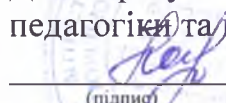


МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФАКУЛЬТЕТ СОЦІАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ

ЗАТВЕРДЖУЮ

Декан факультету соціальної
педагогіки та психології


(підпис) О.В. Пономаренко
(ініціали та прізвище)
« 31 » 08 2023

ПСИХОЛОГІЯ ЛЮБОВІ

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

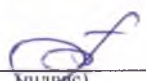
підготовки магістра

очної (денної) та заочної (дистанційної) форм здобуття освіти
спеціальності 053 – психологія
освітньо-професійна програма «ПСИХОЛОГІЯ»

Укладач: Мосол Н.О., к. психол. н., доцент, доцент кафедри психології

Обговорено та ухвалено
на засіданні кафедри психології

Протокол № 1 від « 31 » 08 2023 р.
Завідувач кафедри психології

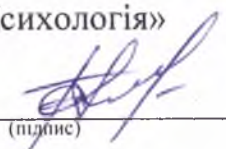

(підпис) Н.О. Губа
(ініціали, прізвище)

Ухвалено науково-методичною радою
факультету СПП

Протокол № 1 від « 30 » 2023 р.
Голова науково-методичної ради факультету
СПП


(підпис) Т.В. Турбар
(ініціали, прізвище)

Погоджено
Гарант освітньо-професійної програми
«Психологія»


(підпис) Г.О. Горбань
(ініціали, прізвище)

2023 рік

1. Опис навчальної дисципліни

Галузь знань, спеціальність, освітня програма рівень вищої освіти	Нормативні показники для планування і розподілу дисципліни на змістові модулі	Характеристика навчальної дисципліни	
		очна (денна) форма здобуття освіти	заочна (дистанційна) форма здобуття освіти
Галузь знань 05 – Соціальні та поведінкові науки	Кількість кредитів – 3	Вибіркові компоненти освітньої програми	
		Дисципліни вільного вибору здобувача освіти в межах спеціальності	
Спеціальність 053 - Психологія	Загальна кількість годин – 90	Семестр:	
		3	3
		Лекції	
		12 год.	4 год.
Рівень вищої освіти: другий (магістерський)	Змістових модулів – 3	Практичні	
		10 год.	4 год.
		Самостійна робота	
		68 год.	82 год.
	Кількість поточних і контрольних заходів – 11	Вид підсумкового семестрового контролю: залік	

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Метою вивчення навчальної дисципліни «Психологія любові» є забезпечення особистісної готовності студентів до майбутньої професійної діяльності через ознайомлення студентів з теоретичними та практичними основами психології любові.

Основними **завданнями** вивчення дисципліни «Психологія любові» є:

- наукове дослідження любові як психологічного феномену, використовуючи теоретичні, культурні та емпіричні підходи до розуміння любові та любовних стосунків;
- ознайомити студентів з базовими теоріями любові, сучасними дослідженнями про різні види відносин;
- визначити характеристики та складові здорових тривалих стосунків та ознаки дисфункціональних любовних відносин;
- володіти основними прийомами діагностики, консультування та основами корекційної роботи з сім'єю; методами надання психологічної допомоги в кризових ситуаціях.

Згідно з вимогами освітньо-професійної програми за результатами вивчення навчальної дисципліни здобувач має

набути такі програмні компетентності:	методи і контрольні заходи
ІК. Здатність вирішувати складні завдання і проблеми у процесі навчання та професійної діяльності у галузі психології, що передбачає проведення досліджень та/або здійснення інновацій і характеризується комплексністю та невизначеністю умов і вимог.	метод усного контролю, метод письмового контролю, метод тестового контролю, метод практичної перевірки, вхідний контрольний захід;
ЗК2. Здатність проведення досліджень на відповідному рівні.	поточні контрольні заходи,
ЗК4. Уміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми	тематичні контрольні заходи;
СК1. Здатність здійснювати теоретичний, методологічний та	атестаційний контроль;

емпіричний аналіз актуальних проблем психологічної практики	підсумковий контроль. контроль на практичних заняттях.
СК2. Здатність самостійно планувати, організовувати та здійснювати психологічне дослідження з елементами наукової новизни та / або практичної значущості	
СК3. Здатність обирати і застосувати валідні та надійні методи наукового дослідження та/або доказові методики і техніки практичної діяльності	
СК9. Здатність дотримуватися у фаховій діяльності норм професійної етики та керуватися загальнолюдськими цінностями	
досягти таких програмних результатів навчання:	методи і контрольні заходи
ПРН3. Узагальнювати емпіричні дані та формулювати теоретичні висновки	метод усного контролю, метод письмового контролю, метод тестового контролю, метод практичної перевірки, вхідний контрольний захід; поточні контрольні заходи, тематичні контрольні заходи; атестаційний контроль; підсумковий контроль. контроль на практичних заняттях.
ПРН5. Розробляти програми психологічних інтервенцій (тренінг, психотерапія, консультування тощо), провадити їх в індивідуальній та груповій роботі, оцінювати якість	
ПРН6. Розробляти просвітницькі матеріали та освітні програми, впроваджувати їх, отримувати зворотній зв'язок, оцінювати якість	
ПРН11. Здійснювати адаптацію та модифікацію існуючих наукових підходів і методів до конкретних ситуацій професійної діяльності	
ПРН13. Пропонувати власні способи вирішення психологічних задач і проблем у процесі професійної діяльності, приймати та аргументувати власні рішення щодо їх розв'язання	

Міждисциплінарні зв'язки. Проблематика навчальної дисципліни «Психологія любові» ґрунтується на таких базових психологічних дисциплінах, як «Вікова психологія», «Психологія розвитку», «Соціальна психологія», «Психодіагностика», та міцно пов'язана з такими курсами, як «Психологія здоров'я», «Сімейна психотерапія», «Індивідуальне психологічне консультування», «Групова психотерапія та психокорекція».

3. Програма навчальної дисципліни Змістовий модуль 1.

Теоретико-методологічні засади вивчення любові.

Психологія любові як наукова дисципліна. Різні підходи до вивчення любові (біологізаторські теорії, психодинамічний підхід, гуманістичний підхід, когнітивний, соціально-психологічний підхід та ін.). Любов та кохання: етимологія понять. Любов як форма екзистенції особистості. Лінгвокультурний аналіз концепту кохання.

Теорії любові. Біологічна теорія. Триангулярна теорія кохання Р. Стернберга. Типи любові. Сучасні дослідження феномену любові (нейробіологія Г. Фішер, дослідницький підхід до відносин Дж. Готтмана). Кохання, секс та знайомства: гендерні відмінності. Психологічний простір стосунків кохання.

Змістовий модуль 2.

Нейробіологія любові. Любов, сексуальність та стосунки у сучасному світі .

Анатомо-фізіологічні основи любові. Мозок та любов, центри любові. Біохімія любові (хтивість, потяг і прихильність), лімбічна система та гормони кохання (тестостерон, естроген, дофамін, окситоцин, і вазопресин.). Природа та хімія романтичної закоханості. Система винагородження та любовні стосунки. Еволюція стосунків. Моногамія та проміскуїтет. Сучасні нейробіологічні дослідження любові (Інститут Кінсі з досліджень сексу, статі та репродукції).

Еволюція любові. Любов і секс. Сексуальність: визначення та формування, біологічні, культурні та історичні аспекти. Стать та гендер. Види любовних стосунків. Тілесні аспекти сексуальності. Агресія і сексуальність. Любовна і сексуальна залежності. Сексуальна травма. Вплив психопатології на розвиток любовних відносин. Сексуальні розлади та їх терапія. Зрілі любовні і сексуальні стосунки. Стилi любовних стосунків. Психодинаміка любовних стосунків. Любов та сучасні технології.

Змістовий модуль 3.

Феномен любові: прикладні аспекти.

Формування любові. Любов та здатність любити. Любов до себе. Любов у різні вікові періоди. Феномен батьківської любові. Любов до Батьківщини. Кохання, секс та знайомства: гендерні відмінності. Еволюція любовних стосунків. Любов: здорові та дисфункціональні стосунки. Узалежні та токсичні стосунки: психологічна допомога.

Спільне життя, шлюб, зради та розлучення: історія питання. Історія та закони шлюбу в західній культурі. Історія та сучасні реалії шлюбів за домовленістю. Психологічні основи вибору партнера. Теорії вибору шлюбних партнерів. Концепція парадоксу вибору. Сім'я, шлюб, нетрадиційні і альтернативні сім'ї. Любов у тривалих, відданих стосунках. Мови любові. Секрети довготривалих стосунків. Діагностична та консультативна робота з сім'єю.

4. Структура навчальної дисципліни

Змістовий модуль	Усього годин	Аудиторні (контактні) години						Самостійна робота, год		Система накопичення балів	
		Усього годин		Лекційні заняття, год		Практичні заняття, год				Теор. зав-ня, балів	Практ. зав-ня, балів
		ден.	заоч.	ден.	заоч.	ден.	заоч.	ден.	заоч.		
1	20	6	4	2	2	4	2	14	16	10	10
2	20	8	2	4	1	4	1	12	18	10	10
3	20	8	2	4	1	4	1	12	18	10	10
Усього за змістові модулі	60	22	8	10	4	12	4	38	52	30	30
Залік	30							30	30	20	20
Разом	90							68	82	100	

5. Теми лекційних занять

№ змістового модуля	Назва теми	Кількість годин	
		ден	заочн
1.	Психологія любові як наукова дисципліна.	2	1
2.	Любов як психологічний феномен.	2	1
3.	Нейробіологія любові та стосунків.	2	
4.	Любов, сексуальність та стосунки у сучасному світі	2	1
5.	Еволюція любовних стосунків	2	
6.	Прикладні аспекти психології любові	2	1
Разом		12	4

6. Теми практичних занять

№ змістового модуля	Назва теми	Кількість годин	
		ден	заочн
1.	Тема 1. Сучасні дослідження феномену любові.	2	2
2.	Тема 3. Нейробіологія любові. Тема 4. Любов, сексуальність та стосунки у сучасному світі.	4	1
3.	Тема 7. Феномен любові: формування та розвиток. Тема 8. Прикладні аспекти психології любові.	4	1
Разом		10	4

7. Види і зміст поточних контрольних заходів

Змістовий модуль	Вид поточного контрольного заходу	Зміст поточного контрольного заходу	Критерії оцінювання	Усього балів
1. Теоретико-методологічні засади вивчення любові.	Теоретичне завдання – тестування	Тест розміщено за посиланням: https://moodle.znu.edu.ua/mod/quiz/view.php?id=360708	Правильні відповіді на питання тесту	5
	Практичне завдання – письмовий звіт.	Есе на тему «Чому ми любимо?» (для виконання завдання рекомендовано переглянути виступ Гелен Фішер «Чому ми любимо. Чому ми зраджуємо?») - https://moodle.znu.edu.ua/mod/assign/view.php?id=353611	Критерії оцінювання подано до завдання у СЕЗН ЗНУ (Moodle)	10
	Участь у загальному обговоренні з теми практичного заняття 1	Практична перевірка, усний контроль з теми практичних занять ЗМ 1	Обґрунтованість висловів, орієнтація в темі	5
Усього контр. заходів за ЗМ 3	3			20
2. Нейробіологія любові та стосунків.	Теоретичне завдання – тестування + відповідь на теоретичне питання	Тест розміщено за посиланням: https://moodle.znu.edu.ua/course/view.php?id=11506#	Правильні відповіді на завдання тесту	10

	Практичне завдання – письмовий звіт.	Написати доповідь на тему «Еволюція стосунків».	Критерії оцінювання подано до завдання у СЕЗН ЗНУ (Moodle)	5
	Участь у загальному обговоренні з теми практичного заняття 1	Практична перевірка, усний контроль з теми практичних занять ЗМ 2	Обґрунтованість висловів, орієнтація в темі	5
Усього контр. заходів за ЗМ 2	3			20
3. Феномен любові: прикладні аспекти.	Теоретичне завдання – тестування	Тест розміщено за посиланням: https://moodle.znu.edu.ua/mod/quiz/view.php?id=362357	Правильні відповіді на завдання тесту	5
	1. Практичне завдання – письмовий звіт	Розробити психологічні рекомендації «Як зберігати здорові та довготривалі стосунки»	Критерії оцінювання подано до завдання у СЕЗН ЗНУ (Moodle)	10
	Участь у загальному обговоренні з теми практичного заняття 1	Практична перевірка, усний контроль з теми практичних занять ЗМ 3	Обґрунтованість висловів, орієнтація в темі	5
Усього контр. заходів за ЗМ 3	3			20
Усього контр. заходів	9			60

8. Підсумковий семестровий контроль

Форма	Види підсумкових контрольних заходів	Зміст підсумкового контрольного заходу	Критерії оцінювання	Усього балів
Залік	Теоретичне завдання - Підсумкове електронне тестування за результатами вивчення курсу у повному обсязі.	https://moodle.znu.edu.ua/course/view.php?id=11506#	Правильні відповіді на питання тесту	20
	Практичне завдання – письмова доповідь Термін виконання: упродовж екзаменаційно-залікової сесії (не пізніше дня заліку за розкладом).	<i>Термін виконання: упродовж екзаменаційно-залікової сесії (не пізніше дня заліку за розкладом).</i> https://moodle.znu.edu.ua/course/view.php?id=11506#	Вимоги та критерії до виконання та оформлення подано у СЕЗН ЗНУ (Moodle)	20
Усього за підсумковий семестровий контроль				40

9. Рекомендована література

Основна

1. Буше Ф. Книжка, яка нарешті розкаже тобі геть усе про любов. Артбукс, 2020. 112 с.
2. Готтман Дж. Сільвер Н. Сім принципів щасливого шлюбу. Практичний посібник зі шлюбних стосунків. Віват, 2021. 336 с.
3. Додонов. Б. І. У світі емоцій. Київ: Видавництво політичної літератури України, 1987. 140 с.
4. Кові С. Сім звичок надзвичайно ефективних сімей. Як створити сімейний затишок у нашому буремному світі. BookChef, 2020. 320 с.
5. Маккензі Джексон. Psychopath Free. Як звільнитись від токсичних стосунків і не стати жертвою. Віват, 2019. 256с.
6. Фішер Х. Чому ми любимо. Природа й хімія романтичного кохання. Книжковий клуб "Клуб сімейного дозвілля". 2019. 288 с.
7. Ялом І. Ліки від кохання та інші оповіді психотерапевта. КСД, 2017. 416 с.
8. Glass, S. (2003). Not Just Friends: Rebuilding Trust and Recovering Your Sanity After Infidelity. New York: Free Press.
9. Gottman, J. & Silver, N. (2015). The seven principles for making marriage work. New York: Three Rivers Press.
10. Malakh-Pines, A. (2005). Falling in love: Why we choose the lovers we choose. New York: Taylor & Francis, Inc.

Додаткова

1. Кутішенко В. Феномен міжстатевої любові в контексті духовної парадигми психології. *Педагогічний процес: теорія і практика*. 2016. № 3. С. 17–22. URL: <http://ebooks.znu.edu.ua/files/Bibliobooks/Inshi55/pedprotses2016n3/4.pdf>.
2. Шевченко Н. Ф., Зайченко Л. В. Вплив психологічної сепарації на уявлення про любов у юнацькому віці. *Журнал сучасної психології*. 2022. № 3. С. 153–159. URL: <http://files.znu.edu.ua/files/Fakhovivydannya/psp/psp2022v3/153.pdf>.
3. Мосол Н.О. Психологія любові: теоретичні та прикладні аспекти дослідження. *Psychological patterns of social processes and personality development in modern society : Scientific monograph*. Riga, Latvia : “Baltija Publishing”, 2023. С.107-118
4. Москалець В. П. Основний психологічний зміст моральності особистості : психологія християнської любові. *Психологія особистості* : навч. посіб. Київ, 2013. С. 98–100.
5. Tsapelas I, Fisher H., Aron A. The Dark Side of Close Relationships II / W. R. Cupach and B. H. Spitzberg. — New York : Routledge, 2010. — P. 175-196.
6. Acevedo B., Aron A., Fisher H., Brown L. L. Neural Correlates of Marital Satisfaction and Well-being: Reward, Empathy, and Affect // *Clinical Neuropsychiatry*. — 2012. — Vol. 9, № 1. — P. 20-31.
7. Fisher H. We have chemistry! The Role of Four Primary Temperament Dimensions in Mate Choice and Partner Compatibility // *The Psychotherapist*. — 2012. — № 52. — P. 8-9.
8. Fisher H., Island H. D., Rich J., Marchalik D., Brown L. L. Four broad temperament dimensions: description, convergent validation correlations, and comparison with the Big Five // *Front. Psychol.*. — 2015. — DOI:10.3389/fpsyg.2015.01098.

Інформаційні ресурси

1. TED-lectures URL: https://www.ted.com/playlists/143/in_the_mood_for_love
2. Нейробіологія Г. Фішер. URL:<https://helenfisher.com/>
3. Дослідницький інститут вивчення відносин Дж.Готтмана. URL:<https://www.gottman.com/>