

## **ЛЮБОВЬ И ОЩУЩЕНИЕ СВОБОДЫ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ**

**Луговая Д.**

**научный руководитель канд. психол. наук Кушнир Н.Я.**

*филиал РГСУ в г. Минске*

Постигая себя, человек обретает свободу, которая есть выбор самого себя, своей сущности, накладывающий на него ответственность за свою жизнь и происходящее в мире. Вот почему свобода рассматривается экзистенциалистами как фундаментальная характеристика человеческого существования. Свобода, указывает М. Босс, не есть нечто, чем люди обладают; она есть нечто, что они есть. Свобода выступает одной из универсальных характеристик человеческого бытия. Понятие свободы связано с понятиями необходимости, зависимости - независимости, отчуждения, ответственности. По мнению Р. Мэя свобода заключается не в способности быть все время чистым субъектом, а в способности выбирать либо один, либо другой вид существования, переживать себя либо в одном, либо в другом качестве и диалектически двигаться от одного к другому. Пространство свободы – это дистанция между состояниями субъекта и объекта, это некоторая пустота, которую нужно заполнить. Свобода – это не попустительство, отсутствие плана и цели. Это не жесткая определенная доктрина, ее нельзя сформулировать в виде конкретных постулатов, это нечто живое, изменяющееся [1].

В наиболее общем виде свобода – это способность человека управлять своим развитием, тесно связанная с самосознанием, гибкостью, открытостью, готовностью к изменениям. Чем менее развито самосознание человека, тем более несвободным он является, то есть тем в большей степени его жизнью управляют различные вытесненные содержания, условные связи, образовавшиеся в детстве, которые он не держит в памяти, но которые сохраняются в бессознательном и управляют его поведением. По мере развития самосознания соответственно увеличивается диапазон выбора человека и его свобода. Свобода так важна и привлекательна, что ее можно было бы назвать главной ценностью жизни - если б не было любви.

Любовь – сложный комплекс переживаний, весьма разнообразных по содержанию и часто противоположных по знаку. С ней связаны эйфория, депрессия, нарушение сна, склонность к фантазиям, трудности в концентрации внимания. Объяснение феномена – первый шаг к овладению им. Люди испокон веков пытаются бороться с неопределенностью мира, извлекать из хаоса гармонию, систематизируя его. Владея объяснительной системой, даже не меняя ситуацию во внешнем мире, человек получает изменение своего состояния и мироощущения. Более того, получив доступ к знанию, мы можем лучше ориентироваться в окружающей действительности и получаем возможность влияния, если не на все события, то на собственное восприятие этих событий и сможем адекватно реагировать. Поэтому и ведутся исследования в разных сферах, в том числе и психологии любви. Эти знания могут облегчить жизнь людям. Тем более что, по мнению многих великих мыслителей прошлого и настоящего, - любовь - это самое важное в жизни.

Сложность и важность любви продиктованы тем, что в ней сфокусированы в органическом соединении физиологическое и духовное, индивидуальное и социальное, личное и общечеловеческое, понятное и необъяснимое, интимное и общепринятое. Любовь — это тоже одна из форм выражения стремления преодолеть свою ограниченность, стремления к совершенству и вечности. Вместе с тем любовь стремится к интеграции как «в» личности, так и «между» личностями. Латинское

integer означает «целый», таким образом, интеграция означает объединение в единое целое, стремление к целостности. В основе процесса интеграции любви – духовные в человеке: свобода и истина. Они проникают порой во все закоулки человеческих поступков и переживаний, наполняя их таким содержанием, и намек на которое мы не найдем в жизни животных. Именно этому содержанию обязана своей истинной прочностью любовь между личностями разного пола.

Любовь всегда – некий фактор человеческой природы, его духа; если любовь перестает быть фактором природы и духа, она перестает быть любовью. Воля – последняя инстанция личности, без участия которой ни одно переживание не обладает полной личностной ценностью, не представляется полный удельный вес личности. Любовь особенно нуждается в свободе, участие свободы порой определяет ее психологическую сущность. То, что проистекает не из свободы, что не имеет признаков свободного участия, а напротив, отмечено печатью пассивности и насилия, не может быть признано любовью, ибо лишено ее сути.

Многими исследователями делались неоднократные попытки предложить различные классификации любовных переживаний и выделить различные виды любви. Попытки построения моделей любви отличались претензией на глобальность. Различия между моделями любви происходят по оценочному параметру: оптимизм – пессимизм. В пессимистической модели постулирует слабость и несовершенство человека, в оптимистической – конструктивная сила любви [5].

Любовь – загадка и для тех, кто ею охвачен, и для тех, кто становится ее свидетелем. Мы видим, чувствуем ее, но не понимаем. Узы, связывающие нас с любимым человеком, необъяснимы. К тому, кого мы любим, нас влекут не только его облик (красота, сходство с кем-то) и не только образы или ценности, которые он для нас символизирует (мать, отец, власть, деньги), но тайна, которую мы в нем ощущаем. Ее невозможно назвать словами, но она словно обращена ко всему тому, что мы сами тайно храним у себя в душе – тоскуем по тому, чего недополучили в детстве, какое-то безотчетное страдание. Любовь, как бы это странно не звучало, затрагивает ту часть нашей личности, которая незнакома нам самим.

Любовь, по Л. Каслеру, – это сплав совокупности эмоций, ради которых ведущую роль играет страх потери источника удовлетворения своих потребностей. Влюбленность, конструируемая постоянным страхом потерять его, делает человека несвободным, зависимым и мешает личностному развитию. Позитивное эмоциональное состояние влюбленного он связывает с благодарностью человека за удовлетворение своих потребностей. Следовательно, свободный человек не испытывает любви [5, с. 389]. Согласно оптимистической модели любви А. Маслоу, любовь характеризуется снятием тревожности, ощущением полной безопасности и психологическим комфортом, удовлетворенностью психологической и сексуальной стороной отношений, которая с годами растет, постоянно усиливается интерес любящих людей друг к другу. В течение совместной жизни партнеры хорошо узнают друг друга, реальная оценка супруга сочетается с его полным принятием. Конструктивную силу любви А. Маслоу связывает с соединением сексуальной сферы с эмоциональной, что способствует верности партнеров и поддержанию равноправных отношений.

Некоторые авторы (З.Фрейд, Л. Кеслер, В. Рейк) пытались обрисовать потребность в любви как признак неадекватности. З. Фрейд видел в любви в основном сексуальные феномены, или воображение полового инстинкта. Чувство единства с другим человеком для З. Фрейда – патологический феномен, возвращение к состоянию раннего детства, «неограниченного нарциссизма». Ибо любовь – это всегда удовлетворение неизбежного желания самоутвердиться [5, с. 388]. В. Рейк рассматривал «любовь» как отраженное восприятие собственных недостигнутых

идеалов в партнере. По Л. Кеслеру, любовь - признак наличия потребности у здорового человека.

Любить – значит бояться. Причем постоянно. В советской работе «Недовольство культурой» З. Фрейд объясняет это так: мы впадем в зависимость от другого, потому что постоянно нуждаемся в том, чтобы он поддерживал нас в нашем существовании [2]. Отсюда и страх потери. Любовь в какой-то степени подразумевает риск. Это чувство головокружительно, порой нас даже тянет отвергнуть его, оттолкнуть: человек, боясь силы любви, может ее разрушить или приуменьшать ее значимость. Все это – чтобы защититься от пугающей власти над нами другого человека. Ведь, как подчеркивал Фрейд, Эрос и Танатос неразлучны: я люблю тебя – я тебя разрушаю: Эрос – это наше желание соединиться друг с другом в любовном чувстве; Танатос – влечение к смерти, которое подталкивает нас разорвать эту связь, чтобы наше «Я» оставалось всемогущим [3].

Юношеский возраст является сенситивным периодом для влюбленности, для проб и ошибок в этой сфере. Большинство молодых людей жаждут романтических чувств и придают им огромное значение. Влюбленность, страсть, готовность к эмоциональным взлетам и падениям являются, в основном, прерогативами юности. Смешанная, разнополая дружба в юности существенно отличается от однополой, а слово «дружба» часто является лишь завуалированным наименованием зарождающейся любви. Юношеская мечта о любви выражает, прежде всего, жажду эмоционального контакта, понимания, душевной близости. Потребность в самораскрытии и интимной человеческой близости и чувственно-эротические желания очень часто не совпадают и могут быть направлены на разные объекты.

Цель исследования – выявление взаимосвязи любви и ощущения свободы в юношеском возрасте. Объект исследования – лица юношеского возраста. Предметом исследования выступает взаимосвязь любви и ощущения свободы в юношеском возрасте.

Методики исследования: опросник «Шкала любви и симпатии» (З. Рубин), анкета, которая была направлена на изучения присутствия ощущения свободы в паре, а так же отношения к ней.

На основании эмпирического исследования взаимосвязи любви и ощущения свободы у студентов второго и третьего курсов специальности «психология» и «юриспруденция», обучающихся в филиале РГСУ в г. Минске, можно сделать следующие выводы:

1. Согласно данным опросника по шкале «любви и симпатии» (З. Рубин) у испытуемых преобладает высокий уровень проявления любви и симпатии в паре – 84,2 %, что говорит о том, что испытуемые проявляют заботу друг о друге, уважают мнение и интересы друг друга, имеют определенную степень привязанности, а также высокий уровень степени интимности отношений. В целом любовь представители юношеского возраста рассматривают, как «уважение», «взаимопонимание», «влечение», «что-то необъяснимое», «состояние души», «взаимоверие, счастье быть рядом с любимым человеком, буря, а иногда и взрыв эмоций», «смысл, судьба, открытие». По данным, полученным при помощи метода статистической обработки можно заключить, что существует статистически значимая слабая положительная взаимосвязь между любовью и ощущением свободы ( $R=,334954$ ;  $p<0,05$ ). То есть, чем меньше ощущение свободы в паре, тем меньше проявления любви, и наоборот, чем больше ощущение свободы, тем больше проявляется любовь.

Полученные результаты нашего исследования могут быть использованы в работе практического психолога по оказанию психолого-педагогической помощи юношам и девушкам, в исследовательских работах по изучению мировоззрения

молодежи, в групповой и индивидуальной психологической помощи представителям юношеского возраста; в разработке коррекционных программ; в профилактической работе склонности к депрессии.

**Список использованных источников:**

1. Мэй, Р. Любовь и воля./ Р. Мэй. – М.: «Рефл-бук». 1997. - 420с.
2. Фрейд, З. Недовольство культурой «Сборник «Я» и «Оно» / З. Фрейд. Психология бессознательного. М.: Азбука-классика, 2009, 450 с.
3. Фрейд, З. По ту сторону удовольствия (1920) // З. Фрейд. Психология бессознательного. М., 1989, с. 382-424.
4. Фромм, Э. Искусство любить / Э. Фромм. – М.: Питер, 1996.
5. Шнейдер, Л.Б. Семейная психология./ Л.Б. Шнейдер. - М.: Москва академический проект, 2005. - 765с.