

УДК 159.9

Пастущин О. – ст. гр. БМ-11

Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя

ВИРАЖЕННЯ МОРАЛЬНИХ ПОЧУТТІВ АБО 5 МОВ ЛЮБОВІ

Науковий керівник: Періг І. М., к.психол.н., доцент

Pastushchin O.

Ternopil Ivan Pului National Technical University

THE EXPRESSION OF MORAL FEELINGS OR THE 5 LANGUAGES OF LOVE

Supervisor: PhD (Psychology), as. professor Iryna Perig

Останніми роками Україна переживає справжню «психокультурну революцію». Сучасні уявлення про моральність, людяність і духовність свідчать про драматичний процес руху від традиційної психокультури до нової – психокультури вільного, демократичного суспільства. Дуже важливу роль у життєдіяльності, спілкуванні, досягнення бажаних результатів у професійній діяльності та особистому житті кожної сучасної людини відіграють моральні почуття, зокрема почуття любові, вміння їх виражати, висловлювати та приймати взамін.

Людина – **жива** істота, суб'єкт суспільно-історичної діяльності і культури. Людині притаманні різні почуття, емоції, переживання. Почуття – це специфічні людські, узагальнені переживання ставлення до людських потреб, задоволення або незадоволення яких викликає позитивні або негативні емоції – радість, любов, гордість або сум, гнів, сором тощо. На відміну від емоцій і настроїв, почуття мають виражену об'єктивну прив'язку: вони виникають щодо чого або когось, а не ситуації в цілому. «Я боюсь цієї людини» – це почуття, а «Мені страшно» – це емоція.

В якості почуття виявляється ставлення особистості до праці, подій, інших людей, до самої себе. За якістю переживань відрізняють одні емоції і почуття від інших, наприклад радість від гніву, сорому, обурення, любові тощо.

Об'єктом моральних почуттів є окремі люди, соціальні інститути, життєві події, людські стосунки й сама людина. Моральні почуття – то всі ті почуття, які випробовуються людиною при сприйнятті нею явищ дійсності під кутом зору моральності, відштовхуючись від категорій моралі, виробленої суспільством. Моральне почуття виникає тоді, коли людина у своїх діях починає виходити з спонукань «своею волі» та з громадських вимог. Моральне почуття часто виникає з урахуванням конкретного випадку, події та може обмежитися лише епізодичним переживанням.

Часто проблемою і причиною побутових сварок є нерозуміння між двома люблячими людьми. Як наслідок, після прожитих десятків років пліч-о-пліч люди кажуть, що віддали кращі роки, але такої жертви кохана людина не оцінила – часу шкода, його не повернути, гірке розчарування підступає, інколи турбує почуття зради.

Потреба в любові – основна емоційна потреба людини. Любов – вище морально-естетичне почуття, яке означає міцну душевну прихильність і безкорисливе прагнення до іншої людини.

Любов будується на таких якостях, як безкорисливість, самовідданість, самовіддача. У стані любові людина переживає особливу задоволеність від життя, тобто стан щастя. Поняття любов є багатограним і включає любов до батьків, дітей, Батьківщини, об'єкта протилежної статі, любов до ближнього.

Поняття любов, як моральна якість формується протягом життя людини. На перших порах формується прагнення до об'єкта любові, а потім формується саме це почуття. Любов до протилежної статі передбачає не просто чуттєвий потяг, а глибоке

сприйняття всієї особистості об'єкта любові. У моральному відношенні така людина починає представляти найвищу цінність.

Любов заснована, перш за все, на тісній духовній близькості. Навіть без безпосереднього контакту, люблячі люди схильні до внутрішнього діалогу один з одним, вони звиряють свої бажання, помисли і вчинки через систему цінностей об'єкта свого кохання.

Любов - провідна потреба людини і головний аспект її існування в суспільстві. Але любов можна проявляти по-різному. На думку відомого психолога Гарі Чепмена існує п'ять основних мов любові – п'ять способів, за допомогою яких усі люди, незалежно від статі і віку висловлюють і сприймають любов (дотики, слова, час, подарунки, допомога):

➤ **Дотики.** Любов можна виразити дотиками, причому для декого це єдиний спосіб відчуття її. Для того, чия мова кохання – дотик, необхідно фізично відчувати, що коханий поруч, важливо торкатися один до одного, триматися за руки. Їм потрібно, щоб їх цілували, пестили, обіймали. Інакше вони не впевнені, що їх люблять. Секс – лише один з діалектів цієї мови. Бувають дотики, вимагають від нас уважності: масаж, поглажування, інтимні ласки. Якщо ви хочете любити когось, вам потрібно знати діалект цієї людини.

➤ **Слова.** Підбадьорюючі слова – одна з мов кохання. Багато людей і не підозрюють, яка велика сила приховується в словах: «Я тебе розумію. Мені це теж важливо. Я з тобою. Як тобі допомогти?». Буває, в тій чи іншій галузі ми відчуваємо себе невпевнено. Нам не вистачає сміливості, і це часто заважає домогтися того, чого б ми хотіли і до чого у нас є здібності. Найглибша людська потреба – бути цінним і потрібним. Важливо показати, що ми віримо в коханого і захоплюємося ним. Заохочення та подяка завжди допоможуть вам висловити любов. Вимагаючи і висуваючи ультиматуми, ми знищуємо будь-яку можливість близькості, відштовхуємо кохану людину. Якщо ж, повідомляючи про свої бажання, ми просимо, це керівництво до дії. Звертаючись до коханої з проханням, ми підтверджуємо її цінність і гідність, показуючи, що вона здатна зробити для нас щось важливе і корисне. З допомогою слів ви покажете близькій людині, що любите і цінуєте її.

➤ **Час.** Сидячи поруч і розмовляючи 20 хвилин, ми даруємо коханій людині 20 хвилин життя. Цього часу не повернути, отже, ми віддали один одному частинку життя. В цьому проявляється любов, адже любити – означає віддавати. Головне для того, хто говорить мовою часу – бути разом, приділяти увагу один одному, разом проводити час. Віддавати комусь увагу цілком, значить піти вдвох на прогулянку, разом пообідати, дивитися очі в очі і розмовляти, повністю зосередившись на коханій людині. Займаючись разом якоюсь справою, у вас з'являються спільні спогади, що є невичерпним джерелом радості.

➤ **Подарунки.** Подарунок можна взяти в руки і сказати: «Він подумав про мене» або «Вона мене згадала». Адже щоб зробити комусь подарунок, ви повинні думати про нього. Подарунок – символ цієї думки. Неважливо, скільки грошей ви витратили, головне – ви подумали про людину. Дорога ваша думка, яка перейшла в подарунок. Подарунки – своєрідні символи кохання. Закохані дарують один одному подарунки, але для одних вони важливіші, ніж для інших. Наприклад, люди по-різному ставляться до обручок: хтось не розлучається з ними, а хтось ніколи не одягає.

➤ **Допомога.** Якщо вам здається, що коханий чоловік недостатньо допомагає вам, можливо, ваша рідна мова кохання – «допомога». Допомогати – це означає робити щось для іншого. Допомогаючи близьким, ви намагаєтеся догодити їм, бути їм корисним, виражаєте свою любов.

Мова, на якій ви виражаєте любов, може відрізнитися від мови любові вашої половинки, як англійська від китайської. І дуже рідко чоловік і жінка говорять на одній і тій ж мові любові. Кожен користується своєю мовою і дивується, чому його ніби не чують. Якщо ми хочемо бути ефективними в спілкуванні з чоловіками і жінками, то повинні вивчити його мову кохання і говорити на цій мові.