10주차 학습

1교시 학습 키워드 – ● 사랑의 의미  
● 사랑의 삼각형 이론  
● 사랑의 발전과정  
● 실연의 극복

● 삶에서 사랑의 의미와 중요성을 말할 수 있다.  
● 사랑의 삼각형 이론을 설명할 수 있다.   
● 사랑의 발전과정을 말할 수 있다.  
● 실연의 극복을 위한 방법을 설명할 수 있다.

1. 사랑의 의미  
● 사랑에 대한 과학적 연구를 반대하는 역사적 관점 및 대중매체의 영향 등으로 인해 사랑에 대한 무지 및 편견이 존재함  
● 성숙한 사랑을 위해서는 사랑에 대한 올바른 이해와 관점이 필수적임  
2. 사랑의 삼각형 이론  
● 열정, 투신, 친밀감의 세 가지 요소가 고르게 발달한 사랑의 모습이 진정하고 성숙한 사랑의 모습임  
3. 사랑의 발전과정  
● 사랑은 첫인상의 단계를 거쳐 지향 단계로 나아가며, 탐색적 애정교환 단계로 발전한 후 애정교환 단계로 심화됨  
4. 실연의 극복  
● 실연 후 겪게 되는 정서적, 인지적, 행동상의 반응 및 변화의 정도는 다양한 강도로 표출되며, 개인에 따라 각양각색의 방어적 수단을 강구하게 됨  
● 실연의 극복 과정은 애도 과정과 유사한 측면이 많고, 극복 방법은 크게 정서회피적 방법과, 정서직면적 방법으로 분류됨  
● 실연에 대처하는 방법과 관련해서 다양한 심리학적 접근법이 존재하며, 전문 상담가를 찾아 정기적인 대면 상담을 통해 극복하려는 노력 역시 효율적인 선택임

사랑은 인생에서 매우 중요한 심리적 체험임에도 불구하고, 사랑을 지적으로 이해하려는 노력이나 연구가 별로 없다. 이와 같은 현상과 관련이 없는 이유는?  
1. 대중매체에서 사랑에 대한 왜곡된 표현 때문에  
2. 사랑의 대한 과학적 연구에 대해 부정적이고 거부적인 태도 때문에  
3. 사랑은 매우 사적인 행위이므로 연구의 주제로 부적합하기에  
4. 사랑을 신비화 하려는 인간의 미신적 낭만적 성향 때문에

사랑의 감정은 인간이 누구나 느끼는 보편적인 심리적 현상이므로 당연히 연구 주제가 될 수 있다.

사랑의 다양한 유형 중 낭만적 사랑과 유희적 사랑이 합쳐진 형태의 사랑은?  
1. 이타적 사랑  
2. 우애적 사랑  
3. 실용적 사랑  
4. 소유적 사랑  
소유적 사랑은 낭만적 사랑과 유희적 사랑이 합쳐진 유형으로 상대방에 대한 강렬한 소유욕과 집착을 중요한 요소로 하는 강렬한 사랑이다.

2교시 학습 키워드 - ● 낭만적 사랑의 특성  
● 낭만적 사랑에 대한 이론  
● 낭만적 사랑의 함정

● 낭만적 사랑의 심리적 특성을 제시할 수 있다.  
● 낭만적 사랑을 다양한 관점에서 설명할 수 있다.  
● 낭만적 사랑이 지닌 문제점을 지적할 수 있다.

1. 낭만적 사랑의 특징  
● 이성 간의 낭만적 사랑은 매우 독특한 관계 체험임  
● 연인 간의 독점적이고 배타적 관계일 뿐만 아니라 발전 속도가 매우 빠르며 상대방에 대한 강렬한 집착이 생김  
2. 낭만적 사랑에 대한 이론  
● 낭만적 사랑의 특성은 진화심리학, 정신분석이론, 애착이론, 인지이론의 관점에서 다양하게 설명할 수 있음  
3. 낭만적 사랑의 함정  
● 낭만적 사랑에 빠지면 행복감과 환희를 경험할 뿐만 아니라 과민성, 감정의 동요, 거부의 두려움, 열등감과 더불어 의심, 질투, 외로움과 불완전감이 증가함  
● 행복과 불행을 동시에 가져오는 낭만적 사랑은 지속 기간이 그리 길지 않음

종족 보존과 자손 번성의 관점에서 낭만적 사랑을 설명하는 이론은?  
1. 정신분석학  
2. 애착이론  
3. 인지이론  
4. 진화심리학

진화심리학은 인간의 심리적 측면을 생존과 종족의 번성 관점에서 기술한다.

낭만적 사랑에 대하여 인지 이론이 주장하는 것으로 사랑을 체험할 때 관여하는 요소가 아닌 것은?  
1. 영혼의 교감  
2. 정서적 흥분  
3. 인지적 평가  
4. 신체적 흥분

인지이론은 정서적‧신체적 흥분과 인지적 평가가 있어야 사랑을 체험하게 된다고 주장한다.