

## Шкала страстной любви

(по работе Элейн Хэтфилд и Сьюзен Шпрехер «Измерение страстной любви в близких отношениях»)

Приведённый ниже опросник измеряет следующие составляющие данного чувства:

### Когнитивные компоненты

- (1) Навязчивые размышления или озабоченность партнёром: Молодые возлюбленные часто проводят много времени в размышлениях о другом человеке. Их мысли часто навязчивы.
- (2) Идеализация партнёра или отношений. Молодые возлюбленные склонны приписывать друг другу такие положительные качества как красота, доброта и ум. Они идеализируют отношения, считая себя совершенной парой.
- (3) Желание знать другого и быть признанным другим.

### Эмоциональные компоненты

- (1) Влечение к другому, особенно сексуальное влечение. Положительные ощущения, когда всё идёт хорошо.
- (2) Негативные ощущения, когда отношения не ладятся.
- (3) Жажда взаимности: Страстно любящие не только любят, но хотят быть любимы в ответ.
- (4) Желание полного единения: Молодые возлюбленные желают стать как можно более близкими друг другу. Они хотят, чтобы их роман перерос в постоянные отношения.
- (5) Физиологическое возбуждение: Страстная любовь представляет собой состояние интенсивного физиологического возбуждения.

### Поведенческие компоненты

Испытываемое страстно любящим желание единения может отражаться в различных вариантах поведения:

- (1) Действия, направленные на выяснение чувств другого
- (2) Изучение другого человека
- (3) Поддержка другого человека: Молодые возлюбленные пытаются продемонстрировать свою любовь к своим партнёрам, поддерживая их и помогая им.
- (4) Поддержание физической близости.

Пожалуйста, внимательно прочитайте каждый из приведённых ниже пунктов, и оцените по шкале от 1 (совсем не верно, совершенно не согласен) до 5 (частично согласен) до 9 (совершенно верно, полностью согласен) степень своего согласия с каждым из приведённых ниже утверждений, характеризующих Ваше отношение к ... :

1. С тех пор как я начал(а) встречаться с ..., я чувствую себя словно на американских горках.
2. Я бы испытал(а) глубокое отчаяние, если бы ... оставил(а) меня.
3. Моё тело порой дрожит от возбуждения при виде ...
4. Я восхищённо слежу за движениями и изгибами тела ...
5. Иногда я чувствую себя не в состоянии контролировать свои мысли: они навязчиво сосредоточиваются на ...
6. Я счастлив, делая что-то, чтобы ... был(а) счастлив(а).
7. Я хочу быть с ... больше чем с кем бы то ни было ещё.
8. Я бы испытывал ревность, если бы ... полюбил(а) кого-то ещё.
9. Никто не сможет любить ... так как я.
10. Я жажду знать всё о ...
11. Я желаю быть с ... – физически, эмоционально и в своих мыслях.
12. Я всегда буду любить ...
13. Я просто таю, глядя в глаза ...
14. Я безумно жажду проявлений страсти со стороны ...
15. Для меня ... – идеальный романтический партнёр.
16. ... как никто другой может сделать меня счастливым (счастливой).
17. Я чувствую, как моё тело откликается, когда ... дотрагивается до меня.
18. Я испытываю нежность по отношению к ...
19. Мне кажется, я всё время думаю о ...
20. Если бы мы расстались надолго с ..., я бы испытывал(а) сильное одиночество
21. Мне иногда трудно сосредоточиться на работе, т.к. моя голова занята мыслями о ...
22. Я хотел(а) бы, чтобы ... знал(а) меня: мои мысли, мои страхи и мои надежды.
23. Знание того, что я небезразличен (небезразлична) ... даёт мне ощущение полноты жизни.
24. Я (старательно) ищу знаки, указывающие, что ... испытывает влечение ко мне.
25. Если бы у ... возникли сложности, я бы отложил в сторону свои заботы, чтобы помочь ему (ей).

26. ... может заставить меня светиться от радости.
27. Я хочу прикасаться к ... и чувствовать на себе его (её) прикосновения.
28. Моё существование без ... было бы мрачным и жалким.
29. Я испытываю сильное притяжение к ...
30. Я впадаю в сильную депрессию, когда не ладятся мои отношения с ...

Результаты из оригинальной работы, по данным опроса 146 студентов университета шт. Висконсин, средний возраст 20,11 лет, с/о (стандартное отклонение) 1,58 года:

№	мужчины		женщины	
	среднее	с/о	среднее	с/о
1	4,43	2,47	4,75	2,81
2	7,18	2,10	7,53	2,15
3	6,02	2,47	6,18	2,26
4	6,93	2,23	7,05	1,86
5	6,12	2,19	5,83	2,52
6	8,29	1,13	8,33	1,04
7	7,14	2,35	7,42	1,93
8	7,83	1,71	8,12	1,52
9	5,98	2,62	6,18	2,63
10	7,02	1,82	7,47	1,62
11	7,70	1,67	7,63	1,79
12	6,56	2,66	6,92	2,27
13	5,70	2,25	5,95	2,31
14	7,02	1,88	6,80	2,28
15	6,24	2,34	6,40	2,23
16	6,81	2,16	7,22	2,01
17	7,88	1,37	7,45	1,61
18	7,98	1,27	8,23	1,03
19	6,42	1,90	6,57	2,32
20	6,56	2,22	6,90	2,63
21	6,12	2,11	6,45	2,20
22	7,33	1,76	7,75	1,59
23	7,33	1,47	7,00	2,07
24*	7,42	1,65	6,70	2,03
25*	7,62	1,54	8,08	1,05
26	7,32	1,56	7,80	1,35
27	7,47	1,48	7,37	1,61
28	5,22	2,53	5,62	2,57
29	7,08	1,89	6,87	1,69
30	6,36	2,04	6,55	2,33
Σ	204,75	37,22	209,12	38,12

Суммарные показатели в зависимости от стадии отношений:

Стадия отношений	Средние значения	
	мужчины	женщины
Встречаются время от времени/ регулярно	177,50 (n=16)	164,83 (n=12)
Встречается исключительно с данным человеком	215,45 (n=31)	220,89 (n=35)
Живут вместе и/или собираются пожениться	216,67 (n=9)	218,31 (n=13)