

## ЗАВИСИМОСТЬ ОТ ЛЮБВИ ADDICTION TO LOVE

**К. С. Строгина**  
K. S. Strogina  
БГПУ (Минск)

Науч. рук. – С. Е. Покровская, канд. пс. наук, доцент

Аннотация. В статье представлена проблема любовной аддикции и её классификация разными авторами. Описываются вероятные первопричины любовной аддикции. Предполагается, что подобного рода зависимости могут быть причиной, как деструктивного поведения, так и компенсаторного. Рассматриваются способы избавления от любовной зависимости.

Abstract. The article presents the problem of love addiction and its classification by different authors. Describes the probability that the root cause of a love addiction. It is assumed that this kind of dependence can be the cause of both destructive and compensatory behavior. Discusses ways to get rid of love addiction.

Ключевые слова: любовь, любовная зависимость, созависимость.

Key words: love, love addiction, codependency.

Любовь – это длительное и глубокое чувство человека. Многие психологи и философы по-разному определяли, что есть любовь. Исходя из психологического словаря, можно сказать, что любовь выражается в высоком уровне положительного отношения к объекту в эмоциональном плане. Субъект любви выделяет среди людей объект своих чувств и располагает его в центр своих интересов и потребностей. Определение любви даётся в контексте социального существования индивида – она связывается не только и не столько с потребностями организма или вида, но и с личностно значимыми чувствами, эмоционально-ценностными отношениями человека [3, с. 204].

Любовная зависимость, или же любовная аддикция — один из видов нехимической зависимости, характеризующийся фиксацией на другом человеке. В отличие от любви, понятие любовной зависимости исследовалось менее интенсивно, но несмотря на это, можно говорить о явном различии между этими понятиями. Этим различием является то, что зависимость от любви отличает полное бессилие человека перед объектом зависимости, защитный механизм отрицания, сниженный контроль, а также прогрессирование зависимости. Основным элементом любовной аддикции, по мнению С. Сасмен является вера в то, что романтические отношения наделены магической силой, которая может помочь преодолеть эмоциональные препятствия. Кроме того, патологическая любовь характеризуется «заикливанием» на первой стадии здоровой любви – стадии влюблённости

Существует несколько основных направлений её исследования, а, следовательно, и видов трактовок данного термина, в трудах зарубежных и отечественных психологов. Некоторые авторы рассматривают любовную аддикцию как вид отношений (Ц.П. Короленко и Н.В. Дмитриева), другие считают, что любовная аддикция является эмоциональным состоянием (А.Ю. Егоров), третьи же берут любовную аддикцию за деструктивную форму любви (С. Сасмен).

Исходя из анализа научной литературы, так или иначе освещающей данную проблему, можно сказать о специфичности любовной аддикции. С одной стороны, подобная эмоциональная зависимость может быть проявлением психопатологического расстройства, а с другой – являться нормативным проявлением. Спектр любовных зависимостей распространяется от адекватных привязанностей, способствующих самосовершенствованию как признаков нормы до аддиктивных и невротических расстройств, приводящих к психосоциальной дезадаптации. Любовные аддикции, наряду с сексуальными, причисляют как к аддикциям поведения, так и к аддикциям отношений.

Существует типология любовных аддиктов, составленная С. Пибоди на основе опыта работы в Обществе анонимных любовных аддиктов. Она выделила 10 типов подобной аддикции: навязчивые любовные аддикты; созависимые любовные аддикты; аддикты отношений; нарциссические любовные аддикты; амбивалентные любовные аддикты; «несущие факел»; саботажники; обольстительные аскеты; романтические аддикты; смешанный тип аддикции. Данная типология отражает различие в поведении разного типа аддиктов с предметами своих чувств [1, с. 65].

Зарубежные исследования показывают, что переживания «страстной», «роковой» и «неразделённой» любви, в разной степени, знакомы 62-75% взрослых людей. Однако, чаще любовной аддикции подвержены люди молодого возраста. Многочисленные исследования эмоциональных зависимостей среди подростков показывают, что любовной зависимости чаще подвержены девушки, а вот среди юношей распространена сексуальная зависимость. Существует ряд исследований, демонстрирующих взаимосвязь любовной аддикции у девушек с их взаимоотношениями с отцом. Результаты показали, что чем более выражены показатели директивности, враждебности либо непоследовательности отца по отношению к дочери, тем более выражен показатель любовной аддикции у девушки. Также было выявлено, что существуют личностные предпосылки формирования любовной аддикции, а именно: экстернальность, замкнутость, эмоциональная неустойчивость, низкий самоконтроль, импульсивность, личностная тревожность, напористость, высокое Суперэго (совестливость), чувствительность, склонность к чувству вины [1, с. 72; 4; 5, с. 112].

Проблема любовной зависимости существует и в педагогической сфере. Как уже говорилось ранее, зачастую подобным видом аддикции страдают люди молодого возраста, в особенности девушки. Все чаще в практической деятельности педагоги сталкиваются с чрезмерной привязанностью со стороны ученицы, когда персону педагога идеализируется и становится самой значимой для подростка. Но может произойти и так, что обычная симпатия к педагогу трансформируется в эмоциональную зависимость. На сегодняшний момент проблемы, связанные с нарушениями эмоциональных отношений между педагогом и учеником, одной из которых является проблема любовной аддикции от педагога, являются практически неизученными [4].

Как писала Х. Фишер, романтическая любовь является конструктивной формой аддикции, когда она взаимна, и деструктивной, когда любовь отвергается. В любом случае, можно говорить, что любовная аддикция имеет деструктивную и компенсаторную функции. Деструктивная её функция схожа с иными зависимостями, причиняющих психологический, социальный и правовой ущерб как самому аддикту, так и его окружению. Любовные аддикции приводят к быстрой десоциализации аддиктов, повышают у них уровень агрессии и деструктивного поведения, направленного на себя, а также увеличивают уровень суицидального риска. Ко всему прочему, любовные аддикции повышают криминализацию и виктимизацию разных типов аддиктов. У одних аддиктов это выражено в желании подчинять своих партнёров и следить за каждым их шагом, а также в паталогической ревности по отношению к партнёру, что в некоторых случаях может привести к насилию и даже к убийству. У других – в невозможности выхода аддикта из абьюзивных отношений и в полном подчинении аддикта партнёру не смотря ни на что. Также было замечено, что любовная аддикция может сопровождаться иными видами аддикций, как химическими, так и нехимическими.

В последние двадцать лет в зарубежной литературе описывается вариант любовной аддикции – сталкерство, которое характерно повторными и продолжающимися попытками навязать другому человеку нежелаемое знакомство и/или контакт. М. Зона описал три группы сталкеров: эротоманы, невротики-ананкасты и сталкеры с навязчивой любовью, а именно любовные аддикты. Также, как заметил А. Егоров, что поведение, напоминающие сталкерство, может наблюдаться у больных аутистической влюблённостью. П. Мюллен, в свою очередь, выделил пять групп сталкеров: отвергнутые, ищущие интимность, социально

отвергнутые, обиженные и хищники. Они различаются по своему поведению и мотивам сталкерства [1, с. 72].

Компенсаторные функции любовной зависимости не столь широки, как деструктивные. К ним можно отнести стремление аддикта работать над собой, чтобы продемонстрировать свою надёжность, привлекательность и состоятельность перед объектом симпатии. Иные формы компенсации в любовной аддикции можно увидеть в предметах искусства, которые, будучи посвящены автором объекту своей любви, имели невероятный коммерческий успех.

В работах Н. Телепова, можно увидеть пример замещения одной аддикции другой: «Многолетний опыт показывает, что успех в лечении и реабилитации химической аддикции достигается в тех случаях, когда больному удаётся реально «переключиться» на деятельность, которая обладает всеми признаками нехимической зависимости, но социально приемлема (секс, работа, любовь, спорт, религия). Клинический опыт показывает, что одна аддикция может достаточно легко переходить в другую. Если удалось заменить химическую зависимость на социально приемлемую, то это рассматривается, как несомненный успех». Таким образом можно отметить, что любовная аддикция, хоть и деструктивна, и иногда даже опасна для аддикта и его окружения, зачастую социально приемлема [2, с. 94].

Таким образом, любовная зависимость – расстройство личности сексуального характера, имеющее в своей основе и невротическую потребность в любви и защите. Существуют разные типы любовных аддикций, из-за чего многие авторы по-разному трактуют данный термин. Предпосылки в возникновении любовной зависимости наличествуют как в самих личностных качествах аддикта, так и во взаимоотношениях с семьёй. Любовная зависимость имеет свои деструктивные и компенсаторные функции. Обретя подобную зависимость, человек может пойти на многое ради удовлетворения своей потребности, от творчества до убийства. Что в свою очередь, характеризует значимость более глубокого изучения данного вопроса.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Егоров, А. Ю. Любовные аддикции / А. Ю. Егоров // Вестник психиатрии и психологии Чувашии. – 2015. – № 2. – С. 64–81.
2. Гаташев, М. Г. Компенсация и деструкция психологической зависимости. Религиозная и любовная аддикции / М. Г. Гаташев // Инновационная наука. – 2016. – № 4. – С. 93–96.
3. Кагарманов, Д. И. О различии любви, влюблённости и любовной зависимости / Д. И. Кагарманов // Инновационная наука. – 2016. – № 5. – С. 203–206.
4. Казикова Е.П. Эмоциональная зависимость девочек подростково-юношеского возраста от педагога как психологический и психопатологический феномен [Электронный ресурс] / Е.П. Казикова, С.В. Зверева // Universum: Психология и образование. – 2014. – № 6. – Режим доступа: <https://7universum.com/ru/psy/archive/item/1379> – Дата доступа: 25.03.2021.
5. Кондрашихина, О. А. Личностные предпосылки формирования любовных аддикций у девушек студенческого возраста / О. А. Кондрашихина, А. А. Корнеева // Пензенский психологический вестник. – 2019. – № 2. – С. 103–114.