

18+

Александр Молодцов



УМЕНИЕ ЛЮБИТЬ

Общие закономерности любви

Александр Молодцов

**Умение любить. Общие
закономерности любви**

«Издательские решения»

Молодцов А.

Умение любить. Общие закономерности любви / А. Молодцов —
«Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-748370-8

Эта книга — своеобразный творческий реферат, в котором предпринята попытка разобраться в наиболее значимых, ключевых психологических моментах любви, приблизить обыденное, житейское понимание любви к научному знанию о любви.

ISBN 978-5-44-748370-8

© Молодцов А.
© Издательские решения

Содержание

Предисловие	6
Раздел I. Любовь	7
Глава 1 Верите ли вы в любовь?	7
Глава 2. И всё-таки, что такое любовь?	9
Глава 3. Симпатия? Влюбленность? Любовь?	12
Конец ознакомительного фрагмента.	16

Умение любить Общие закономерности любви

Александр Молодцов

© Александр Молодцов, 2025

ISBN 978-5-4474-8370-8

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Предисловие

Любовь многолика. Любовь, к друзьям. Любовь к природе и животным. Любовь к страдающим. Любовь к самому себе. Любовь к Богу. В этой книге речь пойдет о любви мужчины и женщины.

Идея написать книгу о любви родилась у меня много лет назад. Тогда я был 18-летним юношей и, под впечатлением только что прочитанного эссе Стендаля «О любви», взялся за перо, чтобы критически проанализировать феномен любви, дополнив его картину собственными умозрительными концепциями. Естественно, в то время у меня ничего не вышло. А вернулся я к своему юношескому замыслу много лет спустя, уже серьезно занимаясь консультационной работой по проблемам семьи, имея определенный жизненный опыт.

В процессе работы над книгой, перечитывая научную, научно-популярную литературу, я, к удивлению, своему, обнаружил, что книг, посвященных исследованию любви, издано у нас очень мало. Те книги, которые в той или иной мере затрагивают тему любви, в основном посвящены общим проблемам семьи, супружества, семейной педагогике, юношеской и зрелой сексуальности. Из всей этой литературы можно найти лишь несколько книг, где феномен любви подвергнут серьезному анализу и изучению, и которые сыграли существенную роль в становлении моих взглядов на любовь, на осмысление ее сложных и во многом противоречивых законов.

Безусловно, тема любви столь сложна и столь многогранна, что для того, чтобы создать целостную картину этого явления, необходима интеграция не только фактов, полученных в различных областях гуманитарного знания: социологии, этики, психологии, философии, медицины и др., но и вообще значительной части того, что накоплено мировой культурой. Такая задача явно непосильна для одного человека, поэтому я поставил перед собой цель более скромную. Эта книга – своеобразный творческий реферат, в котором я предпринял попытку разобраться в наиболее значимых, ключевых моментах любви, приблизить обыденное, житейское понимание любви к научному знанию о любви.

Умение любить многие считают талантом, даром, сродни артистическому. На самом же деле в решающей степени оно зависит от психологической культуры человека, от понимания законов чувств. В любви нередко встречаются такие ситуации, для правильной ориентации в которых одного здравого смысла и жизненного опыта бывает недостаточно, не спасет даже сверхинтуиция – помогут только знания.

И если кто-то, прочитав эту книгу, сможет лучше понять свои чувства и чувства другого человека, если вдруг найдет скрытые возможности для того, чтобы сделать себя и любимого человека более счастливым, значит моя цель будет достигнута

Раздел I. Любовь

Глава 1 Верите ли вы в любовь?

«Понять жизнь и полюбить ее в другом существе – в этом задача человека и в этом его талант».

А. Барбюс

Наверное, каждому из нас рано или поздно приходится задумываться над вечными вопросами: «Что такое любовь?», «Существует ли она в реальной жизни?». Приведу наиболее характерные ответы, которые мне довелось услышать.

девушка, 19 лет: «Я не верю...».

юноша, 19 лет: «Любовь, наверное, есть».

мужчина, 25 лет: «Любовь? Что за чушь? Постель – вот истинная любовь».

женщина, 24 года: «Может быть, раньше любовь и была, а сейчас ее нет. Привычка, привызанность – это может быть».

мужчина, 30 лет: «Любви нет. Все это выдумки поэтов. Любовь есть только в книжках».

женщина, 26 лет: «Я не верю ни в бога, ни в черта, ни в счастливое будущее. Верю только в любовь».

мужчина, 38 лет: «Может быть, любовь есть, может быть, нет – я не знаю».

женщина, 40 лет: «Любовь, конечно же, есть, но она очень быстро проходит».

мужчина, 56 лет: «Не задавайте глупых вопросов».

женщина, 58 лет: «Какая там любовь? Понапридумывали сказки для молодых...».

Уже этот маленький опрос показывает, насколько различны мнения о существовании любви. Это и не удивительно. Каждый идет своей дорогой к пониманию, осмыслению любви, к ее принятию или отрицанию. Различие во взглядах на любовь объясняется прежде всего тем, что под термином «любовь» у людей объединяются качественно различные отношения. Каждый человек вносит в понятие любви нечто свое, чисто индивидуальное, зависящее от личного жизненного опыта и уровня образования, от способности по-своему трактовать явления окружающего мира. Целостная теоретическая концепция любви разработана пока недостаточно, а те научные знания, которые существуют по этому вопросу, не нашли еще широкого отклика у специалистов. Поэтому большинство людей вырабатывает свое представление о любви, опираясь на жизненный опыт.

Отрицание любви, неверие в любовь – факт довольно распространённый и объясняется он несколькими причинами. Когда кто-то говорит, что любви нет, он чаще всего имеет в виду, что той любви, о которой пишут поэты, писатели, которую показывают с киноэкрана, в реальной жизни нет. Нам предъявляют чувства яркие, чистые и возвышенные, а отношения счастливые и почти бесконфликтные, формируя в нас то, что психологи и социологи называют «завышенным ожиданием». Сопоставляя созданные в нашем сознании литературой и киноэкраном идеальные представления о любви с реальными жизненными отношениями (естественно, не в пользу последних), многие и приходят к выводу, что никакой любви нет.

С другой стороны, можно отметить, что способность испытывать, переживать и проявлять настоящую человеческую любовь – свойство далеко не всеобщее. Нередко категорическое отрицание любви исходит от тех, кому состояние любви просто неведомо.

Социальный психолог А. П. Сопиков обнаружил интересный факт: способность эмоционально реагировать, откликаться на эмоциональное состояние другого человека, на его стра-

дания, иными словами, сочувствовать ему, обнаруживается далеко не у всех людей. Например, эта способность выявлена лишь у 80 – 90% детей шести-семилетнего возраста. А ведь эмоциональный «слух», не развитый в детстве, едва ли сможет развиваться в более позднем возрасте.

Как это ни парадоксально, но именно в детстве, юности у человека часто формируются неверные представления о любви, которые впоследствии вступают в противоречие с жизненным опытом. И здесь немаловажное значение имеет формирование в детстве соответствия определенных переживаний с их объяснением себе. Страх, обида, радость – все эти состояния прочно ассоциируются в период развития ребенка с весьма специфичными переживаниями. У ребенка формируется определенный алфавит чувств, с помощью которого он может осознавать и объяснять себе свои состояния. То же самое можно сказать и о переживании чувства любви. Если в период развития личности человека алфавит чувств пополняется мало и в нем отсутствовала любовь, как комплекс различных чувств и переживаний, то и чувства любви человек испытывать просто не может.

Безусловно, любовь, которую питает ребенок к кому-либо, отличается от любви взрослого мужчины к женщине, но многие исследователи не случайно отмечают близость различных видов любви между собой и их взаимную обусловленность. Если, например, ребенок свои чувства к матери научился объяснять, как любовь, а не как, скажем, корыстную заинтересованность, то и в дальнейшем он будет использовать этот принцип в совершенно различных ситуациях. А. С. Макаренко справедливо отмечает, что «любовь не может быть выращена... из недр полового влечения. Силы „любовной“ любви могут быть найдены только в опыте неполковой человеческой симпатии. Молодой человек никогда не будет любить свою невесту и жену, если он не любил своих родителей, товарищей, друзей».

Но даже наличие богатого алфавита чувств, включающего в себя широкий класс переживаний, еще не гарантирует возникновения чувства любви у человека. Алфавитом чувств надо уметь пользоваться. Если человек сам считает, что любовь – чувство, не доступное ему (или «таким, как он»), или что любовь возникает при определенных, достаточно редких условиях, иными словами, если человек не умеет пользоваться своим алфавитом, любви он может не испытать.

По-видимому, существуют определенные личностные особенности-, которые способствуют тому, что люди в разной степени склонны объяснять происходящее с ними как любовь. Психолог В. Петровский предположил, что способность любить как-то связана психологически с тягой к бескорыстному риску (именно бескорыстному) и что к такому риску тяготеет 3/10 людей. Но значит ли это, что только такие люди могут любить, а другие нет, неизвестно, и лишь будущие исследования смогут ответить на этот вопрос.

Пока что ясно одно: людей, имеющих опыт любовных переживаний, много, но также много и таких, которые так и не полюбили, не смогли взрастить в себе любовь. Как отмечает писатель Ю. Рюриков, «трагедия неродившейся любви – одна из самых массовых человеческих трагедий и вполне возможно, что муки неиспытанной любви куда страшнее для эволюции человечества, чем муки неразделенной любви. Ведь человек, который не полюбил – это человек, который не поднялся на какие-то свои высшие уровни, не стал настоящим человеком, а таких за время цивилизации было, наверное, десятки и сотни миллиардов...».

Глава 2. И всё-таки, что такое любовь?

*«Свою любовь истолковать умеет лишь тот, кто слабо любит»
Ф. Петрарка*

Желание любить и быть любимым заставляет многих из нас в нетерпеливом поиске принимать за любовь нечто вовсе ей не соответствующее. А происходит это от того, что многие люди довольно смутно представляют, какие отношения и чувства следует, а какие не следует считать любовью.

Чтобы выяснить последнее, нам необходимо прежде всего ответить на вопрос: отражает ли понятие «любовь» какую-то психологическую реальность и отличается ли комплекс связанных с ней чувств и поведенческих образцов от тех, которые ассоциируются с другими понятиями (например, дружба, секс, привязанность, страсть и т. д.), обладает ли этот комплекс достаточной конкретностью?

По данным американских психологов Дж. Форгоса и П. Добоца, большинство людей отличает в собственном опыте любовь от сексуальных отношений, с одной стороны, и от дружбы – с другой. По мнению опрошенных, каждое из этих явлений может существовать независимо от другого, что не противоречит и достаточно частому сочетанию их в рамках одних и тех же взаимоотношений. С любовными переживаниями у людей связаны вполне определенные ощущения, принадлежность которых именно к любви не вызывает у них сомнения. К таким ощущениям, как подтвердили исследования, относятся общее возбуждение, нарушение сна, склонность к фантазиям, чувство наслаждения, депрессивные состояния и трудности в концентрации внимания.

Исследование представлений о любви в среде советской студенческой и рабочей молодежи, проведенное психологом В. Моргуном, позволило ему выделить следующие признаки любви: продление рода, готовность делить все радости и невзгоды в течение всей жизни, самопожертвование (способность уйти от любимого, если вы убедились, что он вас больше не любит), общий взгляд на мир (смотреть не друг на друга, а в одну сторону – критерий «Ромео и Джульетты»), готовность остаться с любимым, даже если все родные и окружающие против вашего выбора, и кристаллизация (по Стендалю) – «мне все напоминает о любимом, и думаю о нем, и встречи не дождусь».

Итак, чувство любви действительно присутствует в жизненном опыте многих людей, Учитывая последнее, казалось бы, остается только дать вполне полноценное определение любви. На самом же деле, это достаточно сложная задача по нескольким причинам. Во-первых, в различные времена на отношения между мужчиной и женщиной смотрели по-разному. Даже из беглого исторического обзора развития любовных отношений становится ясно, что понятие любви есть не что-то однозначное и неизменное.

Древняя Индия оставила миру наиболее разработанные энциклопедии половой любви – «Тысячу глав Камы» Нанди (около 2 тысяч лет до н. э.) и «Книгу Любви» Ваатсьяяны (4–5 век н. э.). Тогда любовь понималась как искусство чувственности, как «сладчайшее лакомство жизни». Вполне понятно, что та любовь существенно отличается от современной любви – любви не только биологической, но и любви человеческих личностей с их сложными потребностями, творческим равноправным партнерством, со всем богатством психических переживаний, взаимопомощи и сотрудничестве за пределами сексуальной сферы жизни,

Во-вторых, по-разному понимают любовь в разных культурах, разных обществах. В одних обществах любовь утверждается как нравственный и эстетический идеал, в других

она не считается необходимой предпосылкой брака и даже рассматривается как нечто ненормальное.

А в некоторых общностях понятие «любовь» вообще не входит в лексикон людей (например, племя Ману в Новой Гвинее).

В-третьих, любовь была и остается чувством исключительно индивидуальным, а значит каждый любящий человек сохраняет за собой право на свое понимание и толкование любви.

Нет единодушия и в научных определениях любви. Для биолога это одно, для психолога – второе, для сексолога – третье. Феномен любви слишком сложен, чтобы выразить его в каком-нибудь одном определении. Разные определения иллюстрируют разные стороны любви. Нетрудно обнаружить, что любое нормативное определение любви практически всегда таит в себе оппозицию. Например, «любовь-вожделение» противопоставляет духовно-личностное начало чувственно-телесному, «любовь-увлечение» отличает глубокое и длительное чувство от поверхностного и краткосрочного, «любовь – симпатия» разводит на разные полюса бурную страсть и спокойное расположение и т. д. Теоретические истолкования любви часто парадоксальны, противоречивы, взаимно несовместимы (любовь разумна – любовь безумна, любовь возвышает – любовь унижает, любовь дарует наслаждения – любовь приносит мучения, любовь обогащает – любовь опустошает). Причем несомненно, что в этих контрастных оценках каждое положение может быть доказано одинаково убедительно.

Существует очень много определений любви, ограничивающихся указанием на глубокую сердечную, эмоциональную привязанность к объекту, без попытки объяснения ее причин. Выгодно отличается от этих определений определение американского ученого Каслера, который видит отличие любви от других эмоций в ее синтетическом характере. Любовь, по Каслеру, есть сплав различных эмоциональных состояний, среди которых доминирует страх потери объекта, с помощью которого удовлетворяются важнейшие потребности человека (самоутверждения, общения, творчества и т. д.). Здесь любовь включена в более широкий контекст жизни человека. Очень многое в любви весьма тонко подмечено различными писателями. И хотя мировая литература дала тысячи определений любви, она смогла выделить лишь единственную общую ее черту – требовательную избирательность. Сложность в определении любви заключается еще и в том, что комплекс любовных чувств направлен не только на самого человека, но и на определенный тип переживания, который должен стать социально и психологически приемлемым для конкретного человека. Отсюда следует зависимость любовных отношений между мужчиной и женщиной от характерного для данного человека типа любовных ориентаций, которые далеко не однообразны.

Суммируя все сказанное, можно сделать два вывода. Первый. Любовь в своих проявлениях разнообразна, и не существует какого-либо эталона, стандарта любви. Из нескольких типологий наиболее разнообразной является современная типология любви, предложенная канадским ученым Д. А. Ли и экспериментально проверенная Клайдом Хендриком. Она различает шесть стилей любви.

Эрос – страстная, исключительная любовь – увлечение, стремящаяся к полному физическому обладанию.

Людус – любовь-игра, не отличающаяся глубиной чувств и сравнительно легко допускающая возможность измены.

Сторге – спокойная, теплая и надежная любовь-дружба.

Прагма – смесь людуса и сторге, рассудочная, легко поддающаяся сознательному контролю, – любовь по расчету.

Мания – смесь эроса и людуса, любовь-одержимость, для которой типичны неуверенность и зависимость от объекта влечения.

Агапе – бескорыстная любовь-самоотдача, синтез эроса и сторге.

Доказано, что любовные переживания и установки молодых мужчин содержат больше «эротических», и особенно «людических», компонентов, тогда как у женщин ярче выражены «прагматические», «сторгические» и «маниакальные» черты.

Второй вывод заключается в том, что даже определенный тип любви охватывает достаточно широкий круг эмоциональных явлений. Индивидуальное любовное чувство не имеет точно определенных координат, и в зависимости от конкретной обстановки и условий о нем можно сказать все или ничего. Не существует поэтому простого деления на любовь обыденную и любовь великую. Скорее всего есть некая протяженность, на одном полюсе которой располагается первая, а на другом – последняя. Середина же, то есть большая часть, – это бесконечное множество промежуточных состояний, определяемых конкретными обстоятельствами, конкретными характерами конкретных людей и имеющих различные тональность, силу и глубину.

Но для того, чтобы продолжить наш разговор, необходимо определить хотя бы общие контуры любви. С этой позиции любовь – это, прежде всего, чувство одного человека к другому, это отношение к этому человеку и это оценка этого человека.

Что же касается поиска оптимального определения любви, то это, похоже, удел ученых. Простых людей это волнует меньше и, как показал опрос, проведенный американским психологом Кефартом, лишь 16% мужчин и 10% женщин выразили сомнения в том, знают ли они, что такое любовь, остальные в этом смысле вполне в себе уверены.

Глава 3. Симпатия? Влюбленность? Любовь?

*«Начало любви – во внимании, потом – а избрании,, потом – в достижении»
М. М. Пришвин*

Любовь не возникает мгновенно. Чтобы заранее предотвратить путаницу в понятиях и проследить этапы развития любви, воспользуемся следующей схемой, расшифровка и объяснение которой будут даны позже в этой и последующих главах: симпатия – влюбленность – любовь романтическая – любовь зрелая.

Все начинается с симпатии. Симпатия – это та благодатная почва, которая может дать первые ростки для любовных чувств, она обеспечивает человеку возможность признать ценность другого человека. Нельзя полюбить человека, не испытывая к нему симпатии, то есть стремления ему сочувствовать, желания приобщиться к его индивидуальной духовности. Но вначале симпатия – это лишь положительная установка к другому человеку, возникающая из его первичной оценки. Если положительная оценка изменяется, то и притягательность к этому человеку угасает. Если же положительная оценка усиливается, то при определенных условиях, о которых будет сказано позже, возникает влюбленность, или начало любовных чувств.

На уровне симпатии мы ошибаемся довольно часто. А происходит это от того, что нашими безотчетными влечениями движет принцип: какая часть – такое и целое. Сначала нас поражает в человеке что-то одно – его лицо или голос, фигура или взгляд, манера поведения или что-то другое. Это лишь «часть» человека, а все остальное в нем может быть и лучше, и гораздо хуже. Но в этой первоначальной симпатии, несмотря на то, что все мы физиономисты, есть детское простодушие: нам начинает казаться, что все в человеке такое же, как эта черта, которая вызвала у нас восхищение.

Если рассматривать любовь как чувство к человеку, отношение к человеку и оценку человека, то можно увидеть, что в симпатии преобладает оценка, тогда как для влюбленности уже характерны два компонента – оценка и чувство. Любви еще нет, так как нет отношения, для возникновения отношения необходимо определенное время, в рамках которого произошло бы общение и взаимодействие с этим человеком. Время, прошедшее от возникновения симпатии до рождения влюбленности, может быть весьма скоротечным, и такую влюбленность несколько неверно называют «любовью с первого взгляда».

По мнению многих исследователей, «любовь с первого взгляда» – это есть не что иное, как первичное сексуальное влечение, еще не осознаваемое человеком и поэтому маскирующееся под влюбленность. Влюбленность может возникнуть и к давно знакомому человеку в результате неожиданно усилившейся по каким-либо причинам его положительной оценки.

Понимание разницы между влюбленностью и романтической любовью имеет принципиальное значение, так как в литературе и в жизни эти два понятия часто смешиваются. Считается, что влюбленность – это чувство быстропроходящее и неглубокое, в отличие от любви, и что оно направлено не на личность как таковую, а на определенные внешние и социальные атрибуты этой личности (влюбленность в глаза, фигуру, талант, общественное положение человека). С моей точки зрения, принципиальное отличие влюбленности от романтической любви в другом. Влюбленность – это начало формирования чувства любви или незрелое чувство любви. Это прежде всего состояние человека, его чувство, которое на определенном этапе может быть достаточно глубоким и сильным, направленным на личность в целом. Но это состо-

яние и чувство не проявляется еще в будничном отношении к любимому человеку (например, человек, которого любят, может даже не догадываться об этом).

Любовь романтическая же, ее развитие начинается на той стадии общения и взаимодействия, когда испытывающий влюбленность человек начинает проявлять свое чувство в поведении и отношении к объекту любви. Другой вопрос – сколь длительным, успешным (в плане завоевания взаимности) и глубоким по содержанию будет это отношение. Таким образом, если влюбленность – это состояние, то любовь – это состояние плюс отношение.

Существуют и другие отличия влюбленности и любви. Например, влюбленный в большей степени идеализирует предмет своей страсти, чем человек любящий, относящийся к возлюбленному несравненно трезвее. Любящий в значительной мере руководствуется в своих поступках волей и рассудком, а не воображением, как человек влюбленный. Полное обладание предметом страсти, несомненно, является центральным пунктом вожелений влюбленного, тогда как любящий человек может быть совершенно свободен от такого вожеления. Скорое (влюбленный нетерпелив) фактическое осуществление подобной мечты может быть «могилой» влюбленности: полное обладание предметом страсти, когда личностный компонент взаимоотношения еще незначителен, ведет к быстрому исчезновению влюбленности, причем последняя или испаряется бесследно, сменяясь полной индифферентностью к недавнему идеалу, или уступает место более или менее сильному отвращению к бывшему предмету страсти. Известная сентенция «брак – могила любви» справедлива лишь постольку, поскольку под упоминаемой здесь любовью разумеется влюбленность. Некоторые ученые и психиатры склоняются к тому, чтобы явление влюбленности относить к сфере психопатологического, расценивая его как маниакальное со сверхценными идеями. Например, Морис де Флери признает влюбленность болезнью и проводит поучительную параллель между влюбленностью, с одной стороны, и алкоголизмом, эфироманией, морфинизмом и т. д., с другой, констатируя одну и ту же эволюцию, и одинаковые результаты. Только «психическим ядом» в данном случае является не что иное, как постепенно складывающаяся привычка видеться с предметом страсти, незаметно для влюбленного переходящая в болезненную потребность.

С нашей точки зрения, влюбленность можно рассматривать как психопатологическое явление лишь в тех случаях, когда она затягивается на годы и действительно порождает психическую зависимость от объекта влюбленности. Если же рассматривать ее как кратковременное состояние, стадию на пути к трансформации в любовь, то влюбленность будет выглядеть вполне естественной, своеобразной формой психофизиологического роста относительно любви. В этом случае влюбленность расценивается не как болезнь, а как особое состояние души в связи с новым видением мира и себя самого.

Как показали психологические исследования, каждый человек в течение жизни примерно десять раз впадает в состояние влюбленности. Но не каждое состояние влюбленности находит свое продолжение в романтической любви. В некоторых случаях оно угасает в самом начале романтической любви, в других – служит развитию и совершенствованию романтической любви, приближая ее к любви зрелой долговременной.

От некоторых людей, правда, можно услышать: я однолюб. Однолюбие чаще бывает у женщин, чем у мужчин, так как женщины по своей природе более привязчивы и постоянны, нежели мужчины. Но в психологии человека нет таких свойств, которые вынуждали бы его любить только раз в жизни. Однолюб – это скорее по своей сути долголюб, а однолюбом его делает счастливая долговременная любовь. Но есть и другой парадокс: несчастная, неразделенная любовь иногда может длиться всю жизнь, становится доминантой всех остальных чувств. Последнее, по-видимому, происходит в том случае, когда человек в силу особенностей своего характера никак не может вырваться из плена реального, как ему кажется, идеала, в лице встретившегося ему человека. А так как общение с этим человеком в случае неразделенной любви, как правило, затруднено, то и разрушить этот «реальный идеал» ему сложно.

По поводу возникновения любви существует несколько гипотез. Есть предположение, что в природе возникновения влюбленности лежит не столько стремление выбрать себе самого красивого, умного или похожего партнера, сколько прогнозирование его реакций на себя – хотя общения как такового еще нет, есть уже попытка представить его развитие и надежда на будущие счастливые отношения. Не случайно поэтому большой популярностью пользуются люди общительные, жизнерадостные, предпочитающие смотреть в глаза собеседнику, не скупые на улыбку. Согласно теории американских психологов, Э. Уолстер и Э. Бершайд влюбленность возникает лишь при одновременном сочетании двух факторов: физиологического возбуждения и возможности объяснить это возбуждение самому себе как влюбленность.

Возникновение влюбленности во многом зависит от ситуации и в качестве ее предпосылок могут выступать как положительные, так и отрицательные эмоции, например, страх. В эксперименте, проведенном канадскими психологами, красивая девушка, студентка, обращалась с просьбой об интервью к переходившим каньон молодым мужчинам, а затем как бы ненароком давала свой телефон, якобы для обсуждения темы ее дипломной работы. В одном случае дело происходило на шатком скрипучем висячем мосту, а в другом – на солидном стационарном мосту. Из 33 мужчин, опрошенных в опасной ситуации, позвонили 9, в спокойной – только 2. Чувство совместно пережитой опасности сделало девушку более привлекательной в глазах мужчин, вызвав у них желание продолжить знакомство. Мгновенные страстные влюбленности военных лет, не раз описанные в художественной литературе, вероятно, также связаны не столько с длительным половым воздержанием (всякий дефицит усиливает потребность и уменьшает избирательность), сколько с потребностью разрядки и переключения эмоционального напряжения.

Чувства опасности, риска в ситуациях борьбы, преодоления препятствий усиливают потребность в общении и эмоциональной близости с теми, кто эти чувства и ситуации разделяет. Поскольку состояние влюбленности связано с физиологическим возбуждением, можно предположить, что определенное значение в возникновении влюбленности играет гормональный фон человека. С другой стороны, возраст, когда дети и подростки начинают влюбляться, очень слабо связан, а возможно, и вовсе не связан с их гормональным развитием, а возникшая влюбленность может совершенно не сочетаться с сексуально-эротическими желаниями. По-видимому, чувство любви к противоположному полу может возникнуть и в детстве, пусть на более низком «детском», «азбучном» уровне. Сексуально-эротический же оттенок чувство любви приобретает впоследствии, на определенном этапе развития личности, с началом полового созревания.

Еще одна гипотеза заключается в том, что на определенной генетически обусловленной стадии развития у человека формируется готовность к восприятию определенного образа, который в дальнейшем становится для него обязательным эталоном, вызывая потребность именно в таком и никаком другом партнере. Однако это предположение не доказано. Наоборот, очень многие могут припомнить, что в течение жизни влюблялись в совершенно различных людей.

Как показали психологические исследования, в большинстве случаев состояние влюбленности возникает произвольно, не зависит от сознательного отношения к человеку и связано, по-видимому, с какими-то не вполне понятными нейрхимическими процессами мозга. Люди, как правило, не отдают себе отчета о мотивах возникновения влюбленности, но есть основание полагать, что эти мотивы не редко заключаются в подсознательном поиске осуществления своих различных потребностей. Например, девушке, мечтавшей уйти из-под родительской опеки, невдомек, почему она так горячо влюбилась в первого попавшегося парня. Л семейная женщина вдруг теряет голову, ей кажется, что она полюбила по-настоящему, и она в это страстно верит, хотя, быть может, дело заключается в том, что другой оценил не оцененные мужем качества, и она почувствовала себя красивой, умной, неповторимой, то

есть реализовала свою потребность нравиться. Нередко любовь зарождается на фоне страстного желания избавиться от одиночества. Человек начинает задыхаться в скорлупе своего «я» и интуитивно тянется к более объёмному «мы». Боязнь одиночества, или, как ее называют психологи, «паника безысходности», охватывает многих молодых людей в период, когда большинство их сверстников уже обзавелись семьями и детьми. В какие-то моменты переживание одиночества может быть выражено столь сильно, что выступает причиной влюбленности к человеку, который при других обстоятельствах не мог бы вызвать даже малейшей симпатии.

Иногда чувство любви возникает и формируется как своеобразная компенсация собственной неполноценности. Такие люди привыкли воспринимать себя сквозь призму отношения к ним других. И любовь важна для них прежде всего потому, что она рождает ощущение собственного достоинства. «Я любим (любима), – рассуждают они, – значит, я достоин (достойна) любви». В то время как нормальная логика должна быть иной: «Я достоин (достойна), следовательно, любим (любима)». Такой своеобразный дефицит «я» в человеке образуется скорее всего из-за дефекта раннего воспитания. В детстве у него не сложилось столь необходимого для жизни восприятия себя как значимой личности, чья ценность не зависит от внешних факторов и событий. Поэтому своего возлюбленного человек встречает как того, кто помогает преодолеть ему неосознанное чувство собственной недостаточности. При изменении любовных отношений у человека вновь возникает ощущение ущербности, и он всеми силами пытается удержать партнера, чтобы с его помощью сохранить необходимое представление о самом себе.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.