

ЛЮБОВ: ПСИХОЛОГІЧНА ЗАЛЕЖНІСТЬ ЧИ ДУХОВНА ПОТРЕБА?

Снігурський В.В.

Науковий керівник – к.псих. н. Сидоренко Ж.В.

Відповідь на питання: що таке любов намагались знайти мислителі та митці всіх часів та народів. Ще древні греки виділяли такі види любові як агапе, філія, ерос, строге. Пізніше, Джон Алан Лі, взявши за основу античні уявлення описав шість видів любові, додавши до вище названих манію та лудус.

Любовна залежність – це сильна пристрасна залежність від іншої людини. Вона є одним з видів співзалежності, таким як залежність від наркотиків, алкоголю, віртуальних ігор, або ігрових автоматів.

Науковці висувають наступні причини виникнення такої залежності: негативні програми, закладені в нас літературою, що оспівує нещасну любов; випадки, коли сприймання чоловіка збігається з образом ідеального партнера в несвідомій частині психіки. Деякі фахівці взагалі вважають, що любовна залежність - це сексуальна девіація...

Як правило, залежні відносини розвиваються за кількома сценаріями:

- відмова від власного суверенітету і “розчинення” своєї психологічної території в території партнера;
- поглинання психологічної території партнера, позбавлення його суверенітету;
 - абсолютне володіння і руйнування психологічної території об’єкта любові;
- нарцистичне відображення в партнері.

З іншого боку з класифікацією А. Маслоу потреба у любові розміщена на третій сходинці із п’яти у піраміді людських потреб. Ця потреба властива кожній людині з самого раннього дитинства.

Е. Фром протиставляє любовну залежність зрілій любові, що сприяє благополуччю та зростанню коханої людини.

Щоб допомогти тим, хто страждає від любовної залежності слід збагнути, що стан залежності від іншої людини йде корінням в дитинство - в залежність дитини від батьків. Саме вона проектується в доросле життя.

Психологи рекомендують широкий арсенал вправ та психотехнік. Але, головне, як радить А. В. Леві всім нещасливим закоханим: "Ростити в собі вільну людину ... Вживати допомагає хороша література, поезія, музика, живопис. Далі - працювати, думати, розважатися, у міру можливості, сміятися над собою і любити, з усіх сил продовжувати любити. Дозволяється викладати свої думки і почуття на папері, можна у віршах, в музиці, в танці ... Любити творчо».