

## ПРИЧИНИ ЗАЗДРОЩІВ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

### REASONS FOR ENVY IN ADOLESCENTS

У статті представлено теоретичне та емпіричне дослідження феномену заздрощів у осіб юнацького віку.

Заздрість визначається як комплекс негативних емоцій, що включає у себе почуття роздратування, неприязнь та ворожість, які викликані благополуччям та перевагами інших людей. Заздрість являє собою складний феномен, властивий людській природі, детермінований різними чинниками, що має велику кількість форм і ступенів вираженості.

Механізм формування заздрості закладається в дитинстві і детермінується особливостями виховання. Тут закладаються основи самооцінки і рівня домагань особистості, міра її прагнення до влади, почуття приниженості, провини, хворобливого честолюбства та ін.

Заздрість як психологічний феномен виникає внаслідок появи певного стану потреби. Актуалізація даного стану не є суто індивідуальною та неповторною.

Результати емпіричного дослідження показали, що більшість досліджуваних описує заздрість як негативне почуття, бажання отримати чуже. При цьому присутнє почуття незадоволення собою, можливе роздратування.

Основними причинами виникнення заздрості є успіх інших, невпевненість у власних силах, порівняння себе з іншими. Найчастіше заздрість виникає у професійній та матеріальній сферах життя. Заздрість викликає такі емоції: злість, розчарування, тривогу, відразу.

У статті проаналізовано відмінності за особистісними характеристиками у двох групах досліджуваних. У групі осіб із високими показниками за шкалою «Заздрість – зневіра» домінуючими рисами виявилися депресивність, невротичність та емоційна лабільність.

У групі осіб, які асоціюють заздрість із неприязню, найвищі показники отримані за такими шкалами: спонтанна агресивність, дратівливість та емоційна лабільність.

Достовірно відмінності виявлено за шкалами: спонтанна агресивність, депресивність, дратівливість, реактивна агресивність та екстраверсія – інтроверсія.

**Ключові слова:** заздрість, юнацький вік, суб'єктивні уявлення, моральні цінності, ціннісно-мотиваційна сфера.

The article presents a theoretical and empirical study of the phenomenon of envy in adolescents. Envy is defined as a set of negative emotions that includes feelings of annoyance, animosity and hostility that are triggered by other people's well-being and advantages. Envy is a complex phenomenon inherent in human nature, determined by various factors, having a large number of forms and degrees of expression.

The mechanism of envy formation is laid in childhood and is determined by the peculiarities of education. It lays the foundations for self-esteem and the level of demands, the degree of the person's desire for power, the feeling of humiliation, guilt, painful ambition, etc.

Envy as a psychological phenomenon arises from the appearance of a certain state of need. Actualization of this state is not purely individual or unique.

The results of the empirical study showed that the majority of those surveyed described envy as a negative feeling, a desire to have something that they do not possess themselves. At the same time there is a feeling of dissatisfaction with oneself, possibly irritation.

The main causes of envy are the success of others, self-doubt, comparison of others with oneself. Most often, envy arises in the professional and material spheres of life. Envy evokes the following emotions: anger, frustration, anxiety and disgust.

The article analyzes the differences in personal characteristics in the two groups studied. Depression, neuroticism, and emotional lability were the dominant features in the group that scored high on the scale of "Envy-Disbelief".

In the group of people who associate envy with hostility, the highest scores were obtained on the following scales: spontaneous aggression, irritability, and emotional lability.

Significant differences were found on the scales: spontaneous aggressiveness, depressiveness, irritability, reactive aggressiveness and extraversion - introversion.

**Key words:** envy, adolescents, subjective ideas, moral values, sphere of values and motivation.

УДК 159.923.3

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2020.12-2.39>

**Циганчук Т.В.**

к.психол.н.,

доцент кафедри практичної психології

Київський університет

імені Бориса Грінченка

**Пузир М.М.**

магістр психології

**Постановка проблеми.** Майже в усіх дослідженнях наголошується на неусвідомленості суб'єктом заздрощів подібних почуттів або їх витісненні і маскуванні, що призводить до проблеми об'єктивного вивчення даного питання та необхідності створення валідних та надійних методик фіксації його проявів та механізмів.

Вивчення психологічної природи заздрощів дасть змогу з'ясувати їхню психологічну природу, використати отримані знання для забезпечення продуктивного розвитку особистості та самореалізації.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Перші наукові спроби теоретико-мето-

дологічного аналізу заздрощів належать психоаналітичній школі (А. Адлер, У. Джеймс, О. Кернберг, М. Кляйн, Х. Розенфілд, З. Фройд, Е. Фромм, К. Хорні, К. Юнг). Результати досліджень (Р. Александрова, А. Бодальов, Е. Бреус, Н. Карпова, А. Ковальов, І. Котова, І. Кон, В. Куніцина, В. Лабунська, Ю. Менджеричька, К. Муздибаєв, О. Соколова, та ін.) пов'язують схильність до заздрощів із порушеннями у спілкуванні, непродуктивним соціальним порівнянням та патогенною системою стосунків.

**Постановка завдання.** Мета статті – представити теоретичне та емпіричне дослідження феномену заздрощів у осіб юнацького віку.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** На думку багатьох психоаналітиків, механізм виникнення заздрощів криється в особливостях об'єктних стосунків. Заздрість – неоднорідне почуття. У рамках даної теорії можна вирізняти «нормальну заздрість», коли увагу акцентовано на бажанні людини мати переваги у чомусь, і «невротичну заздрість», коли особистість шкодує про те, чого сама не має, водночас підкреслюючи переваги іншого. Заздрість визначається як почуття гніву, яке виникає у відповідь на можливість іншого володіти та насолоджуватись тим об'єктом, який є бажаним для самої особистості.

К.К. Платонов уважав заздрість почуттям, структура якого включає змагання, страждання від думки, що в іншого є те бажане, чого у себе немає. Л.А. Дяченко та М.І. Кандибовіч розглядають заздрість як соціально-психологічну рису особистості, яка виявляється у невдоволенні, недоброзичливості по відношенню до інших людей, яким щастить, які досягли та мають благополуччя.

В.М. Куніцина зі співавторами визначає заздрість як почуття, що виникає, коли індивід не має того, чим володіє інша людина, і пристрасно бажає мати цей предмет [5].

Т.В. Бескова вважає, що під час пояснення концепту заздрості провідною категорією повинна стати категорія «відносини». Заздрість визначається як вороже ставлення до іншої людини, детерміноване її перевагою у значущих сферах, що супроводжується негативними емоціями, які мають двоспрямований характер (на іншого і на себе), комплексом негативних емоцій, зниженням самооцінки і бажанням нівелювати прямо або побічно цю перевагу [3].

С.К. Бондирева визначає заздрість як складне негативне почуття та виокремлює декілька положень щодо сутності даного феномена. Заздрість виступає як переживання тяжіння до предмету, який приваблює людину, і негативного ставлення до власника даного предмету [2].

Отже, з вищезазначених трактувань ми бачимо, що феномен заздрості проявляється на трьох рівнях: когнітивному (усвідомлення більш низького власного статусу чи положення), емоційному (почуття роздратування або злості через реальне положення речей) і поведінковому (руйнування, усунення предмета заздрості) [4].

К. Муздибаєв виокремлює етапи перебігу почуття заздрості: соціальне порівняння, сприйняття суб'єктом переваги іншої людини, переживання почуття досади, а отже, і приниження із цього приводу, неприязне ставлення, іноді навіть ненависть, бажання заподіяння фізичної чи психологічної шкоди іншому,

бажання або здійснення акту реального позбавлення людини предмета переваги [6].

Можна виділити три типи заздрості у суб'єктів, які зазнають труднощі у спілкуванні: заздрість – вимогливість, заздрість – безнадійність (безсилля) і заздрість – суперництво. Кожний тип заздрості відрізняється набором дій, учинків, що супроводжують сукупність відносин і переживань, які характерні для заздрості. Заздрість – вимогливість проявляється у підвищенні вимог, нетерпимості, збільшенні критики, звинувачень на адресу іншого. Заздрість – безнадійність супроводжується відмовою від спілкування, самотністю. Заздрість – суперництво актуалізує такі способи поведінки, як наклеп, обман, приниження іншого, привласнення його досягнень.

У літературі зустрічаються два основних критерії, згідно з якими умовно розрізняють і відповідні види заздрості: афективний та поведінковий. Перший передбачає наявність негативних, ворожих почуттів до людини, якій заздять. Дана форма заздрості може супроводжуватися позитивними емоціями: радість за іншого, радість за його здобутки та навіть захоплення ним. Поведінковий критерій спирається на спосіб дій заздрісника. Заздрість може проявлятися у деструктивних діях, які спрямовані на пошкодження чи руйнування предмета заздрості [1].

Для розв'язання поставлених завдань було використано такий методологічний інструментарій: авторська анкета «Суб'єктивні уявлення про заздрощі» О.П. Саннікової, яка спрямована на вивчення уявлень про заздрощі; методика визначення заздрісності особистості Т.В. Бескової; Фрайбурзький багатофакторний особистісний опитувальник (FPI).

Результати анкети «Суб'єктивні уявлення про заздрощі». Щодо розуміння поняття, то 25% вибірки відповіли, що заздрість – це передусім роздратування. На другому місці стоїть визначення заздрості як почуття незадоволеності собою (35% вибірки). Найбільший відсоток досліджуваних (40%) охарактеризували заздрощі як негативні почуття, бажання отримати чуже.

70% респондентів вважають, що під час переживання заздрості людина відчуває таку емоцію, як злість, 15% людей говорять про емоцію розчарування, 10% – про тривогу. На думку 5% досліджуваних, у людей, які заздять, виникає емоція відрази.

Під час переживання заздрості, на думку 55% вибірки, людина думає про те, «чому саме хтось, а не я». 30% вважають, що у цьому разі домінуючою є думка про несправедливість.

Щодо виявлення заздрощів у поведінці, то можемо зазначити, що більшість респондентів (50%) відповіла, що заздрощі мають переважно невербальні прояви. 30% оха-

рактизували поведінку тих, хто заздрить, песимістичною. При цьому основною характеристикою заздрісної людини виступає поганий настрій. Також досліджувані виділили такий аспект поведінки, як роздратованість та агресивність (20%).

Питання про якості заздрісної людини дало змогу визначити, що головною характеристикою людини, яка заздрить, виступає невпевненість (50%). 20% відзначили провідною якістю відчуженість; 15% досліджуваних відповіли, що заздрісна людина є замкнутою. Ненависть як основну властивість відзначили 10% респондентів; 5% зауважили, що заздрісники – це перфекціоністи за своєю суттю.

До причин, які викликають заздрість у людей, відносять: порівняння себе з іншими (20%), невпевненість у своїх силах (35%), успіх інших (45%).

Наступне питання містило у собі інформацію стосовно сфер життя, які викликають заздрість у людей. До цих сфер були включені такі: професійна сфера (40% досліджуваної вибірки); матеріальна сфера: бізнес, робота, соціальний статус (30% досліджуваних); особистісна сфера: сімейні стосунки, вдалий шлюб, гарні друзі, відсутність конфліктів у сфері соціальних контактів (25%); безпроблемне життя (5%).

Розглянувши отримані результати, можемо визначити три види складники досліджуваного феномену: емоційний (емоції, які супроводжують переживання даного явища), когнітивні прояви (відображають думки, пов'язані з мисленнєвим порівнянням себе з іншими) та поведінковий компонент.

На наступному етапі дослідження ми використовували методику дослідження заздрісності особистості Т.В. Бескової. Методика визначає результати за трьома шкалами: «заздрість – неприязнь», «заздрість – зневіра» та «маскувальні твердження».

Підрахувавши середнє значення всіх досліджуваних за кожною шкалою, можемо говорити про таке: низький рівень прояву властивості за шкалою «заздрість – неприязнь» (середній бал – 13,5); за шкалою «заздрість – зневіра» помірний рівень прояву зазначеної характеристики (середній бал – 15,25); за шкалою «маскувальні твердження» високі показники (середній бал – 20,35), що говорить про небажання вербалізувати думки, пов'язані з даним феноменом.

На наступному етапі дослідження ми порівнювали результати представників двох визначених нами на попередньому етапі груп, а саме за характеристиками зневіри та неприязні. Метою цього порівняння було визначення основних особистісних характеристик, що найбільшою мірою властиві респондентам. Для визначення особистісних характеристик використовувався багатофакторний опитувальник FPI.

Виходячи з отриманих даних, можна зазначити, що в групі осіб, які асоціюють заздрість із неприязню, найвищі показники отримані за шкалами «спонтанна агресивність», «репресивність», «дратівливість» та «емоційна лабільність». На другому місці знаходяться шкали з такими особистісними характеристиками, як товариськість, відкритість, сором'язливість. Найнижчі показники було отримано за шкалами урівноваженості, екстраверсії – інтроверсії, товариськості, відкритості.

Група досліджуваних, яка пов'язує феномен заздрості зі зневірою, низькі показники отримала за шкалами урівноваженості, відкритості, екстраверсії-інтроверсії, маскулінності – фемінності, товариськості. На другому місці знаходяться шкали «реактивна та спонтанна агресивність», «сором'язливість». Найвищі показники було отримано за такими шкалами, як «невротичність», «емоційна лабільність», «репресивність». Статистичні значення відмінностей представлено в табл. 1.

Зазначимо, що у досліджуваних, які загалом не бажали описувати феномен заздрості, найвищі показники отримано за шкалами депресивності, дратівливості, товариськості, відкритості та емоційної лабільності. Найнижчі показники отримано за такими шкалами, як «невротичність», «урівноваженість» та «екстраверсія – інтроверсія».

Отримані дані дають змогу зробити такі висновки.

За шкалою невротичності більш низький показник у групі осіб «Заздрість – зневіра». Це може бути свідченням того, що особам із групи «Заздрість – неприязнь» більш властива дана особистісна характеристика. Проте отримані результати не досягають рівня достовірних значень.

За шкалою спонтанної агресивності більш високі показники в групі досліджуваних «Заздрість – неприязнь». Дані відмінності проявляються на достовірному рівні ( $t=1,998$ ,  $p\leq 0,05$ ).

За шкалою депресивності нижчі показники в групі осіб «Заздрість – зневіра». Дані відмінності проявляються на достовірному рівні ( $t=1,66$ ,  $p\leq 0,05$ ).

За шкалою дратівливості вищі показники у досліджуваних групи «Заздрість – неприязнь» ( $t=1,861$ ,  $p\leq 0,05$ ).

За шкалою товариськості між групових відмінностей не виявлено. Дані особистісна характеристика є типовою для обох груп досліджуваних.

За шкалою урівноваженості нижчі показники виявлено у групі осіб «Заздрість – зневіра».

За шкалою реактивної агресивності більш високі показники продемонстровано в групі досліджуваних «Заздрість – неприязнь». Дані відмінності проявляються на достовірному рівні ( $t=1,732$ ,  $p\leq 0,05$ ).

Таблиця 1

**Особистісні характеристики  
в групах із високими показниками  
за шкалами «заздрість – неприязнь»  
та «заздрість – зневіра»**

№	Назва шкали опитувальника	Значення середнього показника в групі заздрість-неприязнь	Значення середнього показника в групі заздрість-зневіра	Різниця середніх значень	Значення t - критерію
1	Шкала I (невротичність)	6,80	6,30	0,20	0,168
2	Шкала II (спонтанна агресивність)	7,10	5,10	1,9	1,998*
3	Шкала III (депресивність)	7,20	6,00	1,50	1,66*
4	Шкала IV (дратівливість)	7,20	5,20	2,00	2,111*
5	Шкала V (товариськість)	4,30	4,30	0,00	0,00
6	Шкала VI (врівноваженість)	4,80	4,60	0,20	0,238
7	Шкала VII (реактивна агресивність)	6,40	5,40	1,00	1,732*
8	Шкала VIII (сором'язливість)	6,60	5,50	1,10	1,029
9	Шкала IX (відкритість)	4,00	3,70	0,30	0,367
10	Шкала X (екстраверсія – інтроверсія)	5,30	3,65	1,6	1,65*
11	Шкала XI (емоційна лабільність)	6,90	6,30	0,60	0,919
12	Шкала XII (маскуліність – фемінність)	3,40	3,10	0,30	0,519

Примітка: \* – достовірні значення показників

Також на рівні тенденції нижчі показники за шкалами сором'язливості, відкритості, маскуліності – фемінності та емоційної лабільності виявлено в осіб групи «Заздрість – зневіра».

За шкалою екстраверсії – інтроверсії можемо бачити, що більш низькі показники представлені в осіб групи «Заздрість – зневіра» ( $t = 1,65, p \leq 0,05$ ).

Можемо говорити про те, що в осіб, у яких виявлено високі значення за шкалою «Заздрість – неприязнь», більш виражені такі особистісні риси: спонтанна агресивність, депресивність, дратівливість та емоційна лабільність. У групі осіб із високими показниками за шкалою «Заздрість – зневіра» домінуючими рисами виявилися депресивність, невротичність та емоційна лабільність.

**Висновки з проведеного дослідження.**

Отже, більшість респондентів загалом не бажала вербалізувати свої почуття стосовно заздрощів. зазначаючи при цьому, що під час переживання заздрощів виникає песимістичний настрій, з'являються злість, роздратованість, агресивність, відчуття незадоволеності собою. На поведінковому рівні досліджувані визначили, що заздрість переважно представлена як невербальний прояв. Виявлено достовірні особистісні відмінності в групах осіб, які по-різному переживають заздрість («Заздрість – зневіра» та «Заздрість – неприязнь») за шкалами «спонтанна агресивність», «репресивність», «дратівливість», «реактивна агресивність» та «екстраверсія – інтроверсія».

**ЛІТЕРАТУРА:**

1. Бабина Е.О. Зависть как психологическая реальность. *Вестник Московського университета*. 2003. № 1. С. 76–77.
2. Бескова Т.В. Особенности проявления зависти в межличностном взаимодействии субъектов. *Известия Самарского научного центра Российской академии наук*. 2010. № 5(37). С. 103–109.
3. Бондаренко О.Р., Лукан У. Психологическое консультирование: зависть и психическое здоровье. *Вестник Нижегородского университета им. Н.И. Лобачевского*. 2008. № 2. С. 265–273.
4. Изард К. Эмоции человека. Москва : Моск. ун-т, 1980. 439 с.
5. Куницына В.Н., Казаринова Н.В., Погольша В.М. Межличностное общение. Санкт-Петербург : Питер, 2001. 544 с.
6. Муздыбаев К. Завистливость личности (статья первая). *Психологический журнал*. 2002. № 6. С. 38–50.