данна методика розроблена Т.Лірі і призначена для дослідження уявлень суб'єкта про себе ідеальному Я а також для визначення відносин до людей в самооцінці та взаємооцінці.

При цьому виявляється два чинники: домінування-підкорення, дружелюбність-агресивність. Саме ці фактори визначають загальне враження про людину в процесі міжособистісного сприйняття. В залежності від відповідних орієнтацій – типів ставлення до оточуючих.

Тест поділяється на 8 шкал:

Егоїстичний- орієнтований на себе

Авторитарний – лідерський та владний тип особистості

Агресивний – у своїй поведінці відзначається особливістю ворожості та жорстокості по відношенню до інших.

Підозрілий \_ характеристика схожа до шизоїдного типу, адже вони підозрілі.

Підпорядкований- такий тип схильний до того що бі поступатись всім і звинувачувати себе.

Залежний – тривожний тип особистості який є невпевнений у собі.

Доброзичливий- такі люди прагні задовільнити вимоги усіх орієнтуючись на схвалення інших.

Альтруїстичний- співчутливий та відповідальний тип людей які прагнуть всім допомогти приносять у жертву своїм інтересам.

За спеціальними формулами визначаються показники за основними чинниками: домінування та дружелюбність.

Домінування =  $(I - V) + 0,7 \times (VIII + II - IV - VI)$ .

Дружелюбність =  $(VII - III) + 0,7 \times (VIII - II - IV + VI)$ .



## 2.2. Аналіз особливостей любовних переживань у юнаків та дівчат

У результаті проведеного дослідження були отримані дані по кожній з методик, а саме по показникам методики «Шкала любовних відносин» К. і С. Хендрік, адаптована Т. Л. Крюкової, О. А. Екімчік респонденти показали наступні результати, які наведені у процентному відношенні по шкалах представлені в табл. 2.2.1.

Таблиця 2.2.1.

### Розподіл стилів любові у юнаків та дівчат

Типи переживань	Юнаки		Дівчата	
	кількість	%	кількість	%
Ерос	7	47	2	13
Строго	1	7	1	7
Людус	2	13	4	27
Прагма	1	7	1	7
Агапе	2	13	6	40
Манія	2	13	1	7

За результатами методик ми можемо сказати, що дівчата більшою мірою ніж юнаки вважають за краще такі стилі відносин як людус і агапе. Жертовні пристрасні і безкорисливі любовні відносини, які зосереджуються на потребах партнера і бажанні відчувати увагу і підтримку. 40% дівчат надають перевагу стилю агапе, 27% людусу. Респонденти, які мають стиль відносин «агапе» дбайливі, прагнуть більше віддавати ніж брати. Вони фокусуються на потребах партнера. Люблять людину таку яка вона є і будуть особливо цінувати любов партнера, прояви турботи. Респонденти стилю

Людус фокусуються на короткострокових відносинах для них більше важливі фізичні характеристики , також частіше ступають у фізичні зв язки .

Порівняно з дівчатими у хлопців 47% надають пеперевагу стилю ерос у цьому стилі характерна фізична привабливість, таким людям подобається відчувати почуття закоханості, вони частніше вступають у стосунки доки їм цікаво і вони нові, потім переключається на щось емоційніше, новіше. По 13% притаманні людус, агапе, манія. Манія є нав'язливим типром любові, люди схильні до емоційної залежності , їм потрібні постійні докази відданості, честності і вірності. Вони знаходяться у емоційній стабільності від смутку до радості. Для наочного порівняння показників юнаків та дівчат результати представлені на рис. 2.2.1.

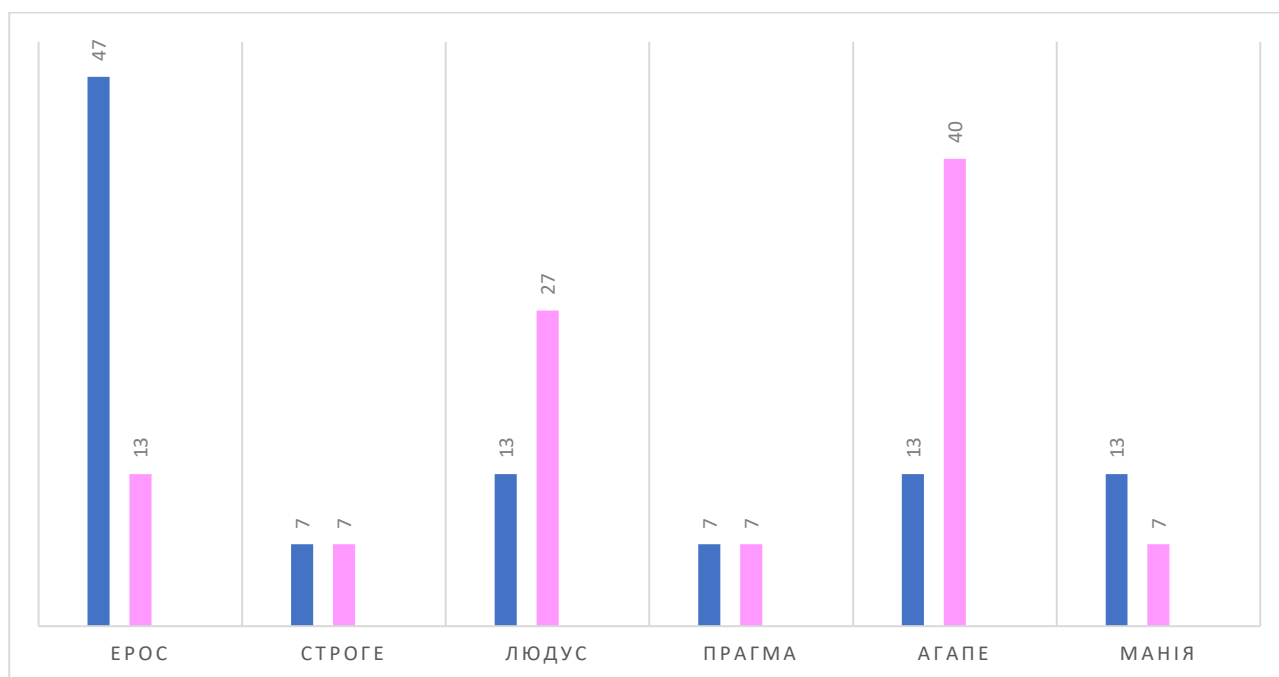


Рис. 2.2.1. Розподіл любовних стилів за методикою «Шкала любовних відносин» у дівчат та юнаків

За результатами опитувальника «RAQ» (The Relational Assessment Questionnaire) маємо наступні дані, які відповідають за якість романтичних стосунків:

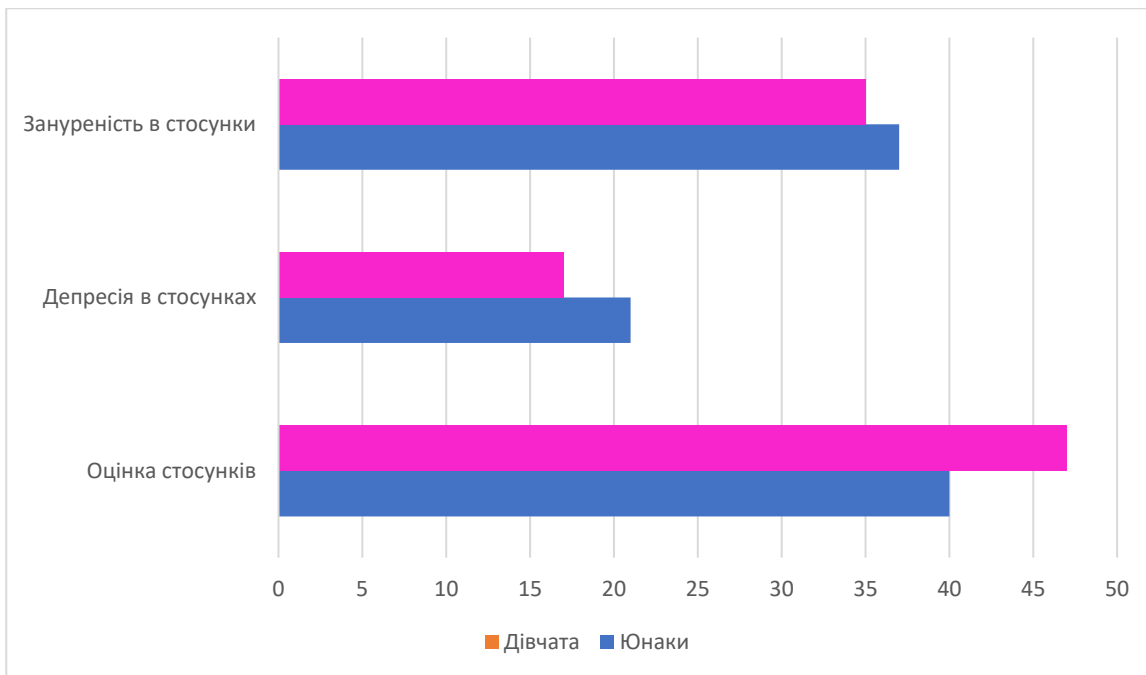


Рис. 2.2.2. Порівняння двох груп за рівнем вираженості показників якості романтичних стосунків (опитувальник «RAQ»)

Отже, з наведеного графічного зображення ми бачимо, що по шкалі «Оцінка стосунків» юнаки мають 40 %, а дівчата 47%, тобто респонденти мають середній рівень позитивної оцінки своєї стосунки, тим самим простежується тенденція позитивного сприймання власного ставлення до партнера.

Шкала «Депресія в стосунках» виражена в юнаків на 21%, а у дівчат на 17%, це показник нижче середнього рівня, що свідчить про певний комфорт та задоволеність любовних відносин .

Шкала «Зануреність в стосунки» в юнаків 37%, а в дівчат – 35%, що може свідчити про схильність до залежності у відносинах від інтимних стосунків у тій мірі, щоб мати нав'язливу ідею. Ці показники мають нижче середнього рівня в двох груп респондентів.

Перейдемо до інтерпретації результатів дослідження за шкалами тесту міжособистісних відносин Лірі, які наведені у процентному відношенні по шкалах у юнаків та дівчат представлені на рис. 2.2.3 та 2.2.4 відповідно:



Рис. 2.2.3. Показники тесту

міжособистісних відносин Лірі у юнаків



Рис. 2.2.4. Показники тесту

міжособистісних відносин Лірі у дівчат

Отже, результати проведеної методики показали, що серед юнаків домінує авторитарний тип відносин (33%), егоїстичний (13%), агресивний 7%, підозрілий 13%, залежний, 20 %, доброзичливий 13%. Тобто авторитарний тип відносин, який домінує серед групи юнаків може свідчити про упевненість в собі, наполегливість, цілеспрямованість, домінантність та бажання давати поради, бути нетерплячим до критики та можливість переоцінки власних можливостей.

Серед дівчат ми спостерігаємо наступні показники: авторитарний тип відносин 13%, егоїстичний 7%, підозрілий 7%, підпорядкований 33%, залежний 13%, доброзичливий 20%, альтруїстичний 7%. Отже, підпорядкований тип відносин переважає в даній групі респондентів, що може свідчити про прагнення знайти опору в кому-небудь сильнішому, покірність, схильність поступатися всім і у всьому, скромність та поступливість. Для наочного порівняння показників юнаків та дівчат результати представлені на рис. 2.2.5.

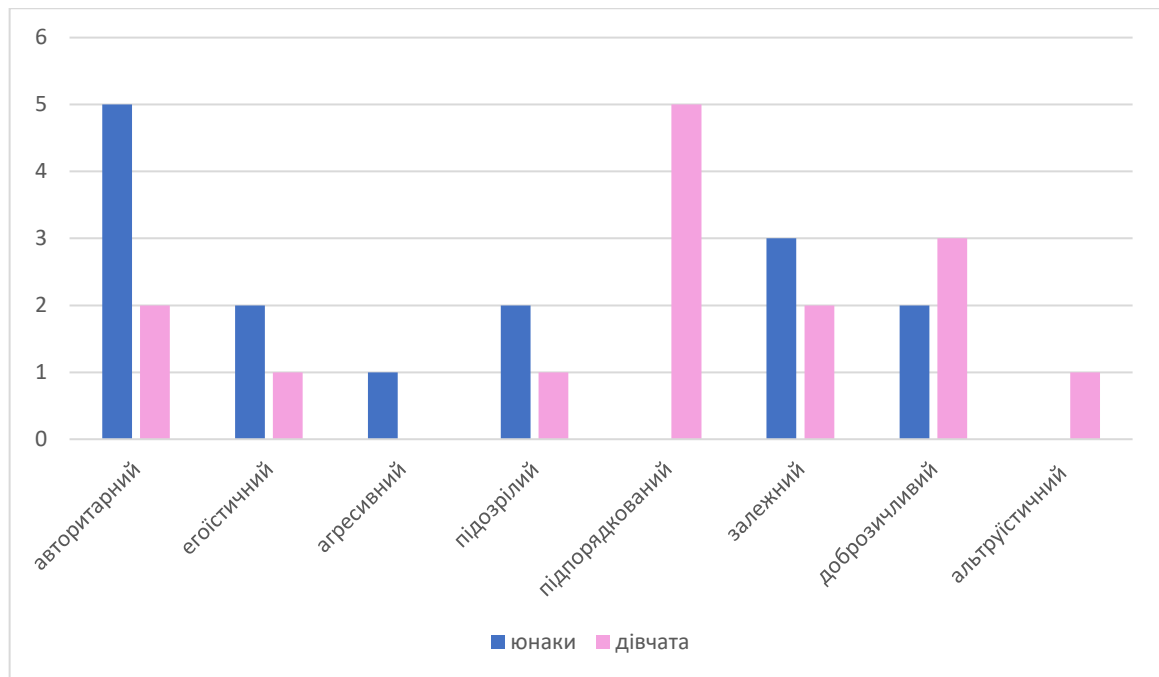


Рис. 2.2.5. Порівняння двох груп по показникам тесту міжособистісних відносин Лірі

У другій частині за спеціальною формулою ми вираховуємо показники шкал «дружелюбність» - «домінантність», ці дані наведені у табл. 2.2.2.

Таблиця 2.2.2.

Показники «дружелюбності», «домінантності» у двох групах

Дружелюбність \ Домінантність (середня кількість балів)	Юнаки		Дівчата	
	Дружелюбність	Домінантність	Дружелюбність	Домінантність
	5	10	9	5

Отже, у вибірці юнаків ми можемо спостерігати позитивне значення результату, отриманого за формулою "домінування", це може свідчити про виражене прагнення респондентів до лідерства у спілкуванні, до домінування. У групі дівчат, навпаки ми прослідковуємо позитивний результат за формулою «дружелюбність», це може слугувати показником прагнення особистості до встановлення доброзичливих

відносин і співпраці з оточуючими. Дані представлені у графічному зображенні рис.2.2.6.

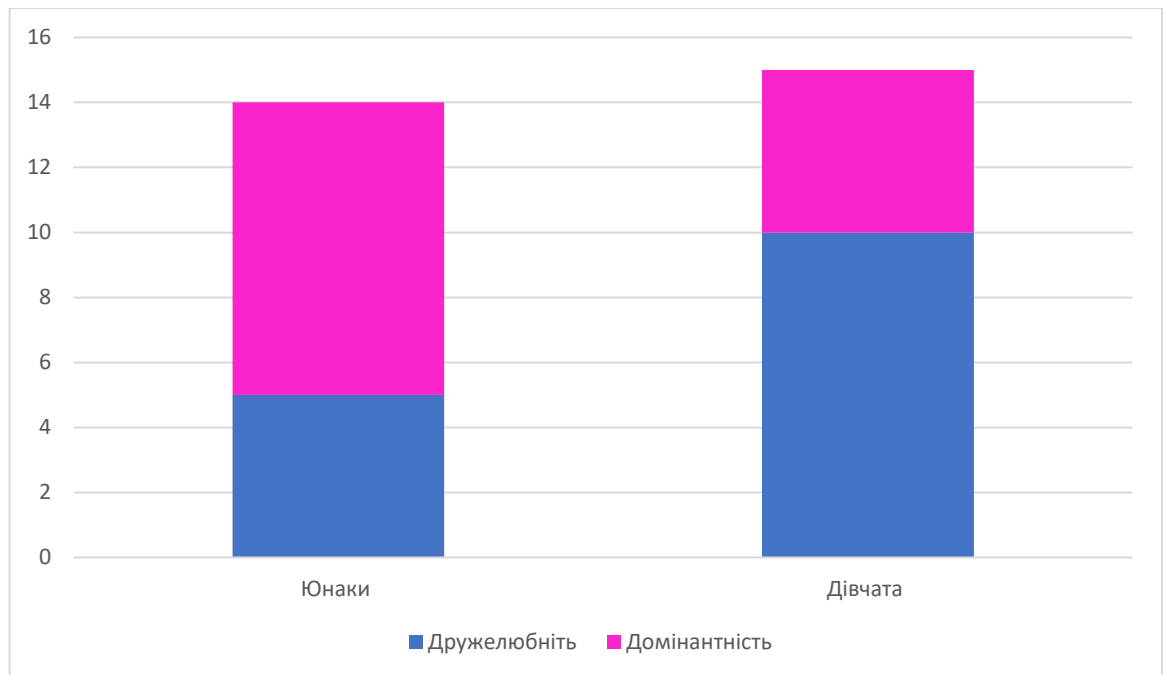


Рис. 2.2.6. Порівняння двох груп по показникам параметру «Дружелюбність» «Домінантність» тесту Лірі

### 2.3. Аналіз результатів дослідження гендерних особливостей любовних переживань в юнацькому віці

Для подальшого кількісного та якісного аналізу отриманих результатів ми використовували статистичний пакет SPSS. Цей етап є досить важливим та необхідним для дослідження, оскільки за допомогою даної програми ми можемо отримати досить глибокі, чіткі та вагомі дані.

Першим етапом математичної обробки є виявлення розподілу даних. Для того, щоб розпочати за допомогою методів математичної статистики аналіз отриманих результатів, ми застосовували непараметричний критерій Колмогорова – Смірнова, щоб визначити розподіл ознаки [14]. Так, було визначено, що розподіл даних є нормальним, тобто у багатьох шкалах показник значимості 0,05. Тому, для

подальшого проведення кореляційного аналізу нами використовувався критерій Т-критерій Стюдента, так як саме він призначений для аналізу даних з нормальним розподілом для порівняння груп.

Розглянемо результати двох груп по методиці «Шкала любовних відносин» К. і С. Хендрік – табл. 2.3.1.

Таблиця 2.3.1.

Результати юнакі та дівчат по методиці «Шкала любовних відносин»

Стилі любовних відносин	Рангова сума юнаки	Рангова сума дівчата	U	p-level
ерос	<b>348,5000</b>	147,5000	11,5000	<b>0,000020</b>
строге	170,0000	163,0000	27,0000	0,301594
людус	225,5000	270,5000	105,5000	0,579991
прагма	247,5000	248,5000	112,5000	0,782011
агапе	170,0000	<b>326,0000</b>	50,0000	<b>0,006010</b>
манія	222,5000	273,5000	102,5000	0,501594

В результаті аналізу даних, ми можемо сказати, що юнаки більшою мірою, ніж дівчата воліють до еротичних любовних стосунків, в той час, як дівчата більшою мірою цінують відносини, побудовані на альтруїзмі та самопожертві.

За результатами опитувальника «RAQ» маємо наступні дані:

Таблиця 2.3.2.

Результати юнакі та дівчат за шкалами опитувальника «RAQ»

Якість романтичних стосунків	Рангова сума юнаки	Рангова сума дівчата	U	p-level
«Оцінка стосунків»	134,0000	<b>394,0000</b>	14,0000	<b>0,000020</b>
«Депресія в стосунках»	230,5000	297,5000	110,5000	0,533229
«Зануреність в стосунки»	<b>300,0000</b>	228,0000	75,0000	<b>0,049570</b>

Отже, за результатами аналізу даних можна зробити висновки, що для даної вибірки дівчат «оцінка стосунків» відіграє велику роль. Це може бути пов'язане з

механізмом ідеалізації та проекції. Адже в юнацькому віці є певна потреба в приписуванні певних характеристик партнерам, від яких вони емоційно залежать. Механізм ідеалізації нерозривно пов'язаний з механізмом проекції, тому чим краще людина оцінює власні стосунки, тим більше її образ наповнений позитивними проекціям.

Також за результатами кореляції, ми можемо зазначити, що для даної вибірки юнаків зануреність в стосунки відіграє значну роль. Але враховуючи вік респондентів, ми можемо припустити, що певна залежність від романтичних стосунків є нормальною. Такий результат можна пояснити тим, що у юнацькому віці є базова потреба в близькості та несвідома тяга до злиття з іншою людиною.

Розглянемо результати двох груп за шкалами тесту міжособистісних відносин Лірі

Таблиця 2.3.3.

Результати юнакі та дівчат по методиці «Шкала любовних відносин»

Тип відносин	Рангова сума юнаки	Рангова сума дівчата	U	p-level
Авторитарний	<b>356,0000</b>	172,0000	19,0000	<b>0,000021</b>
Підпорядкований	169,0000	<b>359,0000</b>	49,0000	<b>0,003225</b>
Залежний	<b>298,5000</b>	197,5000	61,5000	<b>0,021869</b>
Доброзичливий	180,0000	<b>316,0000</b>	44,0000	<b>0,002842</b>

В результаті аналізу даних, ми можемо зазначити, що юнакам притаманний авторитарний тип відносин, що проявляється у лідерському та владному типу особистості, на відмінну від дівчат.

Також ми прослідковуємо кореляцію по залежному типу відносин у юнаків, що може бути ознакою юнацького віку респондентів.

На відміну від хлопців, у дівчат чітко простежується підпорядкований тип відносин, що свідчить про схильність до поступків у всьому та самопожертви. Також дівчатам притаманний доброзичливий тип відносин, тобто соціальне схвалення та задоволення вимог інших для них грає велику роль.



## 2.4. Практичні рекомендації щодо вдалого подолання любовних переживань

З метою підтримки юнаків та дівчат в період любовних переживань були розроблені практичні рекомендації, як подолати любовні переживання .

Щоб зрозуміти причину любовних переживань слід проаналізувати етапи емоційної прихильності і гормони, що беруть участь у формуванні почуття любові .

Психологи виділяють три етапи формування емоційної прихильності:

1. Формування потягу
2. Відчуття закоханості
3. Формування прихильності

Що стосується гормонів, то це ендорфіни серотонін та дофамін . Саме останній надає найсильніший вплив. Це стосується останнього типу людей ,які відчувають залежність від дофамінової любові. Тому для початку варто усвідомити, що проблема не в вас, просто партнер більше не відчуває задоволення від перебування в парі.

В якості підтвердження можна провести статистику розлучень у перші роки шлюбу. Результати досліджень психоемоційного стану людини , які пережили розрив відносин, свідчать про потрясіння від події веде до втрати самооцінки, почуттю приниженості , психологічного дискомфорту , фрустрації.

Депресія після розірвання стосунків з коханою людиною – реакція організму на догляд коханою людиною до якої вже встигла сформуватися привязаність . Тривалість того розладу може бути різна . вона залежить від типу нервової системи, а також його здатності впоратися з власними емоціями і думками. Після складного розірвання любовних відносин депресія з'являється у багатьох людей адже потреба у любові то одна з головна потреб людини.

Для подолання любовних переживань після розірвання відносин ми рекомендуємо:

1. Виключити всі контакти з людиною, з якою ви розлучилися, соціальні мережі, особисте спілкування по телефону тощо.
2. Викинути і видалити всі фото, речі що будуть нагадувати про цю людину. Якщо ви мали сумісне існування в одній квартирі, зробити перестановку, поміняти

щось в інтерері, додати позитивні , яскраві кольори , купити вазон з квітами як приклад .

3. Не замикатися і не усамітнюватися. Підтримувати стосунки зі своїми родичами, друзями, виходити на вулицю і спілкуватися з новими людьми .
4. Змінити імідж, зайнятися собою, можливо придбати нові речі у гардероб .
5. Фізичні вправи, йога, танці, прогулянки на свіжому повітрі .
6. Включити в раціон харчування продукти що сприяють виробленню серотоніну – банани, гіркий шоколад, бобові , морські продукти, свіжі овочі та фрукти.
7. Балувати себе, покупкам , зміною локації, мандрівками тощо.
8. Можливо зайнятися терапією від домашніх улюбленців, саме вони можуть допомогти вам у подоланні пригніченого стану та додадуть вам бажання рухатися .

### **Висновки до другого розділу**

В результаті аналізу даних, ми можемо сказати, що юнаки більшою мірою, ніж дівчата воліють до еротичних любовних стосунків, в той час , як дівчата більшою мірою цінують відносини, побудовані на альтруїзмі та самопожертві.

Для даної вибірки дівчат «оцінка стосунків» відіграє велику роль. Це може бути пов'язане з механізмом ідеалізації та проекції. Адже в юнацькому віці є певна потреба в приписуванні певних характеристик партнерам, від яких вони емоційно залежать. Механізм ідеалізації нерозривно пов'язаний з механізмом проекції, тому чим краще людина оцінює власні стосунки, тим більше її образ наповнений позитивними проекціям.

Також за результатами кореляції, ми можемо зазначити, що для даної вибірки юнаків зануреність в стосунки відіграє значну роль. Але враховуючи вік респондентів, ми можемо припустити, що певна залежність від романтичних стосунків є нормальною. Такий результат можна пояснити тим, що у юнацькому віці є базова потреба в близькості та несвідома тяга до злиття з іншою людиною.

Юнакам притаманний авторитарний тип відносин, що проявляється у лідерському та владному типу особистості, на відмінну від дівчат.

Також ми прослідковуємо кореляцію по залежному типу відносин у юнаків, що може бути ознакою юнацького віку респондентів.

На відміну від хлопців, у дівчат чітко простежується підпорядкований тип відносин, що свідчить про схильність до поступків у всьому та самопожертви. Також дівчатам притаманний доброзичливий тип відносин, тобто соціальне схвалення та задоволення вимог інших для них грає велику роль.

## ВИСНОВКИ

В ході здійснення теоретичного аналізу вітчизняної та зарубіжної наукової літератури присвяченій феномену «любовних переживань» було виокремлено основні теорії та визначення, якими ми користувалися в нашій роботі. Феномен кохання ( любов) – це стан глибокого сердечного почуття прихильності , що в свою чергу охоплює низку емоцій і психічних станів .У психології та сексології кохання розглядають як сильну емоцію прихильності до особистості . Кохання - морально-естетичне почуття, що виражається у безкорисливому ставленні до певної особистості .

Переживання – це особистісна , емоційне відображення свого відношення до світу який уявляється людиною як спосіб задоволення власних потреб і бажань.

Таким чином , любовні переживання – еміційне відображення свого відношення до іншого об'єкта, який розглядається, як об'єкт усамітнення і задоволення з ним бажаних любовних потреб і особистісних бажань (турбота, прив'язаність, інтимність).

Розглянули концепції кохання Д.А.Лі, в якому він описує і розкриває сутність особливостей стилів кохання : ерос , людус,агапе,строге,прагма , манія.

Р.Стеренберг розкриває компоненти любовної взаємодії: турбота, інтимність, відповідальність .

Гендерні особливості ми вивчали з точки зору висунутих концепції С.Бем, в якій вона виділяє три гендера : фемінність , маскулінність і андрогінність . Третій тип виділивши як поєднання перших двох (чоловічого та жіночого).

Виділили загальні риси кожного гендера у юнаків та дівчат: маскулінні юнаки агресивні, ревниві; маскулінні дівчата конкуретньоспроможні, енергійні, цілеспрямовані та ризикові .

Фемінні юнаки обережні, боязливі,цінують сімейне життя,з вираженим рівнем гетероагресивності. Фемінні дівчата комунікабельні ,емпатичні ,з вираженим рівнем аутоагресії, емоційно закриті.

Андрогінні дівчата та хлопці можуть добре працювати в команді, адаптивні і емоційно відкриті. В залежності від гендерного типу особистості, формуються певні бажання у відносинах з протилежною статтю, окремий стиль кохання у взаємодії і позитивне або негативне переживання.

До психологічних особливостей любовних переживань в юнацькому віці ми відносимо: по-перше кризу юнацького віку, вона пов'язана з пошуком близькості з коханою людиною. Відсутність досвіду призводить до ізоляції і замикання людини у собі. У юності активно розвивається сфера почуттів, спрямованість на майбутнє, відчуття світанку фізичних та психологічних можливостей, що у свою чергу створюють підвищене самопочуття. Загальне самопочуття вже стабільніше ніж у підлітків. Юність це період, якому властиві внутрішні переживання, внутрішня невдоволеність, тривожність і метання. Емоційна сфера в свою чергу стає значно багатішою і має більше відтінків. З'являється емоційна сприйнятливність і здатність до співпереживань. В юнацькому віці людина відчуває відстороненість від дорослих, вона прагне знайти нові кола усамітнення, друзів, людину з якою було б емоційно комфортно та безпечно. Перше кохання теж є прагненням людини до емоційного контакту, душевної близькості до розуміння. У своїх проявах перший досвід є впливовим для розвитку особистості у подальшому.

Для вивчення гендерних особливостей любовних переживань в юнацькому віці нами було підібраний наступний діагностичний інструментарій: Для визначення стилів любовних відносин була використана методика: «Шкала любовних відносин» К. і С. Хендрік, адаптована Т. Л. Крюкової, О. А. Екімчік. Для визначення психологічні характеристики любовних переживань були використані наступні методики: Опитувальник «RAQ» (The Relational Assessment Questionnaire) (адаптація О.М. Вонс) дає змогу оцінити власне самопочуття в стосунках, а також схильність до переважання залежності та відчуття пригніченості в стосунках. Тест міжособистісних відносин Лірі, який дає змогу дослідити уявлення про себе суб'єкта, а також відносин у малих соціальних груп.

За результатами проведеного емпіричного дослідження, ми можемо сказати, що юнаки більшою мірою, ніж дівчата воліють до еротичних любовних стосунків, в той

час, як дівчата більшою мірою цінують відносини, побудовані на альтруїзмі та самопожертві.

Для даної вибірки дівчат «оцінка стосунків» відіграє велику роль. Це може бути пов'язане з механізмом ідеалізації та проєкції. Адже в юнацькому віці є певна потреба в приписуванні певних характеристик партнерам, від яких вони емоційно залежать. Механізм ідеалізації нерозривно пов'язаний з механізмом проєкції, тому чим краще людина оцінює власні стосунки, тим більше її образ наповнений позитивними проєкціями.

Також за результатами кореляції, ми можемо зазначити, що для даної вибірки юнаків зануреність в стосунки відіграє значну роль. Але враховуючи вік респондентів, ми можемо припустити, що певна залежність від романтичних стосунків є нормальною. Такий результат можна пояснити тим, що у юнацькому віці є базова потреба в близькості та несвідома тяга до злиття з іншою людиною.

Юнакам притаманний авторитарний тип відносин, що проявляється у лідерському та владному типу особистості, на відмінну від дівчат.

Також ми прослідковуємо кореляцію по залежному типу відносин у юнаків, що може бути ознакою юнацького віку респондентів.

На відміну від хлопців, у дівчат чітко простежується підпорядкований тип відносин, що свідчить про схильність до поступків у всьому та самопожертви. Також дівчатам притаманний доброзичливий тип відносин, тобто соціальне схвалення та задоволення вимог інших для них грає велику роль.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Боулби Д. Привязанность / Пер. с англ. / Общ. ред. и вступ. статья ГВ. Бурменской. – М.: Гардарики, 2003. – 480 с.
2. Боулби Д. Создание и разрушение эмоциональных связей / Пер. с англ. В.В. Старовойтова —2-е изд. — М.: Академический Проект, 2004.— 232 с. — (Руководство , практического психолога).
3. Василюк Ф.Е. Типы духовного совладания 2014. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://psyjournals.ru/mpj/2014/n5/vasiluk.shtml>
4. Діденко С.В., Козлова О.С. Психологія сексуальності: Підручник.- К.:Академвидав,2009.-С.142-164.
5. Кернберг О. Отношения любви. Норма и патология / Отто Ф. Кернберг., 2004.
6. – 256 с. – (Библиотека психологии и психотерапии; вып. 76).
7. Кон И. С. Мужчина в меняющемся мире. – Время, 2009. – 496 стр.
8. Машовець М. А. Особливості гендерної соціалізації і ідентифікації у дошкільному дитинстві // Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції «Формування гендерного паритету в контексті сучасних соціально-економічних перетворень». – К.
9. Молчанов, С. В. Психология подросткового и юношеского возраста: учебник для академического бакалавриата / С. В. Молчанов. — М.: Издательство Юрайт, 2016. — 351 с.
10. Обухова, Л. Ф. Возрастная психология: учебник для бакалавров / М.: Издательство Юрайт, 2013. — 460 с.
11. Помиткіна Л.В., Злагодух В.В., Хімченко Н.С., Погорільська Н.І. П Психологія сім'ї. Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. – К.: Вид-во Нац. авіац. ун-ту «НАУ-друк», 2010. – 270 с.
12. Практикум по гендерной психологии / Под ред. И.С. Клециной — СПб.: Питер, 2003. – 479 с.

13. Психологу для роботи. Діагностичні методики: збірник/[уклад.:М.В.Лемак, В.Ю.Петрище]. – Вид.2-ге, виправл. – Ужгород: Видавництво Олександри Гаркуші, 2012. – 616 с.:іл., 538-545
- 14.Сидоренко Е.В. Методы математической обработки в психологии / Е.В. Сидоренко. – СПб.: Речь, 2004. – 350 с.
- 15.Титаренко Т. М., Лепіхова Л. А. Психологічна профілактика стресових перевантажень серед шкільної молоді: Науково-методичний посібник. – К. : Міленіум, 2006. – 204 с.
- 16.Фрейд А. Эго и механизмы защиты // Теория и практика детского психоанализа. Пер. с англ. И нем. / М.: ООО Апрель Пресс, ЗАО Изд-во ЭКСМО-Пресс, 1999. С. 244.
- 17.Фрейд З. Я и Оно / З. Фрейд. – Тб. : Мерани, 1991. – Т. 2 – 426 с.
- 18.Фромм Е. Мистецтво любові / Еріх Фромм. – 2-ге вид. – Харків : Клуб Сімейного Дозвілля, 2018. – 188 с.
- 19.Цветкова Н. А, Макарова Е. Ю. Гендерные особенности представлений о любви в юношеском возрасте 2014. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/gendernye-osobennosti-predstavleniy-o-lyubvi-v-yunosheskom-vovraste>.
- 20.Юнг К. Г. Брак как психологическое взаимоотношение. URL:<https://www.yourdreams.ru/biblio/pages/carl-gustav-jung-mpr-1.php>
- 21.Юнг К. Г. Избранные труды по аналитической психологии. Психологические типы / К. Г. Юнг. – М., 1929. – 359 <https://www.midss.org/content/relational-assessment-questionnaire-raq>
- 22.Adams S. Jealousy in Romantic Relationships, Self-Esteem and Ego Defenses : Submitted in fulfilment of the requirements of the degree of Doctor of Psychology/ Faculty of Arts, Education and Human Development Victoria University, 2012. 208p.
- 23.Hendrik C. The love Attitudes Jornal of social and personal relationships -1998,-vol.15.- P.147-159



24. Snell, W. E., Jr., & Finney, P. D. (1993). Measuring relational aspects of the self: Relational-esteem, relational-depression, and relational-preoccupation. *Contemporary Social Psychology*, 17, 44-55
25. Robert J. Sternberg, «Triangulating Love», in T. J. Oord ed. *The Altruism Reader* (2007) p. 332
26. Robert J. Sternberg, (1987). Liking versus loving: A comparative evaluation of theories. *Psychological Bulletin*. c. 331–345.

## Текст опитувальника Лірі

Інструкція: Вам пропонується список характеристик. Слід уважно прочитати кожну і вирішити, чи відповідає вона вашому уявленню про себе. Якщо відповідає, то позначте її у протоколі хрестиком, якщо не відповідає - нічого не ставте. Якщо немає повної впевненості, хрестик не ставте. Намагайтеся бути щирими.

- |   |                                       |
|---|---------------------------------------|
| 1 Інші думають про нього прихильно        | 31 Чуйний на заклики про допомогу     |
| 2 Справляє враження на оточуючих          | 32 Безкорисливий                      |
| 3 Уміє розпоряджатися, наказувати         | 33 Здатний викликати захоплення       |
| 4 Уміє наполягти на своєму                | 34 Користується в інших повагою       |
| 5 Володіє почуттям гідності               | 35 Володіє талантом керівника         |
| 6 Незалежний                              | 36 Любить відповідальність            |
| 7 Здатний сам подбати про себе            | 37 Впевнений в собі                   |
| 8 Може проявляти байдужість               | 38 Самовпевнений, напористий          |
| 9 Здатний бути суворим                    | 39 Діловий, практичний                |
| 10 Строгий, але справедливий              | 40 Любить змагатися                   |
| 11 Може бути щирим                        | 41 Стійкий, наполегливий, де треба    |
| 12 Критичний до інших                     | 42 Невблаганний, але неупереджений    |
| 13 Любить поплакатися                     | 43 Дратівливий                        |
| 14 Часто сумний                           | 44 Відкритий, прямолінійний           |
| 15 Здатний проявляти недовіру             | 45 Не терпить, щоб їм командували     |
| 16 Часто розчаровується                   | 46 Скептичний                         |
| 17 Здатний бути критичним до себе         | 47 На нього важко справити враження   |
| 18 Здатний визнати свою неправоту         | 48 Образливий, делікатне              |
| 19 Охоче підкоряється                     | 49 Легко бентежиться                  |
| 20 Поступливий                            | 50 Невпевнений у собі                 |
| 21 Вдячний                                | 51 Поступливий                        |
| 22 Захоплюється, схильний до наслідування | 52 Скромний                           |
| 23 Поважний                               | 53 Часто вдається до допомоги інших   |
| 24 Шукає схвалення                        | 54 Дуже шанує авторитети              |
| 25 Здатний до співпраці, взаємодопомоги   | 55 Охоче приймає поради               |
| 26 Прагне ужитися з іншими                | 56 Довірливий і прагне радувати інших |
| 27 Приязний, доброзичливий                | 57 Завжди люб'язний в обходженні      |
| 28 Уважний, ласкавий                      | 58 Дорожить думкою оточуючих          |
| 29 Делікатний                             | 59 Товариська, уживчивий              |
| 30 Підбадьорюючий                         | 60 Добросердечний                     |

- 61 Добрий, вселяє впевненість
- 62 Ніжний, м'якосердий
- 63 Любить піклуватися про інших
- 64 Безкорисливий, щедрий
- 65 Любить давати поради
- 66 Справляє враження значного людини
- 67 Начальственно наказовий
- 68 Владний
- 69 Хвалькуватий
- 70 Гордовитий і самовдоволений
- 71 Думає тільки про себе
- 72 Хитрий, розважливий
- 73 Нетерпимий до помилок інших
- 74 Корисливий
- 75 Відвертий
- 76 Часто недружелюбний
- 77 Озлоблений
- 78 Скаржник
- 79 Ревнивий
- 80 Довго пам'ятає свої образи
- 81 Самобичуючийся
- 82 Сором'язливий
- 83 Безініціативний
- 84 Лагідний
- 85 Залежна, несамостійна
- 86 Любить підкорятися
- 87 Надає іншим приймати рішення
- 88 Легко потрапляє в халепу
- 89 Легко піддається впливу друзів
- 90 Готовий довіритися будь-кому
- 91 Схильний призначати до всіх без розбору
- 92 Всім симпатизує
- 93 Прощає всі
- 94 Переповнений надмірним співчуттям
- 95 Великодушний, терпимий до недоліків
- 96 Прагне протегувати
- 97 Прагне до успіху
- 98 Чекає захоплення від кожного
- 99 Розпоряджається іншими
- 100 Деспотичний
- 101 Сноб, судить про людей лише за рангом і достатку
- 102 Марнославний
- 103 Егоїстичний
- 104 Холодний, черствий
- 105 Уїдлиий, глузливий
- 106 Злий, жорстокий
- 107 Часто гнівливий
- 108 Байдужий, байдужий
- 109 Злопам'ятний
- 110 Пройнятий духом протиріччя
- 111 Впертий
- 112 Недовірливий, підозрілий
- 113 Боязкий
- 114 Сором'язливий
- 115 Відрізняється надмірною готовністю підкорятися
- 116 М'якотілий
- 117 Майже ніколи нікому не заперечує
- 118 Нав'язливий
- 119 Любить, щоб його опікали
- 120 Надмірно довірливий
- 121 Прагне знайти розташування кожного
- 122 З усіма погоджується
- 123 Завжди доброзичливий
- 124 Любить всіх
- 125 Дуже поблажливий до оточуючих
- 126 Намагається утішити кожного
- 127 Піклується про інших на шкоду собі
- 128 Псує людей надмірною добротою

### «RAQ»

Інструкція: уважно прочитайте кожен пункт і визначте, якою мірою це характеризує Ваші почуття та поведінку. Оцініть кожне твердження, використовуючи наступну шкалу:

0 = Не зовсім характеризує мене. 3 = Помірно характеризує мене. 1 = Трохи характеризує мене. 4 = Дуже характеризує мене. 2 = Дещо характеризує мене.

1. Я хороший партнер для близьких стосунків.
2. Мої стосунки мене пригнічують.
3. Я постійно думаю про романтичні стосунки.
4. Я відчуваю себе кращим у стосунках, ніж більшість людей. 5. Я думаю, що я хороший партнер в стосунках.
6. Я думаю про близькі стосунки більше, ніж про будь-що інше.
7. Іноді у мене виникають сумніви щодо моєї обізнаності в стосунках.
8. Мене засмучує якість моїх стосунків.
9. Я не багато мрію про любовні стосунки.
10. Я не дуже впевнений в собі щодо близьких стосунків.
11. Я, здається, не можу бути щасливим у романтичних стосунках.
12. Зазвичай я захоплений(а) думкою про близькі стосунки.
13. Я вважаю себе чудовим партнером у стосунках.
14. Я не задоволений своїм вмінням підтримувати стосунки.
15. Я постійно думаю про те, щоб бути в стосунках.
16. Я б оцінив(ла) себе як "неспроможного" партнера для близьких стосунків. 17. Я відчуваю себе пригніченим у ролі партнера в стосунках.
18. Досить багато часу я думаю про романтичні стосунки.
19. Я відчуваю себе впевнено у ролі партнера в стосунках.
20. Я незадоволений(а) своїми міжособистісними стосунками.
21. Я рідко замислююся про те, щоб вступити у близькі стосунки.
22. Я не дуже впевнений(а) у своєму потенціалі як партнера.
23. Мої любовні стосунки задовільняють мене.
24. Я дуже рідко фантазую про романтичні стосунки.
25. Я іноді сумніваюся у своїй здатності підтримувати близькі стосунки.
26. Мені сумно, коли думаю про свій досвід любовних стосунків.
27. Я напевно думаю про любовні стосунки рідше, ніж більшість людей.
28. Я маю деякі сумніви щодо мого ставлення до партнера.
29. Я не відчуваю байдужості в стосунках.
30. Я не дуже часто думаю про близькі стосунки.

Ключ: Шкала «Оцінка стосунків» - пункти 1, 4, 5, 13, 19, 28, 29

Шкала «Депресія в стосунках» - пункти 2, 7, 8, 14, 16, 17, 20, 22, 25, 26

Шкала «Зануреність в стосунки» - пункти 3, 6, 9, 15, 18, 21, 24, 27, 30

Зворотно закодовані – пункти 9, 21, 24, 27, 30

**Шкала любовних відносин (К. і С. Хендрік).**

Варіанти відповідей: - Так – 4 - Скоріше так -3 - Не знаю – 2 - Скоріше ні – 1 - Ні - 0

1. Як тільки ми познайомилися, між мною і моїм партнером виник сильний потяг
2. Коли справи у мого партнера йдуть не так як потрібно, у мене починає боліти живіт
3. Важливий фактор при виборі партнера - чи стане він (а) хорошим батьком / матір'ю
4. Наша любов - це дійсно глибока дружба, а не таємничі і містичні переживання
5. У важкий час я завжди намагаюся допомогти своєму партнерові
6. Мені здається, що мій партнер і я створені одне для одного
7. Коли мій партнер стає занадто залежний від мене, мені хочеться злегка відсторонитися
8. Наша дружба з часом переросла в любов
9. Я намагався (лась) ретельно спланувати своє життя, перш ніж вибрати собі партнера
10. Іноді я так хвилююся, через те що закоханий (а) в свого партнера, що не можу заснути
11. Я б вважав за краще (ла) постраждати самому (ой), ніж змусити страждати свого партнера.
12. Мені подобається «грати в любов» з моїм партнером і з рядом інших партнерів
13. Я спочатку обдумав (а), ким мій партнер збирається стати, перш ніж брати на себе зобов'язання по відношенню до нього (до неї)
14. Коли мій партнер не звертає на мене уваги, я відчуваю, що нездоровий (а)
15. Наші заняття любов'ю дуже інтенсивні і приносять задоволення
16. Наші любовні відносини найбільше мене задовольняють, тому що вони розвинулися з хорошою дружби
17. Я зазвичай жертвую своїми бажаннями, щоб дати партнеру досягти того, чого жадає він (а)
18. До інтимного контакту зі своїм партнером я намагався (лась)

обчислити, чи сумісна буде наша спадковість, якщо ми вирішимо завести дітей

19. Я віддаю перевагу тримати мого партнера в невіданні про свої зобов'язання по відношенню до неї (до нього)
20. Я сподіваюся, що ми з моїм партнером завжди залишимося друзями
21. Мій партнер відповідає моїм ідеальним стандартам фізичної краси і привабливості
22. Якщо мій партнер і я розірвемо наші відносини, я, мабуть, впаду в таку депресію, що навіть можу подумати про самогубство
23. Всім, чим я володію, може скористатися і мій партнер
24. Я б міг / могла швидко і легко припинити зустрічатися зі своїм партнером
25. Вибираючи партнера, я вважав (а), що найкраще любити кого-то з таким же як у мене освітою і соціальним становищем
26. Наша любов, як мені здається, представляє найкращий тип любові, тому що вона заснована на тривалій дружбі
27. У мого партнера і мене нормальна фізична сумісність
28. Я вважаю, що те, що мій партнер не знає про мене, не заподіє йому (їй) болю
29. З тих пір, як я полюбив (а) свого партнера, мені важко зосередитися на чомусь ще
30. Я не можу відчувати себе щасливим, якщо не бачу, що мій партнер теж щасливий
31. При виборі партнера я головним чином думаю про те, чи підійде він чи вона нашій родині
32. Мій партнер і я досить швидко емоційно «заводимося»
33. Іноді мені доводиться утримувати мого партнера від пошуків інших 34. Я витерпів (а) б все що завгодно заради свого партнера.
35. Я не можу розслабитися, якщо підозрюю, що мій партнер знаходиться з кимось ще
36. Спочатку нам довелося подбати про нашу любов, перш ніж вона стала справжньою
37. Навіть коли мій партнер починає на мене злитися, я все одно сильно його люблю
38. Ми з моїм партнером дійсно розуміємо один одного
39. Якщо мій партнер мене ігнорує, я іноді роблю дурниці, щоб залучити його (її) увагу
40. Мій партнер засмутився, якби він або вона дізналися про деяких моїх вчинках по відношенню до інших людей
41. Важливий фактор при виборі партнера - то, як він або вона вплине на мою кар'єру
42. Мені важко сказати, коли саме наша дружба переросла в любов