

Ваксютенко П.С.

Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова

ФЕНОМЕН ЛЮБОВІ НА ОСОБИСТІСНОМУ РІВНІ

Стаття присвячена теоретичному аналізу та осмисленню феномена любові виходячи з індивідуальних характеристик і якостей особистості, висвітленню теорій і класифікацій проявів любові, її компонентів. У цьому дослідженні любов розглядається не тільки як метафізична категорія, але і як особливий сценарій розвитку взаємин людей, включає в себе емоції, дії і вчинки а також особливе ставлення людини до себе, до інших людей і світу взагалі і бачення себе в цьому світі зокрема .

Ключові слова: любов, кохання, прихильність, емоції, особистість, психіка.

На наш погляд, точного визначення такого поняття, як кохання просто не існує, його неможливо визначити однозначно. Існують визначення, що дуже точно підходять в певний момент часу, але в іншій ситуації будуть здаватися безглуздими і нереальними.

Любов, інтимне і глибоке почуття, спрямованість на іншу особу, людську спільність або ідею. Найбільшу увагу зазвичай привертають два аспекти кохання – як чисто психологічного феномена і як прояви фізичного потягу, еквівалента сексуальних відноси. Термін «любов» вживається і тоді, коли мова йде про особливу прихильності до природи, тварин, музики, живопису. Багатовікові спроби дати вичерпне визначення любові до цих пір не завершені, тим більше що навіть спільне розуміння любові у кожній культурі має свої особливості.

Любов у власному і найбезпосереднішому сенсі — це любов до іншої людини, будь то материнська любов, любов дитини до своїх батьків, любов до друзів, подружжя любов або любов до Бога і до ближнього. Любов до безособових об'єктів — така як любов до нації, батьківщини, країни, витвору мистецтва, домівки — хоча і є у певній мірі аналогією, все-таки незрівнянно менш віддалена від власне любові, ніж любов до власної персони.

Істотним для будь-якої любові є те, що кохана людина сприймається як щось прекрасне, дорогоцінне, гідне любові. Якщо людина являється лише корисною, якщо існує прагнення вжити її якості з користю для себе, то в цьому випадку відсутні передумови любові.

Необхідна для будь-якої любові жертвність — будь то батьківська любов, любов дітей до батьків, любов до друзів або подружжя любов — з необхідністю припускає, що близька людина представляється нам чимось надзвичайно коштовним, прекрасним — об'єктивно гідним любові. Любов — це ціннісна відповідь.

Ще Аристотель помітив, що дійсна дружба можлива лише на основі добра, оскільки тільки в цьому випадку нас цікавить в іншій людині її особистість: і в цьому яскраво проявляється природа любові як ціннісної відповіді.

Любов у всіх своїх формах має на увазі усвідомлення високої цінності коханої людини і ціннісної даності, настільки тісно пов'язаної з особистістю, що людина представляється прекрасною і дорогою сам по собі, а уся її привабливість і те

задоволення, яке доставляє спілкування з нею, виникають із цієї її краси і цінності як особистості.

Любов можливо розглядати як на особистісному, так і на безособовому рівні. А саме, ми можемо поставити любов в один ряд із такими метафізичними реаліями, як Бог, Космос, Буття, Вічність і від цього любов не втратить свого значення.

На особистісному рівні любов можна охарактеризувати як поєднання емоційного, мотиваційного та когнітивного компоненту психіки.

Відповідно до теорії диференціальних емоцій К. Э. Ізарда, любов істотно відрізняється від таких базових емоцій як радість, сум, гнів або страх. Базовими вони є частково тому, що мають власні способи вираження, властиві тільки їм переживання і власні конкретні патерни активності нервової системи. Хоча кохання також є базовим почуттям, характеристики цієї основи по відношенню до нього приймають інше, більш комплексне звучання. [2].

Одним з перших теоретиків, що запропонували наукову точку зору на настільки складний феномен, як кохання, був психолог з Йольського університету Роберт Дж. Стернберг. «Триангулярна теорія» Стернберга дозволяє скласти логічну картину різноманітних форм любові, описуючи різні типи стосунків за допомогою таких складових, як інтимність, пристрасть і рішення/зобов'язання. У цій теорії пропонується проста модель, що підходить для дослідження багатьох сценаріїв стосунків. На сьогоднішній день вона є однією з популярних концепцій, що пояснюють процес формування любовних стосунків між людьми [3].

Мовою триангулярної теорії, любов - це комбінація трьох компонентів, які представлені у вигляді вершин трикутника. Інтимність (верхня вершина трикутника), пристрасть (ліва вершина основи трикутника) і рішення/зобов'язання (права вершина основи трикутника). Компоненти пов'язані з вершинами трикутника довільним способом. Кожному із цих трьох термінів можна приписувати різний зміст, тому необхідно із самого початку прояснити їх значення в контексті даної теорії [3].

Під компонентом «інтимність» маються на увазі почуття близькості, взаємної прихильності та тісні зв'язки між людьми, що виникають при любовних відносинах. Цей компонент містить у собі ті почуття, які створюють теплоту в любовних стосунках. Під компонентом «пристрасть» мається на увазі романтична сторона любові, фізичний потяг, сексуальні стосунки і пов'язані з ними аспекти любовних стосунків. Тобто, «пристрасть» містить у собі мотиваційні та інші джерела збудження, якими обумовлені жагучі почуття в любовних стосунках. Під компонентом «рішення/зобов'язання» мається на увазі прийняте одним партнером рішення кохати іншого і зобов'язання зберегти це кохання. Таким чином, компонент «рішення/зобов'язання» містить у собі когнітивні елементи, що є базою при прийнятті рішення про вступ у любовні стосунки і збереження їх впродовж тривалого часу [3].

Увесь комплекс переживань, викликаних любов'ю, можна розділити на складові різними способами, тому важливо із самого початку відзначити, що прийнятий тут розподіл на компоненти «інтимність», «пристрасть» і «рішення/зобов'язання» не є єдино можливим і для деяких цілей він взагалі непридатний. Проте можна стверджувати, що

запропонований розподіл на складові особливо корисно для розуміння елементів любові та її функціонування в близьких стосунках [3].

Любов є комплексним цілим, що виникає, завдяки інстинктам, які генетично передаються, та імпульсам, але, ймовірно, основним чином за рахунок соціального навчіння, рольовим прикладам, які багаторазово спостерігаються і починають асоціюватися з любов'ю. Таким чином, любов організується по прототип, тому певні почуття, спонукання, думки і форми поведінки здаються більш характерними для любові, що розуміється згідно з його соціальним визначенням, у той час як інші здаються менш характерними [3].

Три компоненти любові відрізняються один від одного по кількості наявних у них властивостей. Особистість у певній мірі здатна свідомо контролювати свої почуття, що відносяться до компонента «інтимність» (якщо вона їх усвідомлює), здатна контролювати свої зобов'язання, що стосуються стосунків і компонента «рішення/зобов'язання», але майже не здатна контролювати силу мотиваційного збудження, що входить у компонент «пристрасть», яку вона відчуває при спілкуванні з коханим або просто дивлячись на нього [4].

Три компоненти любові також відрізняються один від одного тим, наскільки часто вони присутні в любовних стосунках. Компонент «інтимність» є основою любовних стосунків багатьох видів, таких як відданість батькам, брату або сестрі, коханцю або близькому другові. Компонент «пристрасть» звичайно є присутнім тільки в любовних стосунках, що належать до певних видів, особливо в романтичних стосунках, у той час як ступінь присутності компонента «рішення/зобов'язання» у любовних стосунках різних видів може варіювати в широких межах. Наприклад, у почуттях особистості до своїх дітей ступінь присутності зобов'язань звичайно висока, але вона відносно низька в дружніх стосунках, оскільки особистість набуває і втрачає друзів впродовж всього життя [4].

Існує вісім можливих комбінацій різних компонентів кохання. Кожна із цих комбінацій породжує переживання різного виду.

1. Відсутність любові - це відсутність усіх трьох її компонентів. Відсутність любові характерна для переважної більшості міжособистісних відносин, що є лише повсякденними взаємодіями [4].

2. Приязнь. Якщо у стосунках присутній тільки компонент «інтимність», а компоненти «пристрасть» і «рішення/зобов'язання» відсутні, то виникає приязнь. Під терміном приязнь мається на увазі комплекс почуттів особистості у стосунках, які дійсно можна назвати дружніми. Людина відчуває близькість, прихильність і теплоту стосовно іншої, не відчуваючи сильної пристрасті і не маючи довгострокових зобов'язань. Інакше кажучи, людина відчуває емоційну близькість до свого друга, але друг не «збуджує» його й не викликає думок про те, що людина «кохає друга» або збирається кохати його все життя. Іноді в дружніх стосунках присутні елементи жагучого збудження або довгострокових зобов'язань, але в таких випадках дружба вже не є простою приязню [4].

3. Жагуче кохання - це «кохання з першого погляду». Жагуче кохання, або пристрасть, характеризується переживанням сильного збудження за відсутності компонентів «інтимність» і «рішення/зобов'язання». Відзначити пристрасть звичайно

досить легко, хоча, як правило, визначити, що особистість переживає почуття закоханості, простіше іншим. Пристрасть може виникати майже миттєво і при відповідних обставинах так само швидко проходити. Для пристрасті звичайно характерний високий ступінь психофізіологічного збудження, що проявляється в таких соматичних симптомах, як прискорене серцебиття або навіть серцевий трепіт, підвищена гормональна секреція, ерекція статевих органів [4].

4. Формальна любов - виникає в результаті ухвалення рішення про те, що людина прихильна до іншої і віддана цій, під час відсутності як інтимності, так і пристрасті. Любов цього типу можна іноді виявити в застійних стосунках, які тривають багато років і за цей час втратили як взаємне емоційне залучення, так і фізичний потяг, які колись були для них характерні. Якщо почуття боргу стосовно партнера не є дуже сильним, то така любов є емоційно порожньою, оскільки зобов'язання піддані свідомій модифікації. Хоча в нашому суспільстві формальна любов звичайно є завершальною або близькою до неї стадією тривалих стосунків, в інших суспільствах така комбінація може бути першою стадією довгострокових стосунків [4].

5. Романтична любов. В такій комбінації присутні компоненти інтимності та пристрасті. По суті, це приязнь із додаванням ще одного елемента, а саме - збудження, що виникає за рахунок фізичного потягу і супутніх йому факторів. Із цього погляду романтичні коханці відчують не тільки фізичний потяг один до одного, але також емоційну прихильність. [4].

6. Дружня любов - виникає при наявності комбінації компонентів «інтимність» і «рішення/зобов'язання». По суті, це тривала, віддана дружба, яка часто виникає між подружжями після того, як фізичний потяг (головне джерело пристрасті) поступово вгасає [4].

7. Фатальна любов - характерна легковажна комбінація компонентів «пристрасть» і «рішення/зобов'язання» в тому розумінні, що зобов'язання ухвалюються під впливом однієї пристрасті, під час відсутності стабілізуючого елемента інтимності. Хоча компонент пристрасті може розвинути майже миттєво, розвиток компонента інтимності вимагає якогось часу, і тому існує ризик розриву стосунків, а у випадку шлюбу - ризик розлучення [4].

8. Досконала любов - містить у собі всі три компоненти. Саме до такої любові прагне особистість, особливо в романтичних стосунках. Досягнення досконалої любові ще не дає гарантії, що вона буде тривалою [4].

Любов - це форма продуктивної діяльності. Воно передбачає прояв зацікавленості і турботи, пізнання, щирсердечний душевний відгук, вияв почуттів, насолоду і спрямована на емоційно значиму особистість. Воно збуджує, посилює відчуття повноти життя. Це процес самовідновлення і самозбагачення людини [5].

Любов – це сплав почуття і дії, спрямованих на іншу людину. При цьому закоханий відчуває радість, задоволення, доставляючи радість коханому або зменшуючи його страждання. Таким чином, у любові метою є не отримання егоїстичного задоволення, а переживання радості, насолоди через відображені радість і насолоду коханого. Формула любові проста: якщо мені добре від того, що добре тобі, і якщо я хочу, щоб тобі було краще і роблю для цього все можливе, то я тебе кохаю. Якщо

прийняти цю точку зору, то слова «егоїстична любов» стають безглуздими, тому що любов сама по собі як раз і є заперечення, подолання егоїзму, вища ступінь розвитку людських відносин. Любов це не стільки взаємини з конкретною людиною, скільки, перш за все ставлення, орієнтація особистості, яка визначає зв'язку людини зі світом як цілим, а не з одним «об'єктом» кохання. Любов до однієї людини і байдужість до всіх інших – це не любов, а симбіотична прихильність або розширений егоїзм. І, тим не менш, багато хто вважає, що любов полягає саме в наявності об'єкта, а не в здатності кохати. Більш того, деякі вважають навіть, що, якщо людина любить лише свою «кохану» (коханого), це доводить силу його (її) кохання. Не розуміючи, що любов – це активність, енергія душі, багато хто вважає, що необхідно лише знайти правильний об'єкт любові, а далі все піде само собою [7].

Таким чином, можна констатувати, що поняття любові хоча і визначене деякими термінологічними рамками, все одно залишається малодосліджуваним і неточним. Сам феномен та його класифікації і види варіюються в залежності від особливостей суспільства, часу, культури, традицій виховання та інших факторів, що впливають на емоційну сферу особистості починаючи з раннього дитинства. Існують класичні визначення поняття «любові» об'єктивно прийняті суспільством, але воно все одно продовжує залишатись винятково особистим для кожного.

Література:

1. Бердяев Н. А. О назначении человека. – М., 1993. – С. 127, 235.
2. Изард К.Е. Эмоции человека: Пер. с англ. / Под ред. Л.Я. Гозмана, М.С. Егоровой. – М.: Изд-во МГУ, 1980. – 439 с.].
3. Келлер Г. Ф. Основы современной сексологии. СПб. Питер. 2000.
4. Стернберг Р. Дж. Триангулярная теория любви. Сексология. Хрестоматия. Питер. 2001
5. Фромм Э. Иметь или быть. – М.: Прогресс, 1990. – 224 с.
6. Фромм Э. Искусство любить. М.: Издательство «Республика», 1992. – С. 123.
7. Шпрангер С. Еротика та сексуальність у юнацькому віці. Психологія підлітка. Хрестоматія / сост. Фролов Ю.І. – М., 1997.

Annotation

P.S. Vaksyutenko Phenomenon of love on a personal level. The article is devoted a theoretical analysis and comprehension of the phenomenon of love coming from individual descriptions and qualities of personality, to illumination of theories and classifications of displays of love, its components. In this research love is examined not only as a metaphysical category but also as the special scenario of development of relations of people, plugs in itself emotions, actions and acts and also special relation of man to itself, to other people and world in general and vision itself in this world in particular.

Keywords: *love, attachment, emotions, personality, psyche*