

**ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕЖИВАННЯ ЗАЗДРОЩІВ У
ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ**

В статті розглядаються результати констатувального дослідження переживання заздрощів у юнацькому віці. Тривале незадоволення основних потреб особистості призводить до переживання нею стану психологічного дискомфорту, що створює сприятливі умови для формування деструктивних заздрощів до певних суб'єктів або об'єктів. Оптимальним шляхом вирішення ситуації є «когнітивна корекція» психологічного дискомфорту і напруженості, за умови достатнього розумового, особистісного, волевого потенціалу особистості та її внутрішнього бажання і готовності до змін. Проводиться аналіз механізмів формування заздрощів у самосвідомості, емоційно-вольовій, потребо-мотиваційній та ціннісно-смысловій сферах.

Ключові слова: заздрощі, деструктивні прояви заздрощів, самосвідомість, самоактуалізація, амбівалентність.

В статье раскрываются результаты констатационного исследования переживания зависти в юношеском возрасте. Длительная неудовлетворенность основных потребностей личности вызывает у нее переживание психологического дискомфорта, который создает благоприятные условия для формирования деструктивной зависти по отношению к определенным объектам или субъектам. Оптимальным способом решения ситуации есть «когнитивная коррекция» психологического дискомфорта и напряженности, при условии достаточного умственного, волевого потенциала личности и ее внутреннего желания и готовности к изменениям. Проводится анализ механизмов формирования зависти в самосознании, эмоционально-волевой, потребностно-мотивационной и ценностно-смысловой сферах.

Ключевые слова: зависть, деструктивные проявления зависти, самосознание, самоактуализация, амбивалентность.

Постановка проблеми. До числа фундаментальних досліджень сучасної психології належить переживання та регуляція психічних станів особистості з корекцією деструктивних психоемоційних станів і подальшим їх трансформуванням у конструктивні. Особливості реагування на певні життєві ситуації і прояви негативних психічних станів є достатньо непростим питанням, особливо у випадках, коли життєвий вибір пов'язаний із феноменом заздрощів, суб'єкту яких властива патогенна система стосунків, яка спрямовує його активність на руйнацію об'єкта заздрощів, зумовлюючи переконструювання системи існуючих стосунків. Часто істинна причина подібних змін людиною або не усвідомлюється, або витісняється чи маскується, що значно ускладнює процес підбору валідних методів дослідження проблеми. Передусім вивчення цієї сторони людської психіки загострюється в умовах економічного розшарування громадян, соціальної нерівності, які сприяють розгортанню процесів формування заздрісності як індивідуальної властивості і психології заздрісної особистості.

Аналіз психологічної літератури та наукових публікацій показав, що цей життєвий феномен привертав увагу ще мислителів Античності (Аристотель, Ксенофонт, Платон, Сократ), згодом він увійшов до сфери інтересів філософів Нового часу (Ф. Бекон, Ф. Гегель,

Р. Декарт, І. Кант, С. К'єркегор, Ф. Ларошфуко, Б. Спіноза, А. Шопенгауер та інші). У західноєвропейській психології механізмами формування заздрощів вважаються суперечності на рівні міжособистісних стосунків (А. Адлер, У. Джеймс, О. Кернберг, М. Кляйн, Х. Розенфілд, З. Фройд, Е. Фромм, К. Хорні, К. Юнг), що вже в дитинстві закладає основи заниженої самооцінки, неадекватного рівня домагань, надмірного прагнення до влади, почуття приниженості, провини, хворобливого честолюбства, «втечі від свободи» тощо. Ці дані підтверджуються дослідженнями вітчизняних учених (Р. Александрова, Е. Бреус, А. Бодальов, Н. Карпова, А. Ковальов, І. Кон, І. Котова, В. Куніцина, В. Лабунська, К. Муздибаєв, О. Соколова, Ю. Менджерицька), які схильність до заздрощів пов'язують із порушеннями у спілкуванні та негативним соціальним порівнянням. Гіпотетично заздрощі пояснюються також нецілісною структурою Я-концепції (Г. Зайдлер, О. Леонт'єв, Є. Соколова). Спроби інтерналізації з метою досягнення цілісності Я можливі на рівні інтроекції. За Г. Зайдлером, розвиток Я-концепції має три рівні інтерналізації: а) ранній рівень інкорпорації (частини Я виокремлюються із суб'єктно-об'єктного диференціювання); б) рівень інтроекції переструктурування фрагментованого Я; в) рівень зрілої ідентифікації, де Я-концепція

переводиться у свідомі та несвідомі установки, задачі та дії [4].

Таким чином, метою нашого дослідження стало теоретичне та емпіричне вивчення психологічних особливостей переживання заздрощів у юнацькому віці.

Викладення основних результатів дослідження. Аналізуючи заздрощі як прояв деструкцій у Я-концепції, слід звернутися до теорії А. Маслоу. До основних характеристик самоактуалізованої людини автор відносить: а) адекватність, комфортність відчуття себе; б) прийняття себе, інших та природи; в) спонтанність, простота, природність; г) відданість виконуваним справам; д) відстороненість, потреба у самотності; е) автономність, незалежність, воля, активність; ж) новий погляд на речі, креативність; з) вузьке коло спілкування, почуття спільності у спілкуванні; к) демократичність, почуття гумору; л) стійкість у фрустрації [3, с. 34]. Останній компонент має надзвичайно важливу роль у вивченні феномену заздрощів, адже, як зауважує сам Маслоу, фрустраційна стійкість – це здатність до самовідновлення особистості [3]. Подібні погляди знаходимо у іншого представника гуманістичної психології – Г. Олпорта, який розглядав самоактуалізовану особистість за такими рисами як: активна позиція, здатність до абстракцій, процес активної індивідуалізації, функціональна автономність і стійкість до фрустрацій.

Перебуваючи у віковому періоді змін, молода людина переходить на якісно новий рівень побудови міжособистісних стосунків (Л. Виготський), професійної реалізації та набуття ідентичності (О. Донченко, Е. Еріксон, О. Іганська, Дж. Марсія, М. Савчин, Г. Свіденська, І. Середницька, Т. Титаренко та ін.). Саме динамічність особистісного становлення може спричиняти ситуації виникнення заздрощів, адже поєднання новоутворень ранньої дорослості, суб'єктивних переживань та впливу об'єктивних зовнішніх чинників надзвичайно сприятливі для формування цього почуття. Справжній розвиток особистості – це насамперед саморозвиток, що визначаються не зовнішніми силами як такими, а внутрішньою позицією молодої людини.

Дискусійним є питання про те, на якому етапі ставлення особистості заздрощі формуються у вигляді сталого реагування на ситуацію незадоволення та фрустрації. Низка авторів пов'язує цей процес із активним особистісним розвитком на етапі юності (Б. Ананьєв, К. Альбуханова-Славська, А. Брушлінський, С. Рубінштейн, Т.

Титаренко). Суб'єктивний потенціал максимально актуалізується в юнацькому віці, внаслідок виникнення потреби до активного самодослідження та усвідомлення процесу «творення» власного життя. Нереалізованість актуальних соціальних і особистісних потреб (зокрема, потреби в самореалізації) та трансформування системи цінностей призводять до формування заздрісної поведінки, а згодом заздрісності як особистісної характеристики. Тому заздрощі слід розглядати як інтегративно-світоглядне переживання, яке виявляється у соціальній, особистісній і професійній сферах життєдіяльності, в силу чого основними шляхами нейтралізації їх деструктивних аспектів є функціональна автономія особистості та її спрямованість на активну перетворювальну діяльність.

Організація і методика проведення дослідження. На основі теоретико-методологічних положень, нами було сплановано проведення власного експериментального дослідження формування та прояву заздрощів у юнаків. Оскільки цей процес є складним психологічним явищем та цілісним утворенням, то він потребує комплексного вивчення, де акцент розподілятиметься між такими пізнавальними площинами як: ціннісно-сміслова, потребо-мотиваційна та емоційно-вольова сфери. В ході планування та проведення дослідження нами було визначено, що експериментальну вибірку складатимуть дві групи – основна та експертна. До основної групи (150 осіб) увійшли студенти 1 – 5 курсів Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка і Глухівського національного педагогічного університету імені Олександра Довженка. Функцією експертної групи (200 осіб) став зовнішній контроль експериментальних даних.

Для розв'язання поставлених завдань було використано комплекс теоретичних, емпіричних та статистичних методів дослідження: метод поперечного зрізу; методи вивчення потребо-мотиваційної («Методика діагностики міри задоволеності основних потреб»), емоційно-вольової («Методика вивчення рівня суб'єктивного контролю (РСК)»), опитувальник «Шкала контролю за дією» (НАКЕМР – 90) Ю. Куля, анкета самооцінки психоемоційного стану (СУПОС – 8), ціннісно-сміслової сфери («Методика вивчення ціннісних орієнтацій М. Рокіча»), «Тест визначення морфологічних цінностей В. Сопова та Л. Карпушиної») та самосвідомості особистості («Тест самоактуалізації» (САТ).

Результати проведеного дослідження.

Аналіз показників, отриманих за «Методикою діагностики задоволеності основних потреб» показав, що в юнаків спостерігається підвищений інтерес до розуміння та підтримки, забезпечення власного матеріального комфорту, саморозвитку та зміцнення соціального статусу в групі. Водночас – низький інтерес до підвищення професійної компетентності і, поряд з цим, високий індекс прагнення уникати невдач. Найменш реалізованою виявилася потреба у самовираженні. Серед частково незадоволених знаходяться потреба у безпеці та визнанні, матеріальні та соціальні потреби. Якщо ж задоволення соціальних і матеріальних потреб можливе навіть на достатньо низькому рівні розвитку самої особистості, то її потреби у визнанні і самовиявленні вимагають певних знань, умінь, здібностей. Саме тут криється причина тієї нереалізованості, яка спричиняє ситуацію внутрішнього дискомфорту та неприязні до тих, хто прагне до активних змін або навіть має конкретні результати самовдосконалення.

Аналіз показників розвитку ціннісної сфери (за «Методикою вивчення ціннісних орієнтацій М. Рокіча») показав що: а) найвищу позицію за кількісними характеристиками займають такі цінності термінального характеру, як «цінності особистого життя» (55 % виборів респондентів). Тому цінності «сімейного життя», «кохання», «вірних друзів» займають перші позиції ранжування у 80 % опитуваних; б) домінує зосередженість на власних почуттях, прагнення до взаємності у інтимно-особистісних стосунках та налагодження контактів з найближчим оточенням; в) найбільшу кількість виборів отримали конформістські цінності (44 %), що вказує на тенденції до пасивного, пристосовницького прийняття готових стандартів у власній поведінці, безапеляційне визнання існуючих законів, норм, правил, безумовне схилення перед авторитетами, заперечення несхожості поглядів, інтересів, уподобань, естетичних смаків тощо; г) «цінності самоствердження» (39 %) визначають міру сформованості у людини претензій до життя, її незалежність від оточення, непримиренність із не задовольняючим статусним положенням, сміливість, розвиненість волі, розуміння цінності інших людей (терпимість, чуйність, широта поглядів) тощо; д) загальний показник цінностей міжособистісного спілкування (вихованість, чесність, життєрадісність, чуйність), професійної самореалізації

(відповідальність, ефективність у справах, тверда воля, старанність), емоційного світовідчуття (життєрадісність, чесність, чуйність) незначний (15 %), що, скоріш за все, криється у дефектах (або відсутності) морально-етичного виховання серед молоді. Тому у несприятливій для себе ситуації така людина може знехтувати моральними почуттями та нормами і вчинити як це буде вигідно.

Виходячи із результатів «Тесту визначення морфологічних цінностей В. Сопова, Л. Карпушиної», 67 % респондентів спрямовані на прагнення до реалізації у соціально-політичній сфері діяльності власних потенційних можливостей, водночас мають виражений інтерес до спілкування. Натомість, 33 % опитуваних дотримуються позиції досягнення поставленої мети з мінімальними зусиллями, пристосовуючись до обставин. Цінності духовного задоволення займають позицію аналогічну до саморозвитку (67 %). Простежується чітка тенденція не лише до самореалізації, а й отримання задоволення від самої діяльності та її кінцевого продукту. Решта респондентів (33 %) орієнтовані на пошук зиску від виконання діяльності та налагодження міжособистісної взаємодії.

Показники креативності учасників дослідження складають 53 %. Це вказує на середній рівень осмислення юнаками соціальних зв'язків через прийняття нових форм соціального життя та реформацію власного духовного світу. Слід зауважити, що в подібних ситуаціях домінуючою особистісною характеристикою стає прагнення до стабільності у повсякденному житті. Показники соціальної креативності вказують на виражені адаптаційні можливості індивіда, його здатність до творчого перетворення, модернізації соціальних зв'язків. Як необхідну складову цілісності особистості, контактність показали 65 % досліджуваних, що вказує на їх прагнення реалізувати власну соціальну спрямованість. Водночас, незацікавленість у широкому колі спілкування і співпраці мають 35 % респондентів, що може вказувати на такі характерологічні особливості як підозрілість, конфліктність, замкненість тощо.

Почуття власного престижу гостро переживає 87 % респондентів – це достатньо високий рівень, який вказує на спрямованість до активного пошуку своєї ролі у соціальному житті, але, водночас, відсутність опори на власні судження, орієнтацію на авторитети. Натомість 13 % учасників дослідження схильні ігнорувати авторитети інших і намагаються вибудувати власну стратегію життя.

Міра внутрішньої необхідності особистості мати досягнення в певній діяльності складає 67 %. Це активний тип, для якого характерними рисами є значущість діяльності та її продукту, розуміння необхідності планування очікуваних результатів, підвищення власної самооцінки за рахунок успішного виконання роботи. 33 % опитаних не вважають за потрібне реалізовувати себе у соціальних досягненнях. Вони не зацікавлені в оцінці зі сторони. Їхня самооцінка підтримується благополучним матеріальним становищем (75 % юнаків розглядають соціальну діяльність як засіб збагачення матеріального ресурсу, і лише для 25 % опитаних це ознака соціальної активності, встановлення соціальної справедливості тощо). За показниками збереження власної індивідуальності 73 % юнаків намагаються сформулювати своє бачення світу та ролі в ньому. Відповідно 27 % не вважають за потрібне шукати щось нове, схилиються до шаблонів у всьому. Реалізацію зазначених термінальних цінностей молоді люди вбачають у сферах: а) освіти – 71 % виявили прагнення до розширення кругозору, зацікавленість у отриманні нових знань, самоосвіті; б) професії – 67 % мають чітку професійну спрямованість, зацікавлені у адекватному професійному виборі; в) сім'ї – 67 % вважають своєю життєвою метою побудову власної міцної сім'ї; г) суспільного життя – 58 % прагнуть приймати активну участь у вирішенні соціальних проблем (принаймні, цікавляться ними); д) хобі – 45 % вважають життя без хобі неповноцінним, використовують можливості для вдосконалення умінь та знань у сфері інтересів; е) фізичної активності – лише 37 % приділяють увагу фізичній активності та культурі в своєму житті.

За даними «Методики вивчення суб'єктивного контролю (РСК)» інтернальний локус контролю переважає лише в двох сферах: у ставленні до виробничих відносин (60 %) та до власного здоров'я (67 %). В інших випадках молоді люди не хочуть брати на себе відповідальності за те, що відбувається у їхньому житті, або приймають її лише частково (сфера досягнень – 15 %, переживання невдач – 28 %, сімейні стосунки – 45 %).

Як показало вивчення індивідуальних диспозицій (опитувальник «Шкала контролю за дією Ю. Куля»), контроль за дією під час планування спостерігається лише у 42 % опитаних, тоді як у 58 % перешкоди стримують активність і змушують «відмовитися від дії». Контроль за дією у ситуації невдач виявило 60 %

експериментальної вибірки, причиною цього вважаємо негативний вплив часткового планування дії на процес розрахунку власних сил, здібностей та часових меж виконання діяльності. Діагностика за «Анкетою самооцінки психоемоційного стану» виявила істотний вплив на показники загального самопочуття особистості її ставлення до ситуацій міжособистісної взаємодії. Ранжування мобілізуючих компонентів психоемоційного стану наступне: психічний спокій (P) – 57 %, відчуття сили та енергії (E) – 69 %, активність (A) – 56 %, імпульсивна реактивність (O) – 24 %. Тоді як демобілізуючі компоненти психоемоційного стану мають такий вигляд: психічний неспокій (N) – 24 %, страх (U) – 30 %, депресія та пригніченість (D) – 32 %, засмученість та тужливість (S) – 40 %.

Дослідження за «Самоактуалізаційним тестом (САТ)» показало, що: а) 60 % респондентів мають недостатні показники за шкалою підтримки (від низького (40 %) до нижче середнього (20 %)), що вказує на їх залежність, конформізм та несамостійність. Притаманний їм зовнішній локус контролю не дає можливості критичного осмислення власної позиції, дій та вчинків; 55 % юнаків мають середні показники розвитку цінностей, а отже намагаються подолати самоактуалізаційний бар'єр; лише 15 % учасників експерименту здатні діяти за обраною стратегією поведінки, спираючись на власні переконання (за шкалою цінностей та гнучкості поведінки); б) спостерігаються виражені тенденції до чуттєвої упередженості, що сама собою переходить в упередженість поведінкову (у 65 % опитаних спостерігається низький та наблизений до середнього рівень спонтанності, у 35 % – середній та наблизений до високого рівень; 55 % респондентів має достатньо розвинену сенситивність, 20 % – високий рівень сенситивності і у 25 % – низькі показники за даною шкалою, що свідчить про їх неспроможність зрозуміти власні актуальні почуття та переживання, чим ускладнюється процес особистісного розвитку); в) 30 % від загальної експериментальної вибірки мають низький рівень самоприйняття, 50 % – задовільний рівень і лише 20 % – високий; г) у 34 % від загальної експериментальної вибірки рівень контактності досить високий, 48 % показали задовільний (середній) рівень і тільки 18 % – низький, що вказує на їх труднощі у налагодженні міжособистісного спілкування, інтимно-особистісних контактів, ізоляваність від групи, замкнутість; д) у 30 % опитаних пізнавальна активність достатньо висока, що вказує на їх активну життєву позицію,

здатність до самоаналізу, прагнення до саморозвитку; у 45 % пізнавальна активність знаходиться на середньому рівні, тоді як 25 % зазначили, що оточення не цікаве для них; е) 40 % респондентів мають низький творчий потенціал і, відповідно, творчу спрямованість; ж) високі показники за шкалою самоповаги, уявлень про природу людини, прийняття агресії, контактності та пізнавальних потреб, вказують на екстернальні тенденції поведінки досліджуваних, що, у поєднанні з низькими показниками попередніх шкал, означає сприятливість ситуації для формування заздрісної особистості.

Висновки. За результатами констатувального експерименту, спрямованого на вивчення процесів формування почуття заздрощів у юнацькому віці, встановлено, що:

1. Заздрощі належать до амбівалентних психоемоційних станів, що зумовлює складність та комплексність їх дослідження. Існує низка закономірностей (особливості детермінант, типові поведінкові прояви та особистісні характеристики), з використанням яких можна змоделювати зміст цього психологічного явища. Вони безпосередньо визначають особливості світосприймання, що виявляється у домінуванні низки механізмів їх формування: 1) споглядальне ставлення до життя інших людей; 2) зосередженість на незадоволених власних потребах; 3) дефекти вольового розвитку; 4) недостатній особистісний потенціал для самоактуалізації; 5) соціальна наближеність до суб'єкту заздрощів. Лише життєва амбівалентність

стимулює конструктивне світобачення та визначає міру і модальність заздрощів.

2. Психологічний зміст заздрощів визначається комплексом зовнішніх і внутрішніх детермінант: 1) конкурентна провідна діяльність (навчальна, трудова); 2) невдоволеність інтимно-особистісним життям; 3) соціальна нерівність; 4) соціальна схожість із суб'єктом заздрощів; 5) тривале невдоволення основних потреб (зокрема, потреби у самовираженні); 6) низька здатність та прагнення до самовдосконалення; 7) високий рівень конформізму і залежність від групового тиску; 8) схильність до маніпулятивної поведінки, несамостійність думок і суджень; 9) низька креативність та ініціативність; 10) екстернальний локус контролю у сфері досягнень, сімейних стосунків тощо.

3. Основними сферами ризику у формуванні заздрісної поведінки у юнаків є: інтимно-особистісні стосунки, професійний розвиток та сфери самоствердження. Низький вольовий потенціал унеможливує самоактуалізацію, що потенційно призведе до переживання глибокого психоемоційного дискомфорту, що виявлятиметься у перекладанні особистої відповідальності на оточення або обставини.

Перспективами наступних наукових пошуків є подальше з'ясування кількісної низки ключових механізмів формування заздрощів із встановленням їх якісних характеристик, вдосконалення методичного інструментарію емпіричних досліджень для вивчення цього феномена в юнацькому віці та інших вікових періодах.

Література

1. Вилюнас В. К. Психология эмоциональных процессов / В. К. Вилюнас; [под ред. О. В. Овчинниковой]. – М., 1976. – 142 с.
2. Гордієнко В. Психология особистості в біографіях, портретах, подіях / В. Гордієнко, Л. Копець. – К., 2007. – С. 156–159.
3. Маслоу А. Мотивация и личность / А. Маслоу. – СПб., 1999. – 478 с.
4. Мерлин В. С. Очерк интегрального исследования индивидуальности / В. С. Мерлин. – М., 1986. – 256 с.
5. Психология личности в трудах зарубежных психологов / [под ред. А. А. Реана] – СПб., 2000. – 320 с.
6. Татаркевич В. Історія філософії. Філософія Нового Часу до 1830 року / В. Татаркевич. – Львів, 1999. – С. 64–66, 90–91, 118.

Vasylychenko A. V., age-graduate department

THE PSYCHOLOGICAL FEATURES OF THE ENVIES EXPERIENCES IN YOUTH AGE

Lack of implementation of urgent social and personal needs (including the need for self-actualization) and transforming value systems lead to the formation of jealous behavior, and then envy as personal characteristics. Therefore envy should be seen as integrative and ideological experience, which is found in the social, personal and professional spheres of life, which is why the main ways to neutralize the destructive aspect is the functional autonomy of the individual and its focus on active transforming activity. Long dissatisfaction of the personality's basic needs causes her feelings experiences psychological discomfort that creates favourable conditions for making destructive envies to the confident subjects or objects. The results of the certified research of the experience envies in youth are examined in the article. The analysis of the mechanisms of forming envies in the self-consciousness, emotionally determined, necessary-motivated and valuably semantic spheres are hold.

Key words: envies, destructive manifestations of envies, self-consciousness, self-actuality, ambivaluably.