

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ХАРКІВСЬКИЙ  
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ В.Н.КАРАЗИНА

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ

КАФЕДРА психологічного консультування і психотерапії  
(повна назва кафедри)

**КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА**

на тему: Гендерні особливості любовного досвіду у людей ранньо-зрілого віку

Студентки 4 курсу групи ЗПС-41  
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти  
освітньо-професійної програми «Психологія»  
за спеціальністю 053 – ПСИХОЛОГІЯ  
Чорноморд Євгенії Євгеніївни  
(прізвище та ініціали)

Керівник: кандидат медичних наук, доцент кафедри  
психологічного консультування і психотерапії  
Федосєєв Віталій Альфредович  
(посада, вчене звання, науковий ступінь, прізвище та ініціали)

Чотирьохрівнева шкала оцінювання \_\_\_\_\_  
Кількість балів: \_\_\_\_\_

Члени комісії \_\_\_\_\_ (підпис) \_\_\_\_\_ (прізвище та ініціали)  
\_\_\_\_\_ (підпис) \_\_\_\_\_ (прізвище та ініціали)  
\_\_\_\_\_ (підпис) \_\_\_\_\_ (прізвище та ініціали)

## ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ ГЕНДЕРНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЛЮБОВНОГО ДОСВІДУ.....	5
1.1. Теоретичні аспекти дослідження феномену «любовного досвіду» .....	5
1.2. Психологічні особливості любовного досвіду в ранньо-зрілому віці .....	11
1.3. Гендерні відмінності любовних переживань у ранньо-зрілому віці.....	13
Висновки до першого розділу .....	15
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ГЕНДЕРНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЛЮБОВНОГО ДОСВІДУ У РАННЬО-ЗРІЛОМУ ВІЦІ .....	17
2.1. Методика та організація емпіричного дослідження гендерних особливостей любовного досвіду у ранньо-зрілому віці .....	17
2.2. Аналіз особливостей любовного досвіду.....	18
2.3. Аналіз результатів дослідження гендерних особливостей любовного досвіду в юнацькому віці.....	23
2.4. Практичні рекомендації щодо вдалого подолання переживань під час набуття любовного досвіду .....	26
Висновки до другого розділу .....	29
ВИСНОВКИ.....	30
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	32
Анотація:.....	34
ДОДАТКИ.....	35

## ВСТУП

**Актуальність:** необхідність вивчення впливу гендерних ролей на формування та сприйняття власного досвіду в сфері взаємин із партнерами в ранньо-зрілому віці.

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.Хорні 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).

**Об'єкт дослідження:** любовний досвід як психологічний феномен.

**Предмет дослідження:** гендерні особливості любовного досвіду в ранньо-зрілому віці.

**Мета:** дослідження та аналіз гендерних відмінностей у формуванні та вираженні любовного досвіду в ранньо-зрілому віці.

**Гіпотеза:** гендерні ролі впливають на сприйняття та вираження любовного досвіду у молоді, при цьому існують певні статеві відмінності.

**Завдання:**

- Здійснити теоретичний аналіз наявних досліджень та теорій, що стосуються гендерних відмінностей у формуванні та вираженні любовного досвіду в ранньо-зрілому віці.
- Провести аналіз любовних відносин серед молоді ранньо-зрілого віку для визначення рівня та характеру любовних відносин
- Оцінити якість та тип взаємовідносин у парах молоді ранньо-зрілого віку з метою визначення впливу гендерних особливостей на ці взаємовідносини
- Дослідити вплив гендерних ролей на любовний досвід молоді ранньо-зрілого віку та провести порівняльний аналіз гендерних відмінностей у любовному досвіді серед молоді ранньо-зрілого віку

**Методи дослідження:** «Шкала любовних відносин» К. та С. Хендрік, адаптована Т.Л. Крюковою, О. А. Єкимчик, Опитувальник «RAQ» (The Relational Assessment Questionnaire) (адаптація О.М. Вонс), Методика "Маскулінність-фемінінність" С. Бем.

**Характеристика вибірки:** вибірка становить 52 особи, молодь віку 21-30 років, 27 юнаків та 25 дівчат. Кожен з них хоча б раз перебував у довготривалих відносинах.

**Практична значущість:** внесення нових знань у сферу психології та гендерних досліджень, створення підстав для розробки імплементацій гендерно-чутливих підходів у психологічну та освітню практику, вдосконалення програм та ініціатив, спрямованих на підтримку та розвиток любовних відносин у ранньозрілому віці з урахуванням гендерних аспектів.

# РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ ГЕНДЕРНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЛЮБОВНОГО ДОСВІДУ

## 1.1. Теоретичні аспекти дослідження феномену «любовного досвіду»

У різні епохи, вчені та філософи розвивали різноманітні теорії щодо природи та походження кохання. Для давньогрецьких філософів, кохання було своєрідною силою, що сплітає одну людину з іншою, невимовною силою, яка з'єднує індивідів.

У Ж. Сартра бачення кохання полягало у сприйнятті улюбленої людини через її особистість та поведінку, які можуть бути недосяжні для спостереження зовнішнім спостерігачам.

Психолог З. Фрейд висловив перші теорії про кохання як психологічний феномен, розглядаючи його через призму сексуального потягу, зокрема перші зацікавлення, які спрямовані на одного з батьків. Він вважав, що кохання - це вираження лібідо, спрямоване на інших або на самого себе - нарцисизм.

Згідно з О. Кернбергом, кохання має складну структуру, що включає різноманітні компоненти, такі як сексуальний потяг і еротичне бажання. Сексуальне збудження вважається основним афектом, навколо якого формуються всі емоційні реакції. Також до складу цієї структури входить ніжність, виражена у піклуванні про об'єкт уваги, ідентифікація та зріла форма ідеалізації. У контексті любовних переживань можна виділити особливий компонент - пристрасть. За Кернбергом, пристрасть підтримує сексуальне бажання, збагачує емоційний досвід і підсилює афективні реакції, що виникають у парі, тим самим зміцнюючи взаємини [1].

Хорні, вивчаючи феномен кохання, відділила його від хворобливого стану, такого як невроз. Основна різниця полягає в тому, що для кохання характерне почуття прив'язаності, тоді як невротик не відчуває спокою і задоволення. Невротик може змінити своє ставлення до об'єкта кохання, якщо відносини не відповідають його очікуванням.

Важливо розуміти різницю між любов'ю та закоханістю. Закоханість - це інтерес, який передбачає пристрасний потяг до іншого та відповідність його нікому ідеалу. Це емоційне явище спотворює реальний світ людини, підпорядковує його лише відчуттям, заперечуючи розсудливість. Проте закоханість зникає, коли відбувається оцінка особистісних характеристик коханої людини та їхня невідповідність певному ідеалу.

Для кохання характерне поступове зародження, розвиток, зміна поведінки суб'єктів під нову дійсність, в якій відбувається розкриття їх позитивних потенціалів. Саме суб'єкти керують своїми відносинами, розвивають їх, а чи не підкоряються їм. Любов не тотожна поняттям бажання або симпатія. Оптимальні відносини виникають тоді, коли людина здатна не тільки приймати любов до себе, а й давати її сама [2].

Е. Фромм ділить любов на зрілі та незрілі форми. Незрілі форми кохання передбачає повну залежність суб'єкта від об'єкта своєї пристрасності, утиск свого власного «Я» і повне підпорядкування волі партнера. Інакше кажучи, незрілі форми кохання можна зарахувати до недоброякісних форм закоханості. Наголошуючи на любові, він велике значення надає зрілим формам любові, які сприяють поєднанню людини з іншою людиною. Зрілі форми любові засновані на повазі, ніжності та турботі. Е. Фромм визначає любов не просто як ставлення до певної людини, а як ставлення до всього навколишнього світу.

Автор акцентує увагу на тому, що справжнє кохання не може розглядатися як якесь поклоніння своєму партнеру, уникнення самотності і задоволення лише лібідозних бажань. Справжня любов пізнається через переживання безмежності іншої людини - здатність впізнавати людину багато разів.

В уявленні Е. Фрома про кохання важливість полягає в радості від успіхів партнера, турботі про його добробут, спільному дослідженні іншої особистості та відчутті відповідальності та поваги у відносинах. Він підкреслює, що кохання не обмежується простою інтеракцією з однією особою, але скоріше є спрямованим на орієнтацію особистості, що визначає її взаємодію з навколишнім

світом. Автор також розробив систему класифікації різних типів кохання, які відрізняються за об'єктом кохання:

1. Братерська любов - це вид кохання, який є основою для всіх інших типів.

Е. Фром розглядає його як відповідальність, турботу, повагу та розуміння до іншої людини.

2. Материнська любов - це безумовне підтримка життя і потреб дитини. Мати не лише забезпечує дитину життям і розвитком, але також навчає її любові до життя.

3. Любов до себе - це здатність людини кохати себе. Якщо вона може любити лише когось іншого, вона не здатна на справжнє кохання.

4. Любов до Бога - це прагнення подолати відчай шляхом єднання з ним.

5. Еротична любов - це прагнення злиття і єднання з іншою людиною. Вона є винятковою за своєю природою, і Фром застерігає, що її не слід плутати з закоханістю, яка може зруйнувати бар'єри між людьми.

Узагальнюючи, Фромм вбачав, що для більшості людей головне питання щодо кохання - це, переважно, як стати об'єктом кохання, а не як кохати. Справжнє кохання - це активність та мистецтво, що вимагає наполегливої праці та самовдосконалення [3].

Американський соціолог Джон-Алан Лі, удосконаливши давньогрецьку класифікацію, виділив такі типи кохання:

1. Ерос - це форма кохання, що ґрунтується на фізичному приваблинні та сексуальному магнетизмі. Ця еротична пристрасть часто виникає й зникає швидко.
2. Людус - це граючий тип кохання, де партнери взаємодіють між собою, проявляючи вірність один одному, не встановлюючи серйозних стосунків.
3. Сторге - це тепла прихильність, яка поступово перетворюється на кохання. Зазвичай вона виникає з дружби та стійкого досвіду, але може бракувати пристрасті.
4. Манія - це потужне захоплення, бажання володіти один одним. Люди у таких стосунках часто переживають емоційні зриви.

5. Прагма - найбільш збалансована та практична форма кохання, де людина чітко уявляє всі необхідні якості партнера.
6. Агапе - це ідеальний тип кохання, що ґрунтується на релігійних та світоглядних поглядах на постійність та терплячість.

Дослідники Д.А. Лі та К. і С. Хендрик, виходячи з експериментальних досліджень, розробили опитувальник "Шкала любовних відносин", який підтвердив теорію Д.А. Лі щодо стилів кохання та оптимальності відносин між партнерами, що залежать від поєднання їх стилів кохання [4].

Однією з теорій щодо виникнення кохання та сексуального потягу є біологічна концепція американського психіатра Майкла Лейбовіца, яка ґрунтується на принципах психофізіології. Згідно з цією концепцією, у мозковій структурі гіпоталамуса виробляються молекули фенілетиламіну, які викликають відчуття ейфорії, піднесення та радості.

Коли людина відчуває статевий потяг, молекули фенілетиламіну насичують нейрони лімбічної системи, що активує емоційну реакцію. У закоханих спостерігається стан, аналогічний до ефекту від наркотиків - партнери відчувають збудження, жвавість, безтурботність, легковажність та оптимізм. Розрив відносин у цей період може викликати депресивний стан. Після невдалих кохань жінки, як зауважив Лейбовіц, починали активно споживати шоколад, який містить велику кількість фенілетиламіну. Це може бути компенсацією втраченої функції. Дослідження показали, що здатність жінок нормально функціонувати в соціумі, залежить від того, чи є вони закохані, і від ступеня закоханості. Хімічний процес, при якому молекули фенілетиламіну партнерів збігаються, викликає хімічну реакцію сполучення, що призводить до появи почуття притягання у житті.

Крім того, біологічна концепція кохання пояснює, що реакція між хімічними сполуками не може повторюватися і довго перебувати на одному рівні. Тому статевий потяг між партнерами може бути невічним. Через 4 роки кількість фенілетиламіну зменшується, а інтенсивність хімічної реакції починає спадати. Позитивним завершенням романтизму є перехід його в стадію кохання-дружби,

а негативним – розірвання стосунків або продовження спільного існування без отримання задоволення. Таким чином, біологічна концепція кохання розглядає його як непостійний стан, властивий неліпшим активним речовинам, які підтримують його, але не можуть завжди залишатися на високому рівні [5].

Романтичне кохання, за даними досліджень, має обмежений термін тривалості приблизно 3-4 роки, оскільки біологічно активні речовини, що підтримують цей стан, не можуть постійно знаходитися на високому рівні. Під час цього періоду закохані помічають недоліки один одного та займаються пошуками недосконалостей. Замість безкінечних спільних інтересів з'являється нудьга та боротьба за лідерство.

Закоханість, що часто переростає у кохання-дружбу, є важливою та ціною. В таких відносинах турбота та повага між партнерами залишаються важливими. Почуття стають менш бурхливими, але прогнозованими та стійкими, що робить такі стосунки надійними.

**Трикутна теорія кохання** — теорія кохання, розроблена психологом Робертом Стернбергом. В контексті взаємостосунків, «трьома компонентами кохання, згідно з трикутною теорією, є близькість, пристрасть і зобов'язання».

1. Близькість — охоплює почуття причетності, єдності та пов'язаності.
2. Пристрасть — охоплює і закоханість і сексуальну привабливість.
3. Зобов'язання — передбачають, у короткостроковій перспективі, рішення залишатися з партнером, і у довгостроковій перспективі, спільні досягнення і плани на майбутнє.

Три компоненти, наочно підписані у вершинах трикутника, взаємодіють один з одним і формують таким чином сім різних типів кохання (відсутність кохання не представлено). Розміри трикутника відображають «кількість» кохання – чим більше трикутник, тим більше кохання. Форма трикутника відбиває «стиль» кохання, який може змінюватися з перебігом стосунків [6].

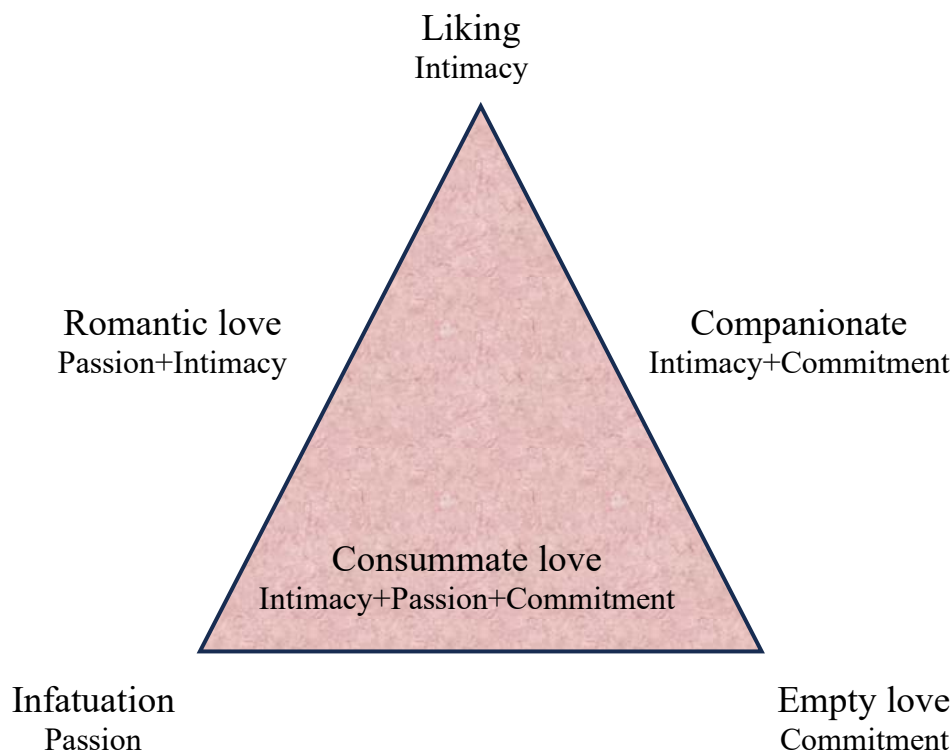


Рис.1.1.1. Triangular theory of love за Робертом Стернбергом

Теорія Хелен Фішер про кохання порівнює його зі споживанням наркотиків. Вона стверджує, що відчуття кохання викликає схожі емоційні та фізіологічні реакції, які характерні для наркотичного впливу на організм. Ця теорія відображає високу ступінь інтенсивності та залежності від кохання, які можуть порівнюватися з ефектами від уживання наркотиків. Фішер вважає, що кохання викликає подібні до наркотичного сприйняття ейфорію, збудження та потяг до партнера. Такий підхід розглядає кохання як сильний стимул, який може впливати на емоційний та фізичний стан людини, подібно до дії наркотиків. Також на томографії мозку закоханої людини помітно, що у нього/неї сильно активуються дві зони мозку, відповідальні за систему винагород. Вчені пов'язують це з впливом значної кількості дофаміну - гормону кохання. Цікаво, що ці зони мозку реагують з такою силою лише на вплив кокаїну [7].

За Ніцше, людина формує світ, щоб вижити в суворій реальності, орієнтуючись на свої почуття, поведінку та емоції, створюючи власну інтерпретацію і реалізуючи її у своїх переживаннях. Ніцше вважав, що все, що

пережите та внесене в органічні переживання, є реальним життям, тоді як те, що не відображено в цих переживаннях, може вважатися мрією.

В. Дільтей вважав важливим визначення поняття "переживання" як важливого елементу як у філософії, так і в психології. Він вважав, що головним фактором для вивчення психологічної структури переживання є протікання одного стану в інший, що може призводити до виникнення нового стану. Ці переходи безпосередньо пов'язані з внутрішнім досвідом людини. Згідно з В. Дільтеєм, людина не могла б зрозуміти і сприймати різноманіття життя, якщо б не могла переживати ці переходи особистісних процесів та їх впливів.

Л.С. Виготський також цікавився проблемою переживань, розглядаючи їх як динамічну складову свідомості, яка знаходиться у процесі розвитку. Він вважав, що переживання грають важливу роль у формуванні особистості та впливають на реакцію людини на життєві ситуації, які виникають на різних етапах життя. За думкою Л.С. Виготського, в переживанні значну роль грають середовище та особливості особистості людини, і розвиток людини можна розглядати як послідовність переживань, вплив яких обумовлюється оточенням і життєвими обставинами [8].

## **1.2. Психологічні особливості любовного досвіду в ранньо-зрілому віці**

Любовний досвід можна визначити як комплекс емоційних, психологічних і фізіологічних відчуттів, що виникають у зв'язку зі специфічними взаєминами з іншою людиною. Цей досвід включає в себе почуття прив'язаності, розуміння, підтримки, відданості та сексуальної привабливості до партнера. Любовний досвід може проявлятися у різних формах, від близькості і дружби до романтичних інтимних відносин, і він важливий для психічного і емоційного благополуччя людини.

У ранньому дорослому віці психологічні особливості любовного досвіду можуть бути досить різноманітними і залежать від багатьох факторів, включаючи

особистісність, досвід відносин, культурні чинники та життєві обставини. Однак деякі загальні особливості можуть включати:

1. Розвиток емоційної зрілості: У цьому віці людина зазвичай має більше досвіду у взаємині з іншими людьми і може краще розуміти свої власні емоції та потреби в контексті відносин.

2. Більш стійкі та глибші відносини: Зазвичай у цьому віці людина вже пройшла кілька відносин та має більше розуміння того, що вона шукає в партнерстві. Це може призводити до більш стійких і глибоких відносин.

3. Поглиблене розуміння самого себе: У ранньому дорослому віці людина частіше вивчає свої власні потреби, бажання та цінності, що може сприяти більш ефективному вибору партнера та задоволенню у відносинах.

4. Еволюція уявлень про кохання: За роки життя уявлення про кохання можуть змінюватися, віддзеркалюючи особистісний розвиток та досвід. У ранньому та середньому віці люди частіше шукають більш зрілі, взаємовигідні відносини, зосереджуючись на взаємному розумінні та підтримці.

5. Розвиток нових відносинних навичок: У цьому віці люди можуть активно вивчати нові методи спілкування та вирішення конфліктів у відносинах, щоб покращити якість свого кохання та стабільність відносин.

Для того, щоб пояснити чому для дослідження був обраний саме ранньо-зрілий вік, повернемося до звернемося до періодизації психічних формувань.

У період ранньої зрілості, що охоплює вікові межі від 18 до 26 років, спостерігається загострення інтересу до аналізу любовного досвіду. Це обумовлено кризою ранньо-зрілого віку, пов'язаною з потребою у встановленні близьких стосунків з партнером. Недостатній досвід у цій сфері може призвести до почуття ізоляції та внутрішнього замкнення.

У цьому віці спостерігається інтенсивний розвиток почуттів, орієнтація на майбутнє, відчуття власних фізичних і психологічних можливостей, що сприяє підвищенню самопочуття. Загалом, самопочуття на цьому етапі вже стабілізується порівняно з підлітковим періодом, але спостерігаються внутрішні переживання, невпевненість, тривога і розмитість цілей.

Емоційна сфера стає більш насиченою і різноманітною, з'являється здатність до співпереживання і більш глибокого сприйняття емоційних переживань. У ранньому зрілому віці людина відчуває потребу в нових соціальних контактах, дружбі та пошуку партнера, з яким би було комфортно та безпечно емоційно спілкуватися. Перше кохання також важливе для розвитку особистості, воно впливає на подальший емоційний і психологічний розвиток [9].

### **1.3. Гендерні відмінності любовних переживань у ранньо-зрілому віці**

На формування світогляду та міжособистісні взаємовідносини суттєвий вплив мають гендерні особливості. Гендер розглядається як соціальна категорія, що акцентує увагу на соціокультурних аспектах індивідуальності людини. Багатьох дослідників зацікавлює тема індивідуальних відмінностей між чоловіками та жінками у різних сферах, таких як емоційна, когнітивна і поведінкова, а також вплив гендеру на формування міжособистісних відносин. Маскулінність асоціюється з такими якостями, як наполегливість, цілеспрямованість, сила, сміливість, рішучість та нахил до агресивних проявів. За своєю чергою, фемінність виявляється у м'якості, покірності, скромності, вразливості та емпатії. Андрогінність, яка представляє собою гармонійне поєднання чоловічих і жіночих проявів поведінки, сприяє адаптації до різних умов і розвитку особистих можливостей [10].

Каролін Бем виділяє андрогінність як комплексну особистісну характеристику, що дозволяє людині реалізувати свої здібності у різних сферах життя. Численні дослідники розглядають андрогінність як інтегровану структуру особистості.

Карл Юнг відзначав, що в структурі чоловічого принципу існує жіноче, відоме як аніма, тоді як в структурі жіночого принципу присутнє чоловіче, що називається анімус. За Юнгом, виявивши у собі як частини жіночого, так і чоловічого, людина може розкрити нові можливості для самореалізації [11].

В рамках подібної перспективи, Роберт Джонсон зауважує, що жінки бояться чоловічого аспекту життя, як і чоловіки із жіночим. Проте, відкривши для себе ці протилежні початки, можна досягти співробітництва та гармонії в переживаннях, що відповідають цим протилежностям.

Підлітковий період є часом інтенсивного самопізнання, що спонукає до розуміння власної особистості та оточуючого світу. Сучасні дослідження відображають різноманітні гендерні характеристики як у юнаків, так і в дівчат. Згідно з дослідженнями В.Е. Кагана, обидва статі мають схожі риси, такі як низька самоповага, впевненість, нахильність до конформізму, чутливість до критики, бажання до сімейного благополуччя, турбота і емпатія. Однак виявлені відмінності у характерних особливостях фемінних юнаків та дівчат. Дівчата проявляють спокійність, оптимізм, комунікабельність, а також високий рівень самозвинувачення, що часто супроводжується аутоагресією. Фемінні хлопці, натомість, є замкнутішими, обережними, чутливими та прагнуть до творчого визнання, а також мають виражену гетероагресію і в більшій мірі прагнуть до сімейного благополуччя. У порівнянні з фемінним типом, маскулінний тип характеризується домінуючо-інструментальною спрямованістю, відмінністю у прагматичності, наполегливості та самостійності. Також маскулінні особистості проявляють наявність агресивності, низький рівень емпатії і рефлексії [12].

Згідно з думкою Е. Теслера, маскулінні дівчата та хлопці відрізняються за такими характеристиками, як цілеспрямованість, лідерські якості та нахил до ризику. У дівчат маскулітного типу виразніше виражені лідерські якості, нахил до ризику та конкурентність. В особистих відносинах дівчата раціонально підходять до відносин з партнерами протилежної статі, легко переносять розриви відносин і не потребують підтримки партнера. Хлопці маскулітного типу проявляють емоційні прояви, виражаючи свої почуття до партнерів, а також збільшується рівень агресії та тривожності, а самооцінка знижується.

Щодо андрогінного типу, він характеризується високим рівнем відкритості у взаємовідносинах та самопізнання. Ці люди прагнуть до оптимальних міжособистісних відносин, в яких вони відчуваються комфортно і задовольняють

свої потреби. Андрогіни проявляють активність, впевненість у собі, цінують свободу і мають високий рівень рефлексії. Крім того, вони менш агресивні, що робить їх більш співчутливими. Їх здатність пристосовуватися до нового дозволяє успішно взаємодіяти в групах [13].

Описані вище особливості кожного з типів виявляються в формуванні відносин у сфері кохання. У молодіжному віці потреба у любові відіграє важливу роль, і основною складністю цього періоду є криза «близькість-ізоляції», що проявляється у бажанні емоційної близькості, інтимності, розуміння, але також виявляється у суперечливих емоціях в комунікативній інтимній взаємодії.

На сучасний момент зміна соціального статусу жінок і чоловіків веде до зміни соціальних ролей. За словами У. Бека, дівчата прагнуть до самореалізації і вони є головними ініціаторами гендерної революції. Швидка зміна якостей дівчат призводить до того, що хлопці, спілкуючись з дівчатами, відчувають у собі слабкість і втрачають чоловічість, яка колись була для них типовою.

Отже, дівчата і хлопці мають різні андрогінні, фемінні та маскулінні типи особистості з власними особливостями. Це впливає на їхні відносини та прояви в соціальному житті.

### **Висновки до першого розділу**

У роботі ми розглядаємо поняття «любов» з погляду Е. Фромма. «Кохання – це емоційно позитивне прагнення суб'єктів одне одному, яке включає у собі турботу, повагу, довіру, інтимність, і навіть що визначається потреби бути повною мірою, представленим у житті іншу людину».

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

Концепція кохання Д. А. Лі, в якій він розкриває особливості стилів любовної взаємодії, таких як ерос, агапе, сторге, прагма, манія, людус також лягла в основу нашого дослідження.

Р.Стеренберг розкриває компоненти любовної взаємодії через свою Трикутну теорію кохання: турбота, інтимність, відповідальність .

Для кохання характерне поступове зародження почуттів, що базується на довготривалому спілкуванні, стадіальний розвиток.

В основі любовного досвіду лежить бажання бути поруч з коханою особою і дотримуватися інтимної близькості з партнером, зокрема, це відзначено Е. Фроммом, А. Адлером, Р. Стернбергом і З. Фрейдом.

Підходячи до аналізу гендерних особливостей, ми користувалися концепцією С.Бем, яка виділяє три типи гендера: фемінність, маскуліність і андрогінність. Вона розглядає третій тип як комбінацію перших двох - чоловічого та жіночого.

Підкреслили загальні риси кожного типу гендера у юнаків і дівчат: маскулінні юнаки часто виявляють агресію та ревності; маскулінні дівчата володіють конкурентоздатністю, енергією, цілеспрямованістю та готовністю до ризику.

Фемінні юнаки, навпаки, є обережними, боязливими і вважають важливим сімейне життя, часто проявляючи гетероагресивність.

Щодо фемінних дівчат, вони комунікабельні, емпатичні, але часто мають високий рівень аутоагресії та емоційно захмарені.

Андрогінні особистості, незалежно від статі, часто виявляються ефективними в командній роботі, вони адаптивні та емоційно відкриті.

Залежно від гендерного типу особистості формуються конкретні уподобання у відносинах з протилежною статтю, виражений стиль взаємодії в коханні та позитивні або негативні переживання.

## РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ГЕНДЕРНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЛЮБОВНОГО ДОСВІДУ У РАННЬО-ЗРІЛОМУ ВІЦІ

### 2.1. Методика та організація емпіричного дослідження гендерних особливостей любовного досвіду у ранньо-зрілому віці

Для виявлення гендерних особливостей любовного досвіду було проведено дослідження, в якому взяли участь юнаки та дівчата віком від 18 до 25 років. Загальна вибірка склала – 52 особи, із них 26 – юнаків та 26 – дівчат.

Дослідження проводилося в індивідуальній формі за допомогою підібраних методик. Респондентам було видано спеціальні бланки для занесення відповідей за методиками. Після збору емпіричних даних було складено протоколи результатів за кожною методикою. Надалі всі дані зазнали математичної обробки, після якої було проведено аналіз отриманих результатів вибірки. Для діагностики гендерних любовних переживань юнаків та дівчат використовувалися такі методики:

1. *«Шкала любовних відносин» К. та С. Хендрік, адаптована Т.Л. Крюковою, О. А. Єкимчик (див. Додаток А).*

Методика являє собою 42 питання, що стосуються відмінних рис поведінки особистості у своїх любовних взаєминах. Методика складається з 6 шкал, у кожній шкалі з 7 питань, що належать до певного стилю любовних відносин:

1. Ерос – пристрасне кохання, включає фізичну тягу до об'єкту свого кохання.

2. Сторге - любов, що виникає з дружніх відносин.

3. Людус – поверхнєве ставлення до кохання з елементами гри.

4. Прагма - реалістична та свідома форма кохання (людус і сторге).

5. Агапе - безкорислива, альтруїстична любов (ерос і сторге).

6. Манія – пристрасна та емоційна форма кохання (ерос і людус).

Вищеописана методика дозволяє оцінити поведінку респондента при любовній взаємодії та її ставлення до певних стилів кохання [18].

2. 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 [16].

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 взаємодії.

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

### 3. Методика "Маскулінність-фемінінність" С. Бем

Методика призначена для діагностики психологічної статі та визначає ступінь андрогінності, маскулінності та фемінінності особистості. Опитувальник містить 60 тверджень (якостей), кожне з яких випробуваний відповідає «так» чи «ні», оцінюючи цим наявність чи відсутність у себе названих якостей. Ця методика адаптована І.С. Кльоціною. Проведені емпіричні дослідження за описаною методикою підтвердили її конструктивну валідність та надійність [4].

## 2.2. Аналіз особливостей любовного досвіду

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. Екімчик респонденти показали наступні результати, які наведені у процентному відношення 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	2	7,69	4	14
Строге	9	34,62	12	42,44
Людус	1	3,85	7	25,5
Прагма	2	7,69	0	0
Агапе	0	0	1	3,7
Манія	12	46,15	4	14

За результатами можемо зробити висновок, що юнаки виражено надають перевагу стилю Манія (46,15%), в той час як дівчата виражено надають перевагу стилю Строге (42,44%). Зовсім не виражені стиль Агапе у юнаків та стиль Прагма у дівчат.

Манія є нав'язливим типом любові, люди схильні до емоційної залежності, їм потрібні постійні докази відданості, честності і вірності. Вони знаходяться у емоційній стабільності від смутку до радості. Цей стиль кохання характеризується непостійністю, невпевненістю та власністю.

Строге це стиль кохання, який розвивається повільно з часом. Це часто починається як дружба і стає сексуальним набагато пізніше. Ці партнери швидше за все залишаться друзями навіть після розставання.

У той же час 34,62% юнаків обирають стиль кохання Строге і 25,5% дівчат обирають Людус.

Людус відноситься до стилю кохання, який підкреслює гру спокуси та веселоців. Такий коханець уникає зобов'язань і має кілька любовних захоплень одночасно. Цей коханець не розкриває себе і насправді може віддати перевагу, щоб інші ворожили. Цей коханець може легко розірвати стосунки. Респонденти

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

Для наочного порівняння показників юнаків та дівчат результати представлені на рис. 2.2.1.

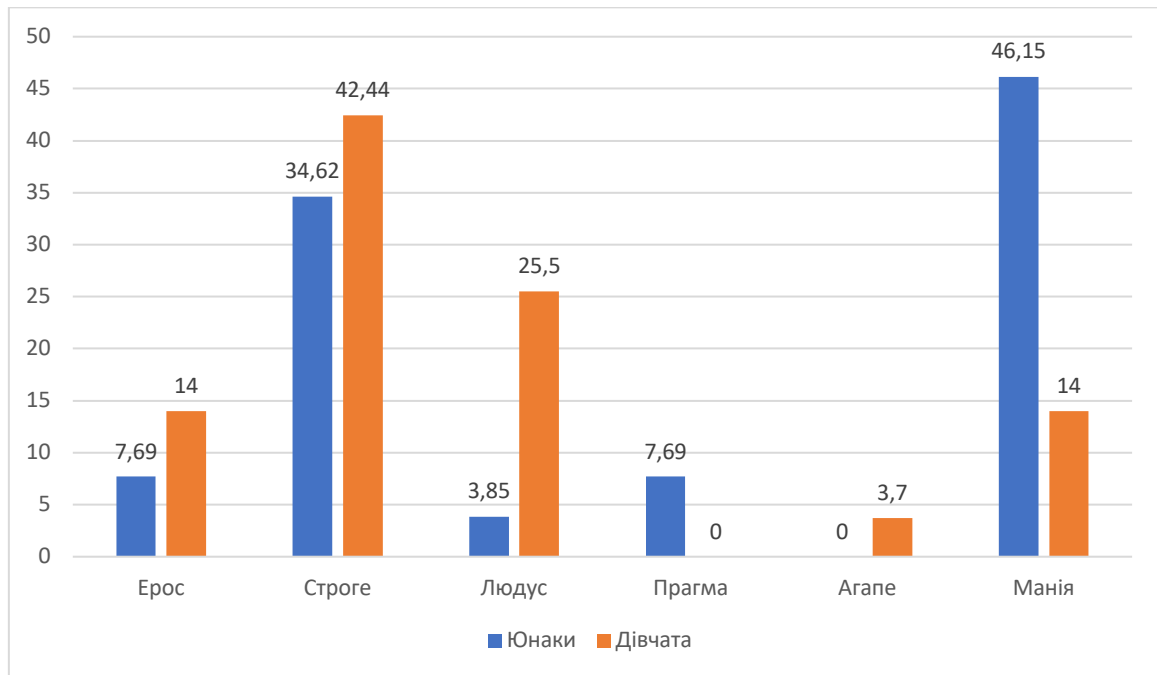


Рис. 2.2.1. Розподіл любовних стилів за методикою «Шкала любовних відносин» у дівчат та юнаків

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

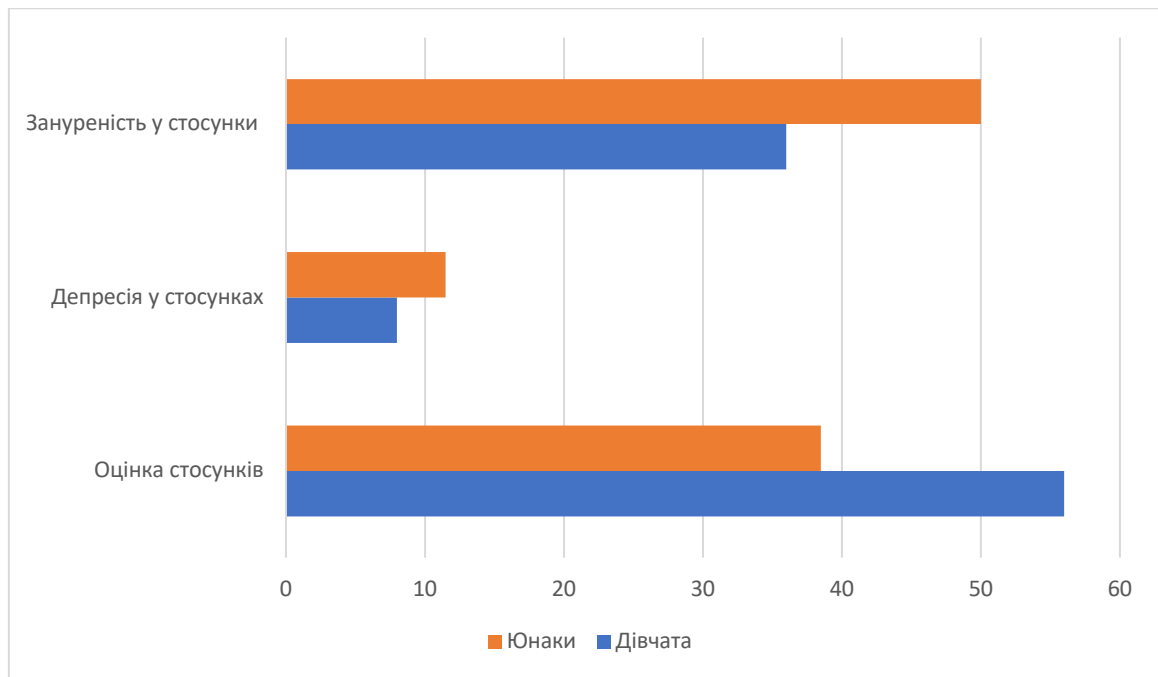


Рис. 2.2.2. Порівняння двох груп за рівнем вираженості показників якості романтичних стосунків (опитувальник «RAQ»)

З наведеного графіку бачимо, що шкала «Зануреність у стосунках» превалює у 50% юнаків та 36% дівчат. що може свідчити про схильність до залежності у відносинах від інтимних стосунків у тій мірі, щоб мати нав'язливу ідею. Цей показник є найвищим серед юнаків та є достатньо високим.

Шкала «Депресія в стосунках» виражена в юнаків на 11,5%, а у дівчат на 8%, це показник нижче середнього рівня та є достатньо низьким, що свідчить про певний комфорт та задоволеність любовних відносин.

По шкалі «Оцінка стосунків» юнаки мають 38,5 %, а дівчата 56%, тобто респонденти мають високий рівень позитивної оцінки свої стосунки, особливо серед дівчат, тим самим простежується тенденція позитивного сприймання власного ставлення до партнера.

Розглянемо графічно подані дані за результатами аналізу даних за методикою «Маскулінність- фемінінність». Можна сказати, що серед дівчат зустрічаються 1 респондент (4%) з маскулінними характеристиками особи, 4 респонденти (16%) з фемінними характеристиками особистості та 20 респондентів (80%) з андрогінними характеристиками особистості.

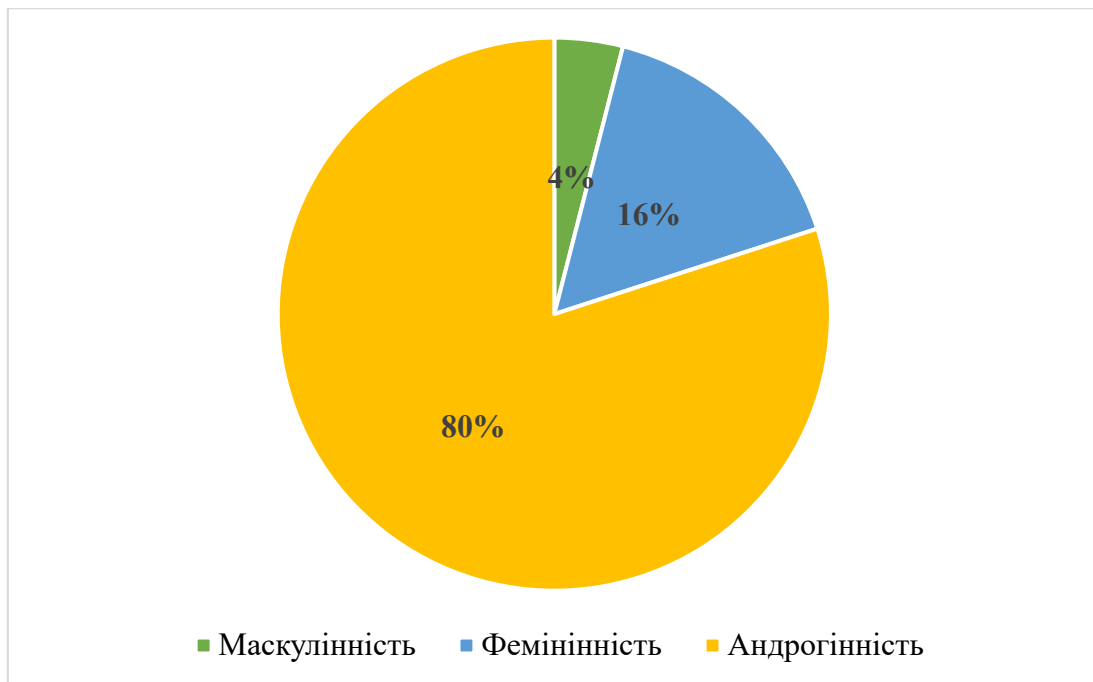


Рис. 2.2.3. Відсотковий розподіл дівчат за методикою «Маскулінність-фемінінність»

Серед юнаків зустрічаються 2 (7,7%) респондентів із маскулінними характеристиками особистості, 4 (15,4%) респондентів із фемінінними характеристиками особистості та 22 (76,8%) респондентів з андрогінними характеристиками особистості.

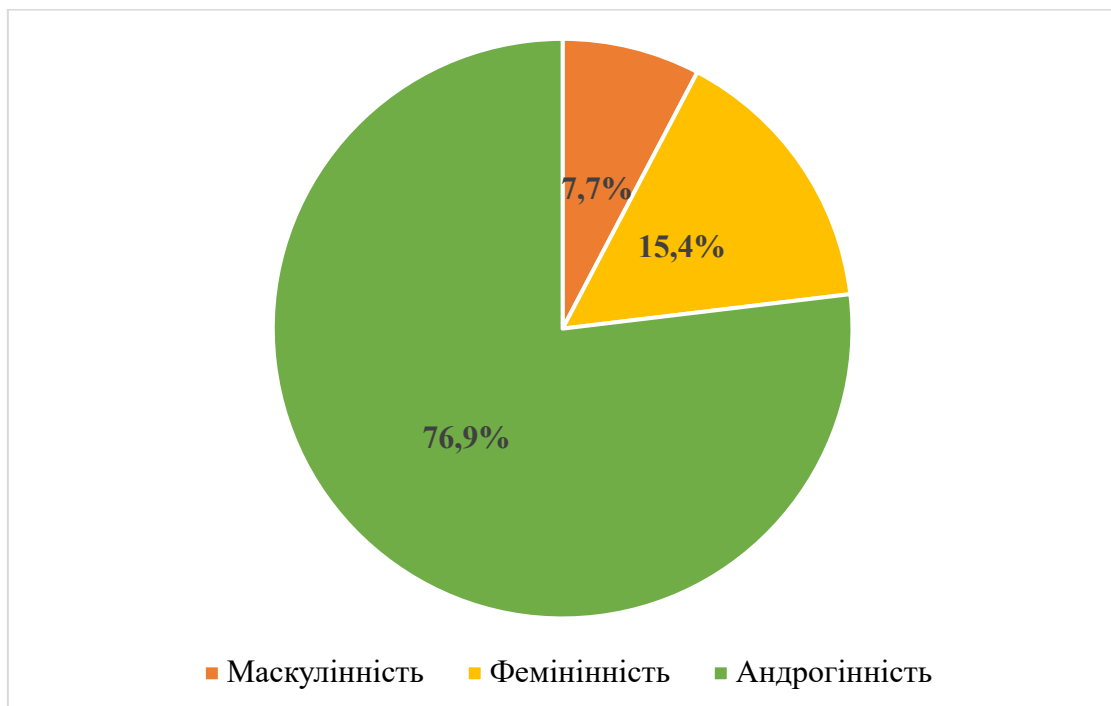


Рис. 2.2.4. Відсотковий розподіл юнаків за методикою «Маскулінність-фемінінність»

### 2.3. Аналіз результатів дослідження гендерних особливостей любовного досвіду в юнацькому віці

Для глибшого та більш точного аналізу отриманих результатів ми використовували статистичний пакет SPSS. Цей етап є ключовим та необхідним для вивчення, оскільки за допомогою цієї програми можна отримати достатньо вичерпні, чіткі та значущі дані.

Спочатку ми провели аналіз розподілу даних. Для цього ми використали непараметричний критерій Колмогорова – Смірнова, щоб визначити характер розподілу ознаки. На основі цього аналізу було встановлено, що розподіл даних є нормальним зі значущістю 0,05 для багатьох параметрів. Тому для подальшого кореляційного аналізу ми використали критерій Т-критерій Стьюдента, оскільки він призначений для порівняння груп з нормальним розподілом.

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

Таблиця 2.3.1.

Результати юнаків та дівчат по методиці «Шкала любовних відносин»

Стилі любовних відносин	p-level	Критерій U	Рангова сума юнаки	Рангова сума дівчата
Ерос	0,248	284	333	397
Строго	0,247	391	318	404
Людус	<b>0,013</b>	287	<b>486</b>	343
Прагма	0,229	389,5	365	461
Агапе	0,350	357	335	415
Манія	<b>0,046</b>	436,5	314	<b>370</b>

В результаті аналізу даних, ми можемо сказати, що рівень значущості відрізняється між стилями "Людус" і "Манія" для юнаків та дівчат. Для інших стилів рівні значущості не виявлено статистично значущих відмінностей.

Для стилю Людус це може означати що юнаки можуть більше цінувати практичний аспект дружби та спільних інтересів, тоді як дівчата можуть акцентувати на емоційній підтримці та співчутті.

Статистично значуща різниця у рівні значущості може відображати різницю у сприйнятті акцентів стилю "Манія". Хлопці можуть більше цінувати страсть та інтенсивність як знак сили та відданості, тоді як дівчата можуть бути більш схильні до сприйняття цього як знаку глибокого зв'язку та емоційного співпереживання.

За результатами опитувальника «RAQ» маємо наступні дані:

Таблиця 2.3.2.

Результати юнаків та дівчат по методиці «RAQ»

Якість романтичних стосунків	Рангова сума юнаки	Рангова сума дівчата	U	p-level
«Оцінка стосунків»	422	366	234	0,37
«Депресія в стосунках»	<b>429</b>	303	292	<b>0,013</b>
«Зануреність в стосунки»	310	<b>460</b>	348	<b>0,033</b>

Отже, за результатами аналізу даних можна зробити висновки, що юнаки мають значно вищу рангову суму в аспекті Депресії порівняно з дівчатами. Це може вказувати на те, що юнаки частіше відчувають певний рівень депресії у

романтичних стосунках. Дівчата, можливо, можуть відповідати на стресові ситуації іншими способами.

Також за результатами кореляції, ми можемо зазначити, що для даної вибірки дівчат зануреність в стосунки відіграє значну роль. Дівчата мають вищу рангову суму за цим аспектом порівняно з юнаками. Це може вказувати на те, що дівчата більш інтенсивно занурені у свої романтичні стосунки, віддаючи їм більше уваги та емоційних ресурсів.

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.

Після обробки математичних даних виявлені відмінності у стилях кохання серед юнаків. Андрогінні юнаки виявляють перевагу стилю агапе, де важливі безкорисливі та альтруїстичні відносини. Такий тип юнаків має тенденцію ідеалізувати особисті якості партнера, що часто призводить до глибоких переживань при розпаді ілюзій. Для андрогінних юнаків важливість самопожертви, поваги, розуміння, терпіння та вільності у коханні мають значиме значення для осмислення своєї унікальності, відчуття внутрішнього світу свого партнера та реалізації власних ресурсів.

Маскулінним юнакам властиві стилі кохання, такі як ерос, манія та прагма в більшій мірі. Для них фізичне прагнення має важливе значення як основний компонент кохання. Вони керуються палкими відносинами, де здатні контролювати партнера, виражаючи власницькі почуття. Маскулінні юнаки приділяють велике значення матеріально-практичній складовій кохання. Вони настійливі, ревниві, раціональні та трепетно переживають бажання партнера до незалежності. Бажання підкорити партнера може бути умовлене неувіреністю у собі, страхом виявити власні слабкості та відмовою від "жіночих" якостей, що приводить маскулінних юнаків до залежності від свого партнера.

Фемінні юнаки в більшій мірі віддають перевагу стилям, таким як сторге та людус. Для них важлива духовна близькість, спокійні та надійні відносини з партнером, який готовий підтримати та допомогти у складних ситуаціях. Проте фемінним юнакам також важливі особиста свобода, потреба у відокремленні та можливість вираження творчої активності. З іншого боку, вони можуть прагнути отримання задоволення та насолоди, уникаючи глибоких почуттів та зв'язків у відносинах.

В результаті аналізу даних ми прийшли до висновку, що андрогінні дівчата віддають перевагу стилям кохання, таким як ерос та сторге. Для них важливі кохання, що базується на чуттєвості, розумінні та ніжності. Дані відносини передбачають взаємну підтримку, допомогу та оптимальний комунікативний аспект. Андрогінним дівчатам важливо проводити час зі своїм партнером разом та ділитися загальними інтересами.

Маскулінні дівчата в більшій мірі, ніж андрогінні та фемінні, віддають перевагу таким стилям як людус та прагма. Маскулінні дівчата будують відносини, що базуються на прагматизмі, селективності та незалежності. Для них важливі міцні та стабільні відносини, які при цьому не обмежують їх потреби та бажання. Даний гендерний тип дівчат буде відносини, дотримуючись встановлених ними правил та підкоряючи партнера вимогам.

Фемінні дівчата в більшій мірі віддають перевагу стилям агапе та манія. Вони прагнуть до альтруїстичних відносин, проявляючи ознаки власницьких почуттів. Дані відносини ґрунтуються на безкорисливій самопожертві, жертвовності, відмові від себе та емоційній залежності від партнера.

#### **2.4. Практичні рекомендації щодо вдалого подолання переживань під час набуття любовного досвіду**

Психологічний аналіз емоційної прихильності:

- Формування потягу.
- Відчуття закоханості.

- Формування прихильності.

Роль гормонів у формуванні почуття любові:

- Ендорфіни, серотонін та допамін.
- Особливий вплив допаміну на тих, хто відчуває залежність від допамінової любові.
- Усвідомлення того, що проблема може не бути в особі, а у зміні почуттів партнера.

Після розірвання відносин, особливо глибоких, можуть виникнути серйозні емоційні та психологічні труднощі. Депресія може стати частиною реакції організму на втрату коханої людини та порушення вже сформованої зв'язаності. Тривалість цього періоду може значно варіюватися в залежності від індивідуальних особливостей нервової системи та здатності кожної людини до самопідтримки. Для багатьох людей потреба у любові стає однією з найважливіших потреб.

Рекомендації для подолання любовних переживань після розірвання відносин:

- Виключення контактів з попередньою людиною, в тому числі у соціальних мережах та особистому спілкуванні.
- Позбавлення від усіх речей та фотографій, що нагадують про минулий зв'язок, та зміна інтер'єру квартири для створення нового, позитивного середовища.
- Збереження стосунків з родичами та друзями, а також активне спілкування з новими людьми для отримання підтримки та відволікання уваги від негативних думок.
- Зайняття собою та зміна зовнішнього вигляду для підвищення самопочуття та відновлення внутрішньої гармонії.
- Фізичні вправи, йога, танці та прогулянки на свіжому повітрі для зняття стресу та підвищення настрою.

- Правильне харчування, що сприяє виробленню серотоніну, наприклад, банани, гіркий шоколад, бобові, морські продукти, свіжі овочі та фрукти.
- Самоуспокоєння через приємні події, подорожі та відпочинок.
- Взяття собі на увагу терапії від домашніх улюбленців, які можуть стати джерелом підтримки та зняття напруги.

З огляду на вищевикладене, ми рекомендуємо поглибити саморозвиток та самопізнання. Подібні життєві ситуації можуть стати можливістю для занурення у власні почуття та рефлексії над собою. Необхідно розглядати цей період як час для внутрішнього зростання, вироблення нових цінностей та визначення власної ідентичності.

Окрім того, важливо дотримуватися здорового способу життя. Регулярна фізична активність, збалансоване харчування та достатній відпочинок сприятимуть покращенню емоційного стану та загального самопочуття. Також варто виявити творчість у різних сферах життя, будь то малювання, музика, письмо або інші хобі, що допомагають відволіктися від негативних думок та переживань.

Не забувайте також про важливість підтримки та спілкування з близькими. Відкриті розмови з друзями чи членами сім'ї можуть допомогти зняти навантаження з душі та знайти нові шляхи вирішення проблем. Крім того, психологічна підтримка від професійного фахівця може стати корисною у подоланні депресивних станів та емоційних труднощів після розірвання відносин.

Додатково, після розірвання відносин, особливо глибоких, можуть виникнути серйозні емоційні та психологічні труднощі. Для багатьох людей цей період стає часом внутрішнього зростання та самопізнання. Рекомендується зосередитися на саморозвитку та пошуку нових цінностей. Також важливо підтримувати здоровий спосіб життя, займатися фізичною активністю та спілкуватися з близькими для зняття навантаження з душі та вирішення проблем.

## Висновки до другого розділу

В результаті аналізу даних, ми можемо сказати, що юнаки більшою мірою, ніж дівчата воліють до надмірну прихильність, підкорення партнеру та обмеження відносин у стосунках. в той час, як дівчата більшою мірою цінують відносини які характеризуються високими стандартами, вимогливістю та обережністю, а також прагненням до контролю.

Також за результатами кореляції, ми можемо зазначити, що для даної вибірки дівчат зануреність в стосунки відіграє значну роль. Це може вказувати на те, що дівчата більш інтенсивно занурені у свої романтичні стосунки, віддаючи їм більше уваги та емоційних ресурсів.

За результатами аналізу даних юнаки мають значно вищу рангову суму в аспекті Депресії порівняно з дівчатами. Це може вказувати на те, що юнаки частіше відчують певний рівень депресії у романтичних стосунках.

Після обробки математичних даних виявлені відмінності у стилях кохання серед юнаків. Андрогінні юнаки виявляють перевагу стилю агапе, де важливі безкорисливі та альтруїстичні відносини.

Фемінні юнакам в більшій мірі важлива духовна близькість, спокійні та надійні відносини з партнером, який готовий підтримати та допомогти у складних ситуаціях.

Андрогінним дівчатам важливі кохання, що базується на чуттєвості, розумінні та ніжності. Дані відносини передбачають взаємну підтримку, допомогу та оптимальний комунікативний аспект.

Маскулінні дівчата будують відносини, що базуються на прагматизмі, селективності та незалежності. Для них важливі міцні та стабільні відносини, які при цьому не обмежують їх потреби та бажання.

Фемінні дівчата в більшій мірі прагнуть до альтруїстичних відносин, проявляючи ознаки власницьких почуттів. Дані відносини ґрунтуються на безкорисливій самопожертві, жертвовності, відмові від себе та емоційній залежності від партнера.

## ВИСНОВКИ

1. Любовний досвід у психології - це емоційні, когнітивні та поведінкові реакції, пов'язані зі сприйняттям, вираженням та дослідженням взаємної прив'язаності та інтимності між людьми. Він включає почуття прив'язаності, пристрасті, відданості та бажання бути близьким до іншої особи, і може виявлятися у різних формах, таких як романтична любов, партнерські стосунки та сексуальність.

Розглянули концепцію кохання Д.А.Лі, в якій він розкриває сутність особливостей стилів кохання : ерос , людус, агапе, строге, прагма , манія.

Гендерні особливості ми вивчали з точки зору концепції С.Бем, в якій вона виділяє три гендера : фемінність , маскулінність і андрогінність.

Виділили загальні риси кожного гендера у юнаків та дівчат: маскулінні юнаки агресивні, ревниві; маскулінні дівчата конкурентноспроможні, енергійні, цілеспрямовані. Фемінні юнаки обережні, боязливі, цінують сімейне життя, з вираженим рівнем гетероагресивності. Фемінні дівчата комунікабельні, емпатичні , з вираженим рівнем аутоагресії, емоційно закриті.

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

До психологічних особливостей любовних переживань у цьому віці належить криза, пов'язана з пошуком близькості з коханою людиною. Відсутність досвіду може призводити до ізоляції і замикання в собі. Емоційна сфера стає багатшою, з'являється емоційна сприйнятливність і здатність до співпереживань, спрямованість на майбутнє. Людина відчуває відстороненість від дорослих, прагне знайти нові кола спілкування, людину, з якою було б емоційно комфортно та безпечно. Перше кохання є прагненням до емоційного контакту і душевної близькості. У своїх проявах перший досвід є впливовим для розвитку особистості у подальшому.

2. Аналіз зібраних даних вказує на наявність певних відмінностей у сприйнятті та вираженні кохання між юнаками та дівчатами раннього зрілого

віку. Ці відмінності виявляються у виборі партнерів, уподобаннях, стилях взаємодії та способах вираження емоцій. Ми можемо сказати, що юнаки більшою мірою, ніж дівчата воліють до надмірну прихильність, підкорення партнеру та обмеження відносин у стосунках. в той час, як дівчата більшою мірою цінують відносини які характеризуються високими стандартами, вимогливістю та обережністю, а також прагненням до контролю.

3. Також за результатами кореляції, ми можемо зазначити, що для даної вибірки дівчат зануреність в стосунки відіграє значну роль. Це може вказувати на те, що дівчата більш інтенсивно занурені у свої романтичні стосунки, віддаючи їм більше уваги та емоційних ресурсів.

4. Аналіз даних підтвердив наявність статевих відмінностей у сприйнятті та вираженні любовного досвіду серед молоді раннього зрілого віку.

Андрогінні юнаки виявляють перевагу стилю агапе, де важливі безкорисливі та альтруїстичні відносини.

Фемінні юнакам в більшій мірі важлива духовна близькість, спокійні та надійні відносини з партнером, який готовий підтримати та допомогти у складних ситуаціях.

Андрогінним дівчатам важливі кохання, що базується на чуттєвості, розумінні та ніжності. Дані відносини передбачають взаємну підтримку, допомогу та оптимальний комунікативний аспект.

Маскулінні дівчата будують відносини, що базуються на прагматизмі, селективності та незалежності. Для них важливі міцні та стабільні відносини, які при цьому не обмежують їх потреби та бажання.

Фемінні дівчата в більшій мірі прагнуть до альтруїстичних відносин, проявляючи ознаки власницьких почуттів. Дані відносини ґрунтуються на безкорисливій самопожертві, жертвовності та емоційній залежності від партнера.

Перспективу подальших досліджень вбачаємо у дослідженні впливу культурних та соціальних норм на любовні переживання та гендерні ролі в різних суспільствах. Це може дати більш глибоке розуміння відмінностей у любовному досвіді між різними культурами.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Kernberg O. F. Limitations to the capacity to love. *The international journal of psychoanalysis*. 2011. Vol. 92, no. 6.
2. Хорні К. Невротична особистість нашого часу / пер. з англ А. Фета. Київ : Києво-Могилян. акад., 2018. 186 с.
3. Фромм Е. Мистецтво любові. 2-ге вид. Харків : Клуб Сімейн. Дозвілля, 2018. 188 с.
4. Beere C. Sex and gender issues: A Handbook of tests and measures. Westport : Greenwood Press, 1990. 585 p.
5. Діденко С., Козлова О. Психологія сексуальності : Підручник. Київ : Академвидав, 2009. 164 с.
6. Sternberg R. J. The triangle of love: intimacy, passion, commitment. New York : Basic Books, 1988.
7. Fisher H. Why we love: the nature and chemistry of romantic love. Paperback, 2005. 320 p.
8. Білоус О. Вікова психологія: навчальний посібник. Чернігів : Черніг. нац. пед. ун-т ім. Т. Г. Шевченка, 2015. 108 с.
9. Павелків Р. Вікова психологія: підруч. для студ. вищ. навч. закл. Київ : Кондор, 2011. Розділ. 9. 468 с.
10. Васюк К. Гендерні особливості уявлень про кохання в юнацькому віці. *Науковий журнал Габітус Причорноморського науково-дослідного інституту економіки та інновацій*. 2020. Т. 2, № 12.
11. Юнг К. Вибрані праці з аналітичної психології. Психологічні типи. Київ, 2010. 359 с.
12. Машовець М. А. Особливості гендерної соціалізації і ідентифікації у дошкільному дитинстві. *Матеріали Міжнародної науковопрактичної конференції «Формування гендерного паритету в контексті сучасних соціально-економічних перетворень»*. 2020.

- 13.Теслер Д. Гендерні різниці у поведінці дітей: дослідження та практика. Київ : Світ, 2015.
14. Adam S. Jealousy in romantic relationships, self-esteem and ego defenses : extended abstract of degree of Doctor of Psychology. 2012. 208 p.
15. Sternberg R. J. Liking versus loving: a comparative evaluation of theories : Psychological Bulletin. 1987. 345 p.
16. Snell W., Finney P. Measuring relational aspects of the self: relational-esteem, relational-depression, and relational-preoccupation. 17th ed. Contemporary Social Psychology. 45 p.
- 17.Пріснякова Л., Деянова М. Гендерні особливості кохання. *Modern directions of scientific research development* : Proceedings of the 7th International scientific and practical conference, м. Chicago. 2021.
18. Hendrik C. The love Attitudes Journal of social and personal relationships. 1998. Vol. 15. 148 p.
- 19.Freud A. The ego and the mechanisms of defence. London : Hogarth Press, 1946.
20. Лавриненко О. Гендерна специфіка відносин: погляд із психологічного ракурсу. Психологія та сусп-во, 2016. Т. 4.
- 21.Фрейд З. Я та Воно : Філософія: хрестоматія (від витоків до сьогодення): навч. посіб. / ред. Л. Губерський. Київ : Знання, 2009. 302 с.
22. Олефір В. Математичні методи в психології. Методичні вказівки. Харків : Харків. нац. ун-т ім. В. Н. Каразіна, 2016. 59 с.
- 23.Лемак М., Петрище В. Психологу для роботи. Діагностичні методики : збірник. 2-ге вид. Ужгород : Вид-во Олександри Гаркуші, 2012. 616 с.
- 24.Кочарян О. Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів "Психологія сім'ї". 2-ге вид. Харків : Психологія і особистість, 2014. 185 с.

### **Анотація:**

Дипломна робота присвячена вивченню гендерних особливостей любовного досвіду у молоді раннього зрілого віку. Мета дослідження – аналіз гендерних відмінностей у формуванні та вираженні любовних стосунків. Вибірка складала 52 молодих людей віком 21-30 років. Дослідження показало, що гендерні ролі значно впливають на сприйняття та вираження любовного досвіду: юнаки більше схильні до надмірної прихильності, а дівчата цінують високі стандарти та прагнення до контролю. Перспективи подальших досліджень включають вивчення впливу культурних та соціальних норм на любовні переживання.

**Ключові слова:** любовний досвід, гендерні відмінності, ранньо-зрілий вік, міжособистісні стосунки, гендерні ролі.

**Abstract:** This thesis explores the gender-specific aspects of romantic experiences among young adults. The study aims to analyze gender differences in the formation and expression of romantic relationships. The sample consisted of 52 young individuals aged 21-30. The research revealed that gender roles significantly influence the perception and expression of romantic experiences: males tend to exhibit excessive attachment, while females value high standards and a desire for control. Future research perspectives include studying the impact of cultural and social norms on romantic experiences.

**Keywords:** romantic experience, gender differences, young adulthood, interpersonal relationships, gender roles.