Министерство образования Республики Беларусь

«БИП – Белорусский институт правоведения»

Факультет международного права и юридической психологии

**РЕФЕРАТ**

на тему:

**«Математические формулы эмоций и чувств. Формула чувства любви»**

Студента второго

курса, группы №2,

по специальности

психология,

Сушко Александра

Минск 2009

**Оглавление**

1. Эмоции и чувства

2. Математические формулы эмоций и чувств

3. Формула чувства любви

4. Практика применения формулы, описывающей чувство любви

Выводы

Литература

**1. Эмоции и чувства**

В жизни человека в формировании и развитии его личности эмоции и чувства играют огромную роль. Эмоции возникли в ходе эволюции как способы поведения организмов в типичных ситуациях – это наиболее древние по происхождению психические состояния и процессы. Эмоциями называют такие состояния как страх, гнев, радость, нежность. Жизнь без эмоций была бы невозможна, как и без ощущений. Эмоции, утверждал Чарльз Дарвин, возникли как средство, при помощи которого живые существа устанавливали значимость тех или иных условий для удовлетворения своих потребностей.

Благодаря эмоциям организм хорошо приспособлен к окружающим условиям, поскольку он, даже не устанавливая параметры воздействия, может со спасительной быстротой отреагировать на них определенным эмоциональным состоянием, то есть определить, полезно или вредно данное конкретное воздействие. По механизму происхождения эмоции генетически связаны с инстинктами. Так, в состоянии гнева у человека появляются реакции его отдаленных предков – движение скул, сужение век, прилив крови к лицу, принятие угрожающих поз, сжимание кулаков, готовых для удара.

Эмоции служат средством мобилизации организма, позволяющим преодолевать неожиданные ситуации. Некоторое сглаживание эмоций у человека происходит за счет волевой регуляции, но в критических ситуациях эмоции неизменно берут верх над разумным поведением человека. Легко заметить, чем выше мы поднимаемся по эволюционной лестнице, тем больше простые эмоциональные реакции, свойственные животным, уступают место сложным и разнообразным формам поведения. Эмоциональные проявления имеют бесчисленное множество оттенков, при этом разнообразие их увеличивается и обогащается с возрастом и приобретенным жизненным опытом. Эмоциональные реакции также зависят от умственного развития человека. Очевидно, что чем выше этот уровень, тем легче человек может понять причину несоответствия между тем, с чем столкнулся, и тем, чего ожидал, и благодаря этому уменьшить свою эмоциональную реакцию. Однако этот контроль, зависящий от умственного развития и позволяющий влиять на проявление собственных эмоций, не всегда бывает постоянным. Лишь немногие способны при любых обстоятельствах сохранять невозмутимость и спокойствие.

Эмоциональные состояния не только зависят от характера протекающей психической деятельности, но и сами оказывают огромное влияние на нее. Хорошее настроение активизирует познавательную и волевую деятельность человека. Эмоциональное состояние может зависеть от выполняемой деятельности, совершенного поступка, от самочувствия, от прослушанной песни. Все эмоциональные состояния носят переходящий характер. Но для каждого человека свойственны типичные состояния, сопровождающиеся характерными для его типа личности проявлениями. Все проявления эмоций причинно обусловлены, хотя человек не всегда ясно осознает, что привело его в то или иное душевное состояние.

Эмоции тесно связаны с информацией, которую мы получаем из окружающего мира. Обычно эмоция возникает из-за неожиданности события, к которому мы не готовы, не располагаем информацией, необходимой для адекватной реакции: пешеход, неожиданно выскочивший прямо перед машиной; неожиданный резкий звук; непредвиденная встреча с близким человеком. Все эти случаи вызывают мобилизацию организма, необходимую для быстрого приема дальнейших сигналов. Но эмоция не возникнет, если мы встречаем данную ситуацию с достаточным запасом необходимых сведений. Повторяющийся уже знакомый резкий звук, заранее замеченный пешеход, привычная встреча с любимым человеком не вынуждает организм приходить в состояние повышенной активности.

Рассмотрим пример проявления эмоций, связанных с удовлетворением какой-либо потребности. Голод толкает нас к холодильнику, где можно найти пиццу, которую мы туда вчера положили, понятно, что от такой «находки» не возникнет никаких эмоций. Но, если вдруг, вопреки ожиданию, окажется, что в холодильнике ничего нет – всплеск эмоций гарантирован.

Положительные и отрицательные эмоции могут возникать как безусловный рефлекс – в силу приятных или наоборот неприятных телесных ощущений и запахов. Эмоции могут возникать и без всякого воздействия на психику, под влиянием выпитого алкоголя или введенного в организм наркотического вещества. По тому, как трудно бороться с этими пагубными привычками, можно представить силу эмоций и их необходимость для организма. О силе эмоций говорит и тот факт, что, когда к потерпевшему крушение в результате столкновения с айсбергом «Титанику» подоспели спасатели, то они обнаружили в шлюпках множество умерших и сошедших с ума людей. Взрыв эмоций страха подавил их жизнедеятельность, запредельное эмоциональное напряжение вызвало у многих инфаркты и инсульты.

Очень сложно определять скрытые эмоции. Но, учитывая то, что эмоции проявляются не только в переживаниях и поведении, а и в сложных физиологических процессах, протекающих в организме, был сконструирован прибор, измеряющий значения большого числа физических параметров, связанных с физиологической активностью человека. Этот прибор – полиграф, в настоящее время он широко используется спецслужбами многих стран под названием детектор лжи. В Древнем Китае полиграф заменяли горстью риса. Подозреваемый во время судебного разбирательства держал рис во рту и если после прослушивания обвинения он вынимал рис сухим, то считался виновным, так как сильное эмоциональное напряжение вызывает прекращение деятельности слюнных желез.

С точки зрения физиологии эмоции и чувства связаны с возбуждением головного мозга. Импульсы от внешних воздействий поступают в мозг двумя потоками. Один из них направляется в соответствующие зоны коры головного мозга, где смысл и значение этих импульсов осознаются и они расшифровываются в виде ощущений и восприятий. Другой поток приходит в подкорковые образования, где устанавливается отношение этих воздействий к базовым потребностям организма, субъективно переживаемым в виде эмоций. Исследователи мозга обнаружили в гипоталамусе особые нервные структуры, являющиеся центрами страдания и удовольствия, агрессии и успокоения. Ученый Дж. Олдза в опытах с крысами вживлял в центр удовольствия электрод, сначала крыса случайно нажимала на рычаг, замыкающий электрическую цепь, что вызывало возбуждение центра, и после этого она часами не отходила от рычага, делая по нескольку тысяч нажимов, отказываясь от сна и пищи.

В общественно-историческом развитии человека сформировались высшие эмоции – чувства, базовые эмоциональные компоненты личности. Они в отличие от эмоций характеризуются осознанностью и обусловлены социальной сущностью человека, общественными нормами, потребностями и установками. Когда мы наблюдаем восход солнца, читаем книгу, слушаем музыку, ищем ответ на возникший вопрос или мечтаем о будущем, то наряду с разными формами познавательной деятельности мы проявляем свое отношение к окружающему миру. Читаемая книга, выполняемая работа могут нас радовать или огорчать, вызывать удовольствие или разочарование. Мир чувств и эмоций очень сложен и многообразен. Человек не всегда может осознать тонкость его организации и многогранность выражения. Всем известно, как трудно бывает рассказать о своих чувствах, выразить переживания в речи. Подбираемые слова кажутся недостаточно яркими и неверно отражающими всю глубину эмоционального состояния.

Поскольку все то, что делает человек, в конечном счете, служит цели удовлетворения его разнообразных потребностей, можно согласиться с теми учеными, которые считают, что эмоции теснейшим образом связаны с удовлетворением трех основных потребностей человека: пищевой, защитной и половой. Но если низшие эмоции связаны с удовлетворением биологических потребностей, то высшие эмоции – чувства – связаны с личностными, социально значимыми ценностями. Они вызываются соответствием или отклонением от тех или иных обстоятельств, правил, параметров жизнедеятельности данного человека как личности. Чувства человека иерархически организованы. У каждого из нас есть доминирующие чувства, характерные для его личности. Они регулируют различные сферы взаимодействия с окружающим миром. Иерархия чувств определяет мотивацию поступков человека. Эмоции и чувства, как и другие психические явления, отражают объективную реальность в переживаниях. В них выражается отношение человека к предметам и явлениям окружающей действительности. Одни предметы, явления радуют человека и восхищают его, другие – огорчают или вызывают отвращение, третьи – оставляют равнодушным.

Длительные эмоции называются настроениями. Настроение – это более или менее длительное и устойчивое эмоциональное состояние, окрашивающее все другие переживания и деятельность человека. Настроения отличаются разной степенью продолжительности, выраженности, осознанности. У разных людей настроение по-разному выражается в поведении. Есть люди, которые всегда веселы, находятся в хорошем настроении, другие склонны к угнетенному состоянию, к тоске или всегда раздражены. Можно научиться управлять своим настроением, но для этого необходимо следить за ним и правильно оценивать.

В процессе жизнедеятельности на основе внешних условий и генетических предпосылок у человека формируются устойчивые эмоциональные качества – эмоциональные особенности и свойства личности. К эмоциональным особенностям личности относятся: возбудимость, сила реакций и их внешняя выраженность – экспрессивность. Эти свойства в значительной мере обусловлены типом высшей нервной деятельности человека. Однако в процессе социального развития эмоциональные особенности претерпевают значительные изменения. Человек приучается сдерживать свои эмоциональные проявления, прибегает к их маскировке и имитации, развивает эмоциональную устойчивость, но не всем это удается в одинаковой мере. У одних даже большая эмоциональная возбудимость может компенсироваться эмоциональной устойчивостью, у других – эмоциональная возбудимость часто приводит к эмоциональным срывам, потере самоконтроля. Эмоциональные качества определяют психический облик человека, образуют эмоциональный тип личности. Различают натуры эмоциональные, сентиментальные, страстные и фригидные (холодные).

Эмоции и чувства как базовые явления психики имеют важнейшее значение в жизни человека. Служа средством мобилизации организма, они помогают подготовить его к разрешению возникающих жизненных ситуаций. Эмоции проявляются не только в переживаниях, они оказывают значительное влияние на физиологию организма, протекание всех интеллектуальных процессов, на действия и поступки человека. Люди осознают лишь часть своих эмоций, скрывая остальные даже от самих себя посредством подсознательного механизма, называемого подавлением. Подавленные эмоции, вытесненные в область подсознательного, оказывают разрушительное влияние на человека. Мы прячем источник нашей боли во тьме подсознательного, но к несчастью, подавленные эмоции не умирают. Они изнутри оказывают свое влияние на личность и поведение человека. Зигмунд Фрейд, открывший подсознательное, утверждал, что все подавленные эмоции стремятся проникнуть обратно в область сознания, и мы постоянно вынуждены прибегать к тем или иным формам дальнейшего подавления. Человек, подавивший чувство вины, будет стремиться всегда подсознательно наказать себя. Он никогда не позволит себе испытать чувство безграничной радости или успеха. Подавленные страхи и гнев могут проявляться физическими нарушениями в работе организма, но если они будут восприняты сознательно и человек расскажет в деталях об этом кому-то, то вполне вероятно, организму уже не понадобится реагировать на них бессонницей или постоянными головными болями. Подробнее о роли бессознательного в формировании психики человека я расскажу в отдельной главе.

Своеобразие эмоций и чувств определяется потребностями, мотивами, стремлениями, намерениями человека, особенностями его воли, характера. В процессе общения чрезвычайно важно как для мужчин, так и для женщин обращать внимание на любые, самые незаметные проявления эмоций. Это позволит правильно оценивать чувства, настроения вашего партнера и совершать адекватные обстоятельствам поступки. Психологический анализ эмоций и чувств партнера – это сложный процесс, требующий знания особенностей, присущих его типу личности, учитывающий волевую подготовку, отношение к событиям и людям. Нужно учиться контролировать свои эмоции, но это не значит, что их надо всегда сдерживать, напротив, в некоторых ситуациях необходимо всеми имеющимися в вашем распоряжении выразительными средствами подчеркивать эмоции. В определенных обстоятельствах это единственный способ добиться желаемого результата. Владение эмоциями – одно из важных достоинств человека. Владеть своими эмоциями – не значит быть бесчувственным. Смелый человек не лишен чувства страха, он одарен властью над страхом. Владение своими чувствами – это не подавление, а включение их в систему эмоционально-волевой регуляции, придание им целесообразной направленности.

**2. Математические формулы эмоций и чувств**

В настоящее время математические методы настолько широко используются во всех областях знаний, что никто не осмелится оспаривать необходимость их применения и в психологии. Действительно, когда речь идет о математической статистике, вопросы не возникают, но стоит попробовать с помощью математического выражения описать определенную эмоцию или чувство, и оппонентов не счесть.

Если зависимость эмоции от количества информации, которой располагает человек, описанная выражением: ***эмоция = необходимая информация – имеющаяся информация*,** признается большинством специалистов, то правомерность формулы академика Павла Симонова (1), попытавшегося в краткой символической форме представить всю совокупность факторов, влияющих на возникновение и характер эмоции [1, с. 63], уже вызывает у отдельных психологов сомнения.

**Э = f [П, (Ин - Ис, …)] (1)**

где Э – эмоция, ее степень, качество и знак;

П – сила и качество актуальной потребности;

(Ин - Ис) – оценка вероятности (возможности) удовлетворения потребности на основе врожденного и онтогенетического опыта;

Ин – информация о средствах, прогностически необходимых для удовлетворения потребности;

Ис – информация о существующих средствах, которыми реально располагает субъект.

В Европе и США каждый год появляются новые работы в этой области. Из последних разработок, по степени цитируемости, лидируют две формулы счастья – нейрофизиолога доктора Дэвида Люиса из университета Сассекса и британских психологов Кэрол Ротвелл и Питера Коэна (2). Рассмотрим подробнее формулу британских специалистов как более известную в нашей стране. В некоторых русскоязычных источниках ее называют формулой удачи [2] хотя слово happiness с английского языка переводится как счастье.

**h = P + 5E + 3H, (2)**

где h – (happiness) уровень счастья;

P – (personal traits) личностные характеристики;

E – (existence needs) потребности низшего порядка, как потребности существования;

H – (higher order needs) потребности высшего порядка, как особенности личности.

Без детальной расшифровки эта формула не представляет практической ценности. Что понимать под личностными характеристиками? Какие конкретные потребности существования необходимо рассматривать, какие именно особенности личности надо учитывать? В некоторых комментариях к формуле (2) предлагается рассматривать такие характеристики как: Р – мировоззрение, устойчивость к неблагоприятным факторам, способность к адаптации; E – здоровье, дружба и финансовая стабильность; H – самооценка, устремления и амбиции. Согласитесь, это то же общие понятия, полно и четко не систематизированные в рамках предложенных переменных.

Легко заметить, что если в формулах и определениях в качестве переменных используются образные философские понятия, то они практически не сталкиваются с ожесточенной критикой. Наглядный пример этому – известное древнеиндийское определение любви между мужчиной и женщиной: ***любовь = влечение души, ума и тела*.** Его часто пытаются конкретизировать, рассуждая о том, что потребности души рождают дружбу, потребности ума – уважение, потребности тела – сексуальное желание. Но от этого данное определение не становится менее образным, оно и после дополнительного толкования указывает только на отдельные социальные и физиологические потребности человека, и не несет достаточно информации, необходимой для анализа и разработки механизмов воздействия на изучаемое чувство, а, следовательно, тоже не имеет большой практической ценности.

Нельзя не отметить и другую крайность, в которую впадают некоторые разработчики формул, предлагающие что-то принять за 100 единиц или процентов, а потом это разделить на количество проведенных вместе часов или выполнить другие математические операции, учитывающие продолжительность взгляда и длительность поцелуя. Можно даже согласиться, что в какой-то степени и эти факторы влияют на зарождение и развитие чувств, но серьезно воспринимать такие формулы нельзя, особенно желание их авторов строго выполнять все указанные математические операции для получения числового результата, который считается окончательным и единственно верным.

Это не значит, что переменным формулы не должны присваиваться числовые значения, но надо четко понимать это в физике и математике формула имеет ранг закона и не допускает альтернативных толкований, а в психологии приходится оперировать среднестатистическими закономерностями, допускающими исключения. Для получения верного результата, в первую очередь, важен смысл переменных, описывающих процесс, а не математические действия с присвоенными им значениями. Числовые значения, назначаемые переменным, только показывают уровень влияния того или иного фактора на ситуацию в целом. Их величина всегда, и в огромной степени, зависит от информированности, профессиональной подготовки и личной объективности специалиста, проводящего экспертную оценку. Формула – это, прежде всего, наиболее удобный способ систематизации всей совокупности факторов, оказывающих влияние на изучаемую эмоцию или чувство.

Многие считают обязательным при разработке формул, описывающих чувства, использовать функции (3) и даже дифференциальные уравнения, объясняя это необходимостью учитывать фактор времени, но в результате, как правило, появляется еще один из вариантов все того же древнеиндийского определения любви [3]:

**L(t) = W(t) + U(t), (3)**

где L – любовь;

W – влечение;

U – уважение;

t – время

Глупо отрицать, что каждый человек меняется и познается во времени, но практическую ценность может иметь только та формула, которая опирается на конкретные физиологические и психологические особенности человека. Реально работающая формула – это выражение с четкими и понятными переменными, не требующими дополнительного толкования философами, психологами и математиками, переменными, на которые можно влиять – корректировать с помощью уже давно разработанных методик и приемов.

**3. Формула чувства любви**

В качестве примера, отвечающего указанным требованиям, рассмотрим формулу, предложенную Евгением Сушко, для анализа чувства любви [5]. Предварительно отметим, что четкого и бесспорного определения любви не существует, и неизвестно появится ли оно вообще, учитывая огромное отличие во взглядах на любовь различных специалистов. Можно бесконечно долго спорить и цитировать Зигмунда Фрейда, Эриха Фромма, других ученых и философов, считающих, что любовь – это инстинкт, искусство, биохимическая реакция, запускаемая феромонами и все равно не прийти к единой точке зрения. Бесспорно одно, в каждом из этих утверждений содержится рациональное зерно вот его то и необходимо взять для практического применения, оставив все рассуждения и философские споры в стороне. Многим людям кажется, что попытки выделить составляющие любви и систематизировать их, равноценны “втаптыванию” этого высокого чувства в грязь. Они твердо уверены, что такая детализация не нужна и в принципе не возможна, ведь речь, с их точки зрения, идет о непознаваемых глубинах души.

Но нельзя же возражать против того, что каждый человек, как личность, имеет свои потребности от низших (пища, кров, секс) до высших (самореализация, самопознание) и набор необходимых в определенный момент потребностей зависит от влияющих в этот момент обстоятельств. Именно поэтому, мы во многом согласны с теми специалистами, которые считают, что любовь или влюбленность возникает к тому человеку, который в данный момент времени в большей степени может удовлетворить потребности. При изменении внешних факторов изменяются и потребности, а соответственно, и тот их перечень, который удовлетворял партнер, и чем полнее список, тем сильнее чувство и наоборот. Здесь важно отчетливо понимать, что даже одна неудовлетворенная, но доминирующая потребность может оказаться определяющей и легко перечеркнуть все положительное в отношениях.

Естественно, возможность удовлетворить свои потребности – это только часть всей совокупности факторов, влияющих на любовь. Первостепенную роль в зарождении и развитии чувства играет половое влечение, которое, как и потребности в огромной степени связано с воспитанием, образованием, социальной средой. Но, прежде всего, сила и характеристика полового влечения определяются психогормональными процессами, зависящими от половой конституции и генетической наследственности индивидуума. Именно поэтому половое влечение кажется таким необъяснимым и не предсказуемым, особенно в тех случаях, когда оно развивается не на осознанном уровне – управляемом корой головного мозга, а на бессознательном – управляемым гормонально.

Основная задача состоит в том, чтобы выделить из общей массы всей накопленной информации, только конкретные научно-обоснованные факторы, влияющие на чувство, произвести их четкую систематизацию и классификацию. Подробно они описаны в книге Е. Сушко «Формула любви: теория и методика применения» [4]. Предложенная в ней автором классификация потребностей не противоречит работам Абрахама Маслоу и Генри Мюррея, и ориентированна на конкретную область межличностных отношений, связанную с чувством любви.

Общий вид формулы:

**L = K (V + P), (4)**

где L – уровень чувства

V – половое влечение;

P – удовлетворение потребностей;

K – поправочный коэффициент.

Необходимо отметить, что переменную L – уровень чувства не надо воспринимать как числовое выражение любви. Это контрольное число, по изменению которого при длительном наблюдении и достаточно большом числе оценочных замеров, проведенных экспертом с одинаковой степенью требовательности, можно судить о динамике изучаемого процесса.

В развернутом виде формула (4) принимает следующий вид:

L = K1V1 K2V1 К3V1 K4V1 K5V1 (V1) + K1V2 K2V2 К3V2 K4V2 K5V2 (V2) + K1P5 K2P5 К3P5 K4P5 K5P5 (P5) + K1P6 K2P6 К3P6 K4P6 K5P6 (P6)

где присутствуют восемь основных факторов, оказывающих влияние на половое влечение:

V1 – привлекательное лицо;

V2 – привлекательное тело;

V3 – привлекательный голос;

V4 – привлекательный запах;

V5 – привлекательные движения;

V6 – привлекательный внешний вид;

V7 – привлекательный темперамент;

V8 – привлекательные черты характера;

шесть факторов, отвечающих за удовлетворение потребностей:

P1 – потребность в сексуальном общении;

P2 – потребность в эмоциональном общении;

P3 – потребность в интеллектуальном общении;

P4 – потребность в рождении и воспитании детей;

P5 – потребность в совместном решении материальных проблем;

P6 – потребность в совместном решении бытовых проблем;

пять коэффициентов принимающих различные значения для каждой из указанных переменных:

K1 – воображение, мечты;

K2 – психологическое влияние окружающих;

K3 – физическое состояние организма;

K4 – эмоциональное состояние организма;

K5 – время общения.

Систематизация факторов, отвечающих за зарождение и развитие чувства любви, показала, что некоторые факторы, сами, не относящиеся к влечению и потребностям, в свою очередь, активно влияют на них. Это своего рода поправочные коэффициенты, которые увеличивают или уменьшают значения переменных формулы. Например, K2P6 – конкретная величина фактора, учитывающего психологическое влияние окружающих на решение партнерами своих бытовых проблем. Можно сказать, коэффициент “тещи и свекрови”.

Необходимо отметить, что расположение переменных в начале или конце формулы никоим образом не связано с их значимостью. У каждого человека свои индивидуальные приоритеты согласно доминирующим потребностям и влечениям. Говоря о единицах измерения, в которых выражаются переменные, отметим, что психология не математика и в данном случае формула – это не способ расчета, а инструмент для анализа чувства и определения критических точек во взаимоотношениях партнеров. Числовые значения, назначаемые переменным, только показывают уровень влияния того или иного фактора на ситуацию в целом. Поэтому каждый специалист может устанавливать свою шкалу измерений. Практика показала, что для лучшего восприятия и удобства в построении графиков и диаграмм желательно присваивать переменным целые числа в интервале от 0 до 10, коэффициентам – десятичные дроби в интервале от 0 до 2.0 с шагом 0.1.

Например, применительно к переменной, отвечающей за привлекательность тела. Минимальная оценка 0 соответствует телу с серьезными физическими изъянами, вызывающими крайне отрицательные эмоции; оценка 5 – стандартная фигура, не вызывающая дополнительных эмоций; максимальная оценка 10 – модельное тело, все части которого вызывают восхищение.

Коэффициенты больше 1.0 согласно правилам математики, увеличивают значение переменных, меньше – снижают. Присвоенные значения всегда условны, они полностью зависят от объективности собранной информации, на основании которой осуществляется оценка, а также от требовательности и других личных качеств эксперта.

Динамика развития или угасания чувства на протяжении определенного отрезка времени отслеживается путем проведения некоторого числа оценочных замеров и построения в осях координат, ряда соответствующих графиков и диаграмм. Аналогично проводится определение критических точек во взаимоотношениях партнеров. Строятся график потребностей и влечений одного из партнеров и рядом график фактической степени их удовлетворения. Большие разрывы между двумя точками, принадлежащими одной переменной, наглядно указывают на существующие проблемы или возможность их возникновения с течением времени. Для расчета фактических значений переменных с учетом всех коэффициентов и построения графиков желательно использовать программу Microsoft Excel, она значительно снижает трудоемкость выполняемых работ.

**4. Практика применения формулы, описывающей чувство любви**

В настоящий момент, методика определения критических точек во взаимоотношениях партнеров, основанная на данной формуле, используется в практической деятельности специалистами Беларуси, Украины, Германии. Практика показала, что специалисты, использующие данную методику анализа чувства, практически всегда делают сопоставимые выводы в отличие от коллег, полагающихся на свою интуицию. Проведенное анонимное тестирование психологов, оказывающих консультационные услуги, выявило огромный разброс мнений в оценке предложенных им для рассмотрения тестовых ситуаций. И это оказалось тесно связано не только с тем, какое направление в психологии представляет данный специалист, но и с его половой принадлежностью и полом автора вопроса.

Гендерные переживания и не всегда удачный личный опыт консультантов, часто оказывают неоправданно большое влияние на выводы, которые они делают. Поэтому и необходим своеобразный научно-обоснованный стандарт, в виде предложенной формулы, для объективной оценки, на первом этапе, любой конфликтной ситуации, связанной с рассматриваемым чувством. Дальнейшее решение задач, поставленных в ходе проведенного анализа – это уже сфера деятельности конкретных специалистов: психотерапевтов, психоаналитиков, тренеров по НЛП.

Для объективной оценки факторов, связанных с влечением и удовлетворением потребностей, необходим детальный анализ всех элементов их составляющих. Как правило, каждый специалист для сбора информации использует свои проверенные временем тесты и испытанные практикой опросные листы. Они должны, в обязательном порядке, давать информацию о темпераменте и свойствах личности, типе и чертах характера, доминирующем инстинкте, типе интеллекта. Определять основной способ восприятия окружающего мира, генетически наследуемые влечения, потребности, привычки, сформированные в процессе воспитания родителями и обществом. Указывать на мечты и фантазии объекта изучения, людей, способных оказывать на него сильное психологическое влияние; свидетельствовать о физическом и эмоциональном состоянии организма, материальном положении. Хороший опросный лист всегда насчитывает не менее сотни вопросов.

В психологии, в отличие от математики, нулевое значение одной переменной, не компенсируется числовым значением другой, как бы велико оно не было. Человек может утратить чувство, не сумев удовлетворить всего лишь одну, но очень важную для себя потребность. Поэтому хотелось бы еще раз подчеркнуть – предложенная формула – это не математический метод, это математическая форма представления. В психологии невозможно только математическими методами решать задачи межличностного общения. Окончательное решение всегда будет принимать человек, детально изучивший всю собранную и систематизированную информацию. Предложенная формула – это инструмент для анализа взаимоотношений партнеров, указывающий на четкие, научно-обоснованные факторы, влияющие на зарождение и развитие чувства.

**Выводы**

Отдельные психологи очень много говорят о “духовной близости” и “влечении души”, забывая, что это образные понятия. Практикующие специалисты обязаны находить и анализировать конкретные моменты, связанные с генетикой, физиологией, социальными аспектами бытия, должны не предлагать готовые ответы, а стараться максимально вовлекать своих пациентов в процесс совместного поиска с помощью доступных и понятных методик.

Необходимо обратить внимание на важный психологический эффект, который дает методика, основанная на математической форме представления чувства. В настоящий момент, в полной мере его используют не психологи, а астрологи, постоянно демонстрирующие своим клиентам всевозможные расчеты и построения, выполненные на картах звездного неба. Практика убедительно показала, что графики и диаграммы, построенные для визуализации результатов анализа, проведенного с помощью указанной формулы, и особенно в тех случаях, когда пациент сам принимал в этом непосредственное участие, многократно повышают уровень доверия, как к консультирующему специалисту, так и к его рекомендациям. Осознание пациентом строгого научного подхода к возникшей проблеме, и как следствие этого, объективности в ее рассмотрении и принятии решения, способствует более быстрому выходу его из стрессового состояния.

К сожалению, не все специалисты сразу видят преимущества и отличия данного инструмента анализа взаимоотношений от широко распространенных тестов, определяющих совместимость партнеров. Стандартные тесты, активно использующиеся практикующими психологами в своей работе, в тех случаях, когда влечения и потребности партнеров удовлетворены, на среднем уровне не дают четкого и конкретного результата. Результат просто положительный. Тесты не фиксируют и не оценивают те небольшие различия, которые могут присутствовать. Однако с течением времени такие желания одного из партнеров как: “Хорошо, но хотелось бы чуть- чуть лучше” – если сами и не вызовут конфликт, то, бесспорно, окажут негативное воздействие на его развитие. Только точная бальная оценка факторов, отвечающих за формирование чувства с учетом всех поправочных коэффициентов, позволяет выявить потенциальные болевые точки. Предложенная методика анализа взаимоотношений партнеров дает возможность определить даже малозаметные различия в их влечениях и потребностях. Различия, которые могут иметь скрытую тенденцию к развитию и со временем привести к утрате чувства.

**Литература**

1. Симонов П.В. Мотивированный мозг / П.В. Симонов. – М.: Наука, 1987.

2. Ивашко С. Психологи вывели «формулу удачи» [Электронный ресурс] / С. Ивашко.

3. Муромский Н. Теория любви [Электронный ресурс] / Н. Муромский. – http://www.cmex-x2007.narod.ru/TL.htm, вход свободный.

4. Сушко Е.И. Формула любви: теория и методика применения /Е.И. Сушко. – Минск: Асобны, 2007.

5. Сушко Е.И. Математические формулы эмоций и чувств, как инструмент анализа взаимоотношений партнеров / Санкт-Петербург: журнал Вестник психотерапии № 31 (36), 2009.