

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ДЕРЖАВНИЙ ЗАКЛАД
«ПІВДЕННОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ
ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ імені К.Д. УШИНСЬКОГО»

Кваліфікаційна наукова
праця на правах рукопису

ЛІСОВЕНКО АННА ФЕДОРІВНА

УДК: 159.923+616.89-008.444.7+159.942

ДИСЕРТАЦІЯ
ІНДИВІДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕЖИВАННЯ
ПОЧУТТЯ ЗАЗДРОЩІВ

19.00.01 – загальна психологія, історія психології

05 – Соціальні та поведінкові науки

Подається на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук

Дисертація містить результати власних досліджень. Використання ідей, результатів і текстів інших авторів мають посилання на відповідне джерело

_____ А.Ф. Лісовенко

Науковий керівник **Саннікова Ольга Павлівна**, доктор психологічних наук,
професор

Одеса – 2018

АНОТАЦІЯ

Лисовенко А. Ф. Індивідуально-психологічні особливості переживання почуття заздрощів. – Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук за спеціальністю 19.00.01 – загальна психологія, історія психології. – Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського», Одеса, 2018.

У дисертаційній роботі викладено результати дослідження індивідуально-психологічних особливостей переживання почуття заздрощів. Проаналізовано і систематизовано теоретико-методологічні концепції та підходи до вивчення феномена заздрощів. Заздрісність (схильність до переживання почуття заздрощів) у цьому дослідженні визначається як складна багаторівнева властивість особистості, яка виявляється у постійному порівнянні себе з іншими людьми (чи уявним «еталоном») не на свою користь, у суб'єктивному відчутті зниження самоцінності, пристрасному бажанні заволодіти перевагами об'єкту порівняння при неможливості отримати чи набути бажане, що супроводжується специфічними проявами.

На основі теоретико-методологічного аналізу літератури у контексті континуально-ієрархічного підходу створена схема структури схильності особистості до переживання почуття заздрощів (заздрісності), що складається із формально-динамічного рівня (динаміка, перебіг ознак заздрісності), змістово-особистісного рівня (прояви заздрісності у контексті спрямованості особистості, її мотиваційно-потребової сфери) та соціально-імперативного рівня (проекції соціального середовища, інститутів соціалізації, культури тощо на особистісну заздрісність). Розкрито функції та потенційні ресурси переживання почуття заздрощів. Уточнено психологічний зміст теоретично експлікованих показників заздрісності на основі контент-аналізу анкет-самозвітів.

Розроблено (у співавторстві) комплекс психодіагностичних методик вивчення схильності особистості до заздрощів. Теоретично визначені властивості особистості, що гіпотетично пов'язані з показниками заздрісності і що, деякою мірою, постають її чинниками.

Емпірично встановлено взаємозв'язки різнорівневих показників заздрісності (емоційного, когнітивного, поведінкового, мотиваційного, установчого тощо) з широким спектром рис особистості: додатні взаємозв'язки виявлені з показниками перфекціонізму (особливо, соціально приписаного), стресу, ворожості; з емоційною лабільністю, депресивністю, невротичністю, роздратованістю, сором'язливістю, агресивністю, тривожністю, підозрілістю; з показниками нарцисизма (нарцисичною люттю, безсилим «Я», втратою контролю емоцій і спонукань, жагою похвал і підтвердження, іпохондричним захистом від тривоги, деперсоналізацією, знеціненням об'єкта, очікуванням особливого ставлення, схильністю до маніпуляцій в міжособистісних стосунках, фантазіями, дефіцитом емпатії тощо); з емоційними модальностями «гнів», «страх», «печаль». Отримано від'ємні взаємозв'язки показників заздрісності з усіма показниками психологічного благополуччя (емоційно позитивною оцінкою себе і життя в цілому, позитивними стосунками, самоприйняттям, керуванням середовищем, автономією, відкритістю у контактах, схильністю до особистісного зростання, цілеспрямованістю та осмисленістю у житті); емоційного інтелекту (управління своїми емоціями, самомотивацією, здатністю розпізнавати емоції інших людей, емоційною обізнаністю, емпатією); впевненістю в собі, соціальною сміливістю, ініціативою в соціальних контактах; раціональними установками (неоцінними установками, несхильністю до катастрофізації, неповинністю, толерантністю до фрустрацій); екстраверсією, товариськістю, врівноваженістю, маскулінністю, самодостатністю, домінантністю тощо. Від'ємні взаємозв'язки отримані також з емоційною модальністю «радість».

Спектр властивостей особистості, що вивчається, згрупований у п'ятифакторну модель, де кожний з факторів віддзеркалює найвагоміші ознаки і приховані закономірності результатів проведеного дослідження заздрісності. Усі фактори є біполярними: фактор I характеризує «тривожну агресивність – емоційно врівноважений самоконтроль»; фактор II містить «позитивне самоприйняття – депресивне самозвинувачення»; фактор III складається із полюсів «екстраверсія – емоційна вразливість»; фактор IV характеризує «нарцисичний перфекціонізм – відсутність ірраціональних настанов», і, нарешті, останній, V фактор містить «базисний потенціал надії – безсиле «Я». Визначено властивості особистості, що

виконують функцію запобігання появи заздрощів та сприяють їх подоланню: емоційно позитивна оцінка себе і життя в цілому, сила «Я», відкритість у контактах, раціональність мислення, цілі в житті, самоприйняття, маскулінність, керування середовищем, високий самоконтроль, схильність до особистісного зростання.

Задля вивчення індивідуально-психологічних особливостей переживання почуття заздрощів виокремлено (за допомогою методу «асів»), досліджено та описано групи осіб з різним типом заздрісності (емоційним, когнітивним, поведінковим та контролью-регулятивним).

Доведено, що емоційність як стійка риса особистості впливає на появу, протікання, динаміку, специфічні прояви та особливості заздрісності; виступає у якості внутрішнього чинника стосовно індивідуально-психологічних особливостей переживання почуття заздрощів. Встановлено, що особи, котрі належать до однієї і тієї ж групи емоційності (однакові емоційні диспозиції) характеризуються схожою специфікою заздрісності, що підтверджує їх системотвірну функцію.

Перспективи подальших досліджень полягають у вивченні заздрісності та її компонентів, що презентують інші рівні її структури та у розробці психокорекційних програм відповідно до індивідуальної специфіки заздрісності.

Ключові слова: заздрість, схильність до переживання почуття заздрощів, заздрісність, особистість, індивідуально-психологічні особливості заздрісності.

ABSTRACT

Lisovenko A.F. Individual psychological peculiarities of experiencing feeling of envy. – Qualifying scientific work as a manuscript.

The thesis for the Psychology candidate's degree, speciality 19.00.01 – general psychology, history of psychology. – State Institution «South Ukrainian national pedagogical university after K. D. Ushynsky», Odesa, 2018.

The dissertation discloses the differential-psychological features of experiencing feeling of envy. Theoretical and methodological concepts and approaches to the study of the phenomenon of envy are analyzed and systematized. Proneness to envy as a tendency to experiencing of envy feelings in this study is defined as a complex multilevel property of the individual, which is revealed in constant comparing of self with other people (or

imaginary «standard») not in own favor, in subjective sense of self-depreciation, passionate desire to seize the advantages of the object of comparison when it is not possible to get or achieve wanted, accompanied by specific manifestations.

On the basis of theoretical-methodological analysis of literature in the context of continual-hierarchical approach the scheme of personality proneness to the experience the feeling envy (envy as a property) was created. It is consisted of formal-dynamic level (dynamics, descriptive attributes of envy proneness); content-personal level (manifestations of envy in the context of personal, own motivational and needs sphere) and social-imperative level (projections of social surrounding, institutes of socialization, culture, etc. on personal envy). The functions and potential resources for the experiencing of envy feelings are exposed as well. The psychological essence of theoretically explored qualitative indices of envy proneness, based on the content analysis of self-report questionnaires, is specified.

The complex of psychodiagnostic methods for the study of envy of an individual in accordance with the multi-level structure of envy is elaborated (in co-authorship). Theoretically stated the properties of personality, which hypothetically related to the envy factors and are moderately determinants of it.

Empirically established the connections of the indices of envy within the different levels (emotional, cognitive, behavioural, motivational, regulative, etc.) with the wide set of personality traits: positive connections of indicators of envy proneness with all markers of perfectionism (particularly socially ascribed), stress, hostility, emotional lability, depressiveness, neuroticism, irritability, timidity, aggressiveness, anxiety, suspiciousness; indicators of narcissism (narcissistic rage, powerless «self», loss of control of emotions and motives, a thirst for praise and confirmation, hypochondria protection from anxiety, depersonalization, depreciation of the object, over-preoccupation with a sense of envy, expectations of a particular attitude, manipulations in interpersonal relationships, absorption by imagination, lack of empathy); emotional dispositions «anger», «sadness», «fear». Negative connections of envy proneness markers with all indicators of psychological well-being (emotionally positive assessment of oneself, positive relations, self-perception, management of environment, autonomy, openness in contacts, personality growth, goals and meaningfulness in life) are stated; emotional intelligence (managing of

emotions, self-motivation, recognizing the emotions of others, emotional awareness, empathy); self-confidence, social courage, initiative in social contacts; rational attitudes (lack of appraisal, catastrophizing, obedience to self and others, frustration tolerance); extraversion, sociability, emotional balance, masculinity, self-sufficiency and dominance. The negative correlations are defined with emotional disposition «joy».

The spectrum of personality properties, which is under consideration, is grouped into five-factor model, where each factor reflects the most significant characteristics and hidden regularities of the results of the envy studying. All factors are bilateral: factor I describes «disturbing aggressiveness – emotionally balanced self-control»; factor II comprises «positive self-perception – depressive self-excuse»; factor III consists in «extraversion - emotional vulnerability», factor IV – «narcissistic perfectionism – the absence of irrational guidance»; and the last one, factor V, includes «the basic potential of hope – the powerless «self». The possible personality properties perform the function of preventing the appearance of envy and help to overcome them are determined: emotionally positive assessment of oneself and life in general, the power of «self», openness in contacts, rationality of thinking, goals in life, self-perception, masculinity, environmental management, high self-control, personal growth.

For the investigation of the individual-psychological features to experiencing feeling of envy the several groups with different types of predisposition to envy were singled out, investigated and described (emotional, cognitive, behavioral, and control-regulative).

It is justified, that the emotionality as a stable individual trait, affects the appearance, flow, dynamics, specific manifestations and features of envy proneness; and it plays the role of an internal factor in relation to the individual psychological particularities of experiencing the sense of envy. It is established, that persons belonging to the same group of emotionality (identical emotional dispositions), are described by a similar peculiarity of envy, which confirms their system-creative function.

Prospects for further research consists in the studying of envy and its components, presenting other levels of its structure and elaboration of psycho-correction programmes according to the individual peculiarity of envy.

Key words: envy, proneness to experience feeling of envy, tendency to envy, personality, personality property, individual-psychological peculiarities of envy.

СПИСОК ПУБЛІКАЦІЙ ЗДОБУВАЧА ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

Статті у наукових фахових виданнях України:

1. Лісовенко А.Ф. Особливості емоційного інтелекту осіб, схильних до заздрощів / А.Ф. Лісовенко // Наука і освіта. – Одеса, 2014. - №11. – С. 107-112.
2. Лісовенко А.Ф. Особливості самоствалення осіб, схильних до переживання заздрості / А.Ф. Лісовенко // Науковий вісник ПНПУ імені К.Д.Ушинського.– Одеса, 2014. – № 5-6. – С. 175-183.
3. Лісовенко А.Ф. Впевненість у собі осіб з різною схильністю до заздрості / А.Ф. Лісовенко // Наука і освіта.– Одеса, 2014. – №2. – С. 32-37.
4. Лісовенко А.Ф. Ірраціональні установки заздрісних особистостей / А.Ф. Лісовенко // Наука і освіта. – Одеса, 2015. – №10. – С. 167-172.
5. Лісовенко А.Ф. Заздрісність та нарцисизм / А.Ф. Лісовенко // Наука і освіта. – Одеса, 2016. – №2-3. – С.83-90.
6. Лісовенко А.Ф. Факторна структура особистостей, схильних до заздрості різного ступеню / А.Ф. Лісовенко // Проблеми сучасної психології. – Запоріжжя: ЗНУ, 2016. – №1 (9) – С. 54-60.
7. Лісовенко А.Ф. Риси та властивості особистостей, схильних і несхильних до заздрощів / А.Ф. Лісовенко // Зб. наук. праць Національної академії державної прикордонної служби України, Серія: психологічні науки. – Хмельницький: вид-во НАДПСУ, 2016. – №2(4). – С.152-167.
8. Лісовенко А.Ф. Психологічне благополуччя особистостей схильних та не схильних до заздрощів / А.Ф. Лісовенко // Науковий вісник Херсонського державного університету: збірник наукових праць. Серія «Психологічні науки». – Херсон, 2016. – В.2, Т.1 – С. 85-90.
9. Lisovenko A.F. Envy and perfectionism: the interrelationship of the concepts / A.F. Lisovenko // Наука і освіта. – Одеса, 2017. – № 1. – С. 67-71.

Статті у наукових виданнях іноземних держав:

10. Лісовенко А.Ф. Уявлення студентів про феномен «заздрість» / О.П. Саннікова, А.Ф. Лісовенко // Science and education a new dimension. Pedagogy and Psychology, III (29). – Issue: 57, 2015. – P. 72-75.

11. Lisovenko A.F. Patterns of traits within personalities, prone to envy of different degree / A.F. Lisovenko // Science and education a new dimension. Pedagogy and Psychology, IV (47). – Issue: 101, 2016. – P. 63-67.

Публікації в інших наукових виданнях:

12. Лісовенко А.Ф. Взаємозв'язок показників заздрісності і ворожості особистості / А.Ф. Лісовенко // Зб. мат.-лів наук.-практ. конф. молодих учених та студентів [«Проблеми сучасної психології особистості»], (Одеса, 29 квітня 2014 р.) / ПНПУ імені К.Д. Ушинського – Вип. 5. – С. 16-23.

13. Лісовенко А.Ф. Заздрість і способи опановуючої поведінки / А.Ф. Лісовенко: матеріали III Всеукраїнського конгресу з міжнародною участю «Особистість у сучасному світі». – К.: «Інформаційно-аналітичне агентство», 2014. – С. 571-574.

14. Лісовенко А.Ф. Імпульсивність як чинник схильності до заздрощів особистості / А.Ф. Лісовенко // Збірник наукових праць [«Проблеми сучасної психології особистості»] (14 травня 2015 р.) – Одеса, 2015. – С. 9-16.

15. Лісовенко А.Ф. Відчуття самоцінності у особистостей, схильних до переживання заздрості / А.Ф. Лісовенко // Зб. матеріалів наук.-практ. конф. молодих учених та студентів [«Проблеми сучасної психології особистості»], (Одеса, 20 травня 2016) / ПНПУ імені К.Д.Ушинського. Одеса, 2016. – Вип. 7. – С. 105-113.

16. Лісовенко А.Ф. Схильність до заздрощів та перфекціонізм студентів / А.Ф. Лісовенко // Матеріали III Міжнародного Конгресу [«Глобальні виклики педагогічної освіти в університетському просторі»] (Одеса, 18-21 травня 2017) / ПНПУ імені К.Д. Ушинського. – Одеса: «Гельветика», 2017. – С. 468-469.

Авторські свідоцтва:

17. А. с. Науково-методичний твір «Комплекс психодіагностичних методик дослідження заздрощів особистості: «Методика «Соціальні настанови особистості відносно заздрощів»; «Процедура «Шкала самооцінки показників заздрісності»; «Тест-опитувальник «Диференціальна діагностика схильності особистості до заздрощів (ДІЗА)» / О.П. Саннікова, А.Ф. Лісовенко. – № 67445; заяв. 29.06.2016; реєстрац. 26.08.2016. – 96 с.

ЗМІСТ

Стор.

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ	11
ВСТУП.....	16
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ІНДИВІДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПЕРЕЖИВАННЯ ПОЧУТТЯ ЗАЗДРОЩІВ.....	21
1.1. Історичні витоки феномену «заздрість»	21
1.2. Психологічні підходи до вивчення заздрощів	31
1.2.1. Теоретичні уявлення про заздрощі в психології.....	31
1.2.2. Визначення феномену «заздрості» як реакції, «почуття заздрощів» як стану і «заздрісності» як властивості особистості.....	44
1.2.3. Психологічна структура заздрісності (схильності до переживання почуття заздрощів).....	54
1.3. Психологічні чинники заздрісності та властивості особистості, що супроводжують її прояви	64
Висновки до першого розділу	66
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ІНДИВІДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПЕРЕЖИВАННЯ ЗАЗДРОЩІВ ТА ЙОГО ЧИННИКІВ.....	69
2.1. Організаційні заходи та планування емпіричного дослідження переживання заздрощів.....	69
2.2. Оригінальний психодіагностичний інструментарій, спрямований на диференціальну діагностику показників заздрісності.....	72
2.2.1. Уточнення покомпонентного складу та змісту показників заздрісності (контент-аналіз самозвітів).....	72
2.2.2. Огляд методик, що надають інформацію про деякі ознаки переживання заздрощів.....	85
2.2.3. Результати апробації оригінального комплексу психодіагностичних методик дослідження заздрощів особистості.....	88

2.3. Обґрунтування вибору методик, що діагностують властивості особистості, які аранжують прояви заздрісності	97
Висновки до другого розділу	108
РОЗДІЛ 3. РЕЗУЛЬТАТИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ЗАЗДРІСНОСТІ У ПРОСТОРІ СПЕКТРУ РИС ОСОБИСТОСТІ ТА ЇХ ОБГОВОРЕННЯ	110
3.1. Співвідношення показників схильності до заздрощів та рис особистості, що їх супроводжують.....	110
3.1.1. Аналіз співвідношень показників схильності особистості до переживання заздрощів та психологічного благополуччя	111
3.1.2. Емоційний інтелект, впевненість у собі та заздрісність: пошук взаємозв'язків та їх якісний аналіз	111
3.1.3. Стресогенність та депресивність переживання почуття заздрощів.....	127
3.1.4. Специфіка взаємозв'язків ворожості та способів опановуючої поведінки (копінг-стратегій) зі схильністю до переживання заздрощів	132
3.1.5. Заздрісність у контексті широкого спектру рис особистості за її факторними структурами	141
3.1.6. Особливості взаємозв'язків нарцисичної регуляції та нарцисичних рис особистості зі схильністю до переживання заздрощів.....	157
3.1.7. Співвідношення показників заздрісності з перфекціонізмом та ірраціональними установками	173
3.2. Результати факторізації простору показників заздрісності та обраного спектру рис особистості	183
3.3. Емоційність як чинник заздрісності та її індивідуально-психологічних проявів	193
Висновки до третього розділу.....	199
ВИСНОВКИ.....	203
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ.....	206
ДОДАТКИ.....	224

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ

№ з/п	УМОВ.ПОЗ.	Назва показників
Комплекс психодіагностичних методик дослідження заздрощів особистості, що створений у співавторстві О.П. Саннікової, А.Ф. Лісовенко:		
1.«Диференціальна діагностика схильності особистості до заздрощів» (ДІЗА)		
1	ZEm	Емоційний (афективний) компонент заздрісності
2	ZKg	Когнітивний (мисленневий) компонент заздрісності
3	ZPv	Поведінковий (дієвий) компонент заздрісності
4	ZMt	Мотиваційний компонент заздрісності
5	ZKR	Контрольно-регулятивний компонент заздрісності
6	ZZag	Загальний показник схильності до заздрощів
2. Методика «Соціальні настанови особистості відносно заздрощів»		
7	ZUst	Установчий компонент заздрісності
3. Психодіагностична процедура «Самооцінка показників заздрісності»		
8	ZLS	Шкала 1 Легкість виникнення заздрості
9	ZChS	Шкала 2 Широта розповсюдження заздрощів
10	ZStS	Шкала 3 Стійкість заздрощів
11	ZInS	Шкала 4 Інтенсивність (сила вираження) заздрощів
12	ZGlS	Шкала 5 Глибина заздрісних переживань
13	ZEmS	Шкала 6 Емоційний (афективний) компонент заздрощів
14	ZKgS	Шкала 7 Когнітивний (мисленневий) компонент заздрощів
15	ZPvS	Шкала 8 Поведінковий (дієвий) компонент заздрощів
16	ZKRS	Шкала 9 Контрольно-регулятивний компонент заздрощів
«Шкала психологічного благополуччя» К. Ріфф		
17	PB1	Позитивні стосунки
18	PB2	Автономія
19	PB3	Керування середовищем
20	PB4	Особистісне зростання
21	PB5	Цілі в житті
22	PB6	Самоприйняття

23	PВ7	Баланс афекту
24	PВ8	Осмисленість життя
25	PВ9	Людина як відкрита система
26	PВ10	Індекс психологічного благополуччя
Методика «Емоційний інтелект» Н. Холла		
27	EiEo	Емоційна обізнаність
28	EiUse	Управління своїми емоціями
29	EiSm	Самомотивація
30	EiE	Емпатія
31	EiRe	Розпізнавання емоцій інших людей
32	EiIu	Інтегративний рівень емоційного інтелекту
Тест «Впевненість у собі» В.Г. Ромека		
33	UVs	Впевненість у собі
34	USs	Соціальна сміливість
35	UIsk	Ініціатива у соціальних контактах
Тест на стресс і депресію Спілбергера – Радюка		
36	SiI	Інтенсивність допитливості (Інтерес)
37	SiA	Інтенсивність агресії (Агресія)
38	SiT	Інтенсивність тривоги (Тривога)
39	SiD	Інтенсивність депресії (Депресія)
40	ScI	Частота допитливості (Допитливість)
41	ScA	Частота агресії (Агресивність)
42	ScT	Частота тривоги (Тривожність)
43	ScD	Частота депресії (Депресивність)
44	ScZg	Наявність стресу
Тест «Способи опановуючої поведінки» Лазаруса – Фолкман		
45	Knf	Конфронтація
46	KDis	Дистанціювання
47	KSk	Самоконтроль
48	KPp	Пошук соціальної підтримки

49	KVd	Прийняття відповідальності
50	KUn	Втеча-уникання
51	KPln	Планування рішення проблеми
52	KPer	Позитивна переоцінка
Тест «Діагностика ворожості» (за шкалою Кука – Медлей)		
53	VCn	Цинізм
54	Vag	Агресивність
55	VVr	Ворожість
Фрайбургський особистісний опитувальник (FPI)		
56	FI	Невротичність
57	FII	Спонтанна агресивність
58	FIII	Депресивність
59	FIV	Роздратованість
60	FV	Товариськість
61	FVI	Врівноваженість
62	FVII	Реактивна агресивність
63	FVIII	Сором'язливість
64	FIX	Відкритість
65	FX	Екстраверсія – інтроверсія
66	FXI	Емоційна лабільність
67	FXII	Маскулінність – фемінність
«16-PF особистісний опитувальник» Р. Кеттелла		
68	A	A+ аффектотімія – А- сизотімія
69	C	C+ сила «Я» – С- слабкість «Я»
70	E	E+ домінантність – Е- конформність
71	F	F+ безпечність – F- заклопотаність
72	G	G+ сила «Над-Я» – G- слабкість «Над-Я»
73	H	H+ сміливість – Н- боязкість
74	I	I+ м'якість – І- твердість
75	L	L+ підозрілість – L- довірливість

76	M	M+ мрійливість – M- практичність
77	N	N+ проникливість – N- наївність
78	O	O+ схильність до відчуття провини – O- самовпевненість
79	Q1	Q1+ радикалізм – Q1- консерватизм
80	Q2	Q2+ самодостатність – Q2+ залежність від групи
81	Q3	Q3+ високий самоконтроль – Q3- низький самоконтроль
82	Q4	Q4+ напруженість – Q4- розслабленість
83	QI	QI+ екстраверсія – QI- інтроверсія
84	QII	QII+ тривожність – QII+ емоційна стабільність
85	QIII	QIII+ кортикальна жвавість – QIII- сенситивність
86	QIV	QIV+ незалежність – QIV- покірність
«Тест оцінки нарцисизму» Ф.-В. Денеке, Б. Хільгеншток		
87	N1	Безсиле «Я»
88	N2	Втрата контролю емоцій і спонукань
89	N3	Дереалізація, деперсоналізація
90	N4	Базисний потенціал надії
91	N5	Незначне «Я»
92	N6	Негативне тілесне «Я»
93	N7	Соціальна ізоляція
94	N8	Архаїчний відхід
95	N9	Грандіозне «Я»
96	N10	Прагнення до ідеального «Я»-об'єкту
97	N11	Жага похвал і підтвердження
98	N12	Нарцисична лють
99	N13	Ідеал самодостатності
100	N14	Знецінення об'єкта
101	N15	Ідеал цінностей
102	N16	Симбіотичний захист «Я»
103	N17	Іпохондричний захист від тривоги
104	N18	Нарцисична вигода від хвороби

105	N19	Загальний показник нарцисизму
Тест «Нарцисичні риси особистості» О.О. Шамшикової, Н.М. Клепікової		
106	NR1	Грандіозне почуття самозначущості
107	NR2	Поглиненість фантазіями
108	NR3	Віра у власну унікальність
109	NR4	Потреба в постійній увазі та захопленні
110	NR5	Очікування особливого ставлення
111	NR6	Маніпуляції в міжособистісних стосунках
112	NR7	Відсутність емпатії
113	NR8	Зверхзайнятість почуттям заздрості
114	NR9	Зухвала, зарозуміла поведінка
«Методика діагностики ірраціональних установок» А. Елліса		
115	RU1	Відсутність катастрофізації
116	RU2	Відсутність повинності себе
117	RU3	Відсутність повинності інших
118	RU4	Відсутність оціночної установки
119	RU5	Висока фрустраційна толерантність
120	RU6	Рациональність мислення
«Багатовимірна шкала перфекціонізму» Хьюїтта – Флетта		
121	PfSb	Перфекціонізм, орієнтований на себе
122	PfIn	Перфекціонізм, орієнтований на інших
123	PfSc	Соціально приписаний перфекціонізм
124	PfZg	Загальний показник перфекціонізму
«Чотирьохмодальнісний тест-опитувальник емоційності» О.П. Саннікової		
125	R	Емоційна диспозиція «радість»
126	Gn	Емоційна диспозиція «гнів»
127	St	Емоційна диспозиція «страх»
128	Sum	Емоційна диспозиція «печаль»

ВСТУП

Актуальність дослідження. Сучасне суспільство переживає стрімкі соціально-економічні та духовно-культурні перетворення, які впливають на внутрішній світ кожної людини, на міжособистісні стосунки в цілому, супроводжуються підвищеним рівнем стресів та заздрісної ворожості. Соціальне розшарування, зниження рівня життя та соціальна незахищеність значної частини населення ставить перед психологічною наукою завдання системного вивчення явищ психіки реальної «живої людини», з її життєвими кризами, негативними емоціями, пристрасними бажаннями та нереалізованими матеріальними і духовними потребами. Постійна демонстрація засобами масової інформації ідеалізованого чужого життя породжує заздрість у спостерігачів внаслідок частого порівняння себе з недосяжними об'єктами ідеалізації. Мас-медіа диктує людям, що їм слід хотіти і досягати, нав'язуючи непомірні бажання та, часом, хибні цінності. А, головне, що у гонитві за матеріальними благами вислизають з уваги внутрішні потреби і бажання Душі. Це призводить до постійного невдоволення, роздратування, смутку, заздрості.

Актуальність роботи зумовлена не тільки особливостями, що відбуваються у сучасному суспільстві, а й необхідністю розробки теоретико-методологічних засад вивчення схильності до переживання заздрості, її структури, чинників, функцій, потенційних ресурсів, а також властивостей особистості, що супроводжують і спричиняють заздрісність. Дослідницький інтерес загострюється також запитом практики щодо форм консультативної, психотерапевтичної роботи, спрямованої як на психокорекцію заздрісності у міжособистісній взаємодії, так і на розвиток усвідомлення, самоконтролю, саморегуляції переживання почуття заздрості.

Перші погляди на феноменологію і прояви заздрості можна знайти в працях філософів періоду античності (Платон, Арістотель) та Нового часу (Р. Декарт, Ф. Бекон, Б. Спіноза). Феномен заздрості згадується у теоріях розвитку особистості різних напрямків психології: гуманістичного (Е. Фромм), психоаналізу (З. Фрейд), індивідуальної психології (А. Адлер), аналітичної (К. Юнг), соціокультурної (К. Хорні) та екзистенційної (В. Франкл) психології тощо. Заздрість досліджувалась у психотерапевтичному (Ю.М. Орлов), соціально-психологічному (С.Д. Максименко, Т.М. Титаренко, Г. Шоек) контексті. Емпіричні дослідження

отримали розвиток лише в останні десятиліття завдяки роботам соціально-психологічного напрямку (К.К. Муздибаєв, В.О. Лабунська, Т.В. Бескова, Л.С. Архангельська, Р.М. Шаміонов, Н.В. Горшеніна, А.В. Пилішина та ін.).

Залежно від наукових підходів дослідників заздрість розглядалася як: емоційне переживання (К.К. Муздибаєв, Ф.Ю. Василюк, О.П. Саннікова); пристрасть (П. Куттер, Ю.В. Щербатих); неприязне, вороже ставлення (В.О. Лабунська, Р.М. Шаміонов, Т.В. Бескова, А.В. Пилішина); агресивне прагнення (А. Адлер, М. Кляйн); особлива форма тривоги (К. Хорні, А. Ребер); особлива форма фрустрації (Е. Фромм, І.Б Котова, Л.С. Архангельська); захисна реакція (А.Д. Розенблатт, Н.В. Дмитрієва); прояв мотивації досягнення (М.Г. Ярошевський, С.Ю. Головін, О.Є. Соколова, С.Д. Максименко); прояв нездорового перфекціонізму (О.Т. Соколова) і нарцисизму (М. Кляйн, Х. Кохут); прояв неповноцінності (А. Адлер, У. Лукан) та незрілості особистості (О.Р. Бондаренко, Т.М. Титаренко, Ю.В. Щербатих) тощо.

Слід відмітити дефіцит психологічних досліджень, спрямованих на емпіричне вивчення схильності до заздрощів як стійкої властивості особистості, її структури, компонентів, різнорівневих показників, психологічної специфіки і своєрідності індивідуальних проявів заздрисності. Отже, актуальність предмету дослідження, недостатня теоретична розробленість цієї проблематики та її практичне значення зумовили вибір теми дисертаційної роботи – «Індивідуально-психологічні особливості переживання почуття заздрощів».

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.

Дисертаційне дослідження виконано згідно з тематикою науково-дослідної роботи кафедри загальної та диференціальної психології «Особистісне зростання психолога, педагога на етапі професійного навчання: диференціально-психологічний аналіз» (номер держреєстрації №0114U000016), що входить до тематичного плану Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського». Тему дисертації затверджено Вченою радою Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К.Д. Ушинського (протокол № 8 від 27 березня 2014 р.) та узгоджено в Міжвідомчій раді з координації наукових досліджень в галузі педагогіки та

психології в Україні (протокол № 5 від 27 червня 2014 р.).

Мета дослідження: теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити заздрісність як системну властивість особистості та виявити її індивідуально-психологічні особливості.

Для досягнення поставленої мети було визначено такі **завдання:**

1. Здійснити теоретико-методологічний аналіз проблеми переживання почуття заздрощів як психічного стану, і як властивості – стійкої схильності особистості до цих переживань (заздрісності), встановити смисловий та психологічний зміст феномена, розробити системну модель структури заздрісності з позицій континуально-ієрархічного підходу, експлікувати та описати компонентний склад її показників; визначити гіпотетичні чинники та властивості особистості, що супроводжують прояви переживання заздрощів.

2. Розробити дослідницьку програму емпіричного дослідження; створити оригінальний психодіагностичний інструментарій для діагностики різнорівневих показників заздрісності та здійснити добір адекватних меті та завданням психодіагностичних методик, що спрямовані на вивчення гіпотетично пов'язаних із заздрісністю властивостей особистості.

3. Виявити характер співвідношення показників заздрісності з властивостями особистості, що супроводжують її прояви.

4. Дослідити індивідуально-психологічні особливості осіб, схильних до переживання заздрощів за певним типом.

5. Вивчити прояви заздрісності особистостей, котрі різняться за емоційною диспозицією.

Об'єкт дослідження – переживання почуття заздрощів особистістю.

Предмет дослідження – індивідуально-психологічні особливості схильності особистості до переживання почуття заздрощів (заздрісності).

Теоретико-методологічною основою дослідження стали: принцип системно-структурного підходу до розуміння особистості (Б.Г. Ананьєв, В.А. Ганзен, О.М. Леонт'єв, С.Д. Максименко, В.М. Мерлін, К.К. Платонов, С.Л. Рубінштейн, О.П. Саннікова, О.Я. Чебикін та ін.); єдності свідомості та діяльності (О.М. Леонт'єв, В.А. Петровський, С.Л. Рубінштейн); принцип детермінізму

(Г.С. Костюк, О.М. Леонт'єв, Б.Ф. Ломов, С.Д. Максименко, С.Л. Рубінштейн, Б.М. Теплов, Т.М. Титаренко, Б.М. Ткаченко та ін.), принцип континуально-ієрархічного підходу до вивчення структури особистості (О.П. Саннікова); теорії емоцій і емоційної регуляції діяльності (В.К. Вілюнас, Т.С. Кириленко, Е.Л. Носенко, О.Я. Чебикін); теорія емоційності (В.Д. Небиліцин, А.Ю. Ольшаннікова, І.В. Пацявічус, І.В. Переверзєва, О.П. Саннікова та ін.); наукові уявлення про переживання емоцій та почуттів (Ф.Ю. Василюк, К.Є. Ізард, Є.П. Ільїн, О.М. Леонт'єв, С.Л. Рубінштейн, В. Щербатих); положення про культурно-історичну, соціально-психологічну природу заздрощів (К.К. Муздибаєв, Г. Шоек); положення про місце настанов особистості у регуляції її взаємодії із світом (О.Г. Асмолов, Д.М. Узнадзе, В.О. Ядов); теорії розвитку особистості (А. Адлер, М. Кляйн, А. Маслоу, К. Роджерс, В. Франкл, З. Фрейд, К. Хорні, К.Г. Юнг); теорії розвитку самосвідомості (О.Г. Асмолов, О.О. Бодальов, О.Г. Шмельов); положення про впевненість у собі (А. Лазарус, В.Г. Ромек); методологія організації психологічного теоретико-емпіричного дослідження (А. Анастасі, Л.Ф. Бурлачук, К.М. Гуревич, К. Купер та ін.).

Методи дослідження. У науковій роботі використано систему методів дослідження, що включає: теоретичні (системний аналіз, синтез, порівняння, узагальнення та інтерпретація літературних джерел і теоретичних підходів з обраної проблематики, що наявні у психології та суміжних науках); емпіричні методи (спостереження, опитування, метод контент-аналізу анкет-самозвітів, тестування, експертні оцінки); математико-статистичні методи. Для обробки емпіричних даних застосовувався метод кількісного (кореляційний, факторний аналіз, порівняння середніх значень за t-критерієм Ст'юдента, – з використанням комп'ютерної програми статистичної обробки даних SPSS 17.0 for Windows) та якісного аналізу (контент-аналіз самозвітів, метод «асів» і «профілів»).

Методичне забезпечення психодіагностичного дослідження здійснювалося за допомогою трьох груп методик, які містять:

а) психодіагностичний інструментарій, спрямований на діагностику заздрисності – оригінальні методики, що створені у співавторстві з науковим керівником: «Диференціальна діагностика схильності особистості до заздрощів»

(ДІЗА) та «Соціальні настанови особистості відносно заздрощів», діагностична процедура «Шкала самооцінки показників заздрісності»;

б) методики, що вивчають властивості особистості, гіпотетично пов'язані з заздрісністю: тест «Шкала психологічного благополуччя» К. Ріфф; «Тест впевненості у собі» В.Г. Ромека; тест «Діагностика ворожості» за шкалою Кука-Медлей; опитувальник «Способи опановуючої поведінки» (СОП) Р. Лазаруса та С. Фолкман; «Фрайбургський особистісний опитувальник» (FPI); «16-PF особистісний опитувальник» Р. Кеттелла; тест «Нарцисичні риси особистості» О.О. Шамшикової, Н.М. Клепікової; «Тест оцінки нарцисизму» Ф.-В. Денеке, Б. Хільгеншток; «Методика діагностики ірраціональних установок» А. Елліса; «Багатовимірна шкала перфекціонізму» Хьюїтта-Флетта;

в) методики, що діагностують емоційну сферу особистості: «Чотирьохмодальнісний тест-опитувальник емоційності» О.П. Саннікової; методика «Емоційний інтелект» Н. Холла; «Тест на стресс і депресію. 8-факторний особистісний опитувальник Ч.Д. Спілбергера».

Емпіричне дослідження проводилось протягом трьох (2014-2016) років, до якого було залучено 763 особи – студенти та слухачі Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К.Д. Ушинського у віці від 20 до 45 років (на різних етапах емпіричного дослідження).

Наукова новизна результатів проведеного дослідження:

- *вперше* обґрунтовано розуміння схильності особистості до заздрощів (заздрісності) як складної багаторівневої властивості особистості, яка виявляється у постійному порівнянні себе з іншими людьми (чи уявним «еталоном») не на свою користь, що супроводжується суб'єктивним відчуттям зниження самоцінності, переживанням пристрасного бажання заволодіти перевагами об'єкту порівняння при неможливості їх отримання; у контексті континуально-ієрархічного підходу експліковано та описано *формально-динамічні* складові заздрості (легкість виникнення, широта розповсюдження, інтенсивність проявів, глибина переживання, стійкість заздрощів); *якісні* (емоційний, когнітивний, поведінковий, контрольнорегулятивний показники заздрощів); *змістово-особистісні* (мотиваційний показник) та *соціально-імперативні* (установчий показник як проекція соціального середовища

на особистісну заздрісність); теоретично обґрунтовані та емпірично виокремлені типи схильності особистості до заздрощів та з'ясовано психологічні характеристики осіб, які різняться за емоційним, когнітивним, поведінковим та контрольньо-регулятивним типом переживання заздрощів; доведено, що відмінності за емоційністю виявляються в індивідуально-психологічних особливостях заздрісності;

- *розширено та доповнено* уявлення про властивості особистості, що по-різному аранжують переживання заздрощів, до яких належать: емоційний інтелект, впевненість у собі, психологічне благополуччя, стрес, ворожість, перфекціонізм, нарцисизм, ірраціональні установки та широкий спектр рис особистості; доповнено знання про емоційність як чинника заздрісності, про формоутворювальну функцію стосовно структури заздрісності та її індивідуально-психологічних особливостей;

- *дістало подальшого розвитку* знання про психологічну сутність схильності до переживання заздрощів (заздрісності), розширено зміст зазначеного феномена у контексті його взаємозв'язків з широким спектром властивостей особистості.

Практичне значення результатів проведеного дослідження полягає у виборі та обґрунтуванні системи методів і методик, спрямованих на діагностику показників схильності до переживання почуття заздрощів та рис особистості, взаємопов'язаних з нею. Створено (у співавторстві) комплекс оригінальних методик, що спрямовані на вивчення показників заздрісності («Соціальні настанови особистості відносно заздрощів»; «Шкала самооцінки показників заздрісності»; «Диференціальна діагностика схильності особистості до заздрощів»). Результати апробації цих методик засвідчують можливість їх використання в наукових і практичних цілях. Проведено стандартизацію україномовної та російськомовної версій оригінальної методики ДІЗА, що засвідчує її достатньо високу надійність і валідність.

Результати дослідження були впроваджені у навчальний процес Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди (довідка впровадження № 103 від 11.01.2016 р.), Чорноморського національного університету імені Петра Могили (довідка впровадження № 03/237 від 16.03.2017 р.), Військової академії (м. Одеса) (довідка впровадження № 285 від 27.05.2016 р.), Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К.Д. Ушинського (довідка впровадження № 3128/01 від 29.12.2016 р.).

Особистий внесок здобувача в роботах, що були виконані у співавторстві. Автором узагальнено стан проблеми, систематизовано теоретичні дані, що пояснюють структуру схильності до переживання почуття заздрощів, обґрунтовано та описано теоретичний конструкт оригінальних методик (рівневу структуру заздрісності та її показники); здійснено постановку проміжних дослідницьких завдань на усіх етапах створення та апробації методики; зібрано емпіричні дані, проведено математико-статистичну обробку, інтерпретацію та обговорення отриманих результатів.

Апробація результатів дисертації. Матеріали й результати дослідження висвітлювалися і обговорювалися на: Міжнародній науково-практичній конференції «Актуальні проблеми сучасної психології» (Одеса, 2014); Міжнародній науково-практичній конференції «Prawa dziecka realizacja w rodzinie i społeczeństwo» (Стальова Воля, Польща, 2015); Міжнародній науково-практичній конференції «Science and education a new dimension» (Будапешт, 2015, 2016); Міжнародній науково-практичній конференції «Проблема особистості у сучасній психології: теорія, методологія, практика» (Одеса, 2014, 2015); III Міжнародному Конгресі «Глобальні виклики педагогічної освіти в університетському просторі» (Одеса, 2017); III Всеукраїнському психологічному конгресі з міжнародною участю «Особистість у сучасному світі» (Київ, 2014); науково-практичній конференції «Проблеми сучасної психології особистості» (Одеса, 2014, 2015, 2016); на щорічних аспірантських семінарах Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К.Д. Ушинського (2014-2017).

Публікації. Основні результати досліджень за обраною тематикою висвітлено у 17 публікаціях: 9 статей опубліковано у наукових фахових виданнях України, 2 статті надруковані у іноземному науковому періодичному виданні, 1 авторське свідоцтво, 5 статей у збірниках матеріалів конференцій та інших виданнях.

Структура та обсяг дисертації. Дисертаційна робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, додатків, та списку використаних джерел, що налічує 232 найменування, з яких 17 іноземною мовою. Загальний обсяг дисертації становить 258 сторінок, основний зміст викладено на 179 сторінках. Робота містить 12 рисунків, 30 таблиць та 7 додатків.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ІНДИВІДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПЕРЕЖИВАННЯ ПОЧУТТЯ ЗАЗДРОЩІВ

У цьому розділі здійснено теоретико-методологічний аналіз літературно-наукових джерел, що характеризують історичні витоки феномену «зздрість»; окреслено семантико-міфологічний та релігійно-філософський «портрет» заздрості; проведено аналіз психоаналітичних та психологічних підходів і напрямків дослідження проблеми схильності особистості до переживання почуття заздрощів; теоретично уточнено поняття заздрості як психічної реакції, стану та стійкої властивості особистості – заздрісності; встановлено функції та потенційні ресурси заздрощів, розроблено системну модель структури заздрісності з позицій континуально-ієрархічного підходу; експліковано та описано покомпонентний склад показників, що становлять структуру цього феномену; визначено гіпотетичні чинники і властивості особистості, що супроводжують прояви заздрощів.

1.1. Історичні витоки феномену «зздрість»

Тема заздрості – одна з «вічних тем» міфологічної, релігійної, філософської, художньої літератури. Її намагалися осягнути багато видатних умів науки, а історія цього почуття така ж давня, як історія людського роду.

Розгляд феномену заздрощів у історичному аспекті вбачається доцільним розпочати аналізом етимології та семантичного простору самого поняття, що вивчається, задля того, щоб сформулювати про нього смислове образно-понятійне уявлення [147]. За даними досліджень Г. Шоека, не в усіх культурах є такі поняття, як «надія», «любов», «справедливість» і «прогрес», але навіть найпримітивніші народи визнали за необхідне визначити ментальний стан людини, котра не може терпіти того, що інший володіє умінням, річчю або репутацією, якої немає у нього самого, і тому радів би, якщо б інший втратив свою перевагу, незважаючи на те, що він сам від цього нічого б не виграв. Зздрість має ту перевагу над сучасними

термінами на кшталт амбівалентності, фрустрації, релятивної депривації або класової боротьби, що як поняття вона має донаукове походження» [204, с.14-20].

Якщо розглянути етимологію слова заздрити («за-видовать»), то його корінь походить з прадавнього дієслова «бачити / відати» і прирівнюється до значення стійкого словосполучення «заздростити очима», тобто заздрісно дивитись, задивлятись, заритись на щось чуже. Праслов'янське слово «заздріти», «уздріти», означало: 1) побачити, замітити, помітити; 2) заглянути [159, с.39-40]. Таким чином, етимологія слова заздрість пов'язується із загостреною увагою до чужого, надмірним зоровим сприйняттям, настирним спостереженням, зазіханням на чуже. У словнику української мови заздрість визначається як «почуття роздратування, досади, викликане якоюсь перевагою, вищістю, добробутом іншого; пристрасне бажання мати і досягти того, що є в іншого» [160, с.126].

У тлумачному словнику В.І. Даля, заздрість – це «властивість того, хто заздрить; досада за чужим добром і благом; небажання добра іншому, а одному лише собі» [41, с.560]. Виходячи з цього, автор визначає заздрість як властивість особистості, що втілює негативне почуття і намір людини, в якому вбачається егоїзм та жадібність. Водночас, «завидний», трактується як «дуже хороший, вартий заздрості». Цікаво, що згідно В.І. Далу, «зарний», – подібний зареву, зірниці, вогненний, палкий, пристрастний до чого-небудь, жадібний і заздрісний. «Зарі» – сильне бажання, пристрасть, запал, заздрість, змагання. «Заздрити» означає «гніватися на чужу удачу, щастя; хворіти чужим здоров'ям» [41].

Варто зазначити, що у більшості слов'янських та європейських мов для позначення одного й того ж поняття можуть використовуватися два слова – ревності та заздрість. Так, в англійській і французькій – «jealousy» та «envy» (фр. envie), а в німецькій, відповідно, – «eifersucht» і «neid». У визначеннях підкреслюється почуття ворожості, злоби і неприязні до того, хто володіє чимось бажаним. У німецькій мові заздрості та ревності описуються як болісний для людини душевний стан, мстивість і невдоволення, з яким вона дивиться на процвітання і переваги інших, злиться через це і бажає знищити їх або володіти ними самій [204, с.38]. У перекладі з французької «заздрість» – схильність до ревнивого контролю за чужим життям, моральна нетерпимість, засудження. В російській мові «ревнувати» означає змагатися,

наслідувати або прагнути наввипередки, не поступаючись [41]. Отож, спільним у заздрощах та ревнощах є мотив суперництва, що викликаний досадою на відсутність явної першості, сумнівами у любові та прихильності. Хоча заздрощі і ревнощі можуть взаємно проникати і змішуватись, але заздрість – це, скоріше, результат сумніву в можливості (або неможливості) мати чи набути бажане, а ревнощі – опасіння, що втрапиш наявне, бо ним заволодіє хтось інший.

Отже, можна констатувати стійкість семантичних значень поняття «заздрість» у різних мовах і культурах, при цьому можна виділити такі напрямки семантичного аналізу як: 1) спостереження, порівняння себе з іншим, старанне наслідування, завзяття, задор, бажання досягти того, що є в іншого; 2) загострена увага до чужого, надмірне зорове сприйняття, зазіхання на щось чуже «зарним оком»; 3) «палке» бажання, надмірне прагнення, жагуча пристрасть, суперництво, змагання «наввипередки», ревнощі; 4) жадібність, користолюбство, егоїзм, лихоїмство; 5) незадоволеність, досада за чужим благом і добром, нарікання на долю; 6) недобррозичливість, неприязнь, ворожість, злобливість, зловтіха, мстивість. У виділених напрямках семантичного аналізу можна помітити подвійно-суперечливий «портрет» заздрості, що володіє двома взаємовиключними, здавалося б, силами. З одного боку, – творчою силою бажання, що спонукає людину на підкорення нових висот та задає напрямок руху і можливість розвитку. З іншого боку, – руйнівною силою ненависті, що бажає не лише володіти перевагами іншого, а й зіпсувати і знищити їх. Відповідно, наслідком заздрості може стати як захоплення, запал, натхнення, так і запальна, некерована афективна реакція, що спрямована на ліквідацію переваг суперника.

Поняття «заздрість» іще в Античні часи пов'язували з поняттям «лихе око» (від лат. *invidia*), що означає «дивитися негативно або з ворожістю». Передбачалося, що «лихе око» може зурочити, бо випромінює захватницькі і ворожі наміри [162]. Для позначення феномена заздрощів греки теж користувалися двома синонімами – *phthonos* (Фтонос) і *dzelos* (Зелос), які співвідносяться зі словами «заздрощі» і «ревнощі». Залежно від контексту ці два терміни могли не тільки взаємодоповнювати один одного, але і використовуватися як протилежні [162, с.107]. Так, у народних віруваннях греків заздрість втілювалася в образі ревнивого

демона Фтоноса, який викрадав у молодих обдарованих людей юнацьку красу та мстиво вторгався в людське щастя. Вважалося, що людська насолода і успіх викликає заздрість та ревності Фтоноса, наслідком чого була «біда», яку він накликав «лихим оком». Щодо Зелоса (бога заздрості, палкого прагнення і завзяття), то йому, відповідно античної міфології, навіть знайшлося місце на Олімпі поряд із Зевсом. Так, за давньогрецьким мислителем Гесіодом, під час війни між старшим та молодшим поколінням богів, Заздрість («Зелос»), Сила («Бія»), Міць («Кратос») та їх сестра Перемога («Ніка») покинули старих титанів і перейшли на бік молодого Зевса, чим сприяли його перемозі та верховенству [34, с.141-142].

Дуже співзвучним є погляд на заздрість у буддизмі, відповідно до якого, заздрість – пристрасть, що відображає «подих життя», його динамізм і мінливість, близьку «стихіям духу». У своєму вищому прояві разом з ревностями і волею вона входить у «світу» Всемогутнього, котрий уособлює завзятість, рішучість та безстрашність у досягненні мети [171, с.213-215]. Нижчий прояв заздрості визначається як одна з п'яти «смертельних отрут», серед яких також похоть, ненависть, глупість і гордіня [Там же, с.361]. Тепер стає зрозумілим, чому вираз «сповнитися божественною заздрістю» у стародавні часи означав зовсім не позаздрити Богу, а натхненно взятися за грандіозні звершення, що перевершують звичайні людські можливості. Таким чином, результат заздрості залежить від того, як її використовувати: чи спрямувати на перемогу та саморозвиток, чи перетворити її на руйнівну силу.

Крім того, заздрість виступає рушійною силою і наслідком у багатьох міфологічних сюжетах. Так, титан Прометей накликав на людей заздрість богів тим, що викрав з Олімпу і подарував людям «Божий вогонь»; Психея викликала своєю надприродною красою заздрість Венери; Зевс із заздрощів знищував громом та блискавками людей, котрі дуже виділялися і зазнавалися, при цьому, тими ж блискавками, дарував натхнення і осяяння мислителям, художникам та поетам.

Оскільки психологія довгий час розвивалася переважно в рамках релігії та філософії, то, відповідно, і заздрість тривалий час розглядалася переважно в теологічному і філософському контексті з точки зору аморальності і порочності.

Християнська теологія, як спадкоємиця раннього гностицизму, перейняла дуалістичне бачення світу, згідно якого людські душі і все суще є полем битви сил добра і зла. Причина появи зла і бід у світі вбачається у трагедії гріхопадіння янголів на чолі з Люцифером [157, с.9-10]. У християнському богослов'ї заздрість вважається гріховною пристрастю та одним з семи смертних гріхів, бо передбачає сумніви у справедливості встановленого Богом порядку і бажання наділити людину чимось іншим, ніж їй відведено Творцем. Заборона на заздрість є в останній з десяти заповідей: «Не забажай жінки ближнього свого, ні дома його, ні раба його, ...нічого, що є у ближнього твого» [20]. Заздрість протиставляється смиренності, доброзичливості, співчуттю і співрадіню. Як постійно присутнє почуття заздрість приписується дияволу, у котрого вона займає місце відсутньої любові.

За християнськими віруваннями, в світі не може бути рівності, тому що, якщо у всіх все буде, то не буде місця любові. Якщо є надлишок благ, то є привід проявити свою любов до ближнього. У нерівності прихований глибокий зміст; вона з самого початку була закладена в світі, бо навіть янгольські чини не були рівними.

У церковному богослов'ї заздрість вважається спорідненою зневірі й печалі та визначається як скорбота душі про благополуччя ближнього: «Як заздрість є скорбота, то у заздрісного стільки скорботи і страждань, скільки у інших різних благ і переваг»; «заздрісний благополуччя і успіхи ближнього відчуває як нещастя, а переваги інших вважає для себе несправедливою образою»; «заздрість вселяє в серце людини печаль, якщо вона бачить когось в благополуччі, а при вигляді чужого нещастя, – радіє від задоволення» [52; 53]. При цьому, досада від благополуччя ближнього, є біль і страждання того, хто вважає себе несправедливо «обділеним».

У соціально-філософському ракурсі *заздрість розглядалася філософами як:*

- засмучення, викликане благами та успіхами друзів (Платон) [132, с.499-568];
- печаль, що виявляється при спогляданні благоденства подібних нам людей; «біль, викликана щастям інших»; прагнення до того, щоб ближній не користувався благами, що пов'язані з пошаною (Арістотель) [10, с.93-95];
- агресивне жадання переваги через порівняння себе з іншим (Ф.Бекон) [28, с.369];

- «порок, що змушує деяких людей гніватися при вигляді блага, що випало на долю інших»; «особливий вид печалі, змішаної з ненавистю, яку відчують, коли бачать благо у тих, кого вважають недостойними цього блага» (Р.Декарт) [42, с.560];
- «невиліковна» печаль, пов'язана з бажанням володіти вподобаною річчю, що зникне тільки тоді, коли людина «проявить гнів на тих, хто володіє тим, що ми цінуємо і бажаємо» (Б.Мандевіль) [101, с.79];
- вид ненависті, що руйнує зсередини: «зздрість є ненависть, оскільки вона діє на людину таким чином, що вона відчуває незадоволення при вигляді чужого щастя, і навпаки – знаходить задоволення в чужому нещасті» (Б.Спіноза) [166, с.472];
- занепокоєння душі від усвідомлення того, що бажаним нам благом заволодів інший, який, на нашу думку, не повинен володіти їм раніше за нас – Дж. Локк;
- пристрасть, що «зародившись в розумі людини на рівні раціонального порівняння себе та інших... поселяється в серці як роздратування, гнів і почуття ненависті» (Ф.Ларошфуко) [79, с.32];
- «схильність сприймати з незадоволенням благополуччя інших, хоча воно не завдає жодної шкоди»; «досада від того, що ми бачимо як чуже благополуччя затуляє наше власне»; «порок людської ненависті – протилежності любові» «почуття, споріднене з невдячністю і зловтіхою» (І.Кант) [62, с.242];
- відчуття нещастя, нудьги і власної неповноцінності при спогляданні на чуже благополуччя, що тісно споріднене з ненавистю, зловтіхою та жорстокістю, – протилежностями співчуття (А.Шопенгауер) [205, с.69-75];
- імпульсивне прагнення до рівності і справедливості (екзистенційна заздрість), одна з найглибших людських схильностей, що пробуджується, як тільки людина опиняється в суспільстві (Ф.Ніцше) [117; 118];
- невдоволення від нестачі чогось, що мотивує на придбання бажаного собі; безсила заздрість (рессентімент) виникає, коли спроба отримати бажане не вдалася і привела до усвідомлення власної безпорадності та пригніченості (М.Шелер) [202, с.17-18];
- приховане захоплення, що знецінює те, чим захоплюється, пов'язане з раптовою зміною почуттів, недовірою, злістю, ницістю, злобною радістю: «Захоплення – це радісне самозабуття, заздрість – гірке самоствердження» (С.К'еркегор) [76];

– деструктивна риса, стан людської психіки, природне спонукання, пов'язане з порівнянням, найбільш потужний мотиватор поведінки (Raiga) [228, р.8-11].

Філософи різних часів вказували на різнобарвність проявів заздрості, виділяли певні типи заздрощів. Гесіод розрізняв заздрість блага («корисну»), що співревнує, «змагається старанно») і здатна спонукати до праці навіть ледачого, і заздрість порочну («грізну»), що люті війни, злість і ворожнечу викликає [34, с.141-142]. Платон розділяв поняття «заздрість» і «суперництво», але, припускав, що вони можуть трансформуватися один в одного [132]. Арістотель розрізняв змагальність, як «ревниве бажання зрівнятися», прагнення «самому досягти благ, пов'язаних з пошаною», та заздрість, як прагнення до того, щоб «ближній не користувався цими благами» [9, с.94-95; 10, с.89]. Ф. Бекон розрізняв заздрощі у приватному та у суспільному житті, що можуть приймати деструктивно-мстиву форму поведінки [28, с.369]. Р. Декарт виділяв справедливу, морально виправдану (щодо несправедливого розподілу благ) і порочну (агресивно-руйнівну) заздрість [42, с.560]. І. Кант розрізняв «чорну» заздрість (неприятно-ворожі вчинки з метою позбавити блага об'єкт заздрості) і просту недобррозичливість [62, с.242]. Б. Мандевіль вказував на мінливість проявів заздрості, порівнюючи її з «ознаками чуми, яка змінює свої симптоми» [101, с.79]. Ж. Дескюре розрізняв заздрість – «нище почуття», що веде до ряду нервових і душевних захворювань, та змагання – «гідне почуття, що зароджується в благородному серці і викликане високим прагненням» [45]. Е. Рега виділив два види заздрості: звичайну заздрість, яку приховують і заздрість-обурення, яку можна вибачити і навіть виправдати [228, с.11]. Тут слід зазначити, що суперництво і змагання не виключає обману і підступності, а заздрість – поваги і визнання переваг суперника, тому ці поняття неможливо відділити одне від одного.

Окремо слід зупинитися на понятті «рессентімент». Ф. Ніцше розрізняє постійну латентну (екзистенційну) заздрість, що властива всім людям, та більш глибоку форму заздрості, яка «замовкає.., і запалюється все більше і більше... зростає в тиші» [117]. Згідно Ніцше, *ressentiment* (фр.) – «мораль слабких і безсилах» – глибинний комплекс негативних емоцій, серед яких одне з головних місць займає заздрість; це орієнтація на чужу систему цінностей, що може носити характер суспільної епідемії і переживатися масами людей як психічна депресія, для

якої характерні почуття приниження, прихованої образи, пригніченої помсти, безсилля, що паралізує волю [118, с. 424]. М. Шелер, пов'язуючи заздрість із рессентиментом, чітко описує його: «Рессентимент – це самоотруєння душі, що являє собою довготривалу психічну установку, яка виникає внаслідок систематичної заборони на вираження відомих душевних рухів і афектів» [202, с.13-18]. Дослідник зазначав, що рессентимент виникає, коли людину довгий час примушують (і обставини теж), принижують, ігнорують, пригнічують, защемляють її гідність.

У якості передумови заздрості філософи називають: порівняння себе з іншим, бажання «зрівнятися з ближнім в достоїнствах» [28, с.369]; «рівність надій на досягнення цілей», бажання володіти одним і тим же [35, с.94]; раціональне порівняння [79]; прагнення до рівності і справедливості [117]. Ф. Бекон один з перших помітив, що «в заздрості завжди таїться порівняння; а де неможливо порівняння, – немає і заздрості» [28]. Е. Рега теж вважав, що порівняння потенційно являє собою заздрість, якщо в нього не змогли ефективно втрутитися компенсаторні уявлення і почуття: «Здатність розуму до порівняння – це джерело справедливості для розуму і джерело заздрості для серця» [228, с.8]. К. Маркс описував зародження заздрості: «Мій будинок, цілком зручний і забезпечує повноту життя мого, і членів моєї сім'ї, скукожується до розмірів жалюгідної халупи, якщо поряд буде збудований палац» [102]. Це наштовхує на думку, що навіть коли становище того, заздрить не змінюється за прийнятою шкалою, успіх суперника розширює саму шкалу вимірювання, і його положення відносно об'єкта заздрощів виглядає гірше.

Серед суспільних першопричин заздрості філософи зазначали: «в класовому суспільстві, де рівність є метою, до якої прагнуть усі, заздрість розвинена найсильніше» [76]; максимальний заряд заздрості в такому суспільстві, де формальне, публічно визнане соціальне рівноправ'я сусідить з величезними відмінностями в фактичній владі, майновому стані, рівні освіти, тобто в такому суспільстві, де кожен має «право» порівнювати себе з кожним і «не може зрівнятися реально»; ядром такого суспільства виявляється «система конкуренції» [202, с.21]; соціально-історичні витоки заздрості виявляються в суспільно-економічних системах, заснованих на принципі споживання, через що в суспільстві відбувається відчуження особистості як такої [102].

Серед рис характеру заздрісних особистостей, філософи відмічали: схильність до обурення, честолюбство, гонорливість, егоїзм [10, с.94]; зарозумілість, самоприниження [166; 167]; почуття неповноцінності [205, с.69-75]; невдячність і зловтішність [62, с.242]. Арістотель зазначав, що заздрість відчують люди, котрі мають спільні риси: «подібні ... за походженням, за рідством, за віком, даруваннями, славою, станом»; «заздрять і ті, котрі мають майже все» [10, с.76-77; с.94]. Ф. Бекон зазначав, що особливо схильні до заздрості люди з певними фізичними вадами, тобто ті, хто не в змозі допомогти собі, а також люди, які випробували тимчасові невдачі, катастрофи та позбавлення; крім того, «відомо, що люди благородного походження схильні заздрити новим людям в момент їх сходження, бо їм «здається, ніби вони самі йдуть назад, тому тільки, що інші пішли уперед» [28, с.236]. Б. Спіноза вказував, що заздрість особливо відчують люди, охоплені «зарозумілістю» (ті, що ставлять себе вище інших), котрі знаходять задоволення в безсиллі інших, а також люди, охоплені «самоприниженням» (ті, що мають помилкову думку про себе, що вони «нижчі» за інших) [166].

Таким чином, у соціально-філософському контексті заздрість розглядається як глобальне, універсальне, загальнолюдське явище, що при надмірному прояві породжує особистісні та суспільні деструкції. Не слід також забувати про соціальну іпостась заздрості: вона природньо виростає на ґрунті реальної соціальної несправедливості. Важко уникнути заздрості дитині з малозабезпеченої сім'ї, котра порівнює свої вузькі можливості з перспективами, що відкриваються перед іншими дітьми [75, с.78]. Проте, не варто ілюзорно вірити в те, що розбіжності між людьми можуть зникнути, адже відмінності між чоловіком і жінкою, батьками і дітьми, братами і сестрами, старшими і молодшими цілком природні й неминучі. Оскільки вони виникають разом з людиною з самого її народження, то їх не усунути жодній соціально-політичній системі. Крім того, явище заздрості існує незалежно від раси, нації, соціального статусу, матеріального благополуччя, віку, статі, професії людини. Тому, ідея суспільства, вільного від заздрості, – скоріше нездійсненна мрія.

1.2. Психологічні підходи до вивчення заздрості

1.2.1. Теоретичні уявлення про заздрість в психології

Проблематика заздрості відносно недавно увійшла в предметно-емпіричне поле психологічної науки. Хоча деякі сучасні психологічні школи практично викреслили слово «заздрість» зі свого словника, так ніби вона просто не існувала в якості первинного джерела мотивації, доступні свідчення дослідників заздрості не залишають сумнівів у її універсальності [204]. За своїм впливом на людину почуття заздрості можна співставити тільки з любов'ю і ревностями. Заздрість часто не усвідомлюється, заперечується, придушується, маскується людиною, ховається за невдоволенням, роздратуванням, образою, почуттям несправедливості тощо. Вона «входить у перелік найменш визнаних почуттів і майже не згадується при поясненні власних мотивів, установок і реакцій, проте її часто приписують оточуючим» [25, с.265]. Заздрість демонструє бажання володіти і мати те, що є в іншого, або навіть перевершувати його, домінувати. Породжена конкурентним почуттям, вона спрямована на прагнення зруйнувати цю перевагу, що усвідомлюється або декларується як усунення несправедливості [109].

Феномен заздрості так чи інакше згадується у теоріях особистості різних напрямків психології: класичного психоаналізу (З. Фрейд, М. Кляйн), індивідуальної психології (А. Адлер), аналітичної психології (К. Юнг), гуманістичного психоаналізу (Е. Фромм), соціокультурної теорії (К. Хорні), екзистенційної психології (В. Франкл), гуманістичної психології (А. Маслоу), диспозиційного напрямку (Г. Олпорт), факторній теорії рис особистості (Р. Кеттел) тощо.

Перші наукові спроби теоретико-методологічного аналізу явища заздрості належать школі психоаналітиків. Так, у психоаналітичній теорії особистості З. Фрейда і його послідовників заздрість розглядається як вираження первинного інстинкту смерті і самого раннього вияву агресії в сфері об'єктних відносин, зокрема, у неподоланому і триваючому едиповому конфлікті, у якості зафіксованого протиріччя в дитячо-батьківських відносинах, що переноситься на інші періоди життя і типи взаєностосунків. З. Фрейд висловив ідею «заздрості до чоловічої статі» як основу формування жіночої сексуальності. Психоаналітик стверджував, що у віці 2-3 років, виявивши вади у будові свого тіла, дівчинка починає відчувати так звану «заздрість до пеніса», яка веде до посилення заздрісної прихильності до батька і

обуреної образи на матір (як «суперниці»). У дорослому віці конфлікт вирішується спробою дівчинки компенсувати свою неповноцінність за допомогою бажання мати дитину [183]. Тут ми дозволимо собі не погодитись з таким мотивом материнства.

Далі, З. Фрейд висловив ідею про те, що заздрість служить реальною основою багатьох установок, наприклад «духу спільності», що призводить до вимоги «справедливості», солідарності та рівності усіх. На його думку, те, що з'являється в суспільстві у вигляді «громадського духу», породжується тим, що спочатку було заздрістю, – ідеєю, що ніхто не повинен виділятися, а всі повинні бути однаковими і мати одне і те ж. З. Фрейд зазначав, що соціальне почуття засноване на реверсуванні того, що спочатку було ворожим почуттям, у позитивно забарвлений зв'язок за характером ідентифікації [181]. Також, Фрейд висловив свої погляди з приводу зв'язку заздрості з нарцисизмом, який розглядав у якості лібідозного доповнення до інстинкту самозбереження [182; 183]. Психоаналітик вважав, що існує «первинний нормальний нарцисизм», притаманний усім людям в дитячому віці; він має вирішальне значення для розуміння розвитку характеру і виключає допущення примітивного почуття малоцінності. Тобто, це необхідний етап у розвитку дитини, на основі якого має сформуватися почуття самоповаги і власної гідності як основи впевненості в собі. У зв'язку заздрості з нарцисизмом, психоаналітик зазначав, що почуття малоцінності є наслідком «нарцисичної рани», яку заздрість повинна «загоїти». З Фрейд пояснював, що вважає вторинний нарцисизм засобом збереження або відновлення любові, описуючи самолюбство у якості заміника материнської любові в нарцисичних характерах [75].

Цікаву точку зору з цього питання висловив А. Адлер [2]. Дослідник пов'язував заздрість з почуттям неповноцінності і вважав, що це «риса характеру, агресивна за своєю суттю». З позиції структурно-теоретичного підходу Адлера, заздрість – це реакція на нерівність людей при дефіциті власної самооцінки, пов'язана з почуттями безсилля і безпорадності, що поєднуються з прагненням людини до влади і вищості [3]. На слушну думку психоаналітика, заздрість слід розглядати «як чинник сучасного стану людської психіки», а прагнення до переваги та зверхкомпенсації розглядав як основну мотиваційну силу в житті кожної особистості. Згідно Адлеру, кожна людина в ранньому дитинстві переживає почуття

власної недостатності. Додатково провокують це переживання хвороби дитини, її слабкість, обмеженість сил, каліцтво, невдачі, схильність до страхів, недбалість батьків. Неприємне почуття неповноцінності витісняється в несвідоме і, водночас, компенсується діяльністю з досягнення певних успіхів – реальних або уявних. Але, незважаючи ні на які досягнення особистості, комплекс неповноцінності вимагає постійної зверхкомпенсації, що породжує комплекс переваги над іншими [2]. До того ж, А. Адлер зазначав, що всі люди відчувають почуття заздрості, яке не приносить шкоди, якщо воно не надто інтенсивне [2; 3]. Більш того, був упевнений, що заздрість «корисна» в роботі, в прагненні до успіху, в подоланні труднощів.

К. Юнг вважав заздрість архетипічним явищем, пов'язаним з протиріччями колективного несвідомого, розглядав її крізь призму «владних, захватницьких стосунків» і наділяв динамікою та руйнівною силою [210]. Також він називає їх «Тінню», що втілює собою негативні сторони особистості, суму всіх неприємних якостей, які хотілося б приховати, усе неприйняте і неусвідомлене особистістю, у зміст якого входять «владні, зазначені афектом, нав'язливі, загарбницькі стани», що «здатні вразити і придушити добре впорядковане Его». З точки зору К. Юнга, «заздрість і всі відомі пороки відносяться до темної сторони підсвідомості, яка може проявляти себе двояко. У позитивному сенсі вона як «дух природи», творчо запліднює людину, речі і весь світ. У негативному сенсі підсвідомість виявляє себе як дух зла, прагне до руйнування» [211].

Е. Фромм вважав, що заздрість і ревності – це особливі форми фрустрації, тобто бажання, в задоволенні якого відмовлено [187]. Відповідно до Фромма, заздрість виникає тоді, коли людина не просто не отримує того, чого вона хоче, а коли бажане є у іншого, хто всім цим користується замість неї. Автор вважав, що бажання, прагнення і страхи, які можна виявити в людині, розвиваються як реакції на певні умови життя: «Спосіб життя, зумовлений особливостями економічної системи, перетворюється на основний чинник, що визначає характер людини, бо провідна потреба самозбереження змушує її прийняти умови, в яких їй доводиться жити» [188, с. 20-22]. Психоаналітик також зазначав, що «в одних системах громадські структури самі по собі сприяють формуванню в людях заздрощів, жадібності і бажання жити за чужий рахунок, а в інших ці риси зустрічають осуд. У

перших системах ці риси стають частиною структури «соціального характеру» [187]. Крім того, заздрість поряд з жадністю, садомазохізмом, деструктивністю і нарцисизмом він пов'язував з «синдромом ненависті до життя» [186]. Саме Е. Фромм ввів поняття «суспільство споживання» [189], з яким пов'язував процвітання заздрості. У своїй книзі «Мати чи бути?», Е. Фромм постулював, що «Бути означає давати вираз всім своїм задаткам, талантам і даруванням, розвивати себе, але при цьому проявляти інтерес і любов до інших, розвивати бажання не брати, а давати». Він попереджав, що необмежене задоволення всіх потреб зовсім не сприяє благополуччю, оскільки не дає відповідь на головне питання – «навіщо я живу?» [189, с.138-139].

У концепції К. Хорні заздрошам приділено досить багато уваги. Вона, на противагу підходу З. Фрейда до жінки як до неповноцінної відносно чоловіка стверджувала, що «заздрість чоловіка до вагітності, дітородіння, материнства, до жіночих грудей і можливості ними годувати, дає початок несвідомій тенденції до їх знецінення» [191, с.7]. Жінка загрожує чоловікові пониженням «маскулінної самоповаги», адже «жінка відіграє свою роль самим фактом свого буття», на відміну від чоловіка. Таким чином, заздрість чоловіків до здатності жінки творити нове життя, на її думку, є однією з рушійних сил, що спонукають їх до творчості і створення культурних цінностей. Загальною ж причиною виникнення заздрості і у чоловіків, і у жінок, за К. Хорні, є наявність базальної тривоги через відсутність відчуття безпеки, любові і визнання, з чим особистість справляється відмовою від своїх справжніх почуттів і винаходом штучних стратегій внутрішньопсихічного і міжособистісного захисту [192]. Відповідно до цього підходу, заздрість відіграє значну роль у формуванні неврозів, у яких базальні тривога з ворожістю складають основний конфлікт невротичної особистості: здорова людина «сама хотіла б мати», а невротик «шкодує про те, що мають інші» [191]. Таким чином, невротик постійно порівнює себе з іншими, відчуває марнославне бажання бути унікальним, винятковим, переважати інших. Причому, чим більше заздрість витісняється, тим сильніше вона проектується на інших, призводячи до параноїдального страху перед чужою заздрістю. Згідно К. Хорні, заздрість спричинена безсиллям і безнадійністю, а компенсується прагненням до влади й володіння перевагами [192, с. 224].

М. Кляйн вважала заздрість вродженим деструктивно-агресивним почуттям, та вказувала, що люди народжуються з різною конституційною схильністю до заздрості, включаючи досвід внутрішньоутробного розвитку та пологів. Виходячи зі своєї теорії об'єктних стосунків, М. Кляйн зазначала, що перший об'єкт, з яким має стосунки немовля, – це груди, що викликають заздрість: і як «зла грудь» через зменшену лактацію (тому що вона «утримує» в собі те, чого так жадає дитина), і як «добра грудь» зі щедрою лактацією (оскільки вона має у надлишку те, чого прагне дитина) [67, с.16]. Так, спочатку груди, а потім і сама мати, фактично діляться на «хорошу» і «погану», в залежності від ступеня задоволення власних потреб. Дослідниця стверджувала, що у дитини з самого дитинства є агресивні прагнення, а передоснова заздрості лежить в пізньооральній садистській фазі, коли дитина кусає груди матері. М. Кляйн зазначала, що заздрість – це не просто брак того чи іншого об'єкта, а фундаментальна установка, спосіб ставлення до життя, протилежна любові, оскільки заздрість тісно пов'язана з первинною недостатністю, – деструктивністю інстинкту смерті, а любов – з достатністю та інстинктом життя. Заздрість привносить у внутрішній світ особистості розщеплення її на «абсолютно хорошу» і «абсолютно погану», яке закріплюється у вигляді «параноїдно-шизоїдної позиції», що перешкоджає процесам інтеграції та адаптації особистості [67, с.19].

Як зазначає М. Кляйн, заздрісні атаки спрямовують притаманну людині деструктивну силу назовні і цим рятують її від саморуйнування, що настає за відсутності виразу агресії на зовнішній об'єкт. Неприязнь, гнів і образа до того, хто переважає і перевершує, розглядається як своєрідний захисний механізм, що компенсує збиток, нанесений самооцінці, і створює відчуття власної значущості і повноцінності. Руйнування найулюбленішого, псування хорошого – це основна реакція на світ, що зосереджена в почутті заздрості, продиктована висновком: якщо в мене чогось немає, то нехай і ні в кого цього не буде. Тож, за М. Кляйн, заздрість – це злісне почуття гніву, яке відчуває людина, побоюючись, що хтось інший скористається і насолодиться чимось бажаним для неї самої [67]. Заздрісний імпульс спрямований на те, щоб відібрати або зіпсувати це. Крім того, М. Кляйн та її послідовники (Г. Розенфельд і Х. Сегал) розглядали нарцисичну структуру особистості виявом заздрості, а також захистом від неї [67].

На думку Ж. Лакана, об'єкт заздрості не є для суб'єкта чимось корисним, – це не те, чого бажає той, хто заздрить, а скоріше те, що задовольняє іншого, з ким він себе порівнює чи ототожнює (спостерігаючи за годуванням свого брата, дитина вже не відчуває необхідності в самих грудях). Лакан підкреслює, що заздрість – це гріх споглядання, спрямованості уваги заздрісника на іншого, коли той задоволений і чимось насолоджується. Також, психоаналітик висловив припущення, що заздрість передбачає не двох, як зазвичай вважають, а трьох суб'єктів. Третій – хтось незримо присутній, чиєго визнання шукає заздрісник [221].

Представник гуманістичної теорії особистості, А. Маслоу заздрість розглядає як неподоланий пережиток психологічного нездоров'я, властивий особистості на шляху до самоактуалізації. Водночас, пов'язує деструктивні тенденції у розвитку «Я»-концепції, тобто деструктивні заздрощі, з нездатністю людини до самоактуалізації [103, с.34; 104].

Засновник теорії логотерапії і екзистенціального аналізу В. Франкл зазначав, що неусвідомлена образа і заздрість – невідомо до кого, отруюють життя та схожі за своїм «смаком» на зелений виноград. Він був свідком того, що навіть у виключно деструктивних і одноманітних умовах концтабору, найменші переваги одних в'язнів над іншими, викликали заздрість та зазначав, що заздрість володіє особливою «оптикою», що дозволяє бачити найдрібніші нюанси переваг інших навіть у практично рівних умовах» [179; 180].

У диспозиційній теорії особистості Г. Олпорта заздрість розглядається як одна з форм особистісної агресивності, руйнівна сила взаєностосунків [123, с.155]. А в структурній теорії рис особистості Р. Кеттела – як складова фактора «довірливість – підозрілість» [144; 215].

Отже, протиріччя у системі ставлень особистості до іншого і до себе як причини виникнення заздрості розглядалися авторами різних психоаналітичних концепцій особистості та різних психологічних підходів до вивчення особистості. Вченими висувалися гіпотези, що поєднання завищених амбіцій, владолюбства, користолюбства, егоїзму з почуттям неповноцінності, приниженості, нікчемності, «посередності» призводить до формування ворожості, агресивності та заздрощів. При всій оригінальності розглянутих ідей різних авторів, причини заздрощів,

названі ними, мають спільну основу – протиріччя в дитячо-батьківських стосунках, внутрішньоособистісні протиріччя у самостваленні, протиріччя між свідомим та підсвідомим, внутрішнім і зовнішнім, особистим та суспільним. Розбіжності дослідників в понятійно-категоріальному апараті, у поглядах на причини і наслідки заздрощів є показником складності і багатогранності феномена, що досліджується.

Серед психологів радянського та пострадянського простору вперше «заговорив» про заздрощі у авторській теорії ставлень В.Н. Мясіщев, котрий розглядав заздрість як ставлення особистості до іншої людини, та зазначав, що «успіхи іншого учня можуть стати мотивом вороже-заздрісного ставлення до нього» [111, с.389]. Також поняття «заздрість» зустрічається у психофізіолога В.С. Дерябіна, котрий розглядав заздрість поряд із гордістю, зарозумілістю, лестощами, образою і зловтіхою як негативну емоцію, що породжується більше соціальним середовищем, аніж конституцією [44, с.174-184]. Заздрість, на думку вченого-психіатра, пов'язана із залежною чутливістю до чужої думки, що породжує бажання затьмарити інших, і водночас, не відстати, бути не гірше за інших. Конкурентна установка стосовно оточуючих також виявляється в заздрощах, дріб'язковій ворожнечі, прагненні знецінити чужі досягнення та виставити їх «у невідгідному світлі». Серед рис заздрісної особистості виділяв марнославство, зарозумілість, егоїзм, дріб'язкове самолюбство, тривожність, підвищену реактивність [43, с.136-144]. А.В. Петровський відносив заздрість до «вищих почуттів», зазначаючи, що вони включають в себе не лише моральні, «...а й аморальні почуття (себелюбство, жадібність, заздрість тощо), тобто, по суті, ниці емоційні прояви особистості» [31, с.257]. Вчений зазначав, що це «чисто людське почуття» і зазначав, що «охарактеризувати особистість багато в чому означає сказати, що дана конкретна людина любить, що вона ненавидить, презирає, чим вона пишається, чому радіє, чого вона соромиться, чому заздрить тощо» [31, с.252].

Інтерес дослідників до проблеми психології заздрощів в останні десятиліття значно посилювався, про що свідчить ряд робіт, опублікованих як психологами пострадянського простору, так і зарубіжними авторами (К.К. Муздибаєв, Т.В. Бескова, Р.М. Шаміонов, Л.С. Архангельська, О.Р. Бондаренко, У. Лукан, П. Куттер, Г. Шоек, А.В. Васильченко, А.В. Пилішина та інші).

К.К. Муздибаєв один з перших сучасних психологів зробив успішну спробу системного аналізу та масштабного соціально-емпіричного дослідження заздрості. Він дає таке визначення заздрості: «Заздрість є неприязно-ворожим почуттям, що виникає, коли індивід не має того, чим володіє інша людина, і пристрасно бажає мати цей предмет (якість, досягнення, успіх), або пристрасно бажає позбавити предмета заздрості іншу людину» [109, с.4]. Автор відзначає, що «оскільки заздрість вважається негативним, соціально неприйнятним феноменом, вона пригнічується, заперечується, маскується або позначається по-іншому. Тому складно оцінити її масштаби і негативні наслідки впливу на долі людей, економіки та культури держави» [108, с.38]. Заздрість оцінюється як дезорганізуюча сила, що виявляється в домінантності, агресивності, озлобленості, недобррозичливості в суспільстві. У цілому, «заздрість – це конкурентне почуття, орієнтоване на володіння і домінування» [108, с.37]. Водночас, дослідник стверджує, що заздрість – «збиткове почуття, що намагається заповнити порожнечу або який-небудь особистісний недолік, відсутність світоглядної, психологічної рівноваги і гармонії» [109, с.12]. При цьому, виділяє злобну і незлобну заздрість. Вивчення особистісних корелят заздрісності, розпочате К.К. Муздибаєвим, показало, що у заздрісних людей низький рівень самоповаги, низький рівень контролю над обставинами життя, підвищений рівень егоїзму та мстивості, а також низький рівень надії на майбутнє [108].

Р.М. Шаміонов, досліджуючи типи ставлення до іншого, зазначає, що сприйняття успіху іншого залежить від певних ціннісно-сміслових орієнтацій особистості і може виявлятися різноманітно: прийняття, радість та підтримка іншого і його успіху, відкидання іншого, зниження або завищення значущості успіху, і нарешті, заздрісне ставлення [197, с.95]. Він зазначає, що заздрість призводить до формування таких якостей, як: тривожність, дратівливість, гнів, самотність. Заздрість, на думку дослідника, може призвести до виникнення неврозів, розладів особистості, може стати причиною суїциду. Р.М. Шаміонов вважає, що здатність особистості проявляти свою суб'єктну (внутрішньо активну) позицію для досягнень за наявності установки на досяжність (надії) є внутрішнім бар'єром до формування заздрісного ставлення до інших. За вираженої суб'єктної позиції особистість виявляється більш здатною до руху в напрямку до власної мети, не фіксуючись на

перевазі іншого [197]. Крім того, цілеспрямовані, ініціативні особистості більшою мірою орієнтовані на задачу і в меншій – на емоційну оцінку і рефлексію нерівності.

На думку В.О. Лабунської, суб'єкт заздрості не просто фокусує увагу на об'єкті заздрості, а починає перетворювати своє життя, наслідуючи його, і, якщо така задача стає для нього непосильною, то він переходить до характерних для нього дій (відібрати, зруйнувати те, що йому не належить), перетворюючи, таким чином, своє буття [77, с.120-137]. Дослідниця вважає, що цілком очевидно, що заздрісне ставлення ґрунтується не тільки на ціннісно-сміслових утвореннях суб'єкта і характеристиках самооцінки, але і на певних властивостях особистості. В.О. Лабунська та представники її наукової школи (О.Е. Соколова, Т.В. Бескова, Л.С. Архангельська) досліджують поняття заздрості в структурі стосунків суб'єктів, котрі зазнають труднощів у спілкуванні. У рамках цих досліджень, О.Е. Соколова розглядає заздрість як стимул до самовдосконалення, що сприяє самореалізації особистості і веде до скорішого досягнення мети [163, с.9-14].

Т.В. Бескова, досліджуючи соціальну психологію заздрості, дає таке визначення: «Заздрість – вороже ставлення до досягнень (успіху) іншого, що включає в себе ставлення до об'єкту, предмету переваги й самого себе і супроводжується комплексом переважно негативних емоцій, усвідомленням свого більш низького становища і бажанням прямо або побічно нівелювати виявлену перевагу і відновити суб'єктивну рівність» [17]. Дослідниця виділяє два типи заздрісної реакції на переваги іншого: заздрість-неприятність, при переживанні якої домінують почуття озлобленості, гніву, роздратування, ненависті, спрямовані на того, хто домігся більшого; та заздрість-зневіру, що супроводжується почуттями образи, досади, смутку, відчаю, відчуттям «незаслуженої непереборної обділеності» [17, с.46]. Авторка вивчає психологічні механізми, детермінанти, типи ставлень, структуру заздрості як соціально-психологічного феномену, а також розробляє методи дослідження заздроців [17; 18; 19].

Л.С. Архангельська розглядає заздрість як причину емоційних, когнітивних та особистісних розладів і вважає, що заздрість – це наша незадоволеність, нереалізовані можливості і через це – несвідоме почуття провини [11, с.37-39]. Дослідниця зазначає, що сучасна людина внаслідок соціокультурних обставин

одночасно виступає в ролі як суб'єкта, так і об'єкта заздрості, вона прагне до створення своєрідного «кола» своїх заздрісників, застосовуючи при цьому відверті маніпуляції. Вона стверджує, що для суб'єкта заздрості є характерною «патогенна система стосунків, що відрізняється амбівалентністю і виявляється у поєднанні дружньо-ворожих, приймаюче-відчужених, домінантно-підкорюємих, зацікавлено-ігноруючих стосунків та веде до агресивно-знецінюючого, захисно-уникаючого, домінантно-контролюючого стилів взаємодії [11].

Н.В. Дмитрієва визначає заздрість як захисну реакцію на загрозу «Я», що виникає при неможливості реалізувати свою потребу, наприклад, в любові, владі, прагненні до знань тощо. Вона виділяє такі захисні механізми при заздрощах: відмова від діяльності, компенсація, захисне фантазування, уникнення, знецінення об'єкта заздрості, самовозвеличування, витіснення, проекція, сублимація, девальвація суб'єкта заздрості, депресивні і суїцидальні тенденції, самобичування [47]. І.Б. Котова вважає, що заздрість виникає тоді, коли здійснюється «інфляція «Я» за рахунок прагнення до певного ідеалу, але без урахування власних можливостей. У таких умовах може виникати стан фрустрації, а потім депресії або туги, адже неможливість володіння ідеалом порівнянна з його втратою [70, с.424]. Л.А. Д'яченко і М.І. Кандибович під заздрістю розуміють соціально-психологічну рису особистості, що виявляється в недобррозичливості і невдоволенні по відношенню до інших, і розглядають заздрість як порок, як ознаку обмеженості розуму і дріб'язковості характеру [48, с.101-102].

О.Р. Бондаренко, У. Лукан визначають заздрість як почуття, що виникає при невдалому захисті самооцінки. Вони підкреслюють, що заздрість, пов'язана з проблемами самооцінки, відіграє ту чи іншу роль у всякому порушенні особистості, особливо нарцисичних розладів особистості, параноїдних страхів і агресивних, руйнівних фантазій, у поєднанні з психосоматичними проблемами. У взаєминах заздрість розділяє, створює дистанцію. Той, хто заздрить, займає оборонну позицію стосовно ворожого світу, і сам виявляє ворожість до оточуючих. З часом агресивність збільшується, а потайна образа стає стилем життя. Дослідники також зазначають, що в заздрісниках поєднується агресивна поведінка і сором: «І заздрість, і сором є результатом саморефлексії і невідповідності ідеальному «Я».

Але, якщо сором зберігає цю невідповідність і викликані нею страждання, то заздрість вимагає змінити ситуацію, відновити цілісність» [25, с.269].

Отже, психоаналітики і більшість сучасних психологів розглядають заздрість у сполученні з тривожністю, дратівливістю, недоброзичливістю, мстивістю, безпорадністю, сором'язливістю, схильністю до суперництва, конкуренції, ненависті, обурення, зловтіхи, невдячності, егоїзму, ревнощів, розчарування, почуття несправедливості. Діапазон визначень заздрості доволі широкий: від її розгляду як печалі і засмучення – до ненависті і пороку. Крім того, в сучасних роботах по заздрості підкреслюється, що у того, хто заздрить, фрустрована потреба у незмінній шкалі цінностей, в позитивній самооцінці, в підтвердженні, визнанні, у відповідності своєму «Я»-ідеальному [18; 25; 70; 109; 163].

Залежно від наукових підходів дослідників, заздрість теоретично розглядалася як: конкурентна установка стосовно інших [44], неприязне, вороже почуття або ставлення [19; 77; 109; 110; 131; 197], почуття досади [24; 54], особлива форма тривоги [122; 192], особлива форма фрустрації [11; 70; 187], форма агресивності особистості [3; 67; 123], захисна реакція [47; 229], прояв мотивації досягнення [36; 56; 99; 164], прояв нездорового перфекціонізму, завищеного рівня домагань [64; 173] і нарциссизму [67; 71; 182], прояв неповноцінності [2; 3; 109], прояв незрілості особистості [173; 206] тощо. Означені наукові підходи до розуміння поняття заздрості відображають важливі окремі його аспекти, але не дають цілісного уявлення про цей феномен. Це пояснюється багатогранністю феномена заздрості, що знаходить своє відображення в різноманітті визначень поняття «заздрість» у словниках і довідниках з психології:

– прояв мотивації досягнення, при якій чиїсь реальні чи уявні переваги у придбанні соціальних благ – матеріальних цінностей, успіху, статусу, особистих якостей та іншого – сприймаються суб'єктом як загроза цінності «Я», і супроводжуються афективними переживаннями і діями [36];

– особлива форма тривоги, заснована, як припустив МкДаугалл, на «недоброму спогляданні більш щасливих людей» [122];

– вороже ставлення до людей більш успішних, щасливих, привабливих, ніж індивід вважає себе сам; характеризує паранояльну особливість характеру, зазвичай

тягне за собою приховану, непрямую або навіть пряму агресію, спрямовану на об'єкт заздрісного ставлення [51];

– негативний стан психіки, що викликає, як правило, руйнівні для людини почуття, вчинки, діяння; в стані заздрості людина сприймає чийсь удачу чи успіхи на будь-якому поприщі як образливу несправедливість по відношенню до себе, як загрозу своєму статусу, благополуччю, як зниження цінності або навіть знецінення свого «Я» [135];

– почуття досади, викликане благополуччям, успіхом іншого; в крайньому виразі заздрість доходить до ненависті (злоби) стосовно удачі іншого і бажання його падіння [24; 161];

– недоброчливе ставлення до більш щасливих людей». Згідно МкДаугалл, «це подвійне з'єднання негативного самовідчуття і гніву» [138];

– почуття, що виявляється у формі бажання отримати перевагу, відчувати таке ж або ще більш інтенсивне задоволення, ніж інша людина. До заздрості може домішуватися роздратування або навіть ненависть до того іншого, котрий володіє чимось таким, чого позбавлений заздрісник [66];

– почуття невдоволення, викликане бажанням володіння особистими якостями, соціальним статусом, продуктами матеріальної і духовної діяльності, наявними в розпорядженні інших людей, але відсутніми у людини; супроводжується власною заниженою самооцінкою і незадоволеністю життям [80];

– ставлення (гостре – як емоція або довгострокове – як почуття) до людини, викликане усвідомленням нездійсненності (взагалі або в даний момент) бажання мати те ж, що є в іншій людині, супроводжуване розчаруванням у своїх досягненнях внаслідок своєї неспроможності, недосконалості [60, с.21].

Наявні визначення заздрості хоча й різноманітні, але дещо схожі, адже описують заздрість як неприємну емоцію, почуття, негативне ставлення, що проектується на іншу особу, котра у порівнянні із суб'єктом заздрості володіє певними перевагами, можливостями, або знаходиться в більш сприятливому становищі (соціальному, психологічному, фізичному, матеріальному). Отже, у сучасній психології спостерігається неоднозначне уявлення про феномен заздрості та недостатня узгодженість теорій і підходів, оскільки обмін досвідом її вивчення

практично відсутній, а переважна більшість досліджень заздрості носить теоретико-практичний, а не науково-емпіричний характер.

1.2.2. Визначення феномену «заздрості» як реакції, «почуття заздрощів» як стану і «заздрісності» як властивості особистості

Наступним кроком дослідницької програми є створення теоретичної моделі предмета дослідження, що являє собою сукупність логічно взаємопов'язаних понять, які описують предметне поле дослідження. Засобами створення теоретичної моделі є концептуалізація, конкретизація (інтерпритація) та операціоналізація. Концептуалізація – «процес осмислення та інтерпретації знань, спрямований на вироблення нових вихідних позицій у розумінні явищ та їх вивченні, глибокого комплексного аналізу категоріально-термінологічних та функціональних аспектів предмета дослідження» [203]. Концептуалізація полягає у створенні концепції (певного способу розуміння і трактування предмета дослідження) та виробленні робочих визначень понять дослідження, що відображають припущення, на яких базується теоретична модель предмета дослідження. Операціоналізація – це конкретизація понять, «розкладання» цілого на складові частини, ключові поняття дослідження (індикатори) [там само]. Операціоналізація дає змогу уточнити зміст понять-індикаторів, співвідношення тих елементів і властивостей досліджуваного явища, аналіз яких може дати цілісне уявлення про його практичний стан, пояснити можливі причини його виникнення та наслідки.

Аналіз психологічної літератури показав, що заздрощі теоретично вченими розглядалися і як реакція [2], і як емоційне переживання [30; 109; 156], і як почуття [24; 54; 110; 131], ставлення [19; 77; 109; 197], пристрасть [75; 206], і як установка, що змінює світогляд [12]. Тому необхідно спробувати внести ясність у наявний стан розробки проблематики заздрощів.

Ставлення до дійсності, матеріальні та духовні потреби і прагнення людини відображуються в мозку й відчуються як задоволення або незадоволення і переживаються у формі емоцій та почуттів. «Як психофізіологічні процеси, що мають рефлексорну природу, емоції та почуття являють собою складну реакцію організму, в якій беруть участь майже всі відділи нервової системи» [99, с.213]. Тому з психофізіологічної точки зору, заздрість дійсно можна розглядати як

психічну реакцію на певні подразники (як внутрішні, так і зовнішні), на незадоволення внутрішньоособистісних та соціальних потреб.

Заздрість як психічну реакцію можна визначити у якості ситуативного і короткочасного відчуття незадоволення через відсутність того, що є в іншого, яке виявляється у гострому бажанні того ж для себе. Ця реакція може бути викликана як незадоволеними внутрішніми потребами (наприклад, голодом), так і певними зовнішніми впливами-спонуканнями (нав'язливою рекламою, хвастощами інших, тощо). Так, відповідно до теорії рівноваги Ф. Хайдера, людина може захотіти певну річ тільки тому, що вона є в іншого, хоча раніше ніколи не відчувала в ній потреби і навіть не думала про неї [220]. Також є дуже цікавою теорія міметичного бажання Р. Жирара, відповідно до якої, наші бажання є копіями об'єктів бажань міметичних «медіаторів». Але «медіатор», бажання стає нашим суперником, якщо ми бажаємо того ж, що і він сам; при цьому, міметичні суперники сперечаються за певний «престижний» об'єкт, і внаслідок суперництва, вартість цього об'єкту зростає [219]. Підтверджує цю теорію дослідження нейропсихологів, за результатом якого рейтинг бажаності стимулу збільшується, якщо людина бачить, що цей стимул є значущим і є бажаним для когось, за ким вона спостерігає [210, р.431-439]. На «ефекті міметичного зараження» та «переслідуванні чужої мети» заснована реклама [49; 50]. У цьому сенсі заздрість виконує *функцію залучення людей до актуальних суспільних цінностей* (як позитивних, так і хибних).

Психічна реакція є категорією психофізіології, нейропсихології та біхевіористичного напрямку в психології. У загальній психології всі психічні явища прийнято умовно поділяти на психічні процеси, стани та властивості, що являють собою неподільну єдність та цілісність психіки людини [5; 81; 99; 143; 156].

Поняття «*психічний процес*» підкреслює динамічний (процесуальний) характер явища, що досліджується, та його недовготривалість у часі. Відомо, що внутрішня суб'єктивна реакція людини на перебіг процесу реалізації актуальної потреби виявляється у формі емоції [81; 143]. Це дозволяє припустити, що заздрість як психічний процес переживається у формі емоційної реакції, короткочасного емоційного стресу й афекту.

Психічні стани характеризують статичний момент індивідуальної психіки та відображають загальне відносно постійне ставлення людини до навколишньої ситуації, до себе самої [81; 143; 156]. Психічний стан – це «один з можливих режимів життєдіяльності людини, що на психологічному рівні відрізняється системою психологічних фільтрів, які забезпечують специфічне сприйняття навколишнього світу» [207]. До психічних станів можна віднести заздрість, якщо вона переживається у формі нестійкого почуття та більш-менш тривалої пристрасті. Переживання заздрощів як «затягнувшись» процес та тимчасовий стан можна розглядати у співвідношенні з різновидами критичних життєвих ситуацій за Ф.Є. Василюком [30]. Психічні стани впливають на протікання психічних процесів, а, повторюючись часто, набувши стійкості, можуть включитися в структуру особистості як її специфічної *властивості*» [207].

Психічні властивості – це найбільш стійкі психічні явища, закріплені в структурі особистості, що визначають постійні способи взаємодії людини зі світом [81; 143; 156]. Тобто, це набір стійких способів реагування і уявлень про себе. Психічні властивості відносно незмінні у часі, хоча і можуть змінюватися в процесі життя під впливом середовищних і біологічних чинників, досвіду. До психічних властивостей можна віднести заздрощі, якщо вони закріпилися у формі стійкого почуття, стійкої всепоглинаючої пристрасті або риси особистості заздрісності.

Почуття узагальнено розуміється як «культурно обумовлене, стійке, емоційно-забарвлене ставлення людини до значущого для неї соціального об'єкту» [207]. Емоції та почуття природно і органічно пов'язані з потребами. Потреба як нужда в чомусь завжди супроводжується позитивними або негативними переживаннями, що зумовлено ставленням особистості до потреб і обставин, які сприяють або не сприяють їх задоволенню [99, с.212.]. Потреби мають матеріальну, соціальну і духовну природу. Як зазначає О.М. Леонт'єв: «Наявність у суб'єкта потреб – така ж фундаментальна умова його існування, як і обмін речовин. У своїх первинних біологічних формах потреба є стан організму, що виражає його об'єктивну нужду в доповненні, яке лежить поза ним» [81, с. 1-3]. Потреба сама по собі, як внутрішня умова активності особистості, є негативним станом нужди, недостатності; свою позитивну характеристику вона отримує лише в результаті

зустрічі з об'єктом («реалізатором») свого опредмечування. Предмет потреби, що чуттєво сприймається або даний тільки в уявленні, постає зовнішнім або внутрішнім мотивом діяльності. Пробуджує спрямовану пошукову активність лише матеріальний чи ідеальний предмет, що відповідає цій потребі (мотив-ціль: «Що я хочу?»). На думку О.М. Леонтьєва, розвиток людини як особистості відбувається шляхом розвитку і опредмечуванню її потреб, що починається із задоволення своїх вітальних (елементарних) потреб, щоб діяти заради досягнення цілей, які відповідають її вищим потребам. Але, вчений зазначав, що коли в житті людини на одній чаші вагів фундаментальніші з її вітальних потреб, а на іншій – її вищі потреби, то можуть переважити якраз останні. Бажання і хотіння при цьому прагнуть наперед задовольнити певну потребу [81]. У цьому контексті заздрощі виконують функцію як першого «впізнавання» об'єкту потреби людини, тобто *функцію опредмечування потреб*, так і виконують *випереджальну функцію реалізації потреб*, бо стимулюють і мотивують особистість наперед задовольнити певну потребу. Це означає, що переживання заздрощів – це невід'ємний елемент як особистісного розвитку, спрямованого на реалізацію вищих потреб, так і деградації особистості, у разі її фіксації на нижчих потребах.

Проблема в тому, що у людини розвиток потреб також породжується матеріальним виробництвом предметів нових потреб, тобто нові товари породжують нові матеріальні потреби, що виявляється у бажанні споживати нові товари і послуги. Крім того, потреби людини (біологічні і соціальні, елементарні й вищі) є соціально детермінованими [81]. Зростаючі бажання отримати задоволення і переваги, насолодитися багатством, престижем, почеснями, владою і славою теж пробуджують в людях нові потреби. Ці бажання є соціальними, тому що людина наслідує їх у суспільства. Відповідно, ступінь успіху або невдачі в задоволенні цих бажань вимірюється завжди відносно соціального середовища, що оточує.

Аналіз літератури з проблематики заздрості дозволяє зробити припущення: найчастіше викликає заздрощі те, що найбільше цінується в певному суспільстві або соціальній групі, адже суспільні цінності постають критеріями соціальної ієрархії. Так, психоаналітик Ю.М. Орлов зазначав: «Якщо оволосіння грудей є соціально цінним, то будуть заздрити будь-якому більш шерстистому суб'єкту» [129, с. 83].

Засновник теорії соціального порівняння Л. Фестінгер відзначав, що люди мають необхідність в оцінці рівня своїх можливостей і точності своїх суджень і тому, за відсутності об'єктивних несоціальних стандартів, вони порівнюють себе з оточуючими. Згідно теорії соціального порівняння, люди сприймають і усвідомлюють себе, оцінюють особистісні якості, судження і здібності, порівнюючи себе з іншими [218]. Соціальне порівняння є універсальною потребою людини, що пов'язана з пошуком критеріїв для точної оцінки власних особистісних якостей, суджень і здібностей [33]. Цю теорію доповнила і внесла уточнення Д. Вуд [232], котра визначила основні мотиви, що спонукають людей до соціального порівняння: потреба в самооцінці, у прагненні до самовдосконалення, в підвищенні самооцінки.

Оскільки заздрість починається і супроводжується порівнянням себе з іншими, то, відповідно до вищевказаної теорії, переживання заздрості може бути спричинено нереалізованою потребою у знаходженні об'єктивних несоціальних стандартів свого «Я», або соціальних критеріїв для оцінки власних особистісних якостей, суджень і здібностей, нереалізованою потребою у самовдосконаленні та підвищенні самооцінки. Важливо зауважити, що порівняння може відбуватися не тільки в системі «Я – Інший», а й у системі «Я»-реальне – «Я»-ідеальне». Так, Т.В. Бескова відзначає, що порівняння себе з самим собою, яке здійснюється в системі «Я»-реальне – «Я»-ідеальне», багато в чому збігається з зіставленням «Я можу – Я хочу» (співвіднесенням своїх можливостей, результатів своєї діяльності зі своїми ж бажаннями і потребами) і виявляє відсутність або наявність розриву між ними. При невідповідності «Я можу» з «Я хочу», особистість проводить «ревізію» своїх внутрішніх і зовнішніх ресурсів, що необхідні для досягнення рівноваги між порівнюваними «Я». Усвідомлення недостатності власних ресурсів при незгоді на роль відповідно до своїх можливостей, на думку Т.В. Бескової може призводити до формування заздрості [18].

Таким чином, заздрість є наслідком незадоволення собою, результатом порівняння, що протікає у внутрішній структурі однієї особистості. Таке порівняння (якщо воно спирається на власні потреби і не супроводжується «самобичуванням»), повинно призводити до підвищення рівня домагань та прагнення розвивати свої здібності і таланти, а згодом – до особистісного зростання. Тож, заздрість, за умови

її усвідомленого аналізу та спрямування на пошук вищих потреб, може допомогти виявити ідеальний образ себе (знайти свої нерозкриті таланти та здібності), «знайшовши» їх реалізованими у іншого, зрозуміти, наскільки реальне «Я» далеке від «Я»-ідеального, усвідомити свої можливі «зони росту» і те, що стримує особистісне зростання. У цьому ракурсі заздрість може виконувати *функцію знаходження свого «Я»-ідеального та прагнення до досконалості*. Але, знайшовши те, чого не вистачає «Я»-реальному в інших, тобто «опредметивши» свою потребу, людина може відчувати ворожість до того, хто вже має те, що їй так необхідне (особливо якщо він сприймається як причина власної «обділеності»). Водночас, у неї з'являється певне невдоволення собою, падіння самоповаги і самоцінності внаслідок невідповідності бажаного з дійсним. При цьому, чужий успіх, здібності, досягнення сприймаються як власна поразка.

Ще однією з особливостей соціального порівняння є те, що воно може виникати автоматично, без усвідомленого бажання і наміру, неминуче нав'язуватися соціальною взаємодією, навіть проти волі людини та в неконтрольованій формі. Так, через ЗМІ звідусіль надходить інформація про те, як живуть і відпочивають, що цінують і купують інші люди (переважно, «зірки» та «багатії»), що, незалежно від бажання людини, «розширює» коло її соціальних порівнянь не на власну користь. У таких умовах відбувається «перевантаження» в нескінченному потоці порівнянь і оцінок. Крім того, соціальне порівняння може здійснюватися не тільки самою людиною, а й іншими (батьками, вчителями, колегами, які ставлять у «приклад» більш успішного), що теж створює умови для зниження самоповаги і самоцінності.

Отже, переживання заздрощів первинно актуалізується у «заздрісногенних ситуаціях» та може виявлятися як в домінуванні агресивного роздратування, гніву, озлоблення, ворожості чи ненависті (стенічні прояви), так і в розчаруванні, досаді, образі, смутку, відчаї, відсутності сил та надії на краще (астенічні прояви). У випадку, коли заздрість супроводжується стенічними (активізуючими) емоціями, вона відрізняється дієвістю, спонукає до певних конструктивних чи деструктивних вчинків, висловлювань, мобілізує та збільшує напругу сил. При цьому, людині важко мовчати і не діяти активно. У випадках супроводу заздрості лише астенічними (послаблюючими) емоціями, вона характеризується пасивністю або

спогляданням, розслабленням та демобілізацією сил. Тоді заздрість залишається безплідним переживанням, що виснажує людину.

«Заздрісногенні» ситуації – це такі ситуації міжособистісної взаємодії, що потенційно здатні спровокувати, спричинити або актуалізувати переживання заздрощів. До «заздрісногенних» ситуацій відносимо: ситуації гострої нужди та недостатності в чомусь, що є у іншого (матеріальні, соціальні та духовні цінності); ситуації фрустрації та депривації актуальних потреб на фоні, коли інші їх задовільняють; ситуації несправедливого оцінювання, приниження гідності, неприйняття і невизнання, нехтування та знецінення особистості з боку оточуючих; ситуації гострого суперництва, конкуренції, конкурсу; ситуації порівняння себе з іншим не на свою користь, що призводять (об'єктивно чи суб'єктивно) до втрати уваги, любові та прихильності з боку значимих осіб.

Усі вищеназвані ситуації здатні викликати роздратування, гнів, агресію, ворожість до того, хто випередив, «обігнав» у перевагах, щось «недодав», принизив цінність і гідність особистості, що стимулює прагнення відновити соціальну справедливість і свою самоцінність. У цьому сенсі заздрощі можуть виконувати *функцію захисту «Я»-концепції на шляху до самоактуалізації*, що супроводжується регуляційними, захисними і компенсаторними механізмами (це твердження буде доведено в емпіричній частині дисертації). Слід особливо підкреслити, що реакція заздрості може бути викликана як внутрішніми (суб'єктивними), так і зовнішніми (об'єктивними) чинниками. Буває так, що об'єктивно ситуація є «заздрісногенною», але особистістю вона такою не сприймається і людина на неї не реагує. А буває й навпаки: людина реагує заздрістю навіть тоді, коли об'єктивно ситуація не є «заздрісногенною», але суб'єктивно сприймається як така. Останній випадок є дуже характерним для заздрісних особистостей. Іншими словами, заздрісність є переконаність людини в тому, що вона завжди «програє» в порівнянні з іншими.

Дослідник А.Ю. Согомонов підкреслював: «Іноді заздрість стає для індивіда і навіть цілої соціальної групи чимось на зразок ціннісної орієнтації, набуваючи характер соціальної установки або проявляючись в особливому типі соціальної поведінки» [162, с.109]. Відповідно до висновків засновника теорії настанов Д.М. Узнадзе, установка лежить в основі цілісності і послідовності поведінки

людини, визначає норму її реакції, передує і визначає розгортання будь-якої форми психічної активності. Це основна, початкова реакція особистості на вплив ситуації, в якій їй доводиться ставити і вирішувати завдання [175]. У світлі концепцій представників теорії настанов В.О. Ядова та О.Г. Асмолова, заздрісність можна розглядати у якості смислової і, частково, цільової установки особистості, результатом взаємодії котрих є особисте ставлення індивіда до подій, людей та їх успіхів [12, с. 76-90; 212, с. 180].

Спираючись на вищезазначене, можна висунути припущення про те, що ситуативні емоції заздрості, котрі первинно виникли до нового об'єкту, можуть закріплюватися не тільки під впливом власного досвіду, а й під впливом відповідних суспільних настанов (культ «багатих та відомих», культ «економіки споживання» тощо). Крім того, існує думка, що установка на заздрість створюється в дитинстві батьками, котрі прагнуть за рахунок дитини компенсувати своє почуття неповноцінності [129, с. 83], висуваючи до дитини надмірні вимоги. Установки на заздрості формуються в несвідомому під впливом багатьох чинників, серед яких дійсно важливе місце займають батьківські директиви, такі як: «Ти не такий, як треба! Будь як...», «Ти повинен бути краще, ніж...». Фактично, це послання «Не будь собою». Дитина, бажаючи бути прийнятою, намагається грати роль того, кого їй ставлять у приклад. Одночасно, вона може відчувати заздрість до об'єкту порівняння. Так, може закладатися звичка усвідомлювати не самого себе (своїх справжніх бажань, прагнень, потреб), а того, який ти, виходячи з оціночних суджень і прагнень значущих оточуючих. У даному випадку, в якості основного критерію самооцінки постають не справжні властивості особистості, а такі порівняльні настанови як: «Я невдаха. В мене чомусь завжди все гірше, ніж у інших», або ж навпаки, «Я найкращий. У мене має бути все краще за інших» [82].

Тож, з психологічної точки зору заздрість може бути зрозуміла і як емоція (ситуативна заздрість), і як почуття (стійка заздрість), і як пристрасть (всеохоплююча заздрість)» [162, с.109].

С.Д. Максименко визначає пристрасті як сильні, стійкі, тривалі почуття, які захоплюють людину, володіють нею і виявляються в орієнтації всіх прагнень особистості в одному напрямку, у зосередженні їх на одній меті. На думку вченого,

пристрасть породжує силу та енергійність у прагненні до мети, сприяє продуктивності праці, проявляється не лише в емоційній, а й у пізнавальній, вольовій сферах, у наполегливості [99, с.217]. Дійсно, те, до чого ми ставимось з особливим душевним хвилюванням, виказує наші нереалізовані потреби, потенційні можливості та спонукає до дії. Це наша пристрасть. Палка пристрасть перетворює бажання у цілеспрямований намір та дію. «Загорітись бажанням», «спалахнути пристрастю», «захопитись прагненням» означає набути ентузіазму і незламної віри в досягнення бажаного. При цьому, пристрасть може виявлятися як у захопленні конструктивними справами (працею, навчанням, творчістю), так і у деструктивних залежностях (ігроманії, алкоголізації тощо).

Л.В. Новіков відмічає: «Говорячи про порушення, що пов'язані з пристрастю, слід говорити про порушення бажань. У нормі – бажання являють собою певну опредмечену потребу, яка є станом, котрий відображає потребу в об'єктах, що необхідні для існування людини. Але в заздрощах часто потреб за бажаннями не видно» [120, с.151]. Людині важко контролювати бажання, викликані пристрастю: прагнення до предмету пристрасті може виявитися сильніше інстинкту самозбереження. Дослідник вважає, що в основі виникнення пристрасті лежить механізм, згідно якого замість визначеної потреби, досягнення якої пов'язане з певними складнощами, задовольняється потреба більш нижчого плану, що приносить відчуття насолоди. При задоволенні пристрасті знімається напруга, однак першопочаткова потреба, заміщена пристрастю, виявляється незадоволеною. Спробувавши заміщення певної потреби на пристрасть, яка приносить відчуття задоволення, людина починає заміщати й інші вищі потреби – відбувається «генералізація пристрасті» [120, с.155]. Таким чином, вищі людські потреби заміщуються нижчими, бо слабкій чи ледачій людині легше їх задовольнити (любов заміщається похиттю, почуття власної гідності заміщається грошовим капіталом, почуття захищеності і безпеки заміщається накопиченням майна, самореалізація заміщається гординею й заздрістю). Людина, діючи «мимо цілі», на деякий час знімає напругу, але не реалізує пов'язану з цією напругою потребу і не отримує необхідного для себе задоволення.

Отже, здійснений аналіз літератури дозволяє розрізнити заздрість як адекватну або неадекватну короткочасну психічну реакцію, котра виникає у процесі споглядання чи порівняння себе з іншим, як більш-менш стійкий психічний стан, і як усталену рису, стійку пристрасть особистості – заздрісність. Часта активізація психічної реакції заздрості (свідома, несвідома, або нав'язана ззовні), може призвести до формування почуття заздрості як стану. Якщо тривалі стани заздрості переживаються часто, інтенсивно і глибоко, то заздрощі закріплюються у стійку властивість особистості – схильність до переживання почуття заздрощів.

Відповідно до теоретичної концепції предмету дисертаційного дослідження, **схильність до переживання почуття заздрощів (заздрісність)** розглядається як складна багаторівнева властивість особистості, що виявляється у постійному порівнянні себе з іншими людьми (чи уявним «еталоном») не на свою користь, у суб'єктивному відчутті зниження самоцінності, пристрасному бажанні заволодіти перевагами об'єкту порівняння (позбавити його переваг) при неможливості отримати чи набути бажане, що супроводжується специфічними проявами.

Слід зазначити, що переживання заздрощів може бути не лише деструктивною, але і нормальною реакцією на умови, що змінюються в соціумі. При цьому «чим більше значення для людини мають зміни, що відбуваються навколо неї і з нею, тим глибшими є переживання почуттів» [31, с.241-243].

Переживання за Ф.Ю. Василюком – це «переживання-діяльність» в тому значенні, в якому «пережити» означає перенести, витерпіти, витримати, подолати тяжкі події, важке почуття або стан, страждання, випробування, вийти з кризи і відновити душевну рівновагу, психологічно впоратися з ситуацією [30, с.16]. Відповідно до цієї теорії, необхідність у переживанні породжується певною критичною ситуацією, що визначається як подія або ситуація, в якій особистість зіштовхується з *неможливістю* реалізації внутрішніх потреб свого життя (мотивів, прагнень, цінностей тощо). Життєва необхідність є паралізованою через неефективність наявних особистісних типів активності у пристосуванні до зовнішніх і внутрішніх умов життєдіяльності. Переживання при цьому, може «проживатися» як стрес, фрустрація, конфлікт чи криза [30 с.36-46].

Отже, здійснюючи порівняння, оцінювання, особистість часто виявляє більш високі досягнення, здібності, переваги іншого, в результаті чого з'являються явні або суб'єктивні умови для падіння самоповаги і соціальної репутації, при цьому чужий успіх сприймається як власна поразка і відбувається знецінення власного «Я», оскільки вся увага переноситься на досягнення ідеалізованого «Іншого».

Таким чином, заздрощі супроводжуються переживанням своєї недосконалості, невідповідності певному «еталону». Стійка заздрісність, що спрямована на широке коло можливих соціальних порівнянь, звичка жити з постійною оглядкою на оточуючих – це явище, скоріше деструктивне, оскільки супроводжується негативними установками, що можуть призводити як до деформації особистості, її невротизації, психосоматичних розладів, так і до деструктивних соціальних наслідків. Але звичка порівнювати підтримується задоволенням, якщо результати порівняння підтверджують або підвищують власну самооцінку. При цьому, найбільшу заздрість викликає те, що «підносить» в очах соціуму, додає більшої суб'єктивної «цінності».

1.2.3. Психологічна структура схильності до переживання почуття заздрощів

Аналіз психологічної літератури показав дефіцит психологічних досліджень, спрямованих на системне вивчення схильності до заздрощів як стійкої властивості особистості, її структури, компонентного складу показників та своєрідність індивідуальних проявів заздрості. Крім того, операціоналізація поняття заздрісності передбачає конкретизацію його структурних компонентів. Тому, вбачається за необхідне здійснити експлікацію та опис комплексу різнорівневих показників почуття заздрощів як стану, і водночас, заздрісності як властивості особистості. Спочатку розглянемо наявні теоретичні підходи до вивчення структури заздрощів.

Пошук наявних теоретичних підходів щодо вивчення структури заздрісності показав гостру обмеженість розробок у цьому напрямку. Перша спроба виділити структурні компоненти заздрості була здійснена К.К. Муздибаєвим. Дослідник виділяв 3 рівня заздрості: рівень свідомості – усвідомлення свого нижчого становища, що може сприйматися як даність і не завдавати сильного дискомфорту; рівень емоційного переживання – почуття досади, роздратування або злості через

таке становище, можлива аутоагресія, почуття неповноцінності, ущемлення самолюбства і несправедливості долі; рівень реальної поведінки – спроби руйнування, усунення предмета заздрості [108; 109].

У гносеологічному плані структурно-рівневої організації заздрості як ставлення, Т.В. Бескова виділяє базові загальносистемні рівні: метасистему (особистість), систему (ставлення заздрості), субсистеми (ставлення до об'єкту, котрий перевершує, предмету його переваги і самого себе), компоненти (когнітивний, афективний, потребовий, поведінковий, морально-ціннісний) і елементи. У структурі ставлення заздрості дослідниця виділяє онтологічні рівні: психофізіологічний, психологічний, соціально-психологічний і соціальний. Застосовуючи системний підхід, до психофізіологічного рівня заздрості Т.В. Бескова відносить афективний і потребнісний компоненти, до психологічного – потребнісний та когнітивний, до соціально-психологічного – морально-ціннісний, а до соціального рівня – поведінковий компонент [19, с.15-28]. Описана структура ставлення заздрості є новаторською і цікавою, але, на наш погляд, не зовсім точно відображає взаємовідношення між рівнями заздрості та її компонентами. Крім того, у цій структурі не наданий детальний опис самих рівнів заздрості та її компонентів.

Системне бачення відкриває закономірності розвитку і функціонування людини як «елементу», що живе одночасно в різних системах [12, с. 79-84]. Оскільки людина є одночасно і фізико-біологічним організмом, і соціально-духовною істотою, то її властивості можуть бути вивчені та зрозумілі за умови аналізу історії розвитку систем, що її породжують. Необхідним моментом розуміння властивості особистості є аналіз цільової детермінації різних систем, а також виявлення функцій, які виконує досліджувана властивість на рівні кожної системи (функції заздрощів були виявлені та детально обгрунтовані у п. 1.2.2).

Спираючись на розуміння поняття особистості (в широкому сенсі) за О.П. Санніковою [154, с. 213] як складного інтегрального утворення всієї структури властивостей (якостей індивіда, суб'єкта діяльності, і властивостей, що характеризують потребово-мотиваційну сферу та спрямованість), в тому числі соціальні риси людини, макросистемою схильності до заздрощів є особистість.

Завданням структурного етапу дослідження є пошук і формулювання системоутворюючого чинника [169]. П.К. Анохін системоутворюючим чинником вважав конкретний результат діяльності певної системи, головну її функцію, що підпорядковує інші залежно від ступеня її сприяння в одержанні цілою системою певного корисного результату [8, с. 5-61]. Оскільки макросистемою заздрісності є особистість, то в якості системоутворюючого чинника схильності до заздрісців можна виділити такий потенційно корисний результат цієї системної властивості особистості як знаходження свого «Я»-ідеального та прагнення до досконалості.

Слово «система» означає ціле, складене з частин; сукупність елементів, які перебувають один з одним у певних функціональних взаємозв'язках. Передбачається також структурованість кожного системного об'єкта. Такий підхід орієнтує дослідження на розкриття цілісності об'єкта, що вивчається, на виявлення взаємозв'язків між його частинами і зведення їх у єдину концептуальну «картину».

Отже, теоретико-методологічною основою для вирішення задачі системно-структурного вивчення заздрісності у цій роботі обраний континуально-ієрархічний підхід до дослідження структури властивостей особистості О.П. Саннікової [145; 146; 148; 154; 155]. Розгляд феномена заздрісності з позиції континуально-ієрархічної макроструктури особистості дозволить вирішити питання щодо компонентного складу даного феномена та механізмів структурування й інтеграції його в цілісне системне утворення. Цей підхід допоможе дати відповіді на запитання: «Яке змістовне наповнення має заздрісність та яким чином вона «проростає», розкривається і закріплюється у стійку властивість особистості?»

У контексті обраного підходу, особистість розглядається як макросистема, що складається з різнорівневих підсистем зі своїми специфічними характеристиками [145; 148; 154]. Автор виділяє наступні структурні рівні особистості: 1) формально-динамічний; 2) змістово-особистісний; 3) соціально-імперативний (див. табл. 1.1). До першого рівня (основа, «фундамент»), що передує розвитку інших, відноситься сукупність усіх базальних (органічних) властивостей, що відбивають динаміку, перебіг, активність/реактивність психічних процесів, енергетичні ресурси, індивідні диспозиції та властивості конституційного характеру (тип нервової системи, конституція, задатки, екстраверсія або інтроверсія тощо). Другий рівень включає

власне особистісні властивості (поняття особистості у вузькому значенні слова): систему особистих цінностей та переконань, спрямованість, потребово-мотиваційну сферу тощо. Третій рівень умовно названий автором соціально-імперативним (від лат. *imperativus* – наказовий, настійно вимагаючий) містить характеристики, що спричинені включенням особистості у різноманітні суспільні зв'язки та впливом реального соціального середовища, соціальних норм, культурних та релігійних традицій тощо [145; 148]. Соціально-імперативний (нормативний) рівень є тим «простором», через який і відбувається взаємодія особистості як відкритої системи з навколишнім світом. Рівні взаємозв'язані між собою і взаємно проникають один в одного. Цим пояснюється розвиток окремих психічних властивостей, що «пронизують» структуру особистості від нижчих рівнів до вищих [154; 156, с. 7-12].

Вбачається, що саме такий підхід до розуміння заздрісності може пояснити зв'язок її показників із соціальними настановами, що відмічається при аналізі літератури [53, с.109]. Але, найбільш цікавим є виявлення показників заздрісності на якісному її рівні. Таким чином, відповідно до наукових даних про заздрісність і положень про метахарактеристики індивідуальності [149; 155] у структурі цієї властивості на *формально-динамічному рівні* (відображає динаміку і перебіг ознак) виокремлено такі показники, як: легкість виникнення, широта розповсюдження, інтенсивність проявів заздрості, глибина переживання, стійкість заздрощів; *на якісному рівні* (відбиває напрямки психічної активності) експліковано такі показники заздрісності як: емоційний, когнітивний, поведінковий, контрольнорегулятивний; *змістово-особистісний рівень* (віддзеркалює мотиваційно-потребову сферу) представлений мотиваційним показником заздрісності; *а соціально-імперативний рівень* (виявляє проекції соціального середовища, інститутів соціалізації, масової культури) презентований установчим показником заздрісності.

Тож, з позиції континуально-ієрархічного підходу до структури особистості [146; 149; 153] заздрісність можна розглядати як цілісну багаторівневу систему із сукупністю показників, що своєрідно взаємодіють між собою, доповнюють один одного і створюють складну, багаторівневу рису особистості – схильність до переживання почуття заздрощів. Розглянемо структуру заздрісності, що створена на засадах континуально-ієрархічного підходу (див. рис. 1.1.)

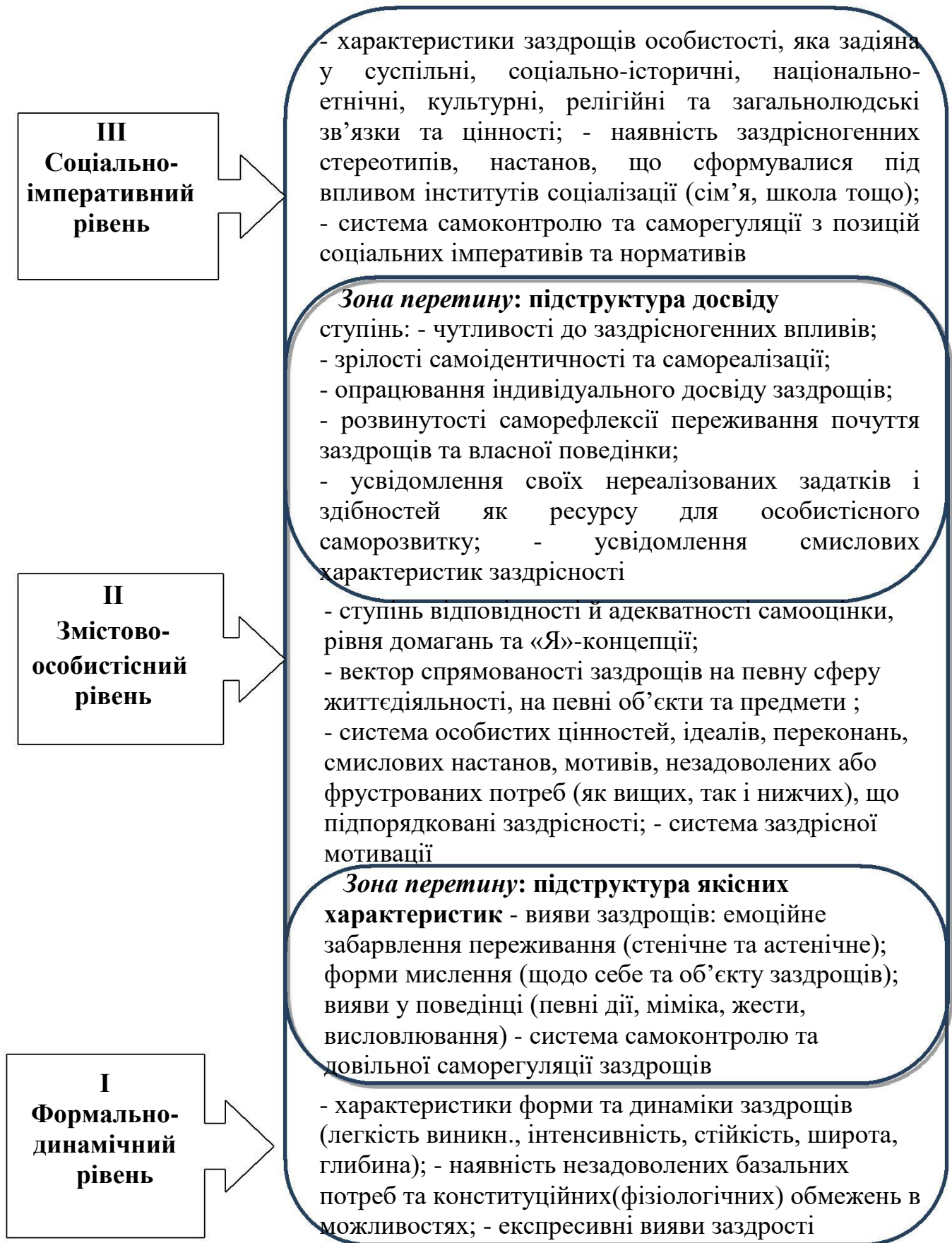


Рис. 1.1 Системно-структурна схема схильності особистості до переживання почуття заздрощів (заздрісності) на засадах континуально-ієрархічного підходу

Згідно зазначеному підходу, заздрісність як властивість особистості може виявлятися на всіх структурних рівнях і на кожному виявити специфічний зміст.

Формально-динамічний рівень

Формально-динамічні характеристики поведінки суб'єкта, на відміну від змістово-особистісних характеристик, визначаються переважно властивостями його нервової системи [155]. Цим пояснюється «консервативність», мала мінливість, стабільність даних характеристик в період після дозрівання нервової системи. Коло формально-динамічних метепараметрів в літературі вбачається в сукупності тих ознак, що характеризують силу внутрішніх тенденцій індивіда до певної діяльності та виявляються в енергійності та різноманітності його дій. Тобто, формально-динамічний рівень позначає компоненти, що відображають силу, енергійність, динаміку, перебіг психічних явищ та індивідні властивості конституційного характеру [148; 154; 155].

Для пошуку та виділення формально-динамічних компонентів феномена заздрості було здійснено аналіз відповідної літератури, що дозволяє виділити серед означених показників схильності до переживання заздрощів такі:

- легкість виникнення переживання заздрості (імпульсивність і реактивність у ситуаціях, що провокують заздрість; чутливість до заздрісних впливів);
- стійкість проявів заздрості (частота і тривалість проявів заздрощів, що можуть виявлятися і позаситуативно);
- широта заздрісної спрямованості (розповсюдження заздрощів з поодиноких випадків на загальні, тобто на широке коло об'єктів та предметів заздрості);
- інтенсивність (сила та виразність зовнішніх проявів заздрощів);
- глибина (виразність внутрішньоособистісних виявів заздрощів);

Отже, формально-динамічний рівень визначає форму перебігу заздрості. Також до цього рівня відносяться експресивні вияви заздрісності, ступінь задоволення базальних потреб та наявність або відсутність конституційних (фізіологічних) обмежень в можливостях.

Підструктура якісних характеристик у цьому дослідженні являє найбільший пошуковий інтерес. Схильність до заздрості як риса, може виявлятися

як у емоційних переживаннях людини, так і в її думках, діях та довільній регуляції. Саме якісні показники віддзеркалюють психологічну сутність означеного феномена.

К.К. Муздибаєв зазначає, що заздрість багатоліка і багатогранна, виявляється на різних рівнях: на рівні свідомості (як виявлення свого більш низького положення), на рівні емоційного переживання (почуття досади, роздратування або злості через таке положення), на рівні поведінки (руйнування, усунення предмета заздрості) [109, с. 5]. Також він вважає, що «гальмує виникнення почуття заздрості самоконтроль і самовиховання» [109, с. 12]. Тож, спираючись на аналіз теоретико-емпіричної літератури з даної проблематики, можна констатувати, що:

Емоційний (афективний) показник заздрісності особистості представлений афективними реакціями і специфікою емоційної палітри (стенічні та астеничні емоції), а також різноманітністю, насиченістю, силою, інтенсивністю, динамічністю, стійкістю або лабільністю емоційних проявів, пов'язаних із переживанням заздрості та її наслідками. Цей компонент залежить від суб'єктивного сприйняття і ставлення особистості до ситуації соціального оцінювання та порівняння як до стресогенної, емоційно насиченої, як такої, що є загрозовою самооцінці, соціальному статусу і благополуччю, або ж як до незагрозової та безпечної.

Когнітивний (мисленнєвий) показник заздрісності особистості виявляється у когнітивній (мислиннєвій) реакції на порівняння себе з іншими не на свою користь, у відсутності або наявності та змісті певних думок, суджень, міркувань, що супроводжують переживання заздрощів. Він віддзеркалює розумову інтерпретацію заздрісногенної ситуації, особливості її сприйняття особистістю, що визначає суб'єктивне ставлення до себе і до об'єкту заздрощів, ступінь включення, аналізу, мислиннєву активність, фокусування і зосередження уваги на перевагах інших.

Поведінковий (дієвий) показник заздрісності представлений проявами заздрощів як в емоційній експресії (жестах, міміці, пантоміміці), так і в поведінкових реакціях, у висловлюваннях, заздрісних діях, вчинках; векторі спрямованості на певну сферу життєдіяльності, на певні об'єкти та предмети.

Контрольно-регулятивний (вольовий) показник заздрісності утворюють особливості саморегулятивного і вольового потенціалу особистості, що свідчать про можливість або неможливість «володіти собою», свідомо контролювати свої

завдрощі, а також емоційні, когнітивні, поведінкові реакції та прояви у «завдрісногенних» ситуаціях.

Більш детальний опис цих показників буде надано у розділі 2.

На **змістово-особистісному рівні** розглядаються компоненти, які дають інформацію щодо змістовних характеристик завдрощів (переконання, світогляд, цінності, інтереси, потребово-мотиваційна сфера), тобто ті показники та властивості особистості, що традиційно в психології відносяться до підструктури спрямованості. Ці показники відображують явища і ситуації, що мають особливу значущість для суб'єкта, а також характеристики, що нерозривно пов'язані зі стрижневими властивостями особистості. Отже, зміст завдрощів визначається сукупністю властивостей, ознак, рис індивідуальної психіки, що сформувалися і продовжують формуватися у взаємодії людини з предметним світом та її соціальним середовищем. Цей рівень характеризує:

- ступінь відповідності й адекватності самооцінки, «Я»-концепції та рівня домагань;
- вектор спрямованості завдрощів на певну сферу життєдіяльності, на певні об'єкти та предмети;
- систему особистих цінностей, ідеалів, переконань, смислових настанов, мотивів, незадоволених або фрустрованих потреб (як вищих, так і нижчих), що підпорядковані завдрісності;
- систему регулятивних, захисних та компенсаторних механізмів, що впливають на прояви завдрісності особистості;
- систему завдрісної мотивації.

На цьому рівні проявляється *мотиваційний показник завдрісності*, що виявляється у комплексі нереалізованих потреб, які актуалізуються при порівнянні себе з іншими, та впливають на легкість виникнення, інтенсивність, глибину, широту і стійкість завдрісної мотивації. Цей показник не підлягає безпосередньому спостереженню, проте відображає внутрішню позицію особистості, вказує на те, що для неї має особливу значущість і позначається на її намірах та спрямованості (напрямку, у котрому вона буде діяти). Мотиваційний показник завдрощів віддзеркалює ціннісну і потребово-мотиваційну сферу особистості.

На змістово-особистісному рівні вирішується питання щодо міри впливу внутрішніх чинників схильності до заздрощів, а також міри впливу зовнішніх чинників, що сприяють заздрощам і супроводжують заздрісність особистості. О.П. Саннікова вважає цей рівень центральною ланкою особистості, як багатовимірною складною утворення, її суттю; його ступінь сформованості, активності, розвитку «всмоктуючої здатності» визначає результат взаємодії всіх зазначених підсистем. Так, все, що не перейшло в змістово-особистісне утворення з сусідніх підструктур, не «усмокталося» їм, залишається або незатребуваним (наприклад, власні неприйняті і неусвідомлені емоції, думки, невиконані дії), або декларованим (неприйняті, хоча і відомі норми, знання, вимоги етики, моралі, релігії тощо), або не реалізованим особистістю (нереалізовані потреби). А це виявляється в порушеннях особистісної гармонії, неадекватності емоційних, когнітивних і поведінкових проявів, інконгруентності (невідповідності особистості нею ж продекларованим правилам, нормам), внутрішніх конфліктах, в нерозвинених, нереалізованих задатках та здібностях [145; 148].

Підструктура досвіду об'єднує компоненти цілеспрямованої свідомої діяльності, знань, умінь та навичок, спрямованих на продуктивний і своєчасний прояв, блокування або самоконтроль певної властивості особистості. О.П. Саннікова розглядає цю «прикордонну зону» структури особистості як таку властивість, що належить і змістово-особистісному, і соціально-імперативному рівням та забезпечує переживання, переробку інформації, знань та будь-яких цілеспрямованих дій зовнішнього світу. «Фактично, це індивідуальний досвід, який через сформовану в ньому установку впливає на актуальні психічні переживання дій навколишнього світу» [154, с.110]. У контексті схильності особистості до переживання заздрощів, ця підструктура особистості об'єднує міру і ступінь:

- чутливості до заздрісногенних впливів;
- розвитку самосвідомості та опрацювання індивідуального досвіду заздрощів;
- розвитку саморефлексії переживання заздрощів та власної поведінки;
- усвідомлення своїх нереалізованих задатків і здібностей як ресурсу для особистісного саморозвитку;
- усвідомлення смислових характеристик заздрісності та своїх вищих потреб;

- зрілості самоідентичності та самореалізації;

- досвіду розпізнавання маніпулятивних зовнішніх впливів, що провокують заздрість (н-д, хвастоці, реклама, нав'язане соціальне порівняння, що принижує) та протистояння їм.

Отже, цей рівень включає прояви свідомої активності особистості, спрямованої на самоконтроль і саморегуляцію власних «заздрісних» реакцій.

Соціально-імперативний рівень заздрісності зумовлений включенням людини в різні соціальні зв'язки і позначає компоненти заздрісності особистості, що відображують проекції (вимоги, стереотипи та настанови): культури, релігії, професії, оточуючого середовища, національного менталітету, стилю виховання, сучасної масової культури, традицій, етики, моралі, економіки споживання, особливості групової приналежності, а також міру схильності піддаватися впливам реального соціального середовища. Отже, на цьому рівні вирішується питання щодо міри впливу зовнішніх соціальних чинників та детермінант на формування заздрісності особистості. Саме це і визначає *установчий показник заздрісності*, що відображає рівень особистісного прийняття (неприйняття) соціальних настанов та мотивацій, що сприяють заздрощам, а також міру відчуття їх як своїх власних цінностей та потреб. Цей показник, з одного боку, відноситься до соціально-імперативного рівня, оскільки він віддзеркалює соціальні настанови особистості стосовно заздрощів, а з іншого боку, він надає інформацію щодо змістово-особистісних характеристик заздрощів (переконання, світогляд, цінності, інтереси, потребово-мотиваційна сфера), виявляє ті явища і ситуації, які мають особливу значущість для того, хто заздрить, що може позначатися на його спрямованості.

Отже, соціально-імперативний рівень включає:

- характеристики заздрощів особистості, котра задіяна у суспільні, соціально-історичні, національно-етнічні, культурні, релігійні зв'язки і соціальні цінності;
- наявність заздрісних стереотипів, настанов, що сформувалися під впливом інститутів соціалізації (сім'ї, дитсадка, школи, ВНЗ тощо);
- система самоконтролю та саморегуляції з позицій соціальних імперативів та нормативів;
- соціально-історичні, етнічні особливості схильності до заздрощів;

- ступінь усвідомлення своїх соціальних та духовних потреб;
- міру самореалізації у соціумі та самоактуалізації як індивідуальності.

Слід зазначити, що цей рівень включає моральні, релігійні, загальнолюдські установчі судження і заборони щодо гріховності й аморальності заздрості. Проте, наявність таких установчих заборон не завжди визначає відсутність заздроців у особистості: з одного боку, вони можуть бути декларованими, але не прийнятими особистістю, а з іншого боку, – може виникнути внутрішній конфлікт між морально-релігійними установками на заборону заздроців та реальними установками на стимуляцію заздроців у суспільстві, що може призвести до відчуття сорому та провини за власне переживання заздроців або до неусвідомлення та витіснення заздроців (а разом з ними, відповідно, і своїх нереалізованих потреб) у підсвідоме. Парадокс у тому, що в суспільстві проголошується гріховність бажання того, що є у іншого, і водночас, ціннісні орієнтації та настанови соціальної спільноти, релігійні, культурні, соціальні норми спрямовують актуальні і усталені емоції окремої особистості як представника даної групи на ті об'єкти, що є значущими саме для цієї спільноти (для середовища, що оточує особистість).

1.3. Психологічні чинники заздрісності та властивості особистості, що супроводжують її прояви

Теоретичний аналіз літератури з проблематики заздроців показав, що індивідуальному загостренню та колективному розповсюдженню заздроців сприяють такі вимоги, стереотипи та настанови соціального середовища як: установка на загальну конкурентність [15; 43], завищені соціальні очікування, нереалістичні стандарти та ідеали [63; 74; 97]; культ багатих, успішних та відомих [26; 74; 189]; технології маркетингу і PR-компанії [56; 57]; культ речей та принципи економіки споживання [26; 57; 189]; егоцентричні соціальні цінності (елітарність, престиж) [15; 26; 63; 97]; настанови на загальну демократію та рівність можливостей [76; 102; 202, с.21]; настанови та спонукання до амбітності, жадібності, егоїзму, гордині, нездорового перфекціонізму, нарцисизму та комплексу неповноцінності (за допомогою ЗМІ, соцмереж, моди, реклами тощо) [63, с.44-45; 74; 129; 224].

Вищеназвані джерела заздрощів соціально-імперативного рівня структури заздрісності водночас є її зовнішніми чинниками. Сюди ж можна віднести соціальну несправедливість, різке соціальне розшарування; соціально-економічну, політичну, культурно-історичну нестабільність; вимушене обмеження соціальної активності та соціальну незахищеність значної частини населення.

На основі теоретичного аналізу літератури встановлено основні чинники сімейного виховання (як першого мікросоціального середовища), що сприяють виникненню і розвитку заздрості у дітей: депривація потреб дитини в увазі та любові (недостатність або неможливість їх задоволення) [67]; неприйняття індивідуальності дитини, нехтування, приниження її; постійне порівняння дитини з більш успішними (гарнішими, спритнішими тощо) дітьми [75; 85; 92]; заохочення суперництва і конкуренції з іншими [15; 43]; оцінка результатів діяльності дитини в залежності від результатів інших; завищені вимоги і очікування батьків [96]; жорсткий контроль, відсутність свободи в прийнятті дитячих рішень; ідеалізація, звеличування дитини [85]; моментальне виконання всіх бажань дитини, потурання дитячій жадібності, лінощам і корисливості [43; 44]; негативне ставлення батьків до більш успішних людей.

Важливо зазначити, що, ступінь впливу зовнішніх чинників заздрості на особистість залежить від суб'єктивного сприйняття нею заздрісногенної ситуації.

До внутрішніх чинників заздрощів, на нашу думку, належать індивідуально-психологічні властивості особистості, що віддзеркалюють «внутрішні» умови, що спричиняють суб'єктивне ставлення до результатів порівняння, а саме: невідповідність й неадекватність «Я»-концепції та рівня домагань (невідповідність між «можу» і «хочу»; «можу» і «треба»); сукупність внутрішніх цінностей, еталонів, ідеалів, переконань, настанов, мотивів, незадоволених або фрустрованих потреб, що актуалізують і заглиблюють заздрощі; система регулятивних, захисних та компенсаторних механізмів, що впливають на прояви заздрісності особистості; характеристики емоційної (афективної), когнітивної (мислиннєвої), поведінкової (дієвої), мотиваційної, контрольної-регулятивної (вольової) сфер особистості, що віддзеркалюють особливості її емоційної диспозиції, емоційного інтелекту та стресостійкості.

Аналіз та синтез літературних джерел з проблематики заздрощів дозволяє теоретично виявити й узагальнити зовнішні та внутрішні чинники переживання почуття заздрощів. Отже, схильність до заздрощів зумовлюється як формально-динамічними особливостями особистості (динаміка перебігу психічних явищ та індивідуальні властивості конституційного характеру), так і соціально-імперативними особливостями та впливами (вплив соціального середовища, культури, норм моралі, етики, соціальних цінностей оточуючого суспільства). Вирішальний вплив на схильність до заздрощів, на нашу думку, має специфічний спектр властивостей особистості, що сформувались під впливом як конституційних, так і соціальних чинників (імпульсивність, тривожність, ворожість, невпевненість в собі, дратівливість, агресивність, підозрілість, депресивність, схильність до самозвеличування або самоприниження, нарцисизм тощо).

ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 1

Цей розділ спрямований на вирішення теоретичних завдань. Відповідно, здійснено теоретико-методологічний аналіз літературно-наукових джерел, що характеризують історичні витоки феномену «заздрість»; окреслено семантико-міфологічний, та релігійно-філософський «портрет» заздрості; проведено аналіз психоаналітичних та психологічних підходів і напрямків дослідження проблеми схильності особистості до переживання почуття заздрощів.

1. На основі аналізу літератури виокремлено три напрями розгляду означеної проблеми: за першим напрямом заздрість трактується як *бажання або потреба*: «палке» бажання досягти того, що є в іншого, надмірне прагнення до рівності та справедливості, жадання переваги, суперництва, змагання. За другим напрямом заздрість розглядається як *агресивне переживання*: злісне почуття гніву, обурення, неприязні, ворожості, ненависті, до того, хто має певні переваги. Відповідно до третього напрямку заздрість трактується у зв'язку з *депресивними проявами*, такими як: засмучення від фрустрації потреб, незадоволеність, розчарування, досада за чужим успіхом і добром.

2. Встановлено, що переживання заздрощів залежно від тривалості може розглядатися як миттєва психічна реакція на *заздрісногенну ситуацію* (суб'єктивна інтерпретація зовнішніх та внутрішніх умов, котрі спонукають особистість до порівняння себе з іншим не на свою користь), і як актуальний «транзитний» стан («гострий» стан, котрий триває певний час), і як усталена (надситуативна) властивість особистості «схильність до переживання заздрощів» – заздрісність.

3. Узагальнення відомостей про заздрісність дає підґрунтя визначати її як складну багаторівневу властивість особистості, психологічна сутність якої полягає у постійному порівнянні себе з іншими людьми (чи уявним «еталоном») не на свою користь, у суб'єктивному відчутті зниження самоцінності, пристрасному бажанні заволодіти перевагами об'єкту порівняння (позбавити його цих переваг) або переживанні неможливості отримати чи набути бажане, що супроводжується специфічними проявами.

4. Теоретично обґрунтовано, що заздрощі «позначають» певні нереалізовані потреби і важкодоступні актуальні цінності. Водночас, переживання заздрості виконує функцію первинного опредмечування («впізнавання») потреб (матеріальних, соціальних і духовних); функцію залучення людей до актуальних суспільних цінностей, оскільки останні постають критеріями соціальної ієрархії; функцію знаходження свого «Я»-ідеального і прагнення до досконалості; функцію захисту «Я»-концепції на шляху до самоактуалізації у соціумі.

5. Розроблено системно-структурну модель заздрісності з позицій континуально-ієрархічного підходу. На основі аналізу літератури експліковано та описано покомпонентний склад ознак схильності особистості до переживання почуття заздрощів. Виокремлено *формально-динамічний рівень*, що відбиває динаміку, перебіг ознак і презентований такими показниками, як легкість виникнення, широта розповсюдження, інтенсивність проявів заздрості, глибина переживання, стійкість заздрощів. Встановлено, що *якісний рівень* схильності до заздрощів відбиває сутність цього феномена і містить емоційний, когнітивний, поведінковий, контрольно-регулятивний компоненти. *Змістово-особистісний рівень* віддзеркалює мотиваційно-потребову сферу (мотиваційний показник) та *соціально-*

імперативний рівень, що характеризує проєкції соціального середовища, інститутів соціалізації, культури тощо на особистісну заздрісність і презентований установчим показником заздрісності.

6. Показано, що серед зовнішніх чинників заздрісців у літературі виділяються: установка на загальну конкурентність, завищені соціальні очікування, нереалістичні стандарти та ідеали; культ багатих, успішних та відомих; егоцентричні соціальні цінності (елітарність, престиж); настанови та спонукання до амбітності, жадібності, егоїзму, гордині, нездорового перфекціонізму, нарцисизму тощо.

7. Теоретично виявлено властивості особистості, що за даними літературних джерел створюють сприятливі умови для формування заздрісності: імпульсивність, тривожність, ворожість, невпевненість в собі, дратівливість, агресивність, злобливість, депресивність, схильність до самозвинувачення, нарцисизм тощо.

У першому розділі використані літературні джерела, що знаходяться у списку використаних джерел під номерами: [2; 3; 5; 9; 10; 11; 12; 15; 17; 18; 19; 20; 24; 25; 26; 28; 29; 30; 31; 33; 34; 35; 36; 41; 42; 43; 44; 45; 47; 48; 51; 52; 53; 54; 56; 57; 60; 62; 63; 64; 66; 67; 70; 71; 74; 75; 76; 77; 79; 80; 81; 91; 94; 97; 99; 101; 102; 103; 108; 109; 110; 111; 117; 118; 120; 122; 123; 129; 131; 132; 135; 138; 143; 144; 146; 147; 148; 149; 153; 154; 156; 157; 159; 160; 161; 162; 163; 164; 166; 169; 171; 173; 175; 179; 180; 181; 182; 183; 186; 187; 188; 189; 191; 192; 197; 202; 203; 204; 205; 206; 207; 210; 211; 212; 218; 219; 220; 221; 224; 228; 229; 232].

Матеріали першого розділу дисертації висвітлено в таких публікаціях автора, як: [85; 91; 92; 94; 96; 156].

РОЗДІЛ 2.

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ІНДИВІДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПЕРЕЖИВАННЯ ЗАЗДРОЩІВ ТА ЙОГО ЧИННИКІВ

У цьому розділі викладено програму та етапи емпіричного дослідження; обґрунтовано репрезентативну вибірку; емпірично уточнено зміст показників схильності до переживання заздрощів відповідно до її теоретичної структури. Визначено систему психодіагностичних методів, методик і дослідницьких процедур, спрямованих на діагностику показників заздрісності та широкого кола гіпотетично пов'язаних з нею властивостей особистості. Надано результати стандартизації та апробації комплексу оригінальних методик, що діагностують показники формально-динамічного, якісного, змістового та соціально-імперативного рівнів структури заздрісності.

2.1. Організаційні заходи та планування емпіричного дослідження переживання заздрощів

Узагальнені теоретичні висновки, новітні здобутки та гіпотетичні припущення, що викладені у першому розділі, мають бути підтверджені емпірично. Мета даного етапу наукової роботи – на основі теоретичного обґрунтування емпірично дослідити заздрісність як системну властивість особистості та виявити її індивідуально-психологічні особливості. З цією метою було залучено такі емпіричні методи дослідження як: спостереження, опитування, метод самозвітів на основі спеціально розробленої анкети, експертні оцінки, тестування, тощо.

Основними завданнями даного емпіричного дослідження є:

1. Розробка дослідницької програми відповідно до мети та завдань дослідження; створення комплексу оригінальних психодіагностичних методик та процедур для діагностики показників заздрісності відповідно до її структури;

2. Добір комплексу методик, що виявляють гіпотетичний зв'язок заздрісності з психологічними особливостями особистості; вияв характеру співвідношень показників заздрісності з властивостями особистості, що аранжують її прояви;

3. Виявлення типів схильності до переживання заздрощів та дослідження індивідуально-психологічних особливостей заздрісності, що виявляються у якісно-кількісному виразі її показників та у специфіці рис особистості, які її супроводжують та певним чином зумовлюють.

4. Намічення шляхів опанування, переосмислення заздрощів як поштовху для актуалізації ресурсів особистісного саморозвитку.

Емпіричне дослідження проводилась у три етапи:

I. На *першому етапі (підготовчо-інструментальному)* поставлені такі задачі:

1) підтвердити (уточнити) структуру заздрісності та змістовно доповнити її показники на основі аналізу уявлень студентів і професійних психологів про заздрість та заздрісність, її прояви (для цього потрібно створити анкету-самозвіт);

2) розробити, апробувати та стандартизувати комплекс оригінальних дослідницьких методик і процедур діагностики експлікованих показників схильності до заздрощів;

3) теоретично обґрунтувати вибір методик, спрямованих на дослідження тих якостей особистості, які аранжують і, певним чином, зумовлюють індивідуально-психологічні особливості переживання заздрощів.

Методичне забезпечення психодіагностичного дослідження здійснювалося за допомогою двох груп методик, а саме:

а) оригінальні методики, спрямовані на діагностику заздрісності та створені у співавторстві Саннікової О.П., Лісовенко А.Ф.: «Диференціальна діагностика схильності особистості до заздрощів» (ДІЗА) та «Соціальні настанови особистості відносно заздрощів», діагностична процедура «Самооцінка показників заздрісності» (модифікація методики Т. Дембо та С. Рубінштейн) [1];

б) методики, що вивчають властивості особистості, гіпотетично пов'язані з заздрісністю: тест «Шкала психологічного благополуччя» К. Ріфф (у адаптації Т.Д. Шевеленкової, Т.П. Фесенко) [201, с.95-129]; «Тест впевненості у собі» В.Г. Ромека [142, с.87-108]; тест «Діагностика ворожості» (за шкалою Кука-Медлей) [176]; опитувальник «Способи опановуючої поведінки» (СОП) Р. Лазаруса та С. Фолкман [73, с.93-112]; «Фрайбургський особистісний опитувальник» (FPI) [134]; «16-PF особистісний опитувальник» Р. Кеттелла [144; 215]; «Тест оцінки

нарцисизму» Ф.-В. Денеке, Б. Хільгеншток (в адаптації В.Д. Віда, Н.М. Залуцької) [32], тест «Нарцисичні риси особистості» О.О. Шамшикової, Н.М. Клепікової [199, с.114-128]; «Методика діагностики ірраціональних установок» А. Елліса [61, с.201-205]; «Багатовимірна шкала перфекціонізму» Хьюїтта-Флетта (у адаптації І.І. Грачової) [40, с.74-89];

в) методики, що діагностують емоційну сферу особистості: «Чотирьохмодальнісний тест-опитувальник емоційності» О.П. Саннікової [148, с.39-45]; методика «Емоційний інтелект» Н. Холла [176, с.57-59]; «Тест на стресс і депресію. 8-факторний особистісний опитувальник Ч.Д. Спілбергера» (в адаптації О.М. Радюка) [136].

II. На *другому етапі (організаційно-психодіагностичному)* проводилась організація емпіричного дослідження та, власне, діагностика показників заздрисності як властивості особистості й досліджувалися показники емоційності, емоційного інтелекту, впевненості у собі, психологічного благополуччя, стресу та депресії, ворожості, способів опановуючої поведінки, ірраціональних установок, перфекціонізму, нарцисизму та низки властивостей особистості за багатфакторними особистісними опитувальниками.

Емпіричне дослідження проводилось протягом трьох (2014-2016) років. В емпіричному дослідженні в цілому взяли участь 763 осіб. Основну вибірку склали 253 обстежених, а саме: студенти I-II курсів (від 17 до 20 років кількістю 168 осіб) хореографічного, музичного і фізико-математичного факультетів, та слухачі, котрі отримують післядипломну освіту за спеціальністю «Психологія» (у віці від 25 до 45 років кількістю 85 осіб) на базі Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К.Д. Ушинського; також були задіяні 65 студентів (для відповіді на анкети-самозвіти) та 18 професійних психологів (у якості експертів при створенні нових методик). Окрема вибірка стандартизації російськомовного тест-опитувальника охоплювала 200 студентів старших курсів цього ж університету. Вибірка стандартизації україномовного тест-опитувальника охоплювала 227 осіб і проводилась на базі Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка. Важливо зазначити, що вся психодіагностична інформація, що стосується кожного обстеженого, збиралася протягом 1-2-х місяців для зниження

ризикі виникнення певних змін у характеристиках особистості учасників дослідження та за умови відсутності стресогених впливів під час тестування.

III. *Третій етап (статистично-аналітичний)* полягав у обрахунку первинних даних, статистичній обробці, інтерпретації та психологічному аналізі даних емпіричного дослідження. Для математичної обробки емпіричних даних застосовувався метод кількісного (кореляційний, факторний аналіз, t-критерій Ст'юдента, – з використанням комп'ютерної програми статистичної обробки даних SPSS 17.0 for Windows [112; 113] та якісного аналізу (контент-аналіз анкет-самозвітів, метод «асів» і «профілів» [146; 148]. Слід зазначити, що параметричний t-критерій Ст'юдента вираховувався для визначення достовірних відмінностей в межах якісного аналізу. Для наочної презентації результатів дослідження застосовувався метод описової статистики емпіричних даних (у вигляді графіків і таблиць та їх аналізу).

Результати другого (організаційно-психодіагностичного) етапу відбиваються у третьому (статистико-аналітичному) етапі дослідження та разом надаються у третьому розділі дисертації. У наступних підрозділах розглядається зміст основних завдань та результати першого етапу дослідження.

2.2. Оригінальний психодіагностичний інструментарій, спрямований на диференціальну діагностику показників заздрісності

2.2.1. Уточнення покомпонентного складу та змісту показників заздрісності (контент-аналіз самозвітів)

Як зазначалося, у цій роботі заздрість розрізняється як: адекватна або неадекватна короткочасна реакція (емоційна, когнітивна, поведінкова), що виникає у «заздрісних» ситуаціях; як більш-менш тривалий психічний стан (схильність до періодичного переживання заздрощів як стану); і як стійка надситуативна риса особистості – заздрісність (схильність до стійкого переживання почуття заздрощів). Крім того, сама заздрісність включає в себе легкість виникнення, широту розповсюдження, стійкість, інтенсивність та глибину заздрісних реакцій та станів (формально-динамічні показники заздрісності).

Схильність до переживання почуття заздрощів складається з різнорівневих компонентів (і показників), зокрема, формально-динамічних, якісних, змістово-особистісних та соціально-імперативних. Особливий інтерес для нас представляє вивчення показників заздрісності якісного рівня, тобто тих її показників, котрі відображають психічну активність людини, що виявляється при переживанні заздрісності: в її емоційній, інтелектуальній, поведінковій та вольовій сферах (емоційний, когнітивний, поведінковий та контрольний показники заздрісності). Означені компоненти як метахарактеристики індивідуальності обґрунтовуються й аналізуються у роботах О.П. Саннікової [145; 148; 154; 155; 156].

Стисло теоретичну характеристику вищезначених показників та їх місце у структурі заздрісності було надано у першому розділі (див. п. 1.2.3). Для емпіричного підтвердження структури заздрісності, для уточнення і змістовного доповнення показників було залучено окрему вибірку студентів (65 чоловік) і професійних психологів-експертів (18 чоловік) та спеціально розроблено анкету-самозвіт «Суб'єктивні уявлення про заздрісність». Доцільність розробки анкети-самозвіту була також зумовлена необхідністю емпіричного уточнення змісту поняття «заздрісність».

Слід зазначити, що досліджувати заздрісність іншого навіть на рівні уявлень про неї, досить складно, оскільки даний феномен малодоступний спостереженню, часто приховується, мало усвідомлюється та відноситься до глибоко особистої сфери людини, про яку буває «незручно» говорити вголос. Саме тому, анкета-самозвіт, котра застосовувалася для отримання інформації щодо суб'єктивних уявлень про заздрісність, включає питання, що безпосередньо не стосуються учасників дослідження, а виявляють їх ставлення та їхню думку стосовно досліджуваного феномена. Розроблена анкета складається із п'яти відкритих питань, основною перевагою яких (на відміну від закритих питань) є можливість отримання неупередженої інформації про предмет дослідження, що базується на власних уявленнях. Оскільки обстежуваний не обмежений певними рамками вибору із запропонованих варіантів, то, відповідаючи на відкриті питання, він описує лише те, що входить у його безпосередній життєвий досвід.

Отже, були розроблені питання анкети, відповіді на котрі оброблялися за допомогою методу контент-аналізу. Контент-аналіз в психології (англ. Contents – зміст) – «формалізований метод вивчення текстової інформації, що полягає в перекладі досліджуваної інформації в кількісні показники та її статистичній обробці» [106, с.212]. Цей метод дає змогу впорядкувати велику кількість однопорядкових даних (у нашому випадку – відповідей на питання анкети-самозвіту) і встановити наявні закономірності.

Основними етапами контент-аналізу були: виділення одиниці аналізу (певна словесна характеристика); підрахунок її частотних розподілів та виявлення закономірностей між одиницями аналізу; інтерпретація результатів. Підрахунок частоти появи в тексті словесних одиниць аналізу характеризує кількісний контент-аналіз відповідей, а пошук в тексті присутності або відсутності досліджуваної змінної (за певною ознакою) – якісний контент-аналіз.

Отже, анкета-самозвіт містила такі питання:

1. Як Ви вважаєте, що таке "заздрість"? Відповіді студентів і експертів на дане питання можна розділити на дві умовні групи. За більшою частиною відповідей (за частотою), заздрість інтерпретувалася як **почуття**, а саме: "почуття нестачі чогось, що є в іншого" (19), "незадоволеності життям (або собою)" (15), "почуття незадоволеності власних потреб" (7), "власної неспроможності" (6), "несправедливості та гіркоти" (3), "неприємне почуття, коли хтось краще за тебе" (3), "неприємне почуття від щастя інших" (3).

За другою частиною відповідей учасників дослідження, заздрість інтерпретується як **бажання**: "мати те, що є в інших" (16), "бути таким, як інші" (7), "переважати над суперником" (5), "володіти тим, на що не маєш прав" (3), "бажання того, що побачив у іншого" (2), "насолоджуватись, як інші, не докладаючи при цьому зусиль" (1). Також були такі висловлювання про заздрість як: "негативне сприйняття переваг іншого" (5), "реакція на нерівність" (4), "комплекс негативних емоцій" (2), "чутливість до порівняння" (1), "негативне ставлення до іншого" (1).

2. Що, на Ваш погляд, відчуває людина, котра переживає заздрощі і в чому це виявляється? Контент-аналіз відповідей на це запитання показав наявність у

змісті самозвітів переліку емоцій, думок та поведінкових проявів особистості, котра переживає заздрощі, а саме:

1) *емоції та почуття, що супроводжують появу і прояви заздрості*: злість (28), ненависть до конкурента (19), розчарування в собі (18), зацікавленість тим, хто (або що) викликає заздрощі (15), образа на світ (14), досада (12), незадоволення (11), гнів (10), неприязнь до того, хто перевершує (9), жалість до себе (8), смуток (8), почуття неповноцінності (7), сором за себе (7), зневіра (7), роздратування (7), знервованість (6), страх падіння власного статусу (5), тривога (4), агресія до того, хто в чомусь переважає (3), презирство (3), відсутність радості (2), апатія (2), прикрість (2), печаль (2), здивування (2), занепокоєння (1), розгубленість (1), відчай.

2) *думки людини, котра переживає заздрощі*: "Я теж це (або так) хочу!" (21), "Чому «Я» не на його місці?" (15), "Як вирівняти своє становище?" (13), "Чому в мене не так?" (11), "Чим «Я» гірше за інших?" (9), "Чому все так несправедливо?" (8), "Щастить же де-кому!" (8), "Я теж так зможу (цього досягну)" (7), "Що «Я» роблю не так?" (5), "Як йому це вдалося?" (5), "Він цього не заслуговує" (5), "Як добре йому і як погано мені" (4), "Як позбавити суперника його переваги?" (4), "Чому одним все, а іншим нічого?" (3), "Як насолити суперникові?" (3), "Прийде час і будуть заздрити мені" (2), "Я невдаха" (2), "Я повинен стати краще" (1).

3) *прояви заздрощів у поведінці*: злобна поведінка (21), агресивна (гнівлива) поведінка (18), недоброчлива поведінка (16), суперництво або конкуренція (14), ворожі дії по відношенню до інших (12), знервованість у поведінці (11), плітки, наговори, лихослів'я (10), зневажливі та знецінюючі дії щодо інших (10), нестійка, неконтрольована поведінка (9), глузування, сарказм (9), ступор (8), скритність (8), звинувачення і засудження себе чи інших (7), приховування своїх емоцій (7), поганий настрій (7), провокації конфліктів (6), плач, істерики (5), уникнення або ігнорування інших (4), зловтіха над іншими (4), підлабузництво (3), критиканство (3), підлі вчинки (2), приниження себе чи інших (2).

Можна помітити, що емоції, думки та поведінкові прояви заздрощів, що виділені методом якісного контент-аналізу з анкет-самозвітів, носять двунаправлений характер: одна частина виявів, що спрямовані на себе (наприклад, емоційні прояви розчарування в собі можуть супроводжуватися думками, що ти "гірший" за інших, а

це, в свою чергу, може виявлятися у поведінці як самоприниження), а друга частина проявів, що спрямовані на інших (наприклад, ненависть до суперника може супроводжуватися думками про незаслуженість його переваг, а в поведінці це може виявлятися як ворожі дії по відношенню до конкурента).

3. Якими, на Ваш погляд, якостями (рисами особистості) може володіти заздрісна людина? – Недоброзичливість (19), озлобленість (18), агресивність (16), конфліктність (13), невпевненість (11), егоїстичність (10), тривожність (8), підозрілість (7), вразливість (7), дратівливість (7), скритність (6), гординя (6), нетерпимість до переваг іншого (6), грубість (5), вразливість невпевненість в собі (5), занижена самооцінка (5), нервозність (4), боягузтво (4), відсутність самовладання і самоконтролю (4), недовірливість (3), мстивість (3), зарозумілість (3), самозакоханість (3), жадібність (3), цинізм (3), лінощі (2), пасивність (2), сумовитість (2), підлість (2), лицемірство (2), упертість (2), запальність (1), ревнивість (1), жорстокість (1), корисливість (1), цілеспрямованість (1).

Видно, що серед рис особистості, характерних для заздрісної людини учасники дослідження називають як риси, притаманні людині з заниженою самооцінкою (вразливість, невпевненість в собі, відсутність сміливості), так і риси, притаманні людині з неадекватно завищеною самооцінкою (егоїстичність, зарозумілість, самозакоханість).

4. Що, на Вашу думку, може «спровокувати» заздрість у людей («вразливі» зони для заздрощів)? – Порівняння себе з більш успішними (21), гостра нужда чи звичайне бажання того, що є у іншого (18), перевага або «вищість» іншого над тобою (17), ситуації несправедливого оцінювання, приниження гідності, нехтування з боку значимих осіб (15), матеріальне неблагополуччя (13), соціальна нерівність (7), відсутність або нестача власних успіхів і досягнень (7), спостереження за тим, як іншому все легко дається (5), хвастощі інших (5), бажання бути найкращим у всьому (5), конкурентне середовище (4), нестача уваги, любові та прихильності з боку значимих осіб (4), нестача сил і здібностей (4), обмеженість можливостей (3), неправильне виховання (2), відсутність особистісного зростання (1).

5. Переваги іншого в яких сферах життя викликають найбільші заздрощі? – Матеріальна і фінансова забезпеченість (32), життєвий та професійний успіх (23),

високий соціальний статус (19), відчуття щастя і задоволення від життя (18), талановитість та певні здібності (16), наявність престижних, модних речей (16), хороші стосунки з оточуючими (любов, дружба) (14), молодість, краса (14), наявність влади (9), повага інших (7), популярність, слава (6), наявність та успіхи дітей (6), сімейне благополуччя (5), можливість подорожувати (4), свобода, незалежність (4), хороша освіта (3), міцне здоров'я (2).

Отже, проведений кількісний та якісний контент-аналіз анкет-самозвітів учасників дослідження, надав можливість емпірично підтвердити та експлікувати показники якісного рівня структури заздрісності та доповнити їх опис; отримати додаткову інформацію про зміст схильності до переживання заздрощів та властивостей особистості, що з нею гіпотетично пов'язані. Крім того, було отримано інформацію про «вразливі місця» для заздрощів та сфери життя, перевага у яких може викликати заздрощі. Уся отримана інформація бралася до уваги при розробці питань до оригінальних методик дослідження заздрісності.

Відомо, що психодіагностичний інструментарій, що розробляється, повинен відповідати конкретному теоретичному конструкту, – певним уявленням про психологічний феномен особистості, на виявлення якого він спрямований, про його структурні компоненти та складові показники. Теоретичні здобутки аналізу проблеми заздрощів (див. розділ I), проведені попередні емпіричні дослідження (контент-аналіз анкет-самозвітів, пілотажні дослідження), та певні науково-теоретичні припущення автора цієї роботи дозволили виділити й описати основні характеристики феномена, що досліджується, і конкретний ряд його показників.

Нижче наводиться перелік та характеристики теоретично обґрунтованих та емпірично виявлених показників заздрості як стану і заздрісності як властивості особистості (стійкої схильності до переживання заздрощів). Спочатку надається стислий опис показників *формально-динамічного рівня* схильності до переживання заздрощів (легкість виникнення заздрості (ZLS), широта розповсюдження заздрощів (ZChS), стійкість (ZStS), інтенсивність проявів заздрості (ZInS), глибина заздрісних переживань (ZGlS), а далі розкривається зміст показників її *якісного рівня* (емоційний (ZEm), когнітивний (ZKg), поведінковий (ZPv), контрольно-регулятивний (ZKR) показники; по ходу торкнемося *змістового* (мотиваційний

показник (ZMt) та *соціально-імперативного рівнів* заздрісності (установчий показник заздрісності (ZUst).

Слід зазначити, що наданий перелік показників, можливо, не вичерпує всіх характеристик заздрісності, але в цій роботі описуються саме ті, що є більш характерними для означених рівнів структури феномену, що вивчається. Кожний показник презентується як біполярний континуум, полюси котрого характеризують протилежні його прояви.

Компоненти формально-динамічного рівня структури заздрісності:

Легкість виникнення заздрості. Полюс (**max**) вказує на особисту чутливість і вразливість стосовно ситуацій, що провокують переживання заздрощів (порівняння, що принижує; невідповідність «еталону»; відсутність того, що є у іншого). Також заздрісні реакції легко виникають при наявності у особистості рис та властивостей, що сприяють виникненню заздрощів з найменшого приводу: схильність піддаватися зовнішнім впливам та діяти за першою спонудою (імпульсивність та нетерплячість), легкість спокуси тим, що є в іншого. Полюс (**min**) свідчить про складність виникнення заздрощів чи відсутність подібних переживань.

Широта розповсюдження заздрощів. Полюс (**max**) свідчить про спрямованість заздрості на широке коло об'єктів та предметів, тобто, що особистість може заздрити багатьом людям (навіть тим, з ким безпосередньо не спілкується) і з багатьох приводів. Також це вказує на те, що заздрощі можуть виникати навіть до незнайомих людей (наприклад, до «телезірок») і «непотрібних», але популярних речей. Це може свідчити про «незрілість» власної системи цінностей та не усвідомлення власних потреб. Полюс (**min**) вказує на можливість появи заздрості лише до значущих осіб та у конкретній сфері своїх інтересів або на відсутність подібних проявів.

Стійкість заздрощів. Полюс (**max**) вказує на те, що переживання заздрощів стійке (не проходить, навіть при зміні оточення й обставин) і позаситуативне (продовжує свої внутрішні та зовнішні прояви і без ситуацій, що його «провокують»). Стійкість заздрощів може «підтримуватися» особистими установками, мотиваціями та переконаннями. Полюс (**min**) вказує на нестійкість, ситуативність і швидкоплинність заздрості, або відсутність подібних проявів.

Інтенсивність (виразність) проявів заздрості. Поліус (**max**) вказує на яскравий, експресивний вираз, інтенсивність і силу проявів переживання заздрості. Інтенсивність є індикатором, наскільки сильно і швидко переживання заздрощів «проривається» у зовнішні прояви. Це може свідчити про незадоволення або фрустрацію дуже актуальних потреб, або про загальну експресивність особистості. Тобто, заздрощі переживаються настільки «гостро», що навіть вираз обличчя, погляд, голос, інтонація, жести, поза, хода можуть їх «видавати». Поліус (**min**) – відсутність подібних проявів.

Глибина заздрісних переживань. Поліус (**max**) вказує внутрішню глибину, «закоренілість», «хронічність» особистісного переживання заздрощів, можливо і без зовнішніх проявів. Це є індикатором того, що заздрість переживається глибоко «всередині», характеризується «в'ялим протіканням», але поступово здатна «захопити» всю особистість. Глибинне переживання заздрощів може бути зовсім непомітним і не усвідомленим. Це може свідчити про наявність «хронічно» депривованих базових потреб, про постійне пригнічення своїх справжніх бажань. Поліус (**min**) – «неглибоке» переживання заздрості, або відсутність цих виявів.

Компоненти якісного рівня структури заздрісності:

Емоційна складова заздрощів особистості. Цей показник заздрощів (ZEm) представлений афективними реакціями і специфікою емоційної палітри, а також різноманітністю, насиченістю, силою, інтенсивністю, динамічністю, стійкістю або лабільністю емоційних проявів, пов'язаних із переживанням заздрості та її наслідками. Цей компонент залежить від суб'єктивного сприйняття і ставлення особистості до ситуації соціального оцінювання та порівняння як до стресогенної, емоційно насиченої, як такої, що є загрозовою самооцінці, соціальному статусу і благополуччю, або ж як до незагрозової та безпечної.

Додатний поліус даного континууму (ZEm+) виявляється бурхливим, виразним, активним переживанням емоцій у зв'язку із заздрощами та наявністю таких емоційних проявів як: «нестерпне» захоплення перевагами об'єкту порівняння; роздратування; почуття своєї малозначущості; страх падіння власного статусу та викриття власної неповноцінності (може бути неусвідомленим); занепокоєння (тривожність); злість на того, хто має певні переваги (або ж на себе);

гнів, ярість, агресія та неприязнь до об'єкту заздрощів; невдоволення, смуток, образа на інших (в тому числі і безпідставна) і на себе, досада, сором через відчуття приниження, відчуття провини за власну «неспроможність» та невідповідність «еталону», розчарування, печаль, зневіра тощо.

Від'ємний полюс (ZEm-) характеризується емоційною стійкістю, слабкими проявами або відсутністю емоційних переживань, пов'язаних із заздрощами.

Когнітивна складова заздрощів особистості. Когнітивний (мисленнєвий) показник заздрощів (ZKg) відображає інтерпретації заздрісногенної ситуації (ситуації соціального оцінювання та порівняння), особливості її сприйняття особистістю, ступінь включення, аналізу, мислиннєвої активності, фокусування і зосередження уваги на перевагах інших. Це виявляється у когнітивній (мислиннєвій) реакції на порівняння себе з іншими не на свою користь, у відсутності або наявності та змісті певних думок, суджень, роздумів, міркувань, що супроводжують переживання заздрощів.

Додатний полюс когнітивного показника заздрощів (ZKg+) виявляється у фіксуванні уваги на обтяжливих думках, негативних уявленнях та переконаннях відносно себе та об'єкту заздрощів, а саме: мислиннєвим порівнянням себе з тим, хто має певні переваги (наявним чи уявним «еталоном»); думками про невдоволення собою, власним становищем, статусом, якостями, життям в цілому; думки про власну неспроможність та приниженість; усвідомлення нестачі того, що цінуєш сам, або цінується в суспільстві; думки про свою неповноцінність та невідповідність вимогам значущих осіб; мислиннєве знецінення переваг іншого (або ж знецінення себе); роздуми щодо несправедливості та незаслуження переваг об'єкта порівняння, думки про необхідність певних змін, необхідність «зрівнятися» (відновити самооцінку), «перевершити» об'єкт заздрості або помститися за власне приниження.

Від'ємний полюс (ZKg-) цього компонента виявляється мислиннєвим спокоєм відносно порівняння себе з іншими не на свою користь, та відсутністю когнітивної уваги до ситуацій, котрі могли б спровокувати заздрощі.

Поведінкова (дієва) складова заздрісності. Поведінковий показник заздрощів (ZPv) складають особливості зовнішніх проявів заздрості, що виражається

в експресії (жестах, міміці, пантоміміці), поведінкових реакціях, а також у висловлюваннях, діях та вчинках.

Додатний полюс поведінкового показника заздрощів ($ZPv+$) характеризується тим, що експресія, дії та поведінка особистості відображає її психічний стан, її ставлення до об'єкту порівняння та заздрощів, що характеризується специфічними поведінковими проявами. Це може виявлятися як: настирна увага і прискіпливе спостереження за об'єктом заздрощів; випитування подробиць життя об'єкту порівняння; оцінюючий «погляд скоса»; нещира «крива посмішка»; неспокійна, напружена, знервована поведінка; намагання «копіювати» іншого, перевершити певний «еталон»; суперництво, конкуренція, або ж різка відмова від боротьби; уникання, ігнорування, демонстративне знецінення та приниження тих, хто в чомусь перевершує; поганий настрій, підозрілість у поведінці; недобррозичливі та ворожі дії; пліткування, засудження, наклеп, сарказм; цинічні, підлі вчинки та зловтішання відносно об'єкту заздрощів; хвастощі та показне «возвеличування» себе в очах інших, або ж навпаки, самоприниження. Поведінка того, хто заздрить, спрямована головним чином на «відновлення» самооцінки та суб'єктивної рівності з тим, хто в чомусь переважає чи перевершує, намаганням будь-яким чином заволодіти перевагами об'єкту порівняння, (або позбавити його цих переваг), а якщо це виявляється (чи здається) неможливим, то відбувається втрата бажання діяти.

Від'ємний полюс ($ZPv-$) свідчить про відсутність чи слабкий прояв цих явищ.

Контрольно-регулятивна складова заздрощів. Контрольно-регулятивний показник заздрощів (ZKR) утворюють особливості саморегулятивного і вольового потенціалу особистості, що свідчать про можливість або неможливість контролювати свої емоційні, когнітивні, поведінкові реакції та прояви у «заздрісногенних» ситуаціях.

Додатний полюс контрольно-регулятивного показника заздрощів ($ZKR+$) виявляється в неможливості встановлення особистістю свідомого і вольового контролю над своїми емоціями, думками та поведінкою при переживанні заздрощів та в ситуаціях, що їх «провокують» (ситуації соціального порівняння та оцінювання, що ведуть до суб'єктивного відчуття зниження самоцінності відносно об'єкту заздрощів, та бажання «вирівняти» своє становище). Також $ZKR+$ виявляється у

відсутності або слабкості емоційної саморегуляції, складності подолання негативних когнітивних переживань, пов'язаних їх заздрістю, не контрольованість або слабкість довільної регуляції поведінки, що нею викликана.

Від'ємний полюс цього показника (ZKR-) виявляється у високому рівні самовладання і саморегуляції при переживанні заздрощів, у можливості вольового та свідомого контролю своїх емоцій, думок, своєї поведінки, виразних рухів, міміки у ситуаціях, що викликають заздрість. Навіть якщо особа заздрить, то це свідомо регулює та може це зробити непомітним для оточуючих. Високий рівень саморегуляції заздрощів полягає у вмінні зберігати владу над собою посередництвом розуму та самосвідомості, що виявляється у можливості зваженої оцінки та самоаналізу власних заздрощів.

Мотиваційна складова схильності до заздрощів (*Компонент змістового рівня структури заздрісності*). Мотиваційний показник заздрощів (ZMt) виявляється комплексом нереалізованих потреб, що актуалізуються при порівнянні себе з іншими, та впливають на легкість виникнення, інтенсивність, глибину, широту і стійкість заздрісної мотивації. Цей показник не підлягає безпосередньому спостереженню, проте відображає внутрішню позицію особистості, вказує на те, що для неї має особливу значущість і позначається на її намірах та спрямованості (напрямку, у котрому вона буде діяти). Мотиваційний показник містить характеристики, які відносяться до змістовно-особистісного рівня структури заздрісності та відображає ціннісну і потребово-мотиваційну сферу особистості.

Додатний полюс цього показника (ZMt+) характеризується гостротою певних «нестач», нереалізованих потреб: у безпеці, захисті, стабільності існування і впевненості у завтрашньому дні; потреби в емоційних зв'язках з людьми (спілкуванні, дружбі, любові), належності до певної соціальної групи; потреби у самоповазі, а також у визнанні, повазі та прийнятті з боку інших людей; потреби в самоактуалізації, творчості, реалізації своїх можливостей. Також цей полюс може виявлятися слабким усвідомленням власних цінностей і потреб, та нетерпимістю до їх незадоволення. Для заздрісної мотивації характерним є те, що неусвідомлені й нереалізовані внутрішньоособистісні потреби (мрії, бажання, прагнення) можуть заміщуватися гонитвою за «зовнішніми» цінностями (часто хибними) і чужими

цілями; за тим, що зможе «піднести» її в очах оточуючих (слава, влада, престиж); що дозволить «увійти» до певної соціальної групи; забезпечить її перевагу над іншими; компенсує внутрішні «нестачі», власну нереалізованість (відсутність самоактуалізації) та відчуття власної неповноцінності. Заздрісна мотивація полягає у пристрасному бажанні заволодіти перевагами об'єкту порівняння (або позбавити його цих переваг), прагненні до самоствердження будь-яким чином.

Від'ємний полюс цього показника (ZMt-) характеризується відсутністю заздрісної мотивації, усвідомленим і зваженим ставленням до поки що нереалізованих потреб (мрій, бажань, прагнень), переважанням внутрішньої мотивації над зовнішньою.

Установчий компонент схильності до заздрощів (*Компонент соціально-імперативного рівня структури заздрісності*). Показник установчої схильності до заздрощів (ZUst), віддзеркалює рівень особистісного прийняття (неприйняття) соціальних настанов та мотивацій, що сприяють заздрощам, а також міру відчуття їх як своїх власних цінностей та потреб.

Цей компонент виокремлено у окремий опитувальник («Соціальні настанови особистості відносно заздрощів»), тому що він, з одного боку, відноситься до соціально-імперативного рівня, оскільки він відбиває соціальні настанови особистості відносно заздрощів, що включають у себе проєкції (вимоги, стереотипи) особливостей національного менталітету, стилю виховання, сучасної масової культури, етики, моралі, економіки споживання, а також міру схильності піддаватися впливам реального соціального середовища. А з іншого боку, він надає інформацію щодо змістово-особистісних характеристик заздрощів (переконання, світогляд, цінності, інтереси, потребово-мотиваційна сфера) та віддзеркалює явища і ситуації, котрі мають особливу значущість для того, хто заздрить, що позначається на його спрямованості.

Додатний полюс установчого показника заздрощів (ZUst+) вивляється тим, що особистість керується у своєму житті такими вимогами, стереотипами та настановами соціального середовища як: культ багатих, успішних та відомих; культ речей та принципів економіки споживання; культ егоїстичного самоствердження; індивідуалістичні, егоцентричні соціальні цінності матеріальної спрямованості

(кар'єра, популярність, влада, гроші, статус, престиж); настанови на загальну демократію, зрівняння людей та рівність можливостей; настанови та спонукання до амбітності, жадібності, егоїзму, гордині, нездорового перфекціонізму, нарцисизму та комплексу неповноцінності тощо (за допомогою ЗМІ, соцмереж, моди, реклами). Ззовні це може проявлятися як прагнення відповідати завищеним чи неадекватним соціальним очікуванням та стандартам; залежність від зовнішньої оцінки та схвалення; схильність до наслідування та копіювання інших, гонитва за чужими цінностями та прагнення завжди бути кращім за інших, а якщо це не вдається, – відчуття власної неповноцінності.

Від'ємний полюс установчого показника заздрощів (ZUst-) виявляється у тому, що особистість «прислуховується» до себе, у житті керується своїми внутрішніми оцінками, цінностями, переконаннями, бажаннями та потребами, а не постійним порівнянням себе з ідеалізованими «іншими». Така особистість не ховається за «масками», не прагне відповідати нав'язаним стереотипам мас-медіа та не гониться за зовнішніми мотивами, а відкриває себе зсередини, прагнучи до самовиявлення та саморозвитку.

Слід зазначити, що додатній «+», або від'ємний «-» знак показника не несе оцінного або соціального навантаження, а лише вказує на координати позначених полюсів на континуумі переживання заздрості: її наявність (високий рівень прояву), або відсутність (низький рівень прояву). Проте, якщо розглядати вплив переживання почуття заздрощів на відчуття самоцінності та самопочуття того, хто заздрить, – конструктивний або деструктивний, – то традиційно в літературі розглядається переважно деструктивний вплив заздрісності особистості (полюси зі знаком «+»).

Загалом, стійка схильність до переживання почуття заздрощів призводить до усталеного відчуття зниженої самоцінності у порівнянні з іншими, що супроводжується постійними спробами її підняти різними способами (або «дотянутися» самому, або «опустити» об'єкт заздрощів), залежністю від зовнішніх оцінок та життям за чужою системою цінностей з постійним озиранням на інших.

Вищеописаний комплекс показників можна вважати достатнім для дослідження основних характеристик феномена, що вивчається, оскільки експліковані показники розкривають широкий та мінливий простір ознак схильності

особистості до переживання заздрощів. Комбінація цих показників (тобто їх кількісно-якісне поєднання), ступінь та специфіка їх проявів, визначає характер переживання почуття заздрощів, його рівень, і характеризує індивідуальну структуру заздрісності особистості.

Структура схильності до переживання заздрощів, що презентована у першому розділі, та зміст показників, що наданий у цьому параграфі, слугують основою (теоретичним конструктом) для розробки психодіагностичного інструментарію, спрямованого на вивчення експлікованих та описаних показників заздрісності.

Перед тим, як надати та розкрити етапи розробки оригінальних психодіагностичних методик, розглянемо наявні методики, що дають інформацію про деякі особливості заздрощів.

2.2.2. Огляд методик, що надають інформацію про деякі ознаки переживання заздрощів

У цьому підрозділі розглянемо знайдені у літературі методики, що надають пряму, або опосередковану інформацію про деякі характеристики заздрісності.

За логікою наукового дослідження постає питання стосовно наявності адекватного психодіагностичного інструментарію для діагностики схильності особистості до переживання заздрощів та її структурних компонентів. Саме тому, було здійснено пошук методик, котрі надають інформацію про характеристики заздрісності. Даний крок зумовлений також необхідністю знаходження паралельних тестів для перевірки оригінальної методики на надійність та валідність. При відборі таких методик враховувалися основні вимоги до психодіагностичного інструментарію, що застосовується в дослідженнях, а саме: відповідність методики меті та предмету дослідження; достатня об'єктивність, надійність та валідність методики; чіткість і однозначність інструкцій проведення дослідження [7; 100].

При аналізі психологічної літератури виявлені методики, що спрямовані на діагностику деяких характеристик заздрісності:

1. «Шкала диспозиційної заздрісності», розроблена К.К. Муздибаєвим, котра складається з 15 суджень. Відповіді даються за семибальною шкалою: 7 – повністю згоден, 4 – щось середнє, 1 – зовсім не згоден. Загальний бал за шкалою вираховується шляхом складання відповідей. Величина шкали коливається від 10 до

70. Приблизні питання шкали: «Часом «Я» відчуваю себе приниженим, коли мій керівник дуже хвалить іншого працівника»; «Мій друг (подруга) абсолютно незаслужено влаштувався на високооплачувану роботу, завдяки зв'язкам батьків»; «Мене часом засмучує те, що «Я» сам розумію: якою мірою деякі мої колеги більш талановиті, ніж я» [108, с.40]. Слід відмітити, що автор цієї методики є першим пострадянським психологом, котрий спробував емпірично дослідити наявність заздрісності особистості, але повного опису цієї шкали та процедури її розробки автор не надає.

2. У літературі було знайдено згадку про «Методику дослідження заздрості, жадібності та невдячності», авторами котрої є М. Кляйн і К. Абрагам. Заздрощі діагностуються у цій методиці за допомогою 6-ти тверджень. Відносно цієї методики слід зазначити, що опису і даних про дослідження її психометричних властивостей не було знайдено. (Цит. за Бескова Т.В. [17, с.127-139]).

3. Ще однією методикою, котра надає певну інформацію про заздрість, є тест Ю.В. Щербатих «Коріння заздрості», що складається з 20-ти тверджень (варіанти відповіді: «а» – точно немає; «Б» – буває, але рідко; «В» – час від часу; «Г» – часто; «Д» – так, майже завжди) та 8 субшкал. Автор як шкали виділяє такі «коріння» заздрості: 1) відсутність рівності, 2) порушення суб'єктивної справедливості, 3) негативне відношення до багатства й успіху, 4) образа на долю, 5) негативне ставлення до інших людей, 6) ревності, занижена самооцінка, 7) невміння знаходити користь у поразках. Кожна відповідь співвідноситься з певною кількістю балів. У твердженнях, що стосуються кількох складових заздрості, бали нараховуються відразу в кілька субшкал. Підсумковий показник, що характеризує схильність до заздрості, вираховується підсумовуванням загального балу (шляхом складання балів відповідей на кожне з тверджень). Середній кількісний показник становить 22 бали і коливається в діапазоні від 10 до 29 балів. Кількість балів більше 30 говорить про наявність цього гріха, а понад 35 балів – вимагає психокорекції. [59; 206]. Дана методика може бути цікавою у плані виявлення та опису деяких особливостей ставлень та світосприйняття того, хто заздрить (але даних щодо надійності та валідності тесту автор не надає).

4. Також, існує «Методика дослідження заздрісності особистості» (МІЗЛ)

Т.В. Бескової [17], що містить 47 тверджень, які спрямовані на дослідження різних проявів заздрості, виявлення домінуючих станів, емоцій та способів поведінки особи, котра заздрить. Автор виділяє такі шкали (типи прояву заздрості): 1) *«заздрість-неприятність»* (17 питань), котра виявляється у роздратуванні, озлобленості, гніві стосовно особи, котра володіє певними перевагами, бажанням перевершити іншого будь-яким способом, нав'язливою ідеєю відібрати, зруйнувати, нівелювати предмет або об'єкт, котрий викликає заздрість; 2) *«заздрість-зневіра»* (15 питань), що характеризується почуттям образи, досади, зневіри, печалі, намаганням замовчувати, ігнорувати досягнення конкурента як неіснуючі, або ж змістити сфери порівняння на свою користь. Шкала МІЗЛ *«маскування»* (15 питань) свідчить про присутність заздрості, але неготовність відкрито висловлювати своє ставлення, думку щодо характеристик заздрісності особистості. Загальний рівень заздрісності визначається сумою балів, що отримані за означеними шкалами, після чого бали переводяться у стени. Нижньою межею інтервалу нормативних значень є рівень вираження заздрісності 4 стена, верхній – 7 стенив.

5. Тест-опитувальник «Нарцисичні риси особистості» О.А. Шамшикової, Н.М. Клепікової [199]. Заздрість у цій методиці можна «виміряти» за допомогою шкали *«Надзайнятість почуттям заздрості»*, що містить 8 тверджень. Згода з твердженням позначається знаком «+», не згода – знак «-». Сума балів за шкалою ділиться на 8, після чого множиться на 10. Середні дані – 32 бали; мінімум – 13 балів; максимум – 45 балів. Високі значення за даною шкалою свідчать про заздрість до оточуючих та думки про те, що інші завжди заздрять. Також високі значення є свідченням того, що реальні або уявні переваги інших у придбанні соціальних благ (матеріальних цінностей, успіху, статусу тощо) сприймаються суб'єктом як загроза цінності «Я» та супроводжуються афективними переживаннями та діями. За теоретичними основами цієї методики, однією з ознак, що характеризує нарцисичні порушення, є реагування на фрустрацію проявом почуття заздрості, люті, сорому або приниження.

Як демонструє аналіз наведених вище методик, фактично не існує інструменту, який би діагностував показники заздрісності у тому комплексі, що наданий у рівневій структурі заздрісності (див. підрозділ 2.2.1.). Саме тому виникла

необхідність у розробці психодіагностичного інструментарію, спрямованого на вивчення структурних компонентів схильності особистості до переживання заздрощів.

2.2.3. Результати апробації оригінального комплексу психодіагностичних методик дослідження заздрощів особистості

Психодіагностична процедура «Шкала самооцінки показників заздрісності» (стимульний матеріал та предмет оцінки див. додаток А) була розроблена для діагностики експлікованих і описаних формально-динамічних і якісних показників схильності особистості до заздрощів та представляє собою модифікацію процедури «Розміщення себе на шкалі» Т. Дембо і С. Рубінштейн. Вибір цієї процедури зумовлений простотою та оригінальністю даного підходу, що дозволяє використовувати цю методику в якості достатньо поширеного інструменту для вивчення різноманітних властивостей особистості. Стосовно заздрісності, ця методика є корисною та інформативною у плані можливості швидко, але виважено провести самооцінку та самоаналіз схильності до заздрощів; а у порівнянні з результатами інших методик дослідження заздрості (за їх наявності), – оцінити ступінь усвідомлення особистістю власного почуття заздрощів. Крім того, проходження цієї процедури може сприяти більшому усвідомленню власного переживання заздрощів.

Процедура дослідження полягає у наступному: кожному обстежуваному надається попередньо розроблений бланк «предмету оцінки» кожного показника, з метою створення в учасників дослідження єдиного уявлення про особливості переживання заздрощів, що досліджуються (формально-динамічні та якісні показники заздрісності). Крім того, обстежуваним надається бланк, на якому кожний вимірюваний показник зображено у вигляді прямого відрізка з позначенням його мінімального та максимального значення (ступеню вираження показника). Довжина кожного відрізка дорівнює 10 см., що відповідає 10 балам. Середня лінія ряду на шкалах (відрізках) відповідає 5 балам. Обстежуваному пропонується відмітити на кожній шкалі (див. інструкцію) рівень (ступінь вираження) наявності в нього певних особливостей переживання заздрощів. Отже, ця методика діагностує рівень самооцінки формально-динамічних та якісних показників заздрісності, а

саме: шкала 1 – легкість виникнення заздрості (ZLS), шкала 2 – широта розповсюдження заздрості (ZChS), шкала 3 – стійкість переживання заздрощів (ZStS), шкала 4 – інтенсивність заздрісних проявів (ZInS), шкала 5 – глибина заздрісних переживань (ZGlS), шкала 6 – показник емоційного переживання заздрощів (ZEmS), шкала 7 – показник когнітивного переживання заздрощів (ZKgS), шкала 8 – показник поведінкового переживання заздрощів (ZPvS), шкала 9 – показник контролю і регуляції заздрощів (ZKRS).

Стимульний матеріал (див. додаток А) включає: інструкцію для учасників дослідження; бланки, на котрих зображені відрізки прямих (шкал); описи кожної шкали. Результат обчислюється в балах. Максимальне значення – 10 балів за кожною шкалою.

Методика «Соціальні настанови особистості відносно заздрощів»

Ця методика розроблена для дослідження соціально-імперативного рівня структури заздрісності (див. підр. 1.2.3.), а саме, установчого показника заздрощів як проекції соціального середовища на заздрісність особистості. Метою даного тесту-опитувальника є виявлення репрезентацій соціальних настанов у свідомості (проекцій, вимог, стереотипів) стосовно заздрісності та визначення засвоєних і прийнятих ставлень до заздрості як до невід’ємної складової соціального буття.

Саме тому, в якості соціальних настанов було використано конкретні ціннісні орієнтації сучасної масової культури, принципів економіки споживання, що можуть сприяти виникненню та закріпленню заздрісності (за даними теоретико-аналітичного огляду психологічної літератури), афоризми, а також деякі народні прислів’я, що є інформативними стосовно переживання почуття заздрощів. Слід зазначити, що ця методика не має меті виявлення морально-етичних, релігійних, загальнолюдських установчих суджень і заборон щодо гріховності й аморальності заздрості, (хоча вони теж відносяться до соціально-імперативного рівня схильності до заздрощів). Установчий показник заздрісності формується під впливом певних особливостей і стереотипів стилю виховання, установок інститутів соціалізації, національного менталітету, засобів масової інформації, що сприяють (або запобігають) заздрощам. Установчий показник схильності до заздрощів (ZUst) виявляється у певному наперед сформованому емоційному ставленні до

«заздрісногенних» ситуацій (соціального порівняння, конкуренції та суперництва) у думках, що керують реакціями особистості й виступають передумовою поведінкових проявів заздрісності (або блокують їх), у мірі особистісного прийняття (неприйняття) соціальних настанов, цінностей та мотивацій сучасної масової культури, економіки споживання; у мірі схильності піддаватися впливам соціального середовища.

Отже, цей опитувальник складається з 42-х тверджень – соціальних настанов (див. додаток Б.1, Б.2, – україномовна та російськомовна версії). Стимульний матеріал методики включає: інструкцію для досліджуваних та бланк, на котрому передбачено 4 варіанти відповіді: «Так» (4 бали); «Скоріше, так» (3 бали); «Скоріше, ні» (1 бал); «Ні» (0 балів). Обробка результатів здійснюється шляхом підрахування суми балів за усіма відповідями. Максимальне значення – 168 балів, мінімальне – 0 балів. Характеристика максимального та мінімального прояву цього показника схильності до заздрощів (ZUst) надана у підрозділі 2.2.1.

Оригінальна методика «Диференціальна діагностика схильності особистості до заздрощів» (ДІЗА) створювалася відповідно до вимог психометрики [7; 100] за традиційними етапами:

- перший етап – теоретичний. Завданням цього етапу було концептуалізація психологічного феномена «заздрісність» і створення теоретичного конструкту майбутньої методики. Основою для розробки оригінального опитувальника стало уявлення про рівневу структуру досліджуваного феномена (див. розділ І), про його структурні компоненти та складові показники. Теоретико-емпіричний аналіз тематичних першоджерел дозволив експлікувати систему показників феноменологічного поля заздрісності, а контент-аналіз анкет-самозвітів – здійснити емпіричне уточнення і змістовне наповнення відібраних характеристик. Завдяки цьому були сформульовані та описані показники заздрісності як властивості особистості (що відповідають шкалам оригінальної методики, – див. підрозділ 2.2.1.): емоційний (ZEm), когнітивний (ZKg), поведінковий (ZPv), мотиваційний (ZMt), контрольно-регулятивний (ZKR) показники схильності до заздрощів. Ці показники відображають психологічну сутність феномена, що вивчається. Дослідження рівня вираження саме цих показників дозволить виявити, в якій сфері у

особистості більше фіксується та виявляється заздрість: у сфері емоцій, думок або поведінки, чи є заздрісна мотивація, а також чи можлива вольова регуляція і свідомий контроль власних заздрощів;

- у завдання другого етапу входило безпосереднє конструювання опитувальника, а саме: розробка стимульного матеріалу, формулювання тверджень щодо проявів заздрісності, які могли б виступати «індикаторами» показників, що вивчаються. Для цього конструювалися такі твердження, які б не були двозначними, надмірно абстрактними, та були спрямовані до особистого досвіду обстежуваних (реального чи уявного). У твердженнях описувалися ситуації, що здатні спровокувати заздрощі або сприяти цьому переживанню, та певні емоційні, мисленнєві, поведінкові, мотиваційні та контрольні-регулятивні особливості особистості, пов'язані із заздрощами. Також на цьому етапі розроблялася процедура тестування і обробки даних: формулювалася інструкція для обстежених, створювався бланк для відповідей та «ключ» для обробки первинних даних;

- завдання третього етапу полягало у перевірці дискримінативної та змістовної валідності тест-опитувальника, а також в емпіричній корекції стимульного матеріалу методики. За результатами зібраних емпіричних даних із залученням первинної вибірки стандартизації проводилася первинна оцінка дискримінативності – здатності кожного індикатора-твердження диференціювати обстежуваних щодо «максимального» або «мінімального» результату тесту в цілому. З метою оцінки ступеня ясності формулювання кожного індикатора-твердження певного показника заздрісності, а також для визначення змістовної валідності тест-опитувальника залучалася група експертів – професійних психологів (18 осіб). У результаті проведених процедур, формулювання деяких питань були змінені, кілька запитань були вилучені з опитувальника або замінені іншими;

- завданням четвертого етапу було здійснити емпіричну перевірку теоретичного конструкту методики за допомогою факторного аналізу індикаторів-відповідей на стимули тесту. Результати факторного аналізу мали підтверджувати угруповання індикаторів-відповідей за кожною шкалою. При невідповідності результатів цього аналізу теоретичному конструкту методики, у нього вносилися корективи, аж поки було отримано максимальне їх співпадання;

- завдання п'ятого етапу полягало у проведенні процедури апробації остаточного варіанту оригінального опитувальника, тобто у зборі емпіричних даних, перевірці його надійності, валідності та дискримінативності із залученням основної вибірки стандартизації (227 осіб – в україномовному варіанті методики, 200 осіб – у російськомовному варіанті).

У цій роботі презентуються результати створення та апробації тест-опитувальника «Диференціальна діагностика схильності особистості до заздрощів» (ДІЗА) українською мовою. Апробація методики, перевірка її надійності, валідності та дискримінативності здійснювалася на вибірці стандартизації Дрогобицького державного педагогічного університету імені І. Франка (україномовну та російськомовну версії опитувальника, інструкцію, бланк, ключ та ключ-дешифратор див. у додатках Г.1, Г.2).

Перевірка теоретичного конструкту оригінального тест-опитувальника ДІЗА методом факторного аналізу

Відомо, що факторний аналіз представляє собою систему моделей та методів, які слугують перетворенню вихідного набору ознак до найпростішої і змістової форми. Він базується на припущенні, що поведінку, яку виявляє обстежуваний, можна пояснити за допомогою невеликої кількості «прихованих» характеристик, названих факторами. Цей метод застосовується для зведення тестових оцінок до відносно малого числа незалежних змінних, що необхідні для опису індивідуальних відмінностей за тестовими результатами; для знаходження найпростішої структури, яка б точно відтворювала існуючі в реальних системах залежності та внутрішні закономірності, що відображають структуру досліджуваної області явищ [55; 107].

Факторний аналіз проводився на основі даних, одержаних в результаті емпіричного дослідження якісної структури схильності до заздрощів, що діагностується за допомогою набору індикаторів-відповідей. Мета даної процедури, полягала в тому, щоб виявити кілька фундаментальних факторів, котрі пояснювали б значну частину дисперсії в групі оцінок з різних питань, застосованих в цьому дослідженні (всього 60). Крім того, необхідно було перевірити сформульовану гіпотезу щодо структури заздрисності, відповідно до теоретичного конструкту методики. Отже, факторний аналіз проводився у дві стадії: 1) первинна факторизація

матриці кореляцій; 2) обертання факторної матриці, для того, щоб виявити найбільш просту конфігурацію факторних навантажень [107]. У цій роботі застосовувався мультифакторний аналіз з подальшим обертанням та ротацією отриманих факторів (Principal Component Analysis and Rotation: Varimax with Kaiser Normalization), що здійснювався за допомогою комп'ютерної програми SPSS 17.0 for Windows [113]. У табл. 2.1 наданий остаточний варіант групування індикаторів у фактори.

Таблиця 2.1

Вибіркові результати факторного аналізу (п'ятифакторна модель), n = 227

Групування індикаторів заздрісності									
Фактор 1		Фактор 2		Фактор 3		Фактор 4		Фактор 5	
ZEm 6	641	ZKg 6	656	ZPv10	578	ZMt 3	756	ZKR 5	377
ZEm 3	589	ZKg 1	618	ZPv 9	487	ZMt 8	443	ZKR 3	343
ZEm 2	434	ZKg 2	599	ZPv 2	459	ZMt 6	435	ZKR 4	316
ZEm 8	372	ZK11	579	ZPv11	433	ZMt 11	428	ZKR 12	219
ZEm11	353	ZKg 5	539	ZPv 3	427	ZMt 10	407	ZKR 2	214
ZEm 7	337	ZKg 10	520	ZPv 6	401	ZMt 2	342	ZKR 6	-425
ZEm 10	337	ZKg 7	409	ZPv 5	399	ZMt 4	321	ZKR 11	-451
ZEm 12	323	ZKg 9	371	ZPv 7	391	ZMt 7	314	ZKR 8	-516
ZEm 9	319	ZKg 8	356	ZPv 8	386	ZMt 5	309	ZKR 1	-563
ZEm 5	292	ZKg 4	264	ZPv 4	324	ZMt 1	308	ZKR 10	-566
ZEm 1	271	ZKg 12	233	ZPv 12	245	ZMt 9	290	ZKR 9	-580
ZEm 4	261	ZKg 3	226	ZPv 1	218	ZMt 12	287	ZKR 7	-651

Примітка: 1) тут і далі нулі та коми не вказані; 3) скорочення: емоційний (ZEm), когнітивний (ZKg), поведінковий (ZPv), мотиваційний (ZMt), контрольно-регулятивний (ZKR) показники схильності до заздрісності; 2) фактор I – емоційні характеристики заздрісності, фактор II – когнітивні, фактор III – поведінкові, фактор IV – мотиваційні, фактор V – контрольно-регулятивні характеристики заздрісності.

У цьому дослідженні була випробувана чотирьох-, п'яти- та шестифакторна моделі. Необхідним критерієм оцінки факторної моделі більшою мірою відповідала п'ятифакторна модель: всі фактори обраної моделі відносно пропорційні, більшість показників рівномірно розподілилися (увійшли до одного фактору з достатньою

факторною вагою). Показники, що увійшли до більшої кількості факторів з вагою на значущому рівні, віднесені до того фактора, у котрому вони показали найбільшу факторну вагу. Порядок факторів поданий у тій послідовності, що відповідає теоретичному конструкту методики. Отже, основні результати факторного аналізу підтверджують наявність п'яти шкал заздрісності (п'ятифакторну модель див. у додатку В). У кожному факторі найбільш високі значення факторної ваги одержали показники, що характеризують теоретично виділені й описані раніше шкали-показники схильності до заздрощів: емоційний, когнітивний, поведінковий, мотиваційний, контроль-регулятивний. Водночас, одержаний розподіл індикаторів за факторами дозволив скорегувати ключі до обробки даних, що отримані за допомогою цього тест-опитувальника. Остаточний варіант методики «Диференціальна діагностика схильності особистості до заздрощів» (ДІЗА) діагностує 5 основних показників (шкал) заздрісності. Крім того, виділено додатковий показник, – це шкала композитної оцінки заздрісності, що створена з метою визначення загального рівня схильності до переживання заздрощів.

Результати перевірки оригінальної методики «Диференціальна діагностика схильності особистості до заздрощів» (ДІЗА) на надійність і валідність

Відомо, що конструювання особистісних тестів являє собою процес створення інструментів вимірювання, що задовольняє основним вимогам психометрики. Кожен тест повинен бути надійним, валідним і стандартизованим [7]. Отже, важливим етапом створення нової психодіагностичної методики є перевірка її остаточного варіанту на надійність і валідність. З цією метою були застосовані традиційні в психодіагностиці методи перевірки на надійність тесту: розщеплювання (розподіл тесту навпіл), повторний тест і паралельний тест [7; 100].

Процедура розщеплювання або розподілу тесту навпіл (split-half) базується на припущенні про паралельність не тільки окремих форм тесту, але і окремих завдань усередині тіста. Для обчислення коефіцієнта надійності методом розщеплення тест розбивається на окремі завдання або групи завдань. Найбільш поширена процедура «розщеплення» тесту на дві частини: в одну частину збираються результати парних завдань, а в іншу – непарних [7]. Отже, дана процедура полягає у визначенні

коефіцієнтів кореляцій між двома аналогічними частинами тесту (в даному випадку між двома половинами кожної з п'яти шкал схильності до заздрощів). Враховуючи те, що помилка вимірювання може бути визначена шляхом багаторазового тестування, було застосовано повторне тестування вибірки досліджуваних одним і тим же тестом через певний інтервал часу і при однакових умовах [100]. Таким чином, при застосуванні повторного тесту (у нашому випадку через 3 місяці) здійснювався пошук зв'язків між однойменними показниками першого і другого зрізів, проведених на одній вибірці.

Метод паралельного тесту полягає у пошуку коефіцієнтів кореляції між двома тестами, один з яких є новою оригінальною методикою, інший – це надійна і валідна відома методика. У якості паралельних тестів були обрані такі тести: методика Дембо-Рубінштейн, попередньо модифікована у процедуру «Шкала самооцінки показників заздрисності» – бралися тільки шкали показників якісного рівня, методика дослідження заздрисності особистості (МІЗЛ) Т.В. Бескової – шкала «Загальна заздрисність» [17]; тест «Нарцисичні риси особистості» О.А. Шамшикової, Н.М. Клепікової – шкала «Надзайнятість почуттям заздрисності» [199].

Отже, задля перевірки надійності і валідності створеної методики перевірялася: а) надійність частин тесту (перевірка міри внутрішньої узгодженості змісту тесту); б) тест-ретестова надійність (перевірка стійкості результатів тесту в часі); в) надійність паралельних форм (перевірка узгодженості відповідей випробовуваних на різні завдання) [7; 100]. Обчислення проводилось за допомогою комп'ютерної програми статистичної обробки SPSS 17.0. У табл. 2.2 наводяться коефіцієнти кореляції між однойменними показниками заздрисності, що отримані за допомогою вищезначених методик.

Таблиця 2.2

Значення коефіцієнтів кореляції, що одержані при перевірці на надійність і валідність оригінальної методики ДІЗА

Шка	Способи перевірки на надійність і валідність опитувальника ДІЗА		
	Метод	Тест-	Надійність паралельних форм (n=227)

ли тесту	ділення навпіл (n=227)	ретест- надійність ($x_I - x_{II}$) (n=227)	«Загальна заздрісність», МІЗЛ Т.В. Бескової	«Надзанятість почуттям заздрощів», «Нарцисичні риси особис.»	«Шкала самооцінки показників заздрісності»
ZEm	545**	542**	614**	436**	468**
ZKg	496**	467**	661**	462**	482**
ZPv	543**	445**	574**	358**	410**
ZMt	399**	354**	626**	437**	379**
ZKR	419**	567**	331**	235**	-0,057

Примітка: 1) тут і далі в усіх таблицях по тексту: нулі і коми опущені, позначення * - $\rho < 0,05$; ** - $\rho < 0,01$; 2) позначення $x_I - x_{II}$ указує на значення кореляції між результатами першого і повторного тестування.

Дані таблиці 2.2 є результатом останньої стандартизації методики. Зазначимо, що до вибірки стандартизації увійшли 227 осіб у віці 18-35 років – студенти Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка. Аналіз таблиці дозволяє зробити загальний висновок про те, що майже усі однойменні показники пов'язані між собою на високому рівні. Загалом, можна констатувати, що оригінальна методика є валідною і має високий рівень надійності.

Отже, стимульний матеріал остаточного варіанту оригінальної методики «Диференціальна діагностика схильності особистості до заздрощів» (ДІЗА) містить 60 питань (по 12 питань на кожен показник). Структура методики включає: письмову інструкцію; перелік питань; розроблений бланк, на якому передбачено чотири варіанти відповідей на кожне питання; «ключ» для обробки даних.

Обчислення індивідуальних оцінок за кожним з показників полягає в підсумовуванні набраних балів по кожному з індикаторів. Максимальна оцінка за кожним з показників складає 48 балів, мінімальна – 0 балів.

Середня сума балів за всіма шкалами утворює загальний показник – композитну оцінку заздрісності (ZZag). Показник загальної схильності особистості

до заздрощів (ZZag) є узагальненою шкалою, що охоплює значення усіх показників, за винятком шкали V (ZKR), і розраховується за формулою:

$$ZZag = (ZEm + ZKg + ZPv + ZMt): 4.$$

Отже, шкали даного опитувальника I-V є основними (базовими), а шкала VI (ZZag) – похідною, інтегруючою. Із наведеної формули вилучено шкалу V (контрольно-регулятивний компонент заздрощів ZKR), оскільки вона не є показником рівня власне заздрощів, а відображує рівень свідомого контролю та довільної саморегуляції заздрощів. Загалом, можна констатувати, що розроблена у співавторстві методика ДІЗА має достатньо високий рівень надійності та валідності.

2.3. Обґрунтування вибору методик, що діагностують властивості особистості, які аранжують прояви заздрісності

Підґрунтям для вибору комплексу психодіагностичних методик, що спрямовані на вивчення співвідношення рис особистості, гіпотетично пов'язаних із показниками заздрісності, став теоретичний аналіз літератури, викладений у першому розділі. Було виокремлено спектр властивостей особистості, що теоретично можуть бути пов'язані зі схильністю до переживання почуття заздрощів (імпульсивність, роздратованість, агресивність, підозрілість, ворожість, тривожність, невпевненість в собі, депресивність, сором'язливість, схильність до звинувачення себе та інших, перфекціонізм, нарцисизм тощо) та гіпотетично постають в якості її чинників (тип емоційності, неадекватність «Я»-концепції, самооцінки та рівня домагань, низький рівень самоусвідомлення, самоприйняття та самоповаги, емоційного інтелекту, стресостійкості, самоконтролю а також наявність ірраціональних настанов). Спираючись на ці дані, для вивчення співвідношення показників заздрісності з властивостями особистості обрано психодіагностичні методики, котрі спрямовані на діагностику означених властивостей особистості.

Відбір психодіагностичного інструментарію для даного дисертаційного дослідження проводився відповідно до таких вимог: відповідність методики меті, завданням та предмету дослідження; стандартизованість процедури проведення; чіткість та однозначність інструкцій щодо проведення дослідження; достатня

репрезентативність, надійність та валідність тестової методики [100]. Тож, розглянемо обрані психодіагностичні методики.

Фрайбурзький особистісний опитувальник (*Das Freiburger Persönlichkeitsinventar, Freiburg Personality Inventory – FPI*) спрямований на дослідження спектру властивостей особистості, що мають важливе значення для процесу соціальної адаптації та саморегуляції поведінки. У даному дослідженні ця методика є цікавою у плані доказу того, що схильність до заздрощів може бути певним чином пов'язана зі слабкою саморегуляцією та тенденцією до невротизації особистості, про що можуть свідчити результати за шкалами невротичності, роздратованості, сором'язливості, емоційної нестійкості, агресивності, депресивності, тощо.

У цьому дослідженні застовувалась скорочена форма опитувальника «В» у розробці А.О. Крилова та Т.І. Ронгінської [134]. Питання сформульовані у формі тверджень, на які обстежуваний повинен дати відповіді «так» або «ні». Означений опитувальник містить 114 питань і діагностує 12 шкал: невротичність (F1), спонтанну агресивність (F2), депресивність (F3), роздратованість (F4), товарищкість (F5), врівноваженість (F6), реактивну агресивність (F7), сором'язливість (F8), відкритість (F9), екстраверсію-інтроверсію (F10), емоційну лабільність (F11), маскуліність-фемінність (F12). Шкали 1-9 є базовими, 10-12 – похідними, інтегруючими. Шкали опитувальника сформовані на основі результатів факторного аналізу і відображають сукупність взаємопов'язаних факторів, що підтверджується у його перевірці на надійність та валідність. Результат обчислюється в балах, відповідно до «ключа» [134]. Призначений для групового та індивідуального тестування дорослих 18-60 років. Час тестування 20-30 хвилин.

Шістнадцятифакторний особистісний опитувальник Р. Кеттелла (*Sixteen Personality Faktor Questionnaire – 16-PF*) [144; 215] дозволяє вивчити широкий спектр рис характеру та властивостей особистості, в яких прямо, або опосередковано може міститися інформація про характеристики заздрісності. У контексті даного дослідження цікавими є: фактор L (підозрілість – довірливість), у якому високі значення вказують на недовірливість, заздрісність, ревнісність, дратівливість, схильність до суперництва, підвищену самооцінку, гордівливість;

фактор Q4 (напруженість – розслабленість), високі оцінки за яким характеризують напруженість, фрустрованість, емоційну нестійкість з переважанням зниженого настрою, дратівливість і нетерплячість [144; 215] та деякі інші фактори, що гіпотетично можуть бути пов'язані із заздрісністю.

У цілому, 16 PF опитувальник Р. Кеттелла діагностує 16 первинних, і 4 вторинних фактори особистості, що об'єднують у собі широку низку характеристик різного роду – від властивостей темпераментального рівня до рис характеру. Кожен фактор є біполярним континуумом, протилежні полюса якого представлені низкою більш детальних характеристик. Результати тестування переводяться у стени з мінімальним значенням в 1 бал, середнім 5,5 бала, максимальним – 10 балів. Тест високо надійний та валідний, використовується практичними та клінічними психологами для діагностики дорослих 18-60 років. Час тестування 30-60хвилин.

«Чотирьохмодальнісний тест-опитувальник емоційності»

О.П. Саннікової [156, с.39-45] обраний для вивчення впливу типу емоційної диспозиції на індивідуально-психологічні особливості переживання почуття заздрощів. Даний тест-опитувальник дозволяє діагностувати якісні показники емоційності – паттерни стійких базальних емоцій: модальності радість (R), гнів (Gn), страх (St), печаль (Sum). Методика складається з 46 питань (по 12 на кожен модальність, 2 питання – дихотомічні) та чотирьох можливих варіантів відповідей: «безумовно, так», «мабуть, так», «мабуть, ні», «безумовно, ні». Методика є високо надійною і валідною та призначена для діагностики дорослих осіб від 18 до 40 років. Приблизний час тестування 20-30 хвилин.

Обираючи цю методику, ми припустили, що стійка схильність до переживань емоцій певної модальності (тип емоційної диспозиції) може певним чином впливати на появу, протікання, динаміку та особливості переживання почуття заздрощів; виступати як внутрішній чинник стосовно специфіки схильності до заздрощів та її проявів. Основою даної гіпотези є емпірично доведене наукове положення про формоутворювальну функцію емоційності у структурі особистості, що було підтверджено багатьма теоретико-емпіричними дослідженнями [14; 21; 27; 156].

«Методика діагностики емоційного інтелекту» **Н. Холла** [176, с.57-59] задіяна у даному дослідженні для виявлення рівня емоційної обізнаності,

саморегуляції та самомотивації у заздрісних осіб. Передбачається, що особистості, схильні до переживання заздрощів, слабо усвідомлюють та розуміють власні емоції та почуття, рішення приймають на основі зовнішньої мотивації, а не внутрішньої, не вміють регулювати свої негативні емоції.

Ця методика враховує різні сторони емоційного інтелекту: ставлення до себе і до інших, здатність до спілкування, ставлення до життя тощо. Емоційний інтелект (EQ) полягає у вмінні розуміти як свої емоції і почуття, так і інших людей, вміння ефективно впливати на свою і чужу поведінку за допомогою управління як своїми емоціями та почуттями, так і інших [176, с.57-59].

Тест містить 30 запитань, що поділяються на 5 шкал: емоційна обізнаність (EiEo), управління своїми емоціями (EiUse), самомотивація (EiSm), емпатія (EiEm), розпізнавання емоцій інших людей (EiRe) та інтегративний рівень емоційного інтелекту (EiIu). За кожною шкалою вираховується сума балів з урахуванням знака відповіді (+ або -): «Повністю не згоден» (-3 бали), «В основному не згоден» (-2 бали), «Частково не згоден» (-1 бал), «Згоден» (+1 бал), «В основному згоден» (+2 бали), «Повністю згоден» (+3 бали). Чим більше плюсова сума балів, тим більше виражений певний прояв емоційного інтелекту. Методика призначена для групової та індивідуальної діагностики осіб від 18 до 60 років. Час тестування 20-30 хвилин.

«Тест впевненості в собі» В. Г. Ромека [142, с.87-108], що спрямований на вивчення оцінки впевненості в собі як соціально-психологічної характеристики людини. Цей тест залучено у дослідження, оскільки припускається, що особистостям, схильним до переживання заздрощів, може бути властива невпевненість у собі (слабка віра у себе), залежність від оцінок оточуючих, тривожність, нерішучість, страх критики, несамостійність у прийнятті рішень, страждання від нереалізованості своїх бажань і потреб. В.Г. Ромек під впевненістю в собі розуміє властивість особистості, ядром якої виступає позитивна оцінка індивідом власних навичок і здібностей як достатніх для досягнення значимих для нього цілей та задоволення його потреб (віра в «самоефективність», віра в можливість контролювати обставини життя, адекватна самооцінка). Крім того, впевненість у собі за В.Г. Ромеком – це прийняття своїх дій, рішень, навичок як правильних і доречних (тобто прийняття себе) [141; 142].

Тест містить 30 тверджень, що поділяються на три шкали: загальну впевненість в собі (UVs), соціальну сміливість (USs) та ініціативу в соціальних контактах (Uisk). Відповідно до авторської концепції, ці компоненти відображають когнітивні, емоційні та поведінкові характеристики впевненості в собі. Загальна впевненість у собі являє собою позитивну оцінку власних навичок і здібностей. Значення за шкалами отримуються простим підсумовуванням балів за всіма питаннями шкали; та перерахуванням сирих значень у стандартні (стени). Результати перевірки методики на валідність і надійність високі [142]. Застосовується для дорослих 18-40 років. Приблизний час тестування 20-30 хвилин.

«Восьмифакторний особистісний опитувальник. Тест на стрес і депресію

Ч.Д. Спілбергера» в адаптації О.М. Радюка [136] Відповідно до теорії стресу, автор адаптації виділяє три відносно незалежні один від одного стани, які, водночас, можуть трансформуватися один в одного: тривога, агресія і депресія (умовно позначені як «передстресовий стан», «стрес» і «післястресовий стан»). Опитувальник дозволяє оцінити не тільки інтенсивність – вираження певного емоційного стану в момент тестування, а й його частоту – схильність досліджуваного більш-менш часто відчувати такий стан, тобто його закріплення у властивість особистості [137].

Тест складається з 80 тверджень, які спрямовані на оцінку рівня нервового напруження і емоційного стресу та мають 4 варіанти відповіді: «Ні, це не так» – 1 бал, «Мабуть, це так» – 2 бали, «Вірно» – 3 бали, «Абсолютно вірно» – 4 бали. Результат обчислюється за «ключем». Оцінюються ситуаційний (на даний момент) і особистісний (звичайно) аспекти допитливості, тривоги, агресії і депресії (всього 8 шкал): SiA – інтенсивність агресії (агресія), SiT – інтенсивність тривоги (тривога), SiD – інтенсивність депресії (депресія), ScI – частота зацікавленості (питливість), ScA – частота агресії (агресивність), ScT – частота тривоги (тривожність), ScD – частота депресії (депресивність), а також шкала SZg – композитна оцінка наявності стресу. Приблизний час тестування 40-50 хвилин.

Інтерес (емоційний стан) і допитливість (як риса характеру) характеризують «нормальний» стан, стійкість людини до стресу. Ознаками надмірного стресу (за теоретичним конструктом даної методики) є зниження рівня допитливості та

підвищення рівнів тривожності, агресивності та депресивності. А емоції депресивної групи є не стільки проявом стресу, скільки його наслідком, результатом. На зростання рівня стресу вказує як зниження (30 балів і менше) допитливості, так і підвищення (19 балів і більше) тривожності, агресивності та депресивності. Про наявність стресу свідчить інтенсивність тривоги плюс інтенсивність агресії, про наявність депресії – інтенсивність депресії, при цьому в розрахунок також беруться особистісні показники стресу і депресії (частота стресу і депресії).

Ця методика нас цікавить у плані доказу того, що заздрощі є стресовим переживанням, яке активізує багато захисних механізмів та копінг-стратегій.

Шкала ворожості Кука-Медлей (Cook-Medley Hostility Scale – W.W. Cook, D.M. Medley) [176] розроблена її авторами в 1954 році на основі відповідної шкали ММРІ. Російськомовну адаптацію виконала Л.Н. Собчик. Методика призначена для діагностики схильності до ворожої і агресивної поведінки. Методика складається з 27 тверджень, що обробляються простим підсумовуванням балів. Обстежуваним пропонується відмітити ступінь їх згоди з певними уявленнями й судженнями про себе та про інших: «звичайно» (6 балів), «часто» (5 балів), «іноді» (4 бали), «випадково» (3 бали), «рідко» (2 бали), «ніколи» (1 бал). Результати інтерпретуються відповідно до «ключа». За підсумками обстеження обчислюється рівень цинізму (VCn), агресивності (VAg) і ворожості (VVr). Приблизний час тестування 20-30 хвилин.

Ця методика діагностики ворожості була обрана у нашому дослідженні, оскільки за даними літературних джерел ворожа поведінка та схильність до знецінювання того, що було найціннішим, є одними із яскравих поведінкових проявів схильності до заздрощів (заздрісності).

Копінг тест **«Способи опановуючої поведінки» Р. Лазаруса і С. Фолкман** (Ways of Coping Questionnaire (WCQ) – R.S. Lazarus, S. Folkman), був розроблений авторами у 1988 році, та адаптований Т.Л. Крюковою, Е.В. Куфтяк, М.С. Замишляєвою в 2004 році [73, с.93-112]. Призначений для визначення способів (копінг-стратегій, стилів поведінки) подолання труднощів та криз у різних соціальних сферах. Копінг тест Лазаруса показує, як часто використовується кожна з копінг-стратегій і наскільки ефективною вона є. Копінг визначається як

опановуюча соціальна поведінка, що дозволяє впоратися з важкою (кризовою) життєвою ситуацією чи стресом способами, адекватними особистісним особливостям і ситуації, – через певні стратегії дій: активну зміну, перетворення ситуації, або пристосування до неї, якщо ситуація не піддається контролю. Р. Лазарус та С. Фолкман, визначали копінг-стратегії як «стратегії оволодіння та врегулювання взаємостосунків із навколишнім середовищем» [78], тобто спроби самостійно впоратися з ситуаціями (суб'єктивними труднощами), котрі передрікають психологічну загрозу для особистості у взаємодії з середовищем. Вибір тієї чи іншої копінг-стратегії здійснюється особистістю відповідно до регуляторної здатності, що їй властива. Опитувальник складається з 50 тверджень, згрупованих у 8 шкал: конфронтаційний копінг, дистанціювання, самоконтроль, пошук соціальної підтримки, прийняття відповідальності, втеча-уникнення, планування рішення проблеми, позитивна переоцінка. Обстежуваним пропонується оцінити частоту певного типу своєї поведінки у складній життєвій ситуації: «ніколи» (0 балів), «рідко» (1 бал), «іноді» (2 бали), «часто» (3 бали). Приблизний час тестування 30 хвилин. [73, с.93-112].

У нашому дослідженні ця методика була обрана для перевірки ефективності адаптаційних та саморегулятивних можливостей особистей, схильних до переживання заздрощів, а також для виявлення характерних для них способів опанування (психологічного подолання) стресових і кризових ситуацій.

Для діагностики особливостей нарцисичної саморегуляції уявлень особистості про себе використовувалася клініко-психологічна тестова методика **«Тест оцінки нарцисизму»** **Ф.-В. Денеке, Б. Хільгеншток** (Narzissmus Inventar (NI) – F.-W. Deneke, B. Hilgenstock), адаптована в НДПНІ ім. Бехтерева Н.М. Залуцькою, А.Я. Вукс під керівництвом В.Д. Віда [32]. На думку авторів, нарцисичні риси, виражені в різному ступені, є у кожного, і в різній же мірі вони заважають або допомагають жити. Нарцисична регуляція розуміється як підтримка афективної рівноваги відносно почуття внутрішньої стабільності, власної цінності, впевненості в собі і гарного самопочуття, тобто почуття самого себе, або власного «Я».

Методика призначена для вимірювання ступеня «сили Я» особистості у різних контингентів дорослого населення (від 18 до 40 років): здорових осіб, а також у

хворих неврозами, розладами особистості, психосоматичними захворюваннями, у пацієнтів, які страждають психозами (крім гострої стадії). Тест складається з 163 тверджень (відповіді формуються за шкалою Ліккерта) з варіантами відповідей: «Абсолютно невірно» (1 бал), «Переважно невірно» (2 бали), «Частково вірно» (3 бали), «Переважно вірно» (4 бали), «Абсолютно вірно» (5 балів). Приблизний час тестування 60 хвилин. Опитувальник дозволяє отримати дані за такими шкалами: N1 – безсильне «Я»; N2 – втрата контролю емоцій і спонукань; N3 – дереалізація / деперсоналізація; N4 – базисний потенціал надії; N5 – незначне «Я»; N6 – негативне тілесне «Я»; N7 – соціальна ізоляція; N8 – архаїчний відхід; N9 – грандіозне «Я»; N10 – прагнення до ідеального «Я»-об'єкту; N11 – жага похвал і підтвердження; N12 – нарцисична лють; N13 – ідеал самодостатності; N14 – знецінення об'єкта; N15 – ідеал цінностей; N16 – симбіотичний захист Я; N17 – іпохондричний захист від тривоги; N18 – нарцисична вигода від хвороби, а також підрахувати нарцисичний коефіцієнт і загальний індекс функціонування «Я»-системи. Інтерпретація здійснюється відповідно до ступеню відхилення отриманих балів від нормативних значень для ідеально сильного еґо. Тест високо надійний і валідний.

Основним симптомом порушеної нарцисичної системи є нестабільне почуття власної цінності (як підвищене, так і надмірно занижене), для підтримки якого людина змушена розвивати і використовувати захисні та компенсаторні механізми [32]. Отже, за допомогою даної методики можна виявити певні особливості «Я»-концепції заздрісних осіб, характерні для них захисні та компенсаторні механізми, а також загальний рівень схильності заздрісних осіб до нарцисизму.

Тест «нарцисичні риси особистості» О.А. Шамшикової, Н.М. Клепікової для виявлення найбільш виразних нарцисичних рис, особистісних тенденцій обстежуваного, що знаходяться в межах норми. Тест орієнтований на критерії DSM, що зумовлює можливу стійкість, тривалість вираження певних нарцисичних рис в рамках «здорової варіації» [199, с.114-128].

Опитувальник має 67 тверджень, та охоплює три області дослідження нарцисизму: власний імідж, когнітивні і поведінкові патерни, міжособистісні стосунки. Усього 9 шкал опитувальника: NR1 – грандіозне почуття самозначущості, NR2 – поглиненість фантазіями, NR3 – віра у власну унікальність, NR4 – потреба в

постійному розумінні і захопленні, NR5 – очікування особливого ставлення, NR6 – маніпуляції в міжособистісних відносинах, NR7 – відсутність емпатії, NR8 – зверхзайнятість почуттям заздрості, NR9 – зухвала, зарозуміла поведінка. Обстежуваним пропонується «приміряти» на себе твердження і вибрати варіант відповіді: «Повністю згоден» (5 балів), «Скоріше згоден» (4 бали), «Ні те, ні інше» (3 бали), «Скоріше, згоден» (2 бали), «Повністю не згоден» (1 бал). Підсумована сума балів за кожною шкалою ділиться на кількість тверджень у ній, а результат помножується на 10. Приблизний час тестування 40 хвилин. Припустимий вік обстежуваних від 15 до 63 років.

В основі короткочасних нарцисичних станів вбачається вразливе уявлення про себе, яке потребує захисту. У разі відсутності загрози уявленням особистості про себе нарцисичний стан перестає бути виразним. У разі виявлення більш стійких нарцисичних станів, відзначається спотворення здатності особистості реалістично сприймати, відчувати і оцінювати себе; нестабільність ставлення до себе, що виявляється коливаннями ідей власної переоцінки і недооцінки з неможливістю стабілізації само ставлення. Надмірні відхилення від оптимального нарцисизму визначаються як нарцисичні стани, що відтворюють мотиваційний стан і тимчасову нездатність підтримувати адекватну самооцінку, та можуть свідчити також і про невдалі спроби формування стабільного уявлення про себе (стійкі, тривалі нарцисичні стани) [71; 199, с.114-128]

Отже, опитувальник «Нарцисичні риси особистості» дозволяє дослідити конфігурації (за ступенем вираження і стійкості) нарцисичних рис особистості, серед яких вимірюється і почуття заздрощів.

Багатовимірна шкала перфекціонізму П.Л. Хьюїтта та Г.Л. Флетта (Multidimensional perfectionism scale (MPS) – P.L. Hewitt, G.L. Flett) – особистісна діагностична шкала, що розроблена канадськими психологами П.Л. Хьюїттом і Г.Л. Флеттом для вимірювання рівня перфекціонізму та визначення характеру співвідношення його складових у обстежуваного. Автори визначають перфекціонізм як прагнення бути досконалим, бездоганим у всьому. Дані характеристики можуть бути притаманні заздрісним особистостям, у котрих гіпотетично передбачаються

неадекватні (як надмірно завищені, так і надзвичайно низькі) вимоги до себе й інших, та нереалістичний рівень домагань.

Методика є першою стандартизованою шкалою для вимірювання перфекціонізму як особистісної риси. Російськомовна адаптація здійснена у 2006 році І.І. Грачовою [40, с.74-89]. Тест містить 45 тверджень, відповіді на які формуються за 7-бальною шкалою Ліккерта від 1 (абсолютно не згоден) до 7 (абсолютно згоден). Результати обчислюються та інтерпритуються відповідно до «ключа». Методика складається з трьох субшкал (по 15 тверджень), кожна з яких вимірює ступінь вираження однієї зі складових перфекціонізму у обстежуваного: 1) PfSb – перфекціонізм, орієнтований на себе (висування надзвичайно високих вимог до себе); 2) PfIn – перфекціонізм, орієнтований на інших (надзвичайно високі вимоги до оточуючих); 3) PfSp – соціально приписаний перфекціонізм (людина розцінює вимоги, що пред'являються до неї оточуючими як завищені і нереалістичні). Сума балів за всіма трьома субшкалами багатовимірної шкали перфекціонізму відображає загальний рівень перфекціонізму – PfZg. Валідизація методики в тому числі на клінічній вибірці збільшує її цінність. Так, у обстежуваних з діагнозом «паранояльний особистісний розлад» домінує соціально приписаний перфекціонізм, а у обстежуваних з діагнозом «істерія» – перфекціонізм, орієнтований на інших. Співвідношення складових перфекціонізму може бути різним, – тому навіть при однаковому рівні вираження цієї риси можуть складатися різні профілі [40, с.74-89]. Приблизний час тестування 30 хвилин.

Методика діагностики ірраціональних установок А. Елліса (Irrational Belief Scale – A Ellis). Цей опитувальник розроблено американським когнітивним терапевтом А. Еллісом на основі його «раціонально-емоційної психотерапії (РЕПТ)» [61, с.201-205]. Модель РЕПТ базується на таких тезах: негативні емоції з'являються у людей не внаслідок оточуючих їх подій, а внаслідок їх негативної інтерпретації людьми через ірраціональні переконання, що були засвоєні у дитинстві та протягом життя. Ця методика покликана виявити ці ірраціональні (помилкові, такі, що не ведуть до досягнення своїх цілей) установки, усвідомити їх негативний вплив на думки, емоції та поведінку, і цим сприяти емоційному благополуччю особистості.

Учасникам дослідження пропонується 50 тверджень, що відображають ставлення до тієї чи іншої позиції. Обстежувані можуть погоджуватися або не погоджуватися з ними, оцінюючи ступінь своєї згоди з твердженнями, використовуючи числа від 1 (повністю згоден) до 6 (повністю не згоден), між якими є проміжні варіанти. Тест включає в себе 6 оціночних шкал, 4 з яких дозволяють оцінити основні групи ірраціональних установок і ще 2 шкали, що дозволяють оцінити стійкість до стресів і раціональність мислення. Наявні шкали: "Катастрофізація", "Повинність себе", "Повинність інших", "Оціночна установка", "Оцінка фрустраційної толерантності особистості", "Оцінка ступеня раціональності мислення". За кожним типом установок (переконань, вірувань, ідей, припущень) підраховується сумарний бал відповідно до «ключа». Чим вище отриманий бал (більше 45) за кожною зі шкал, тим раціональніше мислення людини, і навпаки, чим нижчий бал за шкалами (менше 30), тим виразніше присутні ірраціональні установки. Раціональне мислення інтерпретується як таке, що веде до досягнення своїх цілей. Приблизний час тестування 30-40 хвилин. [61, с.201-205].

Ця методика була обрана у нашому дослідженні задля визначення ступеня раціональності-ірраціональності мислення осіб, схильних до переживання заздрощів; наявності та ступеню вираження у них конкретних ірраціональних установок, а, особливо, схильності до постійного оцінювання себе й інших та рівень їх толерантності до фрустрацій.

ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 2

У цьому розділі викладено результати проведення, підготовчо-інструментального етапу емпіричного дослідження, що містить: розробку напрямків емпіричного дослідження, його організації; обґрунтування репрезентативної вибірки та вибору супутніх методик, що застосовані в цьому дослідженні; створення комплексу психодіагностичних методик, що є відповідними предмету, меті та завданням дослідження.

1. На засадах теоретико-методологічного аналізу літератури розроблено програму емпіричного дослідження індивідуально-психологічних особливостей переживання почуття заздрощів, обґрунтовано основну вибірку та вибірки стандартизації, визначено етапи, систему методів, методик і дослідницьких процедур, методів статистичної обробки емпіричних даних, що спрямовані на діагностику показників заздрісності та тих рис особистості, котрі аранжують її прояви, або виступають в якості її чинників.

2. На основі контент-аналізу анкет та творів-самозвітів отримана додаткова інформація про характеристики заздрісності та уточнено психологічний зміст теоретично експлікованих формально-динамічних і якісних її показників. Відповідно до вимог психометрики задля вивчення усіх структурних компонентів заздрісності розроблено (у співавторстві з науковим керівником) комплекс психодіагностичних методик дослідження заздрощів особистості: процедуру «Шкала самооцінки показників заздрісності» (модифікація методики Т. Дембо та С.Я. Рубінштейн); методику «Соціальні настанови особистості відносно заздрощів»; тест-опитувальник «Диференціальна діагностика схильності особистості до заздрощів (ДІЗА)».

3. Емпірична перевірка конструкту оригінальної методики «Диференціальна діагностика схильності особистості до заздрощів (ДІЗА)» за допомогою факторного аналізу індикаторів-відповідей підтвердила правильність угруповання шкал для діагностики означених показників, а також емпірично довела правомірність сформульованої гіпотези щодо якісної структури заздрісності.

4. Проведена стандартизація оригінальної методики, що включає: перевірку її надійності (надійність частин тесту – методом розподілу тесту навпіл, тест-

ретестову надійність – методом повторного тестування, надійність паралельних форм – методом паралельних тестів), валідності та дискримінативності. Отримані результати свідчать про можливість її застосування як в науково-дослідницьких, так і у практичних цілях. Вибірку стандартизації україномовної версії методики склали 227 осіб, російськомовної – 200 осіб.

5. Здійснено добір комплексу адекватного меті та завданням дослідження психодіагностичного інструментарію, спрямованого на вивчення кола властивостей особистості, котрі за даними літератури, гіпотетично пов'язані зі схильністю до переживання почуття заздрощів. Методики спрямовані на дослідження станів і властивостей особистості, котрі мають першорядне значення для процесу соціальної адаптації й регуляції поведінки: показників емоційності, емоційного інтелекту, впевненості у собі, психологічного благополуччя, стресу, депресії, ворожості, способів опановуючої поведінки, ірраціональних установок, перфекціонізму, нарцисизму та широкого спектру факторних властивостей особистості.

У другому розділі використані літературні джерела, що знаходяться у списку використаних джерел під номерами: [1; 7; 14; 17; 21; 27; 32; 40; 55; 59; 61; 71; 73; 100; 106; 107; 108; 112; 113; 134; 136; 137; 141; 142; 144; 146; 147; 148; 149; 153; 156; 176; 199; 201; 215].

Матеріали другого розділу дисертації висвітлено в таких публікаціях автора, як: [1; 156].

РОЗДІЛ 3

РЕЗУЛЬТАТИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ЗАЗДРІСНОСТІ У ПРОСТОРІ ШИРОКОГО СПЕКТРУ РИС ОСОБИСТОСТІ ТА ЇХ ОБГОВОРЕННЯ

У цьому розділі надано результати диференціально-психологічного аналізу заздрісності, що спрямований на пошук індивідуально-психологічних особливостей осіб, котрі відрізняються за типом схильності до переживання заздрощів. Презентовано результати дослідження взаємозв'язків між показниками заздрісності та спектром властивостей особистості, що супроводжують і, певним чином, зумовлюють специфіку її проявів. Наведено та проаналізовано результати угруповання показників, що вивчаються методом факторного аналізу. Викладено та проаналізовано результати якісного аналізу (метод «асів», «профілів»): вивчено психологічні особливості осіб з мономодальним типом заздрісності (домінування емоційного, когнітивного, поведінкового або контрольного-регулятивного компонента), вивчено індивідуально-психологічні особливості заздрісності осіб, котрі різняться за емоційною диспозицією (домінування однієї із модальностей: «радість» «гнів» «страх», «печаль»).

3.1. Співвідношення показників схильності до заздрощів та рис особистості, що їх супроводжують

Аналіз емпіричних результатів у цій роботі надається у вигляді послідовного викладу результатів кількісного та якісного аналізу даних за кожною методикою, що застосована в цьому дослідженні. Завдяки кореляційному аналізу упорядковується простір усіх *ознак* (показників), що вивчаються, і отримується інформація про можливість чи неможливість (наявність або відсутність значимих зв'язків) подальшого зіставлення гіпотетично пов'язаних явищ. Завдяки якісному аналізу (метод «асів», «профілів») здійснюється групування обстежених *осіб* за певною ознакою: а) за типом схильності до переживання заздрощів, що надасть можливість

вивчити психологічні особливості представників виділених типів; б) за ознакою емоційності, що дозволить виявити найбільш яскравих представників типів емоційності у цій вибірці та вивчити специфіку заздрисності, що притаманна особам із певною емоційною диспозицією.

Для логічного узагальнення всіх емпіричних даних проведеного дослідження, виявлення прихованих закономірностей, виділення найсуттєвіших взаємозв'язків кількісного аналізу, інтерпретуються результати факторного аналізу даних. Слід зазначити, що результати емпіричного дослідження індивідуально-психологічної специфіки схильності до заздрисності у осіб, котрі розрізняються за типом емоційної диспозиції, презентуються після факторного аналізу, оскільки емоційність розглядається не лише як властивість особистості, що супроводжує, аранжує прояви заздрисності, а і як внутрішній чинник індивідуальних відмінностей у її проявах, що детермінує і «оформлює» індивідуальну структуру заздрисності.

Така послідовність викладу результатів дослідження зумовлена бажанням сформулювати уявлення про характер і специфіку, про цілісну «картину» симптомокомплексів рис, властивостей особистості, що пов'язані з певними показниками схильності до переживання заздрисності. Отже, задачами даної частини роботи є: 1) дослідження виділених, теоретично обґрунтованих структурних компонентів заздрисності, особливостей їх проявів; 2) виявлення специфіки пов'язаних із схильністю до заздрисності психологічних властивостей, що виявляється у осіб з різним типом заздрисності; 3) встановлення психологічних чинників, що зумовлюють індивідуально-психологічну специфіку та загальну схильність особистості до переживання почуття заздрисності; 4) встановлення психологічних чинників (рис, якостей, властивостей), що за даними дослідження запобігають формуванню та закріпленню заздрисності у стійку властивість особистості.

3.1.1. Аналіз співвідношень показників схильності особистості до переживання заздрисності та психологічного благополуччя

У цьому параграфі наводяться результати кореляційного і якісного аналізів співвіднесення показників заздрисності та психологічного благополуччя. У розділах 1 і 2 показано, що схильність до заздрисності може супроводжуватись відсутністю

відчуття внутрішньої гармонії, цілісності та рівноваги, незадоволенням собою та своєю діяльністю, недостатністю самоусвідомлення та прояву свого справжнього «Я», труднощами у стосунках з оточуючими, відсутністю особистісного зростання та цілей в житті, неадекватною самооцінкою, недостатньою осмисленістю та задоволеністю життям. Саме тому задля вивчення зазначених особливостей особистості у співвідношенні зі схильністю до переживання почуття заздрощів було обрано «Шкалу психологічного благополуччя» К. Ріфф, в адаптації П.П. Фесенко, Т.Д. Шевеленкової [201, с. 95-130], показники якої містять інформацію про означені якості особистості. Важливо зазначити, що К. Ріфф під психологічним благополуччям розуміє «базовий суб'єктивний конструкт, що відображає сприйняття і оцінку свого функціонування з точки зору вершини потенційних можливостей людини» [230, с. 367]. Спираючись на теорію К. Ріфф, П.П. Фесенко і Т.Д. Шевеленкова запропонували розуміти психологічне благополуччя особистості як переживання людиною задоволення власним життям, що відображає одночасно як наявні («актуальні»), так і потенційні («ідеальні») аспекти життя особистості. Уявлення про «ідеальне» виступає глобальним інструментом оцінки людиною свого буття [201]. А, оскільки ця внутрішня оцінка формується в процесі засвоєння людиною існуючих в культурі та оточуючому середовищі уявлень, то вочевидь, вона залежить від соціально-культурних норм та ідеалів, що панують у суспільстві. Водночас, цей же спочатку зовнішній, а потім і внутрішній «еталон» є тим, з ким або з чим особистість порівнює себе та своє життя.

Тож, проаналізуємо значимі кореляційні зв'язки між показниками заздрісності та психологічного благополуччя (табл. 3.1).

Таблиця 3.1

Значимі коефіцієнти кореляцій між показниками психологічного благополуччя та схильності до переживання заздрощів

	Показники заздрісності						
	ZUst	ZEm	ZKg	ZPv	ZMt	ZKR	ZZag
PB 1	- 369**	- 361**	- 400**	- 273**	- 359**	- 326**	- 415**
PB 2	- 209**	- 311**	- 273**	- 338**	- 388**	- 357**	- 385**
PB 3	- 268**	- 333**	- 448**	- 247**	- 352**	- 301**	- 407**

PВ 4	- 177**	- 168**	- 201**		- 207**	- 279**	- 197**
PВ 5	- 130*	- 159*	- 214**		- 162**	- 175**	- 179**
PВ 6	- 320**	- 317**	- 475**	- 234**	- 348**	- 260**	- 408**
PВ 7	- 331**	- 358**	- 449**	- 273**	- 399**	- 365**	- 438**
PВ 8			- 168**			- 268**	- 138*
PВ 9	- 131*	- 170**	- 231**		- 198**	- 268**	- 209**
PВ 10	- 183**	- 210**	- 232**	- 157*	- 201**	- 292**	- 236**

Примітка: Тут і далі в розділі: 1) нулі і коми опущені; 2) позначення * – $\rho \leq 0,05$; ** – $\rho \leq 0,01$; 3) показники психологічного благополуччя: PВ1 – позитивні стосунки, PВ2 – автономія, PВ3 – керування середовищем, PВ4 – особистісне зростання, PВ5 – цілі в житті, PВ6 – самоприйняття, PВ7 – баланс афекту, PВ8 – осмисленість життя, PВ9 – людина як відкрита система, PВ10 – індекс психологічного благополуччя.

Аналіз таблиці показує наявність від'ємних значимих зв'язків переважно на 1% рівні, що виявлені між майже усіма показниками заздрощів і майже усіма показниками психологічного благополуччя. Це свідчить про те, що зі зменшенням рівня вираження складових психологічного благополуччя підвищуються значення показників заздрощів: установчий (ZUst), емоційний (ZEm), когнітивний (ZKg), поведінковий (ZPv), мотиваційний (ZMt) та загальний показник заздрісності (ZZag). І навпаки, зі зростанням значень усіх показників заздрісності (зростання виявів заздрощів у сфері емоцій, думок, поведінки, вмотивованості й соціальних настанов на заздрощі) знижуються значення показників психологічного благополуччя: емоційно позитивна оцінка себе, своїх якостей та життя в цілому (PВ7); вміння встановлювати тривалі довірливі стосунки (PВ1); усвідомлення і прийняття всіх сторін своєї особистості (PВ6); здатність домагатися бажаного та долати труднощі на шляху до своїх цілей (PВ3); незалежність від соціальних оцінок і стереотипів, здатність протистояти соціальному тиску (PВ2); щастя і задоволеність самим собою і своїм оточенням (PВ10); відкритість у контактах з оточуючими та надбанні нового досвіду (PВ9); прагнення розвиватися, вчитися новому, відчуття власного прогресу (PВ4); усвідомлення цінності минулого, сьогодення і майбутнього (PВ5); наявність сенсоутворюючих цілей в житті (PВ8). Також психологічне неблагополуччя

супроводжується зниженням здатності контролювати прояви своїх заздрощів, оскільки за теоретичним конструктом методики ДІЗА, високі значення показника ZKR свідчать про невміння контролювати свою заздрість (це зворотна шкала).

Загалом, виявлені значимі однорідно-від'ємні взаємозв'язки констатують протилежну спрямованість досліджених психічних явищ – схильності до переживання заздрощів і психологічного благополуччя. Такі взаємозв'язки можуть свідчити про те, що наявність та розвиток складових психологічного благополуччя буде запобігати заздрісності та сприяти її подоланню.

Перейдемо до якісного аналізу результатів, адже саме якісний аналіз дозволяє виділити *групи осіб* за певною ознакою і вивчити психологічні характеристики представників виділених груп. Попередньо, первинні значення показників (бали) були переведені у процентилі (щоб розподіл значень наблизити до нормального), що надало можливість виділити групи з вираженням певного показника. Перший квартиль розподілу – від 0 до 25 процентиля – діапазон низьких значень показника; другий квартиль розподілу – від 25 до 50 – діапазон слабого вираження значень; третій квартиль розподілу – від 50 до 75 – діапазон достатньо підвищеного вираження значень; четвертий квартиль розподілу – від 75 до 100 – діапазон яскравого вираження значень певного показника заздрісності. На основі даних, отриманих із застосуванням оригінальних методик, із обраного контингенту досліджуваних (253 особи) із застосуванням методу «асів» [154; 156] (у даному випадку, відбір представників першого і четвертого квартилю) спочатку було виділено 2 групи досліджуваних: 1) з максимальними (гр. ZZag max, n=64) та мінімальними (гр. ZZag min, n=66) значеннями загального показника заздрощів (якісний аналіз цих груп описано у статтях). Після цього, таким же чином, із вибірки було виокремлено іще 4 групи з домінуванням одного з якісних показників заздрісності: емоційного (гр. ZEm max, n=33), когнітивного (гр. ZKg max, n=35), поведінкового (гр. ZPv max, n=32), контрольного-регулятивного (гр. ZKR max, n=35).

Наступним кроком цього емпіричного дослідження стало встановлення та вивчення індивідуально-психологічних особливостей психологічного благополуччя осіб в кожній із виокремлених груп (осіб з високим рівнем схильності до

переживання почуття заздрощів за емоційним, когнітивним, поведінковим та контрольно-регулятивним типом). Для цього було використано метод «профілів» [154; 156], що полягає у побудові й інтерпретації профілів означених груп, – це дозволяє вивчити психологічні характеристики осіб з різними типами схильності до заздрощів. Тож, диференціюючою методикою, обраною для виділення різних профілів, є оригінальний тест-опитувальник ДІЗА. Важливо зазначити, що на вісі абсцис (ОХ) завжди розташовуються показники досліджуваної властивості особистості, що розглядаються у виокремлених групах осіб, на вісі ОУ – їх числові значення (середнє арифметичне значення, котре отримане усіма представниками певної групи) у процентілях; середня лінія ряду проходить через 50-й процентиль. За цим принципом побудовані та надані усі профілі у цій роботі. Отже, на рис. 3.1 зображені профілі показників психологічного благополуччя груп осіб, що розрізняються за типом схильності до переживання почуття заздрощів.

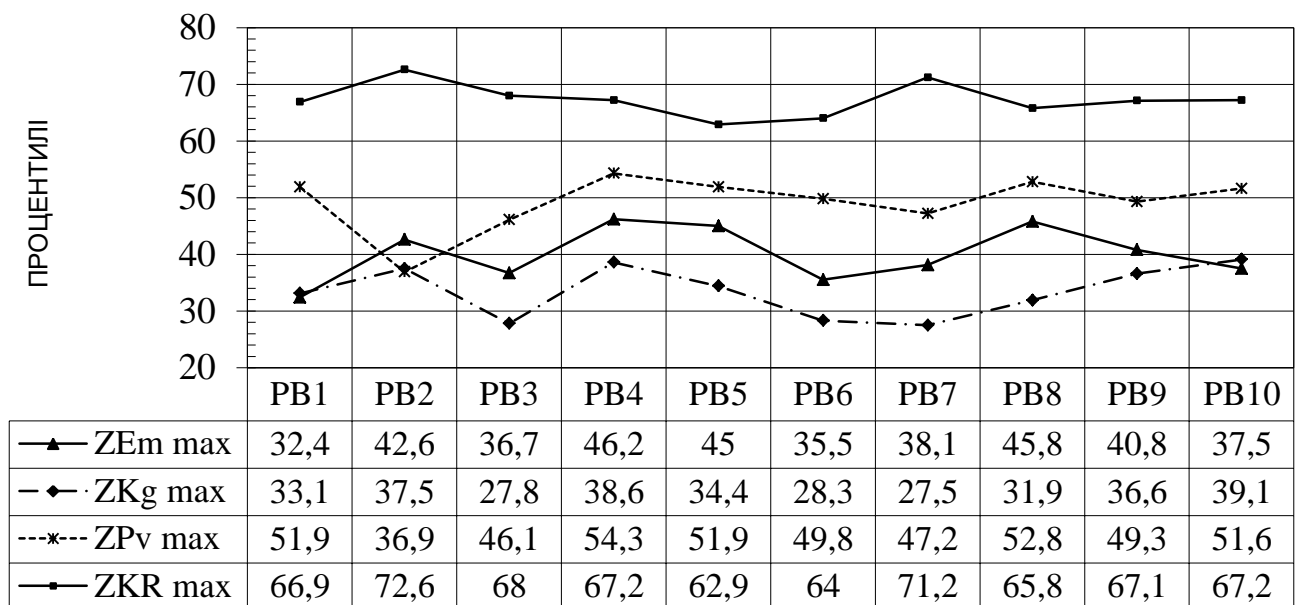


Рис. 3.1. Психологічне благополуччя (за методикою К. Ріфф) груп осіб, що розрізняються за типом схильності до переживання почуття заздрощів.

Примітка. Тут і далі: 1) гр. ZEm max (n=33) – група осіб з високим рівнем схильності до емоційного переживання почуття заздрощів; гр. ZKg max (n=35) – з високим рівнем схильності до когнітивного переживання почуття заздрощів; гр. ZPv max (n=32) – з високим рівнем схильності до поведінкового переживання почуття заздрощів; гр. ZKR max (n=35) група осіб з високим рівнем схильності до контрольно-регулятивного переживання почуття заздрощів.

Аналіз профілів полягає у визначенні найзначущих характеристик в його індивідуальній структурі. На профілі вони виявляються тими параметрами (точками на графіку), значення котрих має найбільше відхилення від середньої лінії ряду в напрямку кожного з полюсів. У результаті виокремлюється комбінація домінуючих показників, що найбільш яскраво описують специфіку індивідуальної структури кожного профілю. Ступінь вираження того чи того показника визначається за його відхиленням від середньої лінії ряду. Значення показників, що розташовані у просторі вище середньої лінії ряду (50-75 центиль), характеризують тенденцію до додатного полюсу параметру, що вивчається, або високу ступінь вираження означеного показника (вище 75-го центиля). Значення показників нижче середньої лінії ряду (50-25 центиль) свідчать про тенденцію до слабкого, або ж слабке вираження показника (нижче 25-го центиля). Ці ж закономірності стосуються усіх подальших профілів.

Візуально, профілі психологічного благополуччя осіб з високим рівнем схильності до переживання заздрощів за *емоційним* (гр. ZEm max) та *когнітивним* (гр. ZKg max) *типом* розташовані у площині від'ємного простору значень та зоні другого квартилю розподілу, що свідчить про знижений рівень психологічного благополуччя у представників цих груп (особливо групи ZEm max). Профіль осіб зі схильністю до переживання заздрощів за *поведінковим типом* (гр. ZPv max) (рис. 3.1) розташований в області середньої лінії ряду – в зоні додатного і від'ємного простору значень, що відповідає другому і третьому квартилю розподілу та свідчить про середній рівень психологічного благополуччя у представників даної групи. Профіль осіб зі схильністю до переживання заздрощів за *контрольно-регулятивним типом* (гр. ZKR max) візуалізується у площині додатного простору значень у зоні третього квартилю розподілу, що є свідченням підвищеного рівня психологічного благополуччя у представників даної групи.

Для упорядкування домінуючих показників й опису індивідуально-психологічних особливостей представників кожної групи було проведено ранжування найбільш виражених показників кожного профілю за їх відхиленням від середньої лінії ряду зі зменшенням значень. Крім того, підґрунтям для надання психологічних характеристик особам, які є представниками визначених груп, є

інтерпретація показників, що надана авторами методик, застосованих для вивчення відповідних властивостей та рис особистості. Отже, спираючись на рис. 3.1, результати ранжування, та опис показників методики «Психологічне благополуччя» [201], можна надати психологічну характеристику представників виявлених груп.

1. Групі осіб зі схильністю до переживання почуття заздрощів за *емоційним типом* (гр. ZEm max) властиві: дефіцит позитивних стосунків (PB1-), недостатність самоприйняття (PB6-), труднощі у керуванні середовищем (PB3-), відчуття психологічного неблагополуччя (PB10-).

Ці особи характеризуються обмеженою кількістю тривалих позитивних стосунків з оточуючими через складність прояву співпереживання, теплоти і піклування про інших. Вони відчувають власну фрустрованість, не бажають бути гнучкими та йти на компроміси для підтримки важливих зв'язків з оточуючими (PB1-); представники цієї групи слабо усвідомлюють та не приймають певні сторони своєї особистості, не визнають свої достоїнства та недоліки, бажають бути не тим, ким вони є насправді (PB6-); зазнають труднощів в організації повсякденної діяльності, мають дещо знижену здатність домагатися бажаного та долати труднощі на шляху до своїх цілей (PB3-); відчувають себе дещо нещасливими і незадоволеними самими собою і своїм оточенням (PB10-).

Групі осіб зі схильністю до переживання почуття заздрощів за *когнітивним типом* (гр. ZKg max) властиві: незбалансованість афективних реакцій (PB7-), складнощі у керуванні середовищем (PB3-), недостатність самоприйняття (PB6-) та осмисленості життя (PB8-).

Вони негативно оцінюють себе, свої якості та життя в цілому, відчувають власну нікчемність, безсилля та зневіру в свої сили, недооцінюють власні здібності долати життєві перешкоди, підтримувати позитивні стосунки з оточуючими, засвоювати нові вміння та навички (PB7-); відчувають себе нездатним змінити або поліпшити оточуючі обставини, нерозважливо відносяться до життєвих можливостей, позбавлені почуття контролю над тим, що відбувається навколо (PB3-); незадоволені собою, розчаровані подіями свого минулого, відчувають занепокоєння і засудження з приводу деяких особистих якостей, можуть не

усвідомлювати або пригнічувати певні переживання в собі (PB6-); ці особи не мають або не осмислюють сенсоутворюючі цілі в житті (PB8-).

Групі осіб зі схильністю до переживання почуття заздрощів за *поведінковим типом* (гр. ZPv max) притаманні: недостатність автономії (PB2-), наявність особистісного зростання (PB4+), складнощі у керуванні середовищем (PB3-).

Їм властива певна заклопотаність очікуваннями й оцінками оточуючих, дещо знижена здатність протистояти соціальному тиску в думках і вчинках, орієнтація на чужі цінності та думку значущих інших людей у прийнятті важливих рішень, певна доля конформізму, що виявляється у прагненні «бути, як усі» (PB2-); але вони відчують інтерес, прагнуть розвиватися, вчитися новому, займаються самовдосконаленням, та відчують особистісний прогрес з плином часу (PB4+); при цьому, у них дещо знижена здатність керувати середовищем та контролювати обставини життя, що виявляється у складнощах самостійно вибрати і створювати умови, що задовольняють особистісним потребам і цінностям (PB3-).

Особистостям зі схильністю до переживання почуття заздрощів за *контрольно-регулятивним типом* (гр. ZKR max) властиві: наявність автономії (PB2+), збалансованість афективних реакцій (PB7+), вміння керувати середовищем (PB3+), відчуття психологічного благополуччя (PB10+).

Вони характеризуються здатністю дотримуватися балансу між суспільними та власними інтересами, відповідальністю за власне життя, вмінням відстоювати власну думку і самостійно приймати рішення в особистісно значущих ситуаціях. Ці особи регулюють свою поведінку і оцінюють себе, спираючись на свої внутрішні стандарти, незалежні від соціальних оцінок і стереотипів, здатні протистояти соціальному тиску в своїх думках і вчинках (PB2+); емоційно позитивно оцінюють себе, свої якості та життя в цілому, приймають себе з усіма своїми достоїнствами та недоліками, здатні набувати і підтримувати контакти з оточуючими, впевнені в собі, у власних силах і можливостях, присутнє почуття компетентності в управлінні повсякденними справами та задоволеність життям (PB7+); здатні домагатися бажаного та долати труднощі на шляху до своїх цілей, ефективно використовувати різні життєві обставини, вміють самі вибрати і створювати умови, що

задовольняють їх особистісні потреби і цінності (PB3+); щасливі і задоволені самим собою і своїм оточенням (PB10+).

У додатках (див. додаток Ж, табл. Ж.1). презентовані значення t-критерію Ст'юдента, що підтверджують наявність розбіжностей між однойменними показниками профілів психологічного благополуччя зазначених груп обстежених.

Можна помітити особливість, що показник PB3 – керування середовищем, має місце в усіх трьох групах, але у гр. ZEm max, гр. ZKg max та гр. ZPv max він спрямований у напрямку від'ємного полюсу, а в гр. ZKR max – у напрямку додатного полюсу. Це означає, що у переживанні почуття заздрощів усіх типів важливе місце посідає наявність або відсутність можливості впливати на своє навколишнє середовище, вміння самому вибрати і створювати умови, що задовольняють особистісним потребам і цінностям, відчуття сил та можливостей змінити або поліпшити умови свого життя та впевненості в управлінні повсякденними справами. Якщо усі ці вміння та відчуття присутні, то навіть той, хто переживає ситуативні заздрощі, відчуває себе психологічно благополучним.

3.1.2. Емоційний інтелект, впевненість у собі та заздрісність: пошук взаємозв'язків та їх якісний аналіз

Оскільки особистості, схильні до переживання заздрощів, часто є невдоволеними та психологічно неблагополучними, логічно припустити, що заздрісність може бути пов'язана з неусвідомленням своїх потреб та емоцій; невмінням управляти ними таким чином, щоб мотиваційно сприяти своєму інтелектуальному та особистісному зростанню. У зв'язку з цим, існує думка, що у заздрісних осіб не повністю розвинена емоційна система через пережиті дефіцити і прогалини у ранньому розвитку «Я», недостатність зворотних зв'язків і позитивних оцінок [25, с. 271]. Вважається, що для формування впевненості в собі та позитивного самосприйняття має значення не стільки об'єктивні успіхи, скільки суб'єктивна позитивна оцінка результатів власних дій і оцінки, які слідує з боку значущих людей. Позитивні оцінки наявності та ефективності власних навичок і здібностей визначають соціальну сміливість у постановці нових цілей і завдань, та ініціативу, з якою людина береться за їх виконання [168]. Усе вищезазначене дало

підстави припустити, що заздрісність може бути пов'язана з недостатньо розвинутим емоційним інтелектом (складнощами в управлінні емоціями на основі інтелектуальних процесів і спрямовуванні своїх емоцій на допомогу розуму) та невпевненістю в собі (негативною оцінкою наявності та ефективності власних навичок і здібностей для реалізації своїх потреб).

Отже, для встановлення зв'язків заздрісності з емоційним інтелектом і впевненістю в собі та виявлення специфіки цих властивостей у осіб, схильних до переживання заздрощів різного типу, залучено «Методику діагностики емоційного інтелекту» Н. Холла [176] та тест «Впевненість в собі» В.Г. Ромека [142, с.87-108]. Спочатку здійсимо аналіз кореляцій між показниками означених феноменів, що представлені в табл. 3.2.

Таблиця 3.2

Значимі коефіцієнти кореляцій між показниками емоційного інтелекту, впевненості в собі та схильності до переживання заздрощів

Показники			Показники заздрісності						
			ZUst	ZEm	ZKg	ZPv	ZMt	ZKR	ZZag
Емоційний інтелект	1	EiEo	- 254**	- 222**			- 142*	- 177**	- 172**
	2	EiUse	- 144*	- 403**	- 290**	- 306**	- 257**	- 309**	- 370**
	3	EiSm	- 167**	- 375**	- 304**	- 209**	- 242**	- 301**	- 344**
	4	EiE	- 207**	- 157*	- 125*		- 145*		- 165**
	5	EiRe	- 150*	- 270**	- 191**	- 154*	- 187**	- 248**	- 241**
	6	EiIu	- 220**	- 377**	- 273**	- 221**	- 256**	- 306**	- 342**
Впевнен.	1	UVs	- 263**	- 368**	- 349**	- 216**	- 228**	- 193**	- 352**
	2	USs	- 287**	- 383**	- 351**	- 313**	- 322**	- 246**	- 413**
	3	Ulsk					- 151*		- 134*

Примітка: Тут і далі в розділі: 1) показники *емоційного інтелекту*: EiEo – емоційна обізнаність, EiUse – управління своїми емоціями, EiSm – самомотивація, EiEm – емпатія, EiRe – розпізнавання емоцій інших людей, EiIu – інтегративний рівень емоційного інтелекту; 2) показники *впевненості в собі*: UVs – впевненість в собі, USs – соціальна сміливість, Ulsk – ініціатива в соціальних контактах.

Аналіз взаємозв'язків показників емоційного інтелекту з показниками заздрісності показав, що вони є строго від'ємними (як на 1%, так і на 5% рівні). Це є свідченням того, що зі зменшенням рівня вираження складових емоційного інтелекту підвищуються показники заздрощів. І навпаки, зменшення рівня схильності до заздрощів супроводжується зростанням рівня емоційного інтелекту.

Розглянемо найзначущі кореляції більш детально. Установчий показник заздрісності (ZUst) найбільше пов'язаний з слабкою емоційною обізнаністю, низьким інтегративним рівнем емоційного інтелекту та зниженою емпатією (це можна пояснити невмінням заздрісних осіб радіти соціальним успіхам інших через відчуття приниження власного статусу). Емоційні прояви заздрісності (ZEm) найбільше пов'язані з невмінням регулювати та контролювати власні емоції, низьким інтегративним рівнем емоційного інтелекту, слабкою самомотивацією та слабким розпізнаванням емоцій інших людей. Когнітивні вияви схильності до заздрощів (ZKg) пов'язані зі зниженням рівня самомотивації та невмінням управляти своїми емоціями (емоції можуть не усвідомлюватися та пригнічуватися). Поведінковий (ZPv) і мотиваційний (ZMt) показники, а також загальний показник заздрісності (ZZag) супроводжуються слабкою здатністю управляти власними емоціями, низьким інтегративним рівнем емоційного інтелекту та зниженням самомотивації, що може виявлятися в опорі на зовнішні мотиви або настанови, а не на власні цілі. Ці ж вияви супроводжують невміння контролювати й регулювати свої заздрощі (ZKR – зворотна шкала). Тому, констатуємо підтвердження поставленої гіпотези, що зниження емоційного інтелекту взаємопов'язане зі схильністю до заздрощів і може виступати у якості її внутрішнього чинника.

Тепер, сконцентруємо увагу на розгляді кореляційних зв'язків показників заздрісності та впевненості в собі. Встановлено, що ці взаємозв'язки є суто від'ємними (на 1% і на 5% рівні). Це є свідченням того, що зі зменшенням рівня вираження складових впевненості в собі підвищуються показники заздрощів. І навпаки, зменшення рівня заздрощів супроводжується зростанням впевненості.

Усі показники схильності до заздрощів (особливо ZEm, ZKg та ZZag) від'ємно взаємопов'язані на 1% рівні значущості з показником соціальної сміливості та

загальної впевненості в собі. Неочікуваним виявилася майже відсутність зв'язків заздрисності з ініціативою в соціальних контактах. Це означає, що схильність до заздрощів може виявлятися як ініціативністю, так і безініціативністю у соціальній взаємодії. Виключенням є лише показник ZMt, що виявив зв'язок з вищезгаданим показником на 5% рівні значущості, – це свідчить про те, що заздрисна мотивація часто супроводжується зниженням ініціативності в соціальних контактах.

Оскільки результати кореляційного аналізу свідчать про можливість зіставлення заздрисності з означеними рисами особистості, переходимо до якісного аналізу. Розглянемо специфіку емоційного інтелекту і впевненості в собі осіб, котрі різняться за типом схильності до переживання заздрощів.

На рис. 3.2 надано профілі емоційного інтелекту та впевненості в собі груп осіб з високим рівнем схильності до емоційного (гр.ZEm max, n=33), когнітивного (гр.ZKg max, n=35), поведінкового (гр.ZPv max, n=32) і контрольного-регулятивного (ZKR max, n=35) типів переживання заздрощів.

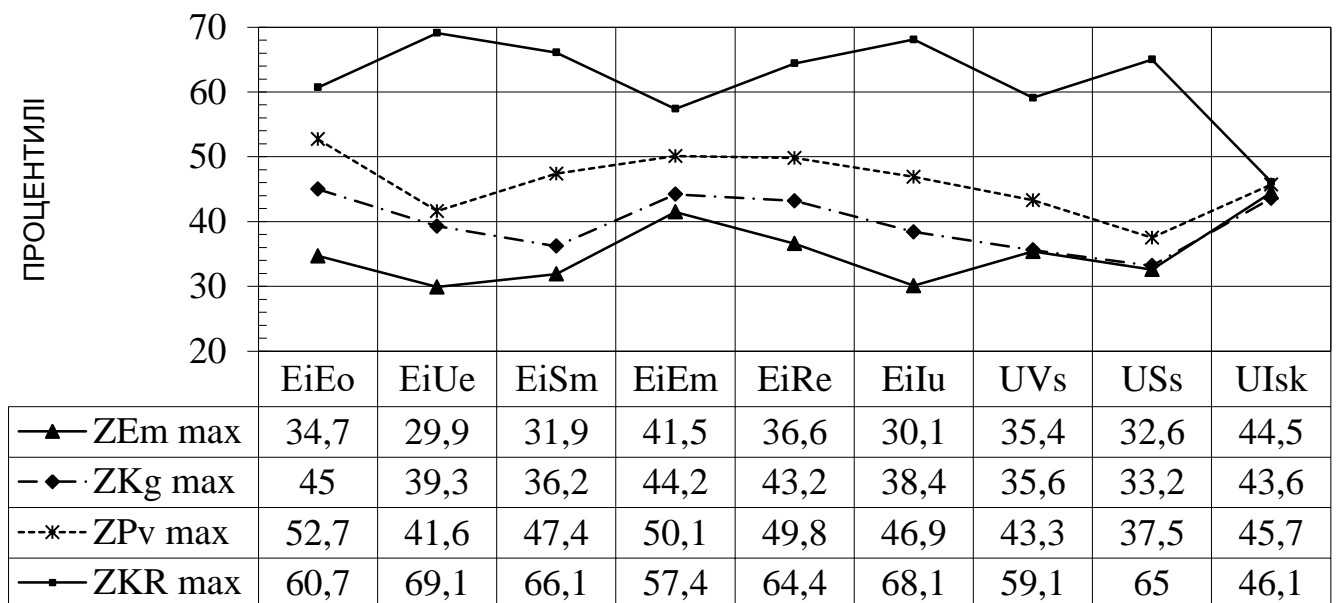


Рис. 3.2. Емоційний інтелект (за методикою Н. Холла) та впевненість у собі (за тестом В.Г. Ромека) груп осіб, що розрізняються за типом схильності до переживання почуття заздрощів.

Спочатку проаналізуємо *профілі емоційного інтелекту* (рис. 3.2.) та надамо, відповідно до ранжування і опису показників за відповідною методикою [176], психологічну характеристику виявленим групам осіб.

Отже, за результатами даного дослідження, особистості зі схильністю до переживання заздрощів за *емоційним типом* (гр. ZEm max) характеризуються, перш за все, найнижчим рівнем здатності до управління своїми емоціями (у порівнянні з іншими групами), що проявляється у невмінні стримувати емоційний порив, відкладати задоволення миттєвих імпульсів, адекватно виражати і контролювати свої емоції (EiUse-); найнижчим рівнем самомотивації, що виявляється у зниженій здатності досягати мети за рахунок управління власними емоціями, зниженій внутрішній мотивації до виконання діяльності, а також зниженні самодисципліни і наполегливості у досягненні поставлених цілей (EiSm-). Саме цим можна пояснити схильність осіб, котрі переживають заздрощі, швидко втрачати інтерес і не завершувати справи, в яких хтось виявився кращим за них. Крім того, у представників цієї групи було виявлено знижений рівень емоційної обізнаності, тобто спроможності усвідомлювати і розуміти власні почуття, їх витoki та причини (EiEo-); а також знижений інтегративний рівень емоційного інтелекту, що проявляється у низькій здатності розуміти свої та чужі емоції, управляти емоціями на основі інтелектуальних процесів, керувати емоціями таким чином, щоб сприяти своєму емоційному та інтелектуальному зростанню (EiIu-).

У представників зі схильністю до переживання заздрощів за *когнітивним типом* (гр. ZKg max) профіль емоційного інтелекту дещо схожий з попереднім, але для них найхарактернішим є зниження самомотивації (EiSm-), що проявляється у складнощах подолання перешкод через невміння контролювати свої настрої, у схильності втрачати здатність сподіватися, планувати і діяти при переживанні поразок і розчарувань; можливо, схильності піддаватися зовнішнім впливам через незнання своїх бажань і потреб. Цій групі осіб теж притаманний знижений рівень здатності до управління своїми емоціями (EiUse-), але проявляється він, скоріше, у невмінні виразити свої емоції назовні, внутрішньому переживанні емоцій «в собі», «застряганні» у негативних емоційних станах через слабкий контакт інтелектуального (мисленнєвого) з емоційним.

Профіль групи осіб зі схильністю до переживання почуття заздрощів за *поведінковим типом* (гр. ZPv max) є найбільш однорідним та наближеним до

середньої лінії ряду, що свідчить про те, що цим особам притаманний середній рівень розвитку емоційного інтелекту з невеликою тенденцією до його зниження (за показниками $EiUse-$, $EiSm-$, $EiIu-$), а за деякими показниками ($EiEo+$, $EiEm+$) – з тенденцією до його зростання. Це означає, що хоча представникам цієї групи і притаманна знижена здатність управляти своїми емоціями та дещо знижена самомотивація, але вони більш емоційно обізнані та здатні до виявлення емпатичного ставлення до інших, ніж представники вищеописаних груп.

Четвертий профіль – профіль групи осіб зі схильністю до переживання заздрощів за *контрольно-регулятивним типом* (гр. ZKR max). Найбільше вираження мають такі його показники як: $EiUse+$ (управління своїми емоціями), $EiIu+$ (інтегративний рівень емоційного інтелекту); $EiSm+$ (самомотивація). Управління власними емоціями полягає у вмінні заспокоїти себе, позбавитись роздратованого, тривожного або сумного стану, що виникають при переживанні заздрощів. Тож, представники цієї групи здатні усвідомлювати свої істинні переживання і розуміти їх походження, що дає їм можливість адекватно виражати і контролювати та значно швидше й ефективніше долати небажані емоційні стани ($EiUse+$). Виражений інтегративний рівень EI означає, що їм притаманна емоційна «розумність», спроможність підійматись над власними пристрастями та долати їх, користуючись своїми перевагами й талантами, управляти ними таким чином, щоб сприяти своєму емоційному та інтелектуальному зростанню ($EiIu+$). Також представникам даної групи властиве вміння управляти своєю поведінкою за рахунок внутрішньої мотивації, самодисципліни, наполегливості й цілеспрямованості, тобто вміння спрямовувати власні емоції на досягнення мети незважаючи на провали, вміння відкладати отримання задоволення, контролювати свої настрої, не давати стражданню позбавити себе здатності сподіватися, планувати і діяти ($EiSm+$); вміння розпізнавати, чуттєво розуміти настрої, мотиви та прагнення інших людей і відповідним чином реагувати на них; впливати на емоційний стан інших людей, що допомагає підтримувати доброзичливі стосунки з оточуючими ($EiRe+$).

Тепер перейдемо до аналізу *профільв впевненості в собі* (рис. 3.2) та надамо, відповідно до ранжування показників, і з опорою на опис змісту шкал за

відповідною методикою [142, с.87-108], психологічну характеристику груп осіб, схильних до переживання заздрощів різного типу.

Цікаво, що профілі груп осіб зі схильністю до переживання заздрощів за емоційним (гр. ZEm max), когнітивним (гр. ZKg max) та поведінковим (гр. ZPv max) типом майже ідентичні за зниженим вираженням усіх показників впевненості в собі (USs-, UVs-, UIsk-), з тією лише різницею, що особам з поведінковим типом переживання заздрощів притаманна більш впевнена поведінка і більша задоволеність рівнем своїх навичок, здібностей та можливостей, ніж обстеженим груп ZEm max та ZKg max. Отже, представників цих груп можна охарактеризувати як осіб зі зниженою соціальною сміливістю, недостатньо розвинутими здібностями та навичками соціальної поведінки; залежністю від оцінок оточуючих, зі схильністю до тривожності, нерішучості, несамостійності та соціальних страхів (страх нових ситуацій, страх перед авторитетами, страх критики, неприйняття, відкидання, знецінення, соціального відторгнення тощо); зниженою вірою в «самоефективність» та можливість контролювати обставини свого життя (USs-). Саме тому ці особи болісно переживають ситуації, коли їх оцінюють, емоційно гостро реагують на невдачі, можуть зазнавати труднощів у спілкуванні та страждати від нереалізованості своїх бажань і потреб. Цим особистостям притаманна слабка віра у себе, незадоволеність своїми властивостями, здібностями та можливостями, неприйняття певних частин свого «Я» або невизнання своєї істинної суті, що проявляється у відчутті власної недоречності й неадекватності (UVs-). Також для них характерна дещо знижена ініціатива, з якою вони вступають у взаємодію з іншими людьми (UIsk-), скоріше за все через свою соціальну тривожність.

Слід зазначити, що соціальна тривожність проявляється у постійній стурбованості тим, що інші подумують про вас і як вас «оцінять». Це може призвести до «уникаючої» поведінки, – бажанні усамітнення з тривоги виглядати погано, не сподобатися оточуючим або отримати несхвалення. Водночас, люди з соціальної тривожністю можуть подумки бажати опинитися в центрі уваги, але страх неприйняття й негативної оцінки змушує їх уникати інших людей. Люди зі стійкою соціальною тривожністю страждають від негативних думок і уявлень про себе, можуть відчувати свою нікчемність. Але, ситуативна соціальна тривога може

по-різному впливати на різних людей: одні стануть уникати будь-яких контактів та спілкування з іншими людьми, аж до соціофобії, а інші з усіх сил намагатимуться повністю відповідати вимогам і цінностям того оточення, де хочуть бути прийнятими та позитивно оціненими, навіть на шкоду своїм пріоритетам та цілям.

Профіль групи осіб зі схильністю до переживання заздрощів за *контрольно-регулятивним типом* (гр. ZKR max) свідчить про позитивну оцінку представниками цієї групи власних навичок і здібностей як достатніх для досягнення значимих для них цілей та задоволення їх потреб. Найбільше відхилення від середньої лінії ряду мають такі показники профілю як: соціальна сміливість (USs+), що виражається у вмінні сміливо відстоювати у соціумі свою позицію, свої інтереси та потреби, вмінні легко та ефективно взаємодіяти з іншими людьми; а також загальна впевненість в собі (UVs+), що виявляється у прийнятті своїх дій, рішень, навичок як правильних і доречних (тобто прийняття себе).

В цілому, за обома розглянутими методиками візуалізується (рис. 3.2), що профілі осіб з високим рівнем схильності до переживання заздрощів за *емоційним* (гр. ZEm max) та *когнітивним* (гр. ZKg max) типом розташовані у площині від'ємного простору значень та зоні другого квартилю розподілу, що свідчить про знижений рівень як емоційного інтелекту, так і впевненості в собі у представників цих груп (особливо групи ZEm max). Профіль осіб зі схильністю до переживання заздрощів за *поведінковим типом* (гр. ZPv max) розташований в області середньої лінії ряду – переважно в зоні від'ємного простору значень (окрім показників EiEo+ та EiEm+), що відповідає другому квартилю розподілу і свідчить про середній рівень емоційного інтелекту та впевненості в собі представників даної групи. Профіль осіб зі схильністю до переживання заздрощів за *контрольно-регулятивним типом* (гр. ZKR max) візуалізується у площині додатного простору значень у зоні третього квартилю розподілу (окрім показника UIsk-), що є свідченням досить високого рівня розвитку емоційного інтелекту та впевненості в собі у представників даної групи.

У додатках (див. дод. Ж, табл. Ж.2) презентовані значення t-критерію Ст'юдента, що підтверджують наявність розбіжностей між однойменними показниками профілів впевненості в собі та емоційного інтелекту вищезначених груп обстежених. Отже, констатуємо підтвердження гіпотез щодо зв'язку схильності

до переживання почуття заздрощів з дисбалансом у розвитку емоційного інтелекту та невпевненістю в собі.

3.1.3. Стресогенність та депресивність переживання почуття заздрощів

На думку багатьох дослідників, концентрація уваги на своїх недоліках і невдачах та пильний інтерес до переваг і успіхів значущих інших, веде до виникнення різних форм заздрості [25; 18; 109]. Крім того, пусковим механізмом заздрості може стати невпевненість в собі у поєднанні з високим рівнем домагань. На основі теоретико-емпіричного аналізу проявів заздрісності, ми припустили, що стійкі заздрощі є стресовим, і, навіть, кризовим переживанням, оскільки відсутність або нестача певних ресурсів (можливостей) для реалізації та набуття необхідного і жаданого, неспівпадіння бажаного та реального (а, значить, «Я»-реального з «Я»-ідеальним), викликає психічний стрес, та пов'язані з цим переживання падіння самооцінки. Причому, чим більший «розрив» між очікуваним і дійсним – тим сильніший емоційний стрес, спричинений гостротою нереалізованих потреб.

Отже, у цьому параграфі описуються результати дослідження зв'язків заздрісності зі стресом і депресією та виявлення специфіки цих властивостей у осіб, схильних до заздрощів різного типу. Для діагностики характерної поведінкової реакції особистості при стресі був застосований «Тест на стрес і депресію Ч.Д. Спілбергера» (в адаптації О.М. Радюка) [136]. Він інтерпритується відповідно до «ромбічної емоційно-поведінкової моделі стресу» [137]: «передстресовий стан» (інтерес), «реакція битви» (агресія) і «реакція втечі» (тривога), що разом означають перебування у стресі, та «післястресовий стан» (депресія). Спочатку здійснимо аналіз кореляцій між показниками означених феноменів, що надані в табл. 3.3.

Відповідно до табличних даних, констатуємо наявність як переважно додатних, так і від'ємних значимих взаємозв'язків між показниками заздрісності та показниками стресу й депресії, на 1% та 5% рівні. Відповідно до отриманих корелятивів, усі показники схильності до переживання заздрощів пов'язані як з інтенсивністю, так і з частотою тривоги, агресії, депресії, а також із наявністю загального стресу. Це означає, що заздрощі дійсно є стресогенним переживанням, що «запускає» певні копінг-стратегії, компенсаторні та захисні механізми.

Таблиця 3.3

Значимі коефіцієнти кореляцій між показниками стресу та заздрісності

	Показники заздрісності						
	ZUst	ZEm	ZKg	ZPv	ZMt	ZKR	ZZag
SiI	- 162**	- 174**	- 154*		- 125*	- 166**	- 156*
SiA	273**	304**	289**	204**	219**	256**	310**
SiT	200**	297**	346**	246**	265**	195**	348**
SiD	290**	354**	399**	225**	263**	266**	375**
ScI		- 126*				- 231**	
ScA	254**	365**	272**	290**	242**	266**	338**
ScT	307**	428**	446**	417**	397**	327**	507**
ScD	248**	351**	407**	235**	286**	281**	376**
SZg	332**	429**	450**	381**	382**	340**	490**

Примітка: Тут і далі в розділі: 1) показники тесту на стрес і депресію: SiI – інтенсивність зацікавленості (інтерес), SiA – інтенсивність агресії (агресія), SiT – інтенсивність тривоги (тривога), SiD – інтенсивність депресії (депресія), ScI – частота зацікавленості (питливість), ScA – частота агресії (агресивність), ScT – частота тривоги (тривожність), ScD – частота депресії (депресивність), SZg – наявність загального стресу.

Розглянемо взаємозв'язки детальніше. Інтенсивність та частота агресії (SiA, ScA) найбільше (на 1% рівні значущості) пов'язана з емоційним показником заздрісності (ZEm), а інтенсивність і частота тривоги й депресії (SiT, ScT, SiD, ScD) – з її когнітивним показником (ZKg). Це означає, що заздрісність супроводжуються агресивними емоціями (гнів, злість, лють) й загальною агресивністю, а також тривожно-депресивними думками (песимістичні думки), тривожністю й схильністю до депресій. Найбільший загальний стрес (SZg, – у даному випадку, можна вважати показником дистресу) виявив зв'язок з когнітивним показником заздрісності (ZKg). Тож, фіксування уваги на обтяжливих думках щодо порівняння себе з іншими не на свою користь, та супутні цьому негативні мисленнєві уявлення і переконання стосовно себе, на противагу ідеалізації об'єкту заздрісності, є дуже стресогенними. Варто додати, що слово «дистрес» у перекладі з англійської означає біль, страждання, які вражають душу чи тіло; стан розпачливої нужди і небезпеки.

Інтенсивність зацікавленості (SiI – інтерес) від’ємно пов’язана з усіма показниками заздрісності, окрім поведінкового (ZPv). Це є цілком логічним, оскільки заздрощі у поведінці можуть виявлятися помітним, і навіть настирним інтересом до об’єкту чи предмету заздрощів. Частота зацікавленості (ScI – питливість) супроводжується значним підвищенням контролю та регуляції заздрощів (ZKR – зворотна шкала) та від’ємно пов’язана з емоційним показником заздрісності (ZEm). Такі зв’язки є очікуваними, адже питливість веде до пізнання нового, більшої обізнаності, що у відповідності з інформаційною теорією емоцій, супроводжується позитивними емоціями та впевненістю у можливості впливати на хід подій. Таким чином, навіть заздрісна питливість може вести до саморозвитку, якщо прагнути до того, що є дійсно цікавим для особистості, та намагатися це розвинути в собі чи набути власноруч. Але нерозбірлива заздрісно-імпульсивна зацікавленість усім, що бачиш, звичайно, не сприятиме саморозвитку, а скоріше сприятиме марному розсіюванню уваги, та може призвести до ціннісної дезорієнтації, коли «хочеться всього і зразу».

Перейдемо до якісного аналізу, тобто до розгляду специфіки стресу і депресії в осіб, котрі різняться за типом схильності до переживання заздрощів. На рис. 3.3 надано *профілі стресу і депресії* груп осіб зі схильністю до переживання заздрощів за різним типом (емоційним, когнітивним, поведінковим, контролью-регулятивним)

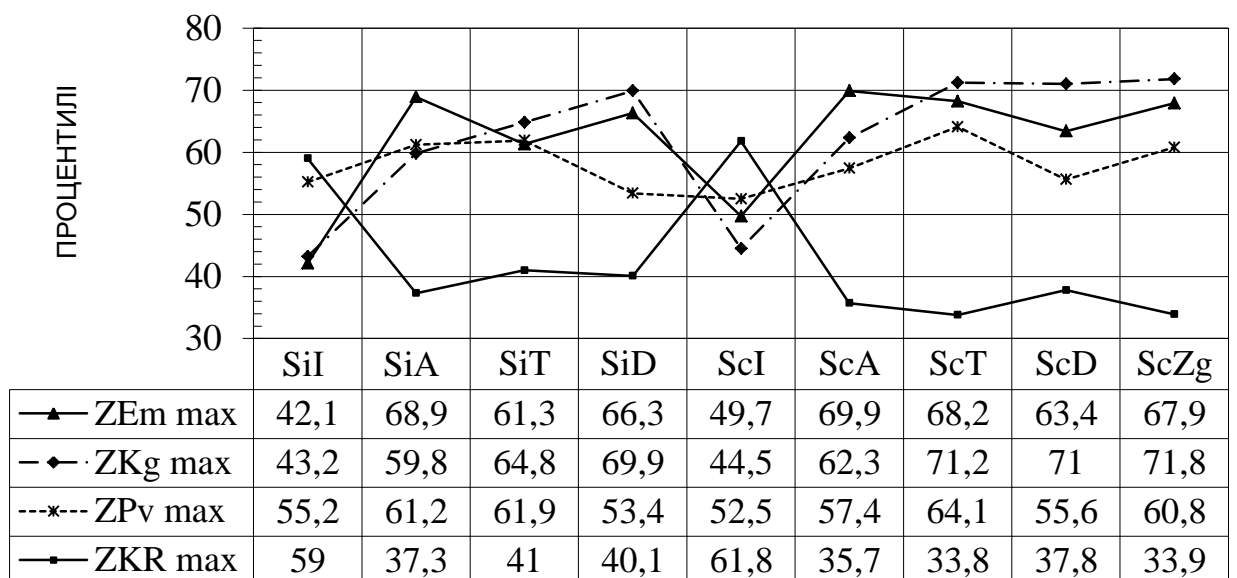


Рис. 3.3. Рівень стресу і депресії (за тестом Спілбергера-Радюка) груп осіб, що розрізняються за типом схильності до переживання заздрощів.

Якщо візуально порівняти профілі виокремлених груп між собою (рис. 3.3), то видно, що профілі осіб з високим рівнем схильності до переживання заздрощів за *емоційним* (гр. ZEm max), *когнітивним* (гр. ZKg max) та *поведінковим* (гр. ZPv max) типом розташовані у площині додатного простору значень (окрім показників SiI-, ScI-) та зоні переважно третього квартилю розподілу, що свідчить про підвищений рівень як інтенсивності, так і частоти тривоги, агресії, депресії, а також наявність загального стресу у представників означених груп. Профіль осіб зі схильністю до переживання заздрощів за *контрольно-регулятивним типом* (гр. ZKR max) візуалізується у площині від'ємного простору значень (окрім показників SiI+, ScI+) у зоні другого квартилю розподілу, що є свідченням достатньо високої стресостійкості, зниженої тривожності, агресивності, депресивності у представників цієї групи, та підвищеного рівня їх зацікавлення і питливості. Відмінності були перевірені статистично за допомогою t-критерію Ст'юдента, і більшість із них виявилася значимими (див. дод. Ж, табл. Ж.3).

Для виявлення й опису індивідуально-психологічних особливостей представників кожної групи, ми спиралися на ранжування показників кожного профілю за їх відхиленням від середньої лінії ряду та на опис змісту шкал за методикою «Тест на стрес і депресію» Спілбергера-Радюка [136].

Отже, за результатами цього дослідження (рис. 3.3), група осіб зі схильністю до переживання почуття заздрощів за *емоційним типом* (гр. ZEm max) характеризується перш за все, частотою агресії, що проявляється у переважній «реакції битви» у стані стресу, загальній агресивності в різних її виявах (схильність висувати претензії та звинувачувати інших) а також переживанням негативних почуттів по відношенню до оточуючих людей: роздратування, обурення, злість, гнів, лють тощо (ScA+); частотою тривоги, що виявляється в емоційній невірноваженості та емоціях «тривожного ряду»: почутті напруження, занепокоєння, відчутті небезпеки, загрози тощо (ScT+); та наявністю загального стресу, що виявляється підвищенням емоційного та нервового напруження (SZg+).

Представники групи осіб зі схильністю до переживання заздрощів за *когнітивним типом* (гр. ZKg max) характеризуються найвищим рівнем вираження загального стресу, тобто найменшою стресостійкістю, що виявляється у високому

нервово-психічному напруженні, та супроводжується звуженням інтересів та зниженням допитливості, (SZg+); особистісною тривожністю, що виявляється у схильності до сприйняття широкого кола ситуацій як загрозливих своїй самооцінці, престижу, самоповазі або життєдіяльності; схильність реагувати на такі ситуації станом тривожної вразливості та «реакцією втечі»; чутливість щодо тих негативних подій або невдач, які, імовірно, можуть статися у майбутньому (ScT+); а також схильністю до частих депресій, що виявляється у виразному і стійкому зниженому настрою, загальній безрадісності, песимістичності, пригніченості, похмурості, печалі, почутті виснаження, втоми, високому порозі сприйняття приємних подій у поєднанні з низьким порогом сприйняття негативних, неприємних подій. Ці особливості проявляються у схильності все сприймати болісно і загострено, все бачити крізь «темні окуляри» (ScD+). Тут варто зазначити, що за З. Фрейдом, печаль і меланхолія є реакціями на втрату близької людини або абстрактного поняття, що втілює ідеал; це реакція на «втрату» реального чи ідеального об'єкта [185].

Відповідно до теорії стресу, заглиблення стану депресії (якщо стрес стає занадто сильним або тривалим) може вести до зниження резонансу і на негативні події, тобто призвести до загальної байдужості, зниження рівня активності, апатії, безнадії, зневіри, що є яскравим проявом дистресу та симптомами «емоційного вигорання». Тож, за цією теорією, емоції депресивної групи є не стільки проявом стресу, скільки його наслідком, результатом [137]. При цьому, тривалий стан депресії, що веде до дистресу, можна охарактеризувати як «стан завмирання», на відміну від «реакції битви або втечі», що характеризує стрес.

Групі осіб зі схильністю до переживання почуття заздрощів за *поведінковим типом* (гр. ZPv тах) теж притаманна підвищена частота тривоги, що проявляється як внутрішня напруженість, занепокоєння, заклопотаність, соціальна тривожність (ScT+); підвищена інтенсивність тривоги, тобто сильна ситуативна тривога, що проявляється у схвильованості, замішанні, сум'ятті, розгубленості, вразливості, соціальних страхах, і, навіть, панічних атаках, та може призводити до характерної «реакції втечі» (SiT+); та підвищена інтенсивність агресії, тобто тенденція відчувати негативні почуття при невдачах і конфліктах з іншими людьми,

звинувачувати оточуючих, відчувати почуття образи, гніву, роздратування, незадоволення (SiA+).

Особистості зі схильністю до переживання заздрощів за *контрольно-регулятивним типом* (гр. ZKR max) характеризуються загальною стресостійкістю, що свідчить про те, що їм властива схильність проявляти інтерес до навколишнього світу, допитливість в отриманні нових знань, несхильність до тривожності, агресивності та депресивності (SZg-); низька частота тривоги (ScT-); і знижена частота агресії (ScA-). Це характеризує їх як впевнених в собі, доброзичливих та емоційно врівноважених осіб.

У цілому, результати цього дослідження підтверджують поставлену гіпотезу щодо стресогенності заздрісних переживань та пояснюють природу тривожних, агресивних і депресивних проявів, а також стенічних, і астенічних емоцій, що супроводжують переживання почуття заздрощів. Також за допомогою ромбічної емоційно-поведінкової моделі стресу можна пояснити певні поведінкові реакції, властиві різним типам заздрості, але ця теорія не пояснює, чому деякі особистості постійно перебувають у післястресовому стані і «здаються без бою», інші, навіть коли ситуація не передрікає загрози, «борються» з оточуючими, а треті у ситуації надмірного психічного навантаження не виявляють ознак стресу. Це питання потребує окремого розгляду, що буде здійснено у параграфі 3.3.

3.1.4. Специфіка взємозв'язків ворожості та способів опановуючої поведінки (копінг-стратегій) зі схильністю до переживання заздрощів

Встановлений факт стресогенності заздрості означає, що переживання почуття заздрощів активізує різноманітні захисні і компенсаторні механізми, а також копінг-стратегії, – когнітивні та поведінкові спроби справитися із специфічними зовнішніми і внутрішніми вимогами, котрі оцінюються як надмірні або такі, що перевищують ресурси людини [78]. У ході теоретичного дослідження заздрості виявлено велике різноманіття можливих поведінкових реакцій у стані заздрості, часто протилежних за змістом (активні і пасивні) та спрямованістю (на себе і на інших). Аналіз літератури і наші попередні дослідження показали, що заздрощі можуть супроводжуватися досить суперечливими проявами, а саме: з одного боку – конкуренцією, ворожнечею, агресією, злобою, жорстокістю, зловтіхою, а з іншого –

байдужістю, відстороненням, зневірою, апатією, депресією та відчаєм. Враховуючи вищезначене, ми припустили, що різні типи переживання почуття заздрощів супроводжуються різними спробами опанування (копінг-стратегіями) та подолання стресових факторів, пов'язаних із порівнянням себе з іншими (або з певним «еталоном») не на свою користь. Крім того, аналіз визначень поняття «заздрість» встановив, що заздрощі найчастіше пов'язують з ворожим ставленням та агресивними діями відносно об'єкту заздрощів, що теж планується перевірити.

Отже, для кількісного виявлення взаємозв'язків та якісного аналізу варіативності копінг-стратегій та ворожості у осіб з різним типом схильності до переживання заздрощів, було залучено тест «Діагностика ворожості» (за шкалою Кука-Медлей) [176] та тест «Способи опановуючої поведінки» Р. Лазаруса, С. Фолкман [73]. Спочатку розглянемо отримані кореляції (табл. 3.4).

Таблиця 3.4

Значимі коефіцієнти кореляцій між показниками ворожості, копінг-стратегій та схильності до переживання заздрощів

Показники			Показники заздрісності						
			ZNst	ZEm	ZKg	ZPv	ZMt	ZKR	ZZag
Ворож.	1	VCn	370**	326**	376**	167**	313**		354**
	2	VAg	177**	232**	200**	143*	267**		236**
	3	VVr	283**	365**	364**	276**	316**	218**	397**
Копінг-стратегії	1	Knf	201**	264**	284**	247**	256**	226**	294**
	2	KDis	191**	221**	228**	256**	259**	162**	282**
	3	KSk						-153*	
	4	KPp				156*	183**		131*
	5	KVd			156*				
	6	KUn	257**	396**	363**	311**	306**	291**	401**
	7	KPln		- 183**	- 200**	- 151*	- 151*	- 134*	- 210**
	8	KPer	- 200**	- 133*	- 164**				- 136*

Примітка: Тут і далі: 1) показники *ворожості*: VCn – цинізм, VAg – агресія, VVr – ворожість. Показники *копінг-стратегій*: Knf – конфронтація, KDis – дистанціювання, KSk – самоконтроль, KPp – пошук соціальної підтримки, KVd – прийняття відповідальності, KUn – втеча-уникання, KPln – планування рішення проблеми, KPer – позитивна переоцінка.

Аналіз табличних даних вказує на наявність виключно додатних значимих зв'язків між показниками заздрісності і ворожості, переважно на 1% рівні. Відповідно до отриманих корелятив, установчий (ZUst) та когнітивний (ZKg) показники заздрісності найбільше взаємопов'язані з цинізмом; емоційні (ZEm), мотиваційні (ZMt) та поведінкові (ZPv) прояви заздрісності – з ворожістю; крім того, саме мотиваційний показник заздрісності виявив найзначущий зв'язок з агресивністю (бажання того, що є в іншого сприяє агресії до того, хто має бажане). Відсутність контролю та регуляції заздрісності (ZKR – зворотня шкала) взаємопов'язана з ворожістю. Цей розклад кореляцій підтверджує схильність заздрісних осіб упереджено сприймати та приписувати іншим об'єктам і явищам негативні якості. Тому констатуємо, що заздрісність, з усіма її показниками (окрім ZKR), дійсно супроводжується цинічним, агресивним і ворожим ставленням до інших.

Перейдемо до аналізу взаємозв'язків заздрісності зі способами опановуючої поведінки. Аналіз кореляцій за табл.3.4 вказує на присутність як додатних, так і від'ємних значимих зв'язків між показниками заздрісності та копінг-стратегій (на 1% і 5% рівні). Так, усі показники схильності до заздрісності виявили додатні взаємозв'язки на 1% рівні з такими стратегіями опановуючої поведінки як «конфронтація», «дистанціювання» та «втеча-уникання». Даний факт не дивує, тому що підтверджує стресогенну природу заздрісних переживань, та характерні при цьому «реакції битви або втечі». Крім того, усі показники заздрісності (окрім ZUst) від'ємно взаємопов'язані з «плануванням рішення проблеми», а установчий (ZUst), емоційний (ZEm), когнітивний (ZKg) показники та загальна заздрісність (ZZag) від'ємно взаємопов'язані з копінг-стратегією «позитивна переоцінка». Це є свідченням того, що заздрісність супроводжується зниженням здатності до цілеспрямованого планування рішення певних проблем та їх позитивної переоцінки. Також, логічно, що розвиток саме цих здібностей сприятиме зменшенню заздрісних переживань. З «прийняттям відповідальності» пов'язаний на 5% рівні лише когнітивний (ZKg) показник схильності до заздрісності. Мотиваційний (ZMt) і поведінковий (ZPv) показники заздрісності супроводжуються копінг-стратегією «пошук соціальної підтримки». Цілком передбачуваним є те, що жоден показник заздрісності, окрім контрольо-регулятивного (ZKR – зворотня шкала) не виявив

зв'язку зі способом опановуючої поведінки «самоконтроль».

Тепер, зосередимо увагу на розгляді специфіки ворожості та копінг-стратегій осіб, котрі різняться за типом схильності до переживання заздрощів. На рис. 3.4 надано профілі ворожості та копінг-стратегій груп осіб з високим рівнем схильності до переживання заздрощів за емоційним (гр.ZEm max), когнітивним (гр.ZKg max), поведінковим (гр.ZPv max) і контрольньо-регулятивним (ZKR max) типом.

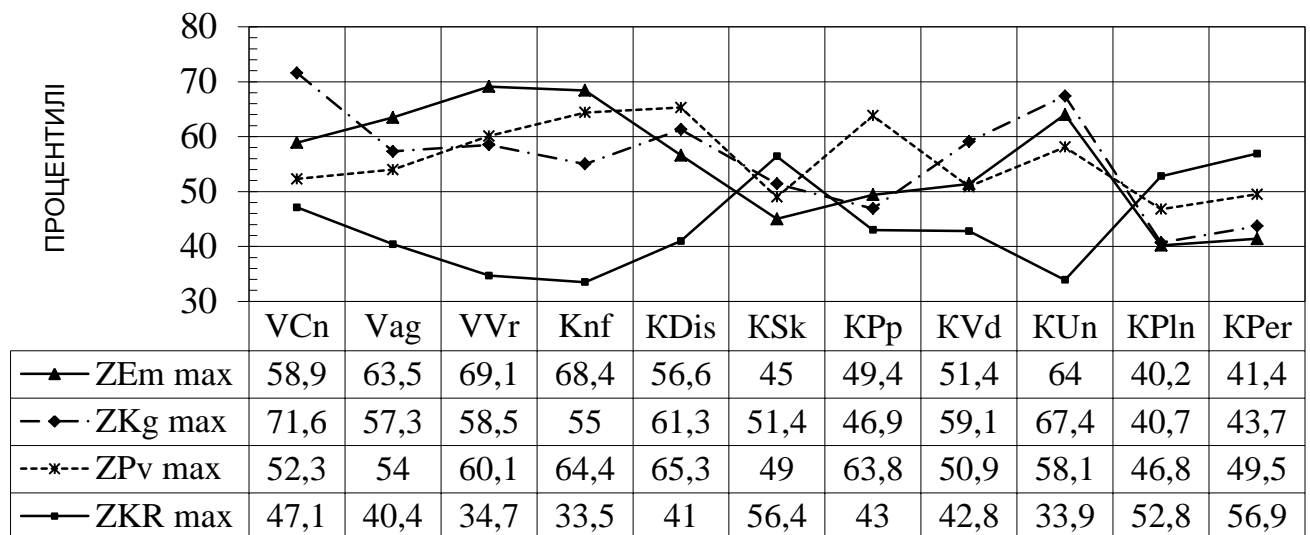


Рис. 3.4. Ворожість (за шкалою Кука-Медлей) та копінг-стратегії (за тестом Р. Лазаруса, С. Фолкман) груп осіб, що розрізняються за типом схильності до переживання почуття заздрощів.

Аналіз *профілів ворожості* означених груп (рис. 3.4) з опорою на ранжування показників [154; 156] та опис змісту шкал за відповідною методикою [176], дозволив виділити деякі особливості представників кожної групи.

Особистості зі схильністю заздрити *емоційно* (гр. ZEm max) характеризуються найбільшою ворожістю (VVr+), тобто високою готовністю виражати вербально або невербально негативні оцінки іншим людям, демонструючи недружелюбність по відношенню до них. Це може проявлятися у необґрунтованій критиці суперників, іронії, сарказмі, чорному гуморі, зловтішанні та приниженні тих, хто має певні переваги в значущих сферах. Цій групі осіб властива підвищена агресія (VAg+), що виражається готовністю до агресивних дій в самих різних ситуаціях: готовність заподіяти шкоду іншій особі (як фізичну, матеріальну, так і моральну), прагнення до соціального домінування, контролю над діями і переконаннями інших тощо. Агресія

може проявлятися також у роздратуванні, гнівливості, неприязні, озлобленості, ненависті, спрямованій на конкретну, більш успішну в значимій сфері особу. Будучи породженою конкурентним почуттям, агресія заздрості виражається у прагненні зруйнувати перевагу іншого (привласнити, відібрати або знищити), що обґрунтовується як усунення несправедливості. Отриманий результат узгоджується з думкою К.К. Муздибаєва, що заздрість – це конкурентне почуття, орієнтоване на володіння і домінування [109].

Особистості, котрі схильні заздрити *мисленнєво* (гр. ZKg max), тобто подумки, характеризуються найбільшою схильністю до цинізму (VCn+), котрий може проявлятися (за визначенням В.А. Жмурова) як певна ступінь жорстокої байдужості, зневіри, скептицизму, грубої відвертості, безсоромності, зухвало-презирливого ставлення до загальнолюдських духовних та моральних цінностей [51]; при цьому рівень ворожості у цих осіб трохи вище середнього (VVr+). Тому, заздрощі у них будуть проявлятися скоріше у вигляді прихованої ворожості, чим у вигляді прямого конфлікту чи ворожди. Це може приймати вигляд ігнорування, пасивної байдужості, знецінення досягнень та замовчування найцінніших переваг суперника, ефекту «зеленого винограду (полягає у думці, що «усе, що вище моїх можливостей, є нижчим моєї гідності»), надмірної похвали менш гідної людини, зміщення сфери порівнянь, недовірливо-скептичного ставлення, надмірної прискіпливості, пліток, наклепів безнадійної зневіри в себе та інших тощо. Заздрісно-ворожий цинізм може також виявлятися у несправедливому засудженні, надмірній критиці інших, відсутності вдячності та нездатності пробачати навіть незначні помилки інших. Це може бути пов'язано з так званим «каузальним оманом» коли людина, котра має переваги, сприймається тим, хто заздрить, як причина його невдач, безсилля і приниженого положення [109, с. 6-7].

Група осіб зі схильністю виражати заздрість у *поведінці* (гр. ZPv max) характеризується підвищеним рівнем ворожості (VVr+) та трохи вище середнього рівнем цинізму (VCn+) й агресії (VAg+). Це означає, що ворожі наміри та дії у них присутні, але вони виявляються не дуже агресивними чи цинічними. Це гіпотетично можна пояснити тим, що особам зі схильністю до поведінкового типу переживання

заздрощів, на відміну від емоційного та когнітивного типів, не притаманна емоційна чи мисленнева фіксація на неспівпаданні бажаного з дійсним, – вони «проживають» свої заздрощі, дієво перетворюючи своє життя, пристосовуючи свою поведінку до соціальних реалій. Це проявляється у «копіюванні» значущих авторитетів та бажанні бути тим, ким не є насправді. Цей тип заздрощів можна описати думкою В.О. Лабунської, що суб'єкт заздрощів не просто фокусує увагу на об'єкті заздрості, а починає перетворювати своє життя відповідним чином, і, якщо таке завдання стає для нього непосильним, то заздрісник переходить до характерних для нього дій (відібрати, отримати нечесним шляхом, зруйнувати те, що йому не належить), перетворюючи, як він думає, своє буття [77]. Це може супроводжуватися спробами отримати бажані переваги будь-яким чином: інтригами, шахрайством, ризиково-авантюрними діями (припущення потребує додаткових емпіричних підтверджень).

Особистостям з *контролем і регуляцією* переживання заздрощів (гр. ZKR max) притаманна найменша ворожість (VVr-), знижений цинізм і агресія (VCn-, VAg-). Це характеризує їх як доброзичливих, чуйних та дружніх осіб, котрі не схильні до вираження негативних оцінок, заподіяння шкоди іншим людям, відкритої чи прихованої ворожди. Пояснити це можна тим, що ці особи усвідомлюють свої недоліки й переваги і, тому, вони достатньо терпимі до недоліків та переваг інших.

Тепер перейдемо до *аналізу профілів копінг-стратегій* у представників виокремлених груп. Візуальне порівняння профілів чотирьох груп (рис. 3.4) свідчить про те, що профілі осіб з високим рівнем схильності до переживання заздрощів *за емоційним* (гр. ZEm max), *когнітивним* (гр. ZKg max) та *поведінковим* (гр. ZPv max) типами розташовані переважно у площині додатного простору значень (окрім показників KPln-, KPer-, KSk-) та зоні переважно третього квартилю розподілу, що свідчить про схильність представників означених груп до таких копінг-стратегій як: втеча-уникання, дистанціювання, конфронтація. Профіль осіб з високим рівнем схильності до переживання заздрощів *за контрольо-регулятивним типом* (гр. ZKR max) візуалізується у площині від'ємного простору значень (окрім показників KPer+, KSk+, KPln+) у зоні другого квартилю розподілу, що є свідченням їх опори у стресових ситуаціях на такі функціональні копінг-стратегії як: переосмислення, самоконтроль, а також планування рішення проблеми.

Для більш детального аналізу профілів опановуючої поведінки у представників кожної групи, ми спиралися на ранжування показників кожного профілю за їх відхиленням від середньої лінії ряду та на опис змісту шкал за методикою «Способи опановуючої поведінки» [73].

Отже, за результатами якісного аналізу (рис. 3.4), у групи осіб зі схильністю до переживання почуття заздрощів за *емоційним типом* (гр. ZEm max) у стресових та заздрісногенних ситуаціях переважають такі копінг-стратегії як: конфронтація (Knf+), втеча-уникання (KUn+), відсутність планування рішення проблеми (KPln-).

У цих осіб головним шляхом виходу із ситуацій, що перевищують їх можливості, є конфронтація – відкритий конфлікт, протистояння, здійснення конкретних дій, спрямованих або на зміну ситуації, або на відпускання негативних емоцій (розрядки емоційної напруги) у зв'язку з заздрощами. Стресор (об'єкт чи предмет заздрості) сприймається цими людьми як ворожа сила, яку треба перемогти і/або знищити. Ця стратегія супроводжується імпульсивністю, ворожістю і конфліктністю в поведінці, труднощами у цілеспрямованому плануванні дій та прогнозуванні їх результату. При постійному переважанні цієї стратегії, вона може призвести до дезадаптації, але при помірному її використанні, вона знижує тривогу, підвищує здатність особистості чинити опір труднощам, дієвість і енергійність у вирішенні стресових (заздрісногенних) ситуацій та відстоюванні власних інтересів (Knf+). Але якщо попередня стратегія не «спрацьовує», активізується стратегія втеча-уникання, що полягає у подоланні особистістю негативних переживань за рахунок реагування за типом ухилення: заперечення проблеми, здійснення невинуватих очікувань і бажань шляхом фантазування, відволікання, «переключення» уваги на щось інше (заміщення); це спроба «відійти» від джерела стресу (об'єкту заздрощів), уникнути те, що подолати або досягти неможливо (KUn+). При цьому, ці особи не схильні до планування вирішення проблеми, тобто у них відсутні раціональні стратегії подолання проблеми невідповідності бажаного з дійсним, знижений цілеспрямований аналіз ситуації і можливих варіантів поведінки. Вони часто не враховують об'єктивні умови, минулий досвід і наявні ресурси, що підвищує їх ірраціональність, спонтанність і непередбачуваність у поведінці (KPln-).

У обстежених з переживанням почуття заздрощів за *когнітивним типом* (гр. ZKg max) у стресових ситуаціях переважають такі копінг-стратегії як: втечання (KUn+), прийняття відповідальності (KVd+), дистанціювання (KDis+).

Ці особистості намагаються долати негативні переживання, пов'язані із стресогенними (заздрісногенними) ситуаціями реагування за типом уникнення: запереченням або повним ігноруванням проблеми, відходом, ухиленням від відповідальності та відсутністю дій по вирішенню труднощів, пасивністю, очікуванням «кращих часів», зануренням в фантазії, інфантильну поведінку, що супроводжується нетерпінням, роздратуванням, можливо, переїданням, вживанням алкоголю тощо, з метою зниження болісної емоційної напруги. Ця стратегія може допомогти швидко й ненадовго знизити емоційну напругу і дискомфорт в ситуації гострого стресу, але вона є дезадаптивною, не сприяє розв'язанню проблеми та підвищує ймовірність накопичення труднощів (KUn+). При цьому, ці особистості схильні приймати відповідальність на себе, визнавати свою роль у виникненні проблеми, прагнуть зрозуміти залежність між власними діями та їх наслідками, готові аналізувати свою поведінку, шукають причини актуальних труднощів в особистих недоліках і помилках. Але, ця стратегія може призводити до прийняття надмірної відповідальності, невиправданої самокритики, «самоїдства», переживання почуття провини, самозвинувачення і хронічного незадоволення собою, що, як відомо, є фактором ризику розвитку депресивних станів (KVd+). Крім того, ці особистості можуть долати негативні переживання у зв'язку з проблемою шляхом дистанціювання від неї, за рахунок суб'єктивного зниження її значущості та зниження своєї емоційної чутливості, або за рахунок інтелектуальних прийомів раціоналізації, перемикання уваги, відсторонення, гумору, знецінення тощо. Так, за допомогою іронії, сарказму, цинізму і зміщенню сфер порівняння можливе зниження суб'єктивної значущості та запобігання інтенсивних емоційних реакцій на фрустрацію, але при цьому зростає ймовірність знецінення власних переживань, недооцінка можливостей дієвого подолання проблемних ситуацій (KDis+).

Групі осіб зі схильністю до переживання почуття заздрощів за *поведінковим типом* (гр. ZPv max) притаманні такі копінг-стратегії як: дистанціювання (KDis+), конфронтація (Knf+), пошук соціальної підтримки (KPr+).

Ці особистості на ситуації, що перевищують їх ресурси, теж (і навіть більше, ніж гр. ZKg max) схильні реагувати суб'єктивним зниженням значущості проблеми та ступеня емоційного залучення в неї, що супроводжується прийомами раціоналізації, перемикання уваги, відсторонення, чорного гумору, байдужості, ігнорування, тримання дистанції (KDis+). Вони також схильні до конфронтації (в меншій мірі, ніж гр. ZEm max), вирішення проблеми за рахунок конфліктного протистояння, не завжди цілеспрямованої поведінкової активності, що супроводжується труднощами у цілеспрямованому плануванні дій та прогнозуванні їх результату, невинуватою завзятістю. Але при цьому, вони дієво супротивляються труднощам, енергійно і підприємливо «борються» при вирішенні проблемних ситуацій та у відстоюванні власних інтересів (Knf+). У цьому їм допомагає пошук соціальної підтримки, що передбачає спроби вирішення проблеми за рахунок залучення зовнішніх (соціальних) ресурсів, пошуку інформаційної (звернення за рекомендаціями до спеціалістів і авторитетних знайомих), емоційної (прагнення бути вислуханим, отримати емпатичну відповідь, розділити з ким-небудь свої переживання) і дієвої (потреба в допомозі конкретними діями) підтримки. Для них характерна орієнтація на взаємодію з оточуючими людьми, що супроводжується очікуванням уваги, підтримки, співчуття, поради, дієвої допомоги, але з можливістю формування залежної позиції і надмірністю очікувань від інших (KPr+).

Особистості зі схильністю до переживання заздрощів за *контрольно-регулятивним типом* (гр. ZKR max) характеризуються: несхильністю до конфронтації, що свідчить про відсутність ворожості, агресивності та конфліктності у соціальних стосунках (Knf-); несхильністю до втечі-уникання, що означає готовність до прямої зустрічі з проблемою для її подолання (KUn-); схильністю до позитивної переоцінки, переосмислення суб'єктивних труднощів, вміння знаходити у будь-якій події позитивний момент та певний сенс, стимул і ресурс для особистісного зростання з опорою на філософське, надособистісне осмислення проблемної ситуації, включення її в більш широкий контекст роботи над саморозвитком (KPer+); дещо підвищеним самоконтролем, що полягає у прагненні до самовладання, подоланні негативних переживань за рахунок

цілеспрямованого контролю емоцій, мінімізації їх впливу на сприйняття ситуації, що забезпечує саморегуляція поведінки і позитивні стосунки з оточуючими (KSk+).

Отже, можна зробити висновок, що майже усі копінг-стратегії груп осіб ZEm max, ZKg max, ZPv max у певній мірі знижують негативні переживання, пов'язані з заздрощами, але більшість з них спрямовані лише на зниження емоційної напруги, сприяють «форс-мажорній» адаптації до ситуації неспівпадіння бажаного з реальним, а не зміні її в цілому. Ці способи вирішення проблеми заздрощів можуть перешкоджати адекватній довгостроковій адаптації та орієнтації особистості в реальній дійсності. Оскільки критерієм ефективності опановуючої поведінки є психологічне благополуччя особистості та її задоволення соціальними стосунками [83], то найефективнішими є копінг-стратегії осіб з переживанням почуття заздрощів за *контрольно-регулятивним типом* (гр. ZKR max). Пояснити це можна тим, що ці особистості сприймають ситуації порівняння себе з іншими не на свою користь не такими, що передрікають психологічну загрозу своїй самоцінності та самоповазі, а такими, що дають привід для усвідомлення, переосмислення і подолання своїх «слабких місць», надають стимул вчитися на прикладі інших та активізують особистісні ресурси для саморозвитку. Тому вияви стресу у них мінімальні, а стресостійкість – максимальна.

Відмінності між виокремленими групами за обома вищерозглянутими методиками були перевірені статистично за допомогою t-критерію Ст'юдента, і більшість із них виявилася значимими (див. дод. Ж, табл. Ж.4). Тому, констатуємо підтвердження гіпотези про зв'язок різних типів переживання почуття заздрощів з різними показниками ворожості та різною специфікою опановуючої поведінки.

3.1.5. Заздрісність у контексті широкого спектру рис особистості за її факторними структурами

У цьому параграфі наводяться результати кореляційного і якісного аналізів співвідношення показників заздрісності та факторами особистості за опитувальниками FPI та 16-PF Р. Кеттелла. У попередніх розділах теоретично обґрунтовано, що схильність до переживання почуття заздрощів може супроводжуватися такими властивостями особистості, як: неврівноваженість,

невдоволеність, тривожність, роздратованість, агресивність, депресивність, сором'язливість, схильність до афективних реакцій, звинувачення себе та інших, схильність до почуття неприязні та ворожості, почуття досади та зневіри, неадекватність самооцінки. У проведених нами пілотажних емпіричних дослідженнях було встановлено, що заздрісність додатно пов'язана з імпульсивністю, що розуміється як слабка вольова саморегуляція [91]. Крім того, у емпіричному дослідженні уявлень студентів і експертів щодо феномену «заздрість», методом контент-аналізу анкет-самозвітів було виявлено, що найчастіше заздрісність пов'язується з такими властивостями особистості як: озлобленість, недоброчливість, конфліктність, невпевненість, егоїстичність, дратівливість, гординя, вразливість, нервозність, відсутність самовладання [147], що є ознаками невротизації особистості. Саме тому для вивчення цих рис у співвідношенні зі схильністю до заздрощів було обрано модифіковану форму «В» Фрайбургського багатофакторного особистісного опитувальника (FPI) [134, с.314-323], шкали якої містять інформацію про зазначені властивості. Крім того, такі якості особистості як: підозрілість, ревнісність, недовірливість, заздрісність, дратівливість, схильність до суперництва, підвищена самооцінка, гордівливість, напруженість, фрустрованість, емоційна нестійкість, нетерплячість та деякі інші риси, гіпотетично пов'язані із заздрісністю, діагностуються 16-PF методикою Р. Кеттелла. Тому, для уточнення «симптомокомплексів» рис та якостей особистості, що супроводжують схильність до заздрощів, обрано «16-PF особистісний опитувальник» Р. Кеттелла [144; 215].

Спочатку розглянемо співвідношення показників заздрісності та властивостей особистості, що діагностовано тестом FPI (табл. 3.5)

Таблиця 3.5

Значимі коефіцієнти кореляцій між показниками факторів особистості за методикою FPI та схильності до переживання заздрощів

	Показники заздрісності						
	ZUst	ZEm	ZKg	ZPv	ZMt	ZKR	ZZag
FI	190**	470**	334**	384**	360**	327**	464**
FIІ	210**	310**	187**	320**	202**	164**	299**
FIІІ	278**	514**	414**	398**	375**	317**	508**

FIV	260**	445**	300**	447**	314**	309**	446**
FV	- 180**	- 267**	- 234**	- 136*	- 176**	- 139*	- 242**
FVI	- 140*	- 210**	- 208**	- 234**	- 173**	- 176**	- 234**
FVII	209**	211**		186**	162*	183**	196**
FVIII	191**	353**	306**	304**	284**	217**	372**
FIX		201**	205**	235**	165**		227**
FX	- 134*					- 163**	
FXI	268**	525**	444**	455**	405**	296**	541**
FXII			- 163**				- 151*

Примітка тут і далі: 1) умовні позначення факторів особистості за методикою FPI: FI – невротичність, FII – спонтанна агресивність, FIII – депресивність, FIV – роздратованість, FV – товарицькість, FVI – урівноваженість, FVII – реактивна агресивність, FVIII – сором'язливість, FIX – відкритість, FX – екстраверсія-інтроверсія, FXI – емоційна лабільність, FXII – маскуліність – фемініність.

Аналіз таблиці показує наявність як додатних, так і від'ємних значимих зв'язків між означеними показниками. Додатні зв'язки, переважно на рівні 1%, отримані між усіма показниками схильності до заздрощів і такими шкалами FPI як: FXI (емоційна лабільність), FIII (депресивність), FI (невротичність), FIV (роздратованість), FVIII (сором'язливість), FII (спонтанна агресивність), FVII (реактивна агресивність), FIX (відкритість), що свідчить про загострення заздрощів, при наявності означених рис особистості. Також ці властивості свідчать про зниження здатності контролювати прояви заздрощів (ZKR – зворотна шкала). Водночас, сукупність названих рис створює сприятливі умови для формування заздрисності. Значимий додатній зв'язок на 1% рівні показників заздрості зі шкалою «відкритість» можна пояснити адекватною реакцією особистостей з більшою схильністю до заздрощів на процедуру випробування та відвертістю у відповідях на тестові запитання, що є свідченням достовірності отриманих результатів.

Значимі від'ємні зв'язки як на 1%, так і на 5% рівні виявлені між показниками заздрощів та шкалами FV (товарицькість), FVI (врівноваженість), FX (екстраверсія), FXII (маскуліність). Це означає, що зі збільшенням вираження товарицькості, врівноваженості, маскуліності та екстраверсії зменшуються усі або деякі (див.

табл. 3.5) прояви заздрощів. Цікаво, що відповідно до отриманих цифрових значень кореляцій, невротичність, депресивність, зниження товариськості, реактивна агресивність, сором'язливість, емоційна лабільність найбільше пов'язані з емоційними проявами заздрощів (ZEm); спонтанна агресивність, роздратованість, зниження врівноваженості, відкритість – з поведінковими (ZPv); зростання інтровертованості супроводжується зниженням можливості контролю та регуляції заздрощів (ZKR – зворотна шкала); а зростання фемінінності супроводжується зростанням когнітивних виявів схильності до переживання заздрощів (ZKg).

Перейдемо до якісного аналізу результатів та розглянемо *профілі факторів особистості (за методикою FPI)* в осіб, котрі різняться за типом схильності до переживання заздрощів (рис. 3.5).

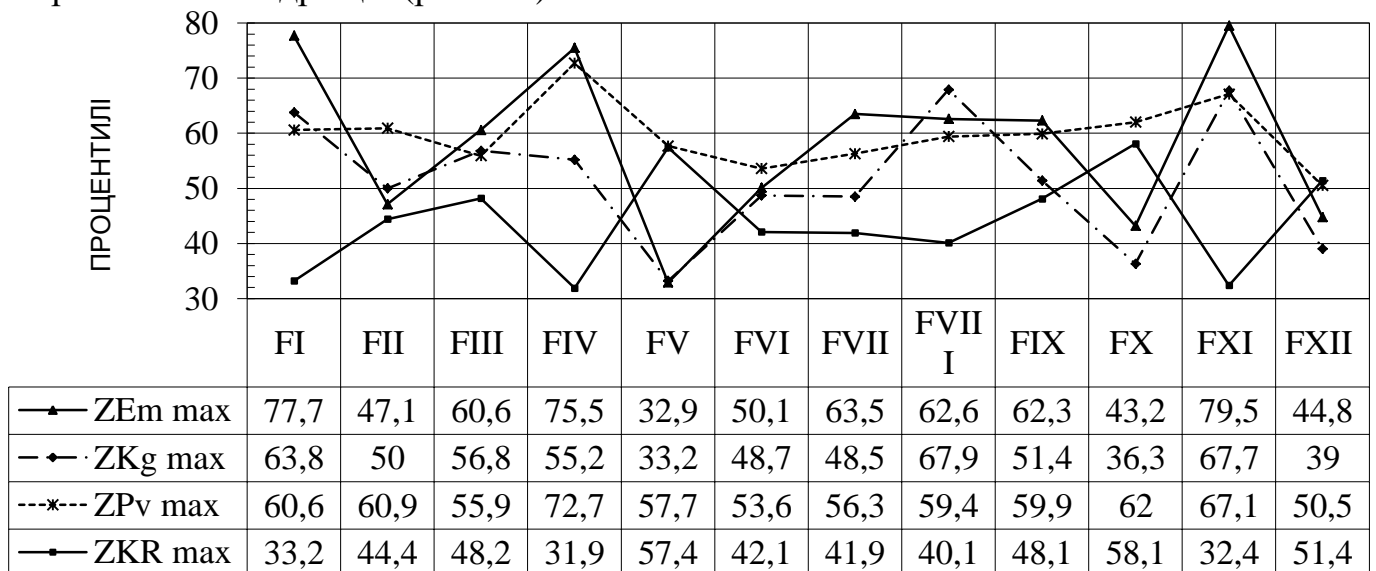


Рис. 3.5. Фактори особистості (за методикою FPI) груп осіб, що розрізняються за типом схильності до переживання почуття заздрощів.

Якщо візуально порівняти профілі виокремлених груп між собою (рис. 3.5), то видно, що усі вони дуже різноманітні та розташовані по обидва полюси від середньої лінії ряду, у зоні з другого по четвертий квартилі розподілу, що свідчить про «різнобарвність» факторної структури представників цих груп. Відмінності були перевірені статистично за допомогою t-критерію Ст'юдента, і більшість із них виявилася значимими (див. дод. Ж, табл. Ж.5). Для виявлення й опису факторної структури особистості та психологічних портретів представників кожної групи, ми

спіралися на ранжування показників кожного профілю та опис змісту шкал за методикою FPI [134]. Тож, надамо їх характеристику:

Особистості зі схильністю до переживання заздрощів за *емоційним типом* (гр. ZEm max), характеризуються: емоційною нестійкістю (FXI+), невротичністю (FI+), дратівливістю (FIV+), зниженою (обмеженою) потребою в спілкуванні (FV-).

Цим особам властиві часті коливання настрою, підвищена збудливість, дратівливість, знижена саморегуляція психічних станів: вони легко втрачають контроль над собою та миттєво й бурхливо реагують навіть на слабкі подразники без урахування можливих негативних наслідків. Ці прояви можуть призводити до дезорганізації поведінки та дезадаптації (FXI+). Їм притаманна невротичність, підвищена тривожність, вразливість, чутливість, збудливість у поєднанні зі швидкою виснажуваністю та підвищеною стомлюваністю (як у осіб зі слабким типом нервової системи). Цим особистостям властива емоційна незрілість, необ'єктивність в оцінці себе та інших, нестабільність в планах і уподобаннях, невротична скутість від переоцінки себе, своїх особистих проблем та надмірного занепокоєння з приводу можливого неприйняття їх іншими людьми (FI+). Вони часто бувають роздратовані, нестримані, схильні до афективного реагування. Їм не вистачає витриманості, самоконтролю, вольових зусиль, концентрації та зібраності. Переживаючи свій неуспіх, вони можуть демонструвати ворожість у стосунках з оточуючими, а конфліктну поведінку обирати як форму захисту від обтяжливих переживань. Риси демонстративності можуть поєднуватися із прагненням відходу з кола широких соціальних контактів. Схильні до непостійності, ухилення від виконання своїх обов'язків, можуть зневажливо ставитись до моральних цінностей (FIV+). Їх міжособистісні відносини можуть бути поверхневими, холодними і формальними. За власною ініціативою не спілкуються ні з ким, крім перевірених друзів та найближчих родичів (FV-). Можна припустити, що це спричинено захисно-ворожими почуттями до інших, конфліктністю цих осіб та схильністю до швидкого розриву стосунків у разі непорозумінь.

Особистостям зі схильністю до переживання заздрощів *за когнітивним типом* (гр. ZKg max) притаманні: сором'язливість (FVIII+), емоційна нестійкість (FXI+), знижена товариськість (FV-), депресивність (FIII+), інтроверсія (FX-).

Ці особи схильні до стресового реагування на звичайні життєві ситуації, що протікає по пасивно-оборонному типу. Їм властива сором'язливість тривожність, невпевненість, нерішучість, наслідком чого можуть бути труднощі в соціальних контактах. Вони схильні уникати ризикованих ситуацій, несподівані події зустрічають із занепокоєнням, від будь-яких змін чекають переважно неприємностей. У прийнятті рішень часто коливаються, відтягують вирішення або ухиляються. В спілкуванні вони скуті та намагаються не виділятися, великих компаній воліють уникати (FVIII+). Їм притаманна тонка духовна організація, чутливість, вразливість, художньо-драматичне сприйняття навколишнього. Вони м'які, жіночні, занурені в фантазії, ранимі та не переносять грубощів. У поведінці вони чемні, ввічливі та делікатні, намагаються не завдавати іншим людям шкоди та незручностей (FXI+). Ці особистості уникають близькості, частіше «спілкуються» з книгами і речами. Вони люблять самотність, часте спілкування з великою кількістю людей їх виснажує (FV-). У цих осіб часто знижений фон настрою, вони занурені у свої переживання, виглядають скуто, відчужено та похмуро. Однак, за зовнішнім фасадом ховається чуйність і готовність до самопожертви. У роботі старанні, сумлінні, обов'язкові, але у поєднанні з невпевненістю, нерішучістю, коливаннями у прийнятті рішень. Будь-яку діяльність виконують з надмірним психічним напруженням, швидко стомлюються та почуваються знесиленими. Їм важко даються вольові зусилля та тривалі інтелектуальні навантаження, тому їх часто дорікають за неоперативність, загальмованість, відсутність наполегливості. Вони легко розгублюються, впадають у відчай, схильні до самозвинувачення, докорів сумління та песимізму (FIII+). Як інтровертовані особи, вони воліють зберігати дистанцію у взаєминах, в ситуаціях вимушеного широкого спілкування легко втрачають душевну рівновагу. Їм комфортно триматися в тіні, не втручатися і не нав'язувати свою точку зору. Удавання і інтриги їм не властиві, бо вони цінують індивідуальність і своєрідність в людях (FX-).

Групі осіб зі схильністю до переживання заздрощів *за поведінковим типом* (гр. ZPv max) притаманні: дратівливість (FIV+), емоційна лабільність (FXI+), екстраверсія (FX+), спонтанна агресивність (FII+).

Погана саморегуляція психічних станів, характерна для цих осіб, супроводжується роздратованістю, складністю виконання роботи, яка вимагає високого самоконтролю, волевих зусиль, зібраності та концентрації. Вони гостро переживають невизначеність та власний неуспіх, при цьому, поряд з самозвинуваченням можуть демонструвати ворожість та конфліктність по відношенню до оточуючих. У них присутня схильність до непостійності, можуть бути як демонстративними, так і відчуженими. Можуть ухилятися від виконання своїх обов'язків, ігнорувати суспільні вимоги, правила, культурні норми та моральні цінності; заради власної вигоди здатні на нечесність та правопорушення (FIV+). Цим особам властива емоційна мінливість, тривожність, вразливість та артистичність. В поведінці вони виявляють часті коливання настрою, підвищену збудливість, дратівливість, недостатню саморегуляцію та самоконтроль своїх потягів; може бути присутня дезорганізація поведінки, з елементами дезадаптації (FXI+). Вони екстравертовані, активні, амбітні, прагнуть до суспільного визнання, лідерства, не соромляться, коли на них звертають увагу, не мають труднощів у спілкуванні та встановленні контактів. Ці особи виділяються соціальною спритністю, живою мовою, вміють використовувати інших людей для досягнення своїх власних цілей. Вони надають великого значення соціальному успіху, всіма способами домагаються суспільного визнання своїх особистих заслуг (FX+). Виглядають впевнено, розкуто, свободні від обмежень, говіркі, захоплені колективісти, зацікавлені у повсякденних дрібних справах. Однак, брак стриманості та розсудливості може привести їх до різних ексцесів (пошуку «легких» грошей, нехтування своїми обов'язками). Вони нетерплячі, прагнуть задовольнити всі свої бажання одразу, діють імпульсивно і непродумано, не замислюються про наслідки своїх вчинків. Не схильні робити висновки зі свого негативного досвіду, тому в них багато разів виникають подібні труднощі. У цих осіб сильно виражено тяжіння до гострих переживань, стимуляції та збудливих ситуацій, за відсутності яких переважає почуття нудьги (FII+).

Групі осіб зі схильності до переживання заздрощів *за контрольньо-регулятивним типом* (гр. ZKR max) властиві: знижена дратівливість (FIV-), емоційна стабільність (FXI-), знижені невротичність та сором'язливість (FI-, FVIII-).

Для цих осіб характерне почуття відповідальності, сумлінність, обов'язковість та стійкість моральних принципів. У своїй поведінці вони керуються почуттям боргу, прагнуть до виконання соціально-етичних норм. Ці особи вимогливі до себе, точні й акуратні в справах, у всьому люблять порядок. Висока сумлінність у них поєднується з самоконтролем і прагненням до утвердження загальнолюдських цінностей. Часто успішні в навчанні та мають досягнення в соціальній сфері (FIV-). Ці особистості вміють володіти собою, є емоційно зрілими, не схильні до фантазій, мислять тверезо і реалістично. Їх інтереси дещо звужені. У своїй поведінці вони керуються надійними, реально відчутними цінностями. Успіхи інших людей і свої власні оцінюють за матеріальним забезпеченням і службовим становищем. У спілкуванні їм не вистачає делікатності і тактовності, але їх прямота і різкість не ображає, а притягує до себе людей, котрі цінують відвертість. Їм властива відсутність внутрішнього напруження, свобода від конфліктів, задоволеність собою і своїми успіхами (FXI-). Для них характерний спокій, невимушеність, емоційна виваженість, об'єктивність в оцінці себе та інших людей, сталість у планах і уподобаннях. Вони сильні, активні, ініціативні, діяльні, честолюбні, схильні до суперництва і змагання. Їх вирізняє серйозне і реалістичне розуміння дійсності. Вони усвідомлюють власні недоліки і промахи, не переймаються через дрібниці, добре пристосовані до групових норм. Загальна поведінка характеризується бадьорістю, відсутністю тривог, невротичної скутості, свободою від переоцінки себе, своїх особистих проблем та надмірного занепокоєння з приводу можливого неприйняття їх іншими людьми (FI-). Вони сміливі, рішучі, не розгублюються при зіткненні з незнайомими речами і обставинами. Рішення приймають швидко і відразу переходять до їх здійснення, не люблять коливань, подвійності і амбівалентності. У колективі тримаються вільно, незалежно, дозволяють собі втручатися у справи інших, часто люблять бути «на виду» (FVIII-).

Тепер сконцентруємо увагу на співвідношенні показників заздрисності та факторів особистості за методикою 16-PF Р. Кеттелла (табл. 3.6)

Таблиця 3.6

Значимі коефіцієнти кореляцій між показниками факторів особистості за методикою 16-PF Р. Кеттелла та схильності до переживання заздрощів

	Показники заздрисності						
	ZUst	ZEm	ZKg	ZPv	ZMt	ZKR	ZZag
C	-464**	-635**	-622**	-538**	-655**	-249**	-740**
G				-184**			
H	-262**	-485**	-443**	-383**	-419**		-523**
I				-201**	-157*		
L	286**	425**	488**	385**	415**		511**
M	-224**	-422**	-222**	-205**	-276**		-330**
O	404**	604**	651**	588**	635**	230**	737**
Q2	-316**	-429**	-390**	-390**	-425**	-278**	-479**
Q3	-342**	-494**	-461**	-446**	-496**		-558**
Q4	314**	490**	574**	471**	462**	244**	585**
QI		-236**	-256**		-184**		-256**
QII	424**	647**	677**	597**	637**	242**	761**
QIV	-233**	-220**			-156*		-152*

Примітка: тут і далі: 1) позначення факторів особистості за методикою 16-PF Кеттелла: А (афектотимія – сизотимія), С (сила – слабкість «Я»), Е (домінантність – конформність), F (безпечність – заклопотаність), G (сила – слабкість «Над-Я»), H (сміливість – боязкість), I (м'якість – твердість), L (підозрілість – довірливість), M (мрійливість – практичність), N (проникливість – наївність), O (схильність до відчуття провини – самовпевненість), Q1 (радикалізм – консерватизм), Q2 (самодостатність – залежність від групи), Q3 (високий – низький самоконтроль), Q4 (напруженість – розслабленість), QI (екстраверсія – інтроверсія), QII (тривожність – емоційна стабільність), QIII (кортикальна жвавість – сенситивність), QIV (незалежність – покірність).

Спочатку варто зазначити, що з деякими факторами показники заздрисності зовсім не виявили взаємозв'язку (ні додатного, ні від'ємного). Враховуючи те, що у

цій методиці фактори представлені як протилежні полюси біполярного континууму, відсутність зв'язку може означати рівнозначний кількісний зв'язок з обома полюсами фактору. Це значить, що схильність до заздрощів може супроводжуватись як афектотимією, так і сизотимією (А), як домінантністю, так і конформністю (Е), як безпечністю, так і заклопотаністю (F), як проникливістю, так і наївністю (N), як радикалізмом, так і консерватизмом (Q1), як кортикальною жвавістю, так і сенситивністю (QIII). Саме цим можна пояснити різноманітність і, часто, протилежність проявів заздрощів. Крім того, загальна заздрісність, а також установчий, емоційний, когнітивний та контрольо-регулятивний її показники не виявили взаємозв'язку з факторами G (сила – слабкість «Над-Я») та I (м'якість – твердість). Це означає аналогічну подвійно-протилежну широту проявів заздрощів.

Перейдемо до аналізу найзначущих взаємозв'язків заздрісності з конкретними полюсами (+ або -) факторів. Як загальний показник заздрісності (ZZag), так і усі показники заздрощів виявили значущі додатні та від'ємні зв'язки з багатьма факторами особистості (за Р. Кеттеллом). На 1% рівні загальна схильність до переживання заздрощів (ZZag) пов'язана із такими факторами як: QII+ (тривожність), С- (слабкість «Я»), О+ (гіпотимія), Q4+ (фрустрованість), Q3- (імпульсивність), Н- (боязкість), L+ (підозрілість), Q2- (залежність від групи), М- (практичність), QI- (інтроверсія), на 5% рівні показник ZZag пов'язаний із фактором QIV- (конформність). Таким чином, при збільшенні рівня прояву означених патернів рис особистості, зростає загальна схильність до заздрощів, а при їх зменшенні та за вираження протилежної пари у цих факторах, заздрісність зменшується і зникає.

Слід згадати і про фактор G- (слабкість «Над-Я»), що виявив значимий додатний взаємозв'язок на 1% рівні лише з поведінковим компонентом заздрісності, а також фактор I- (жорсткість), додатно пов'язаний на 1% рівні з поведінковим та мотиваційним компонентами заздрісності. Це свідчить про те, що в заздрісна мотивація та поведінкові прояви заздрісності можуть супроводжуватися зниженням чутливості, суворістю (до цинізму), самовпевненістю, черствістю, а також безвідповідальністю, потуранням своїм імпульсивним бажанням та ігноруванням моральних норм. Крім того, нездатність контролювати свою заздрість (ZKR –

зворотна шкала) пов'язана з факторами Q2- (залежність від групи), С- (слабкість «Я»), Q4+ (фрустрованість), QII+ (тривожність), O+ (гіпотимія).

Цікаво зазначити, що відповідно до отриманих корелятивів (їх цифрового значення), слабкість «Я» та низький самоконтроль найбільше пов'язані з заздрісною мотивацією (ZMt); боязкість, практичність, залежність від групи, і теж низький самоконтроль – з емоційними проявами заздрощів (ZEm); підозрілість, відчуття провини, напруженість, інтроверсія, тривожність – з когнітивними виявами заздрощів (ZKg); покірність – із засвоєними установками на заздрощі (ZUst).

Наступним кроком є здійснення якісного аналізу, що полягає у побудові й інтерпретації психологічних профілів виокремлених груп. На рис. 3.6 зображені *профілі факторів особистості (за Р. Кеттеллом)* у досліджуваних з різними типами схильності до переживання почуття заздрощів. На вісі абсцис позначені фактори, на вісі ординат – ступінь їх вираження в стенах. Середня лінія ряду проходить через точку 5,5 стенів.

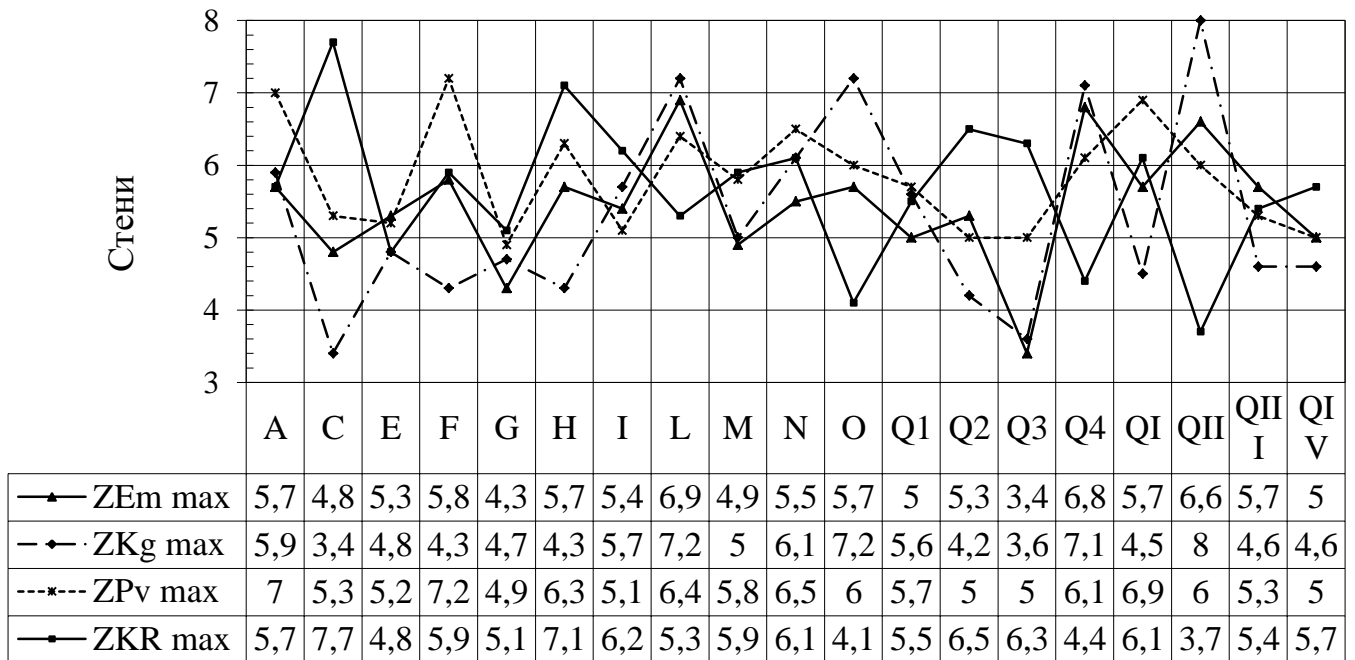


Рис. 3.6. Фактори особистості (за методикою 16-PF Кеттелла) груп осіб, що розрізняються за типом схильності до переживання заздрощів.

Візуальний аналіз профілів представників означених груп свідчить про наявність ряду відмінностей між ними. Відмінності були перевірені статистично за допомогою t-критерію Ст'юдента, і більшість із них виявилася значимими (див. дод.

Ж, табл. Ж.6). Для складання психологічних портретів особистостей, схильних до заздрощів різного типу, попередньо шляхом ранжування [154; 156] було виявлено фактори, домінуючі значення яких найбільш відхилені від середньої лінії ряду (5,5 стенив). Аналіз профілів означених груп (рис. 3.6) з опорою на зміст шкал за методикою 16-PF Кеттелла [144; 215], дозволив описати особливості представників кожної групи:

Особистості зі схильністю до переживання заздрощів за *емоційним типом* (гр. ZEm max), характеризуються: низьким самоконтролем (Q3-), підозрілістю (L+), напруженістю (Q4+), слабкістю «Над-Я» (G-), тривожністю (QII+).

Цих осіб можна охарактеризувати як: імпульсивних, неконтрольованих «людей настрою», з недостатньою вольовою регуляцією емоцій та поведінки, що проявляється у необміркованості, низькій самодисципліні, слідуванні своїм раптовим і швидкоплинним бажанням і спонуканням, внутрішній конфліктності уявлень про себе, недбалості, неуважності. Їм важко контролювати свої емоції, а особливо, злості та тривожності. Для цих осіб є характерним нестійкий образ «Я», низький рівень усвідомлення соціальних вимог і власних ідеалів, що проявляється у вигляді невихованої, необдуманної емоційності та нарцисичного заперечення громадських норм (Q3-). Вони внутрішньо напружені, дратівливі, упереджено недовірко-підозрілі до інших, ревниві, схильні до суперництва та конкуренції, збентежені тим, що про них говорять оточуючі, критично і вороже ставляться до радощів інших людей. Часто бувають незалежні, зарозумілі, з неадекватно завищеною самооцінкою, егоцентричні, горділиві, догматичні, вимогливі, тиранічні, злопам'ятні, зациклені на чужих недоліках і помилках, схильні перекладати вину на інших. За припущенням Р. Кеттелла, це різновид компенсуючої поведінки, своєрідний захист від тривожності, невпевненості та соціальної ненадійності (L+). У цих осіб стан незадоволення і фрустрації супроводжується збудженням, дратівливістю, підвищеною мотивацією, активністю незважаючи на стомлюваність, емоційною нестійкістю, нетерплячістю, нетерпимістю до критики. Вони неспокійні, напружені, часто сердяться на людей, непосидючі, не можуть залишатися без діла навіть в обставинах, що сприятливі для відпочинку, що може

бути пов'язано з фрустрацією мотивації (наявністю великої кількості незадоволених потреб). Високий рівень енергетичного збудження і напруги, вимагає певної розрядки, що у даному випадку може виражатися через надмірні емоційні виплески у вигляді агресивності (Q4+). Такі люди схильні до непостійності під впливом почуттів, випадку та обставин. Невимушені в поведінці, потурають своїм бажанням, не прикладають зусиль щодо виконання групових моральних норм і вимог. Можуть бути неорганізованими, безвідповідальними, незгодними з соціальними правилами і стандартами: можуть легко кинути розпочату справу, відмовитися від своїх зобов'язань, заради власної вигоди здатні на нечесність. Але свобода від впливу групи іноді робить їх діяльність більш ефективною (G-). Це особи з підвищеним рівнем ситуативної тривоги: при незадоволенні тим, що є, їм складно домогтися того, що їм здається важливим та бажаним. Це може вести до підвищеної мотивації у важких ситуаціях у супроводі з негативно забарвленими переживаннями внутрішнього неспокою, стурбованості, невизначених пошуків, «гарячки», які переходять у непродуктивне збудження. Це свідчить про знижену стресостійкість, слабкий контроль над емоціями та поведінкою, певний рівень невротизації (QII+).

Особистостям, схильним до переживання заздрощів *за когнітивним типом* (гр. ZKg max) властиві: тривожність (QII+), слабкість «Я» (C-), низкий самоконтроль (Q3-), схильність до відчуття провини (O+), підозрілість (L+), напруженість (Q4+).

Цим особам властивий високий рівень особистісної тривожності, що полягає у внутрішньому неспокої, передбаченням негативного ходу подій, та супроводжується пасивною демобілізацією. Це свідчить про наявність негативних переживань стосовно себе (негативного самовизначення) і у сфері соціальної взаємодії, низьку стресостійкість, що виказує порушення в емоційно-вольовій сфері та є ознаками перебування у стані дистресу (QII+). Такі особи характеризуються слабкістю «Я», знаходяться під впливом стриманих почуттів, які не можуть виражати в соціально прийнятній формі, легко засмучуються, при невдачах «падають» духом. Зовні це виявляється як ухилення від реальності, «замикання» емоцій в собі, уникнення вимог дійсності та відмова від наміченого. Також мають місце низька толерантність до фрустрацій, підвищена втомлюваність, іпохондрія, відчуття безпорадності і

безсилля впоратися з життєвими труднощами. Можуть бути присутні невротичні симптоми, певні страхи і образа на інших. Низька сила «Я» може бути наслідком пережитих раніше життєвих стресів та психічних травм [215] (С-). Цим особам властивий низький самоконтроль, що виявляється у слабкій волі, неорганізованості, низькій самодисципліні, суперечливості уявлень про себе, слабкій здатності ефективно керувати своєю енергією, пристосовуватись до соціальних реалій. Це характеризує недостатньо усвідомлений образ «Я», і «Над-Я», можливо, внутрішній конфлікт між соціальними вимогами і власними ідеалами, що супроводжується тривожною невпевненістю (Q3-). Вони характеризуються: низькою енергійністю, почуттям провини, схильністю докоряти себе, недооцінювати свої можливості, знання, здібності, відсутністю віри у себе, невпевненістю, вразливістю, депресивними тенденціями. Вони сповнені тривожних передчуттів, занурені в похмурі роздуми, часто пригнічені, можуть відчувати себе самотніми і відлюдними, чутливі до зауважень і осуду оточуючих, мають сильне почуття обов'язку, скрупульозні, легко піддаються страхам та відчувають себе в небезпеці, потребують заохочення і підтримки, невдачі та кризи переживають як внутрішній конфлікт (O+). Вони відрізняються підозрілістю, високим рівнем внутрішнього напруження, дратівливістю, упередженим і категоричним ставленням до оточуючих, схильністю до заздрощів та ревнощів. Ці особи можуть бути зарозумілі, егоцентричні, гордівливі, догматичні, недовірливі та вимогливі до оточуючих, але це скоріше захист від внутрішньої вразливості. Причина цих особливостей може бути в дитячому віці, коли суворість і надвимогливість батьків призвели до глибокої внутрішньої недовіри і образи на інших людей [215] (L+). Це супроводжується фрустрованістю, напруженістю, дратівливістю, вимотаністю та стомлюваністю, емоційною нестійкістю з переважанням зниженого настрою, нетерпимістю і, можливо, труднощами зі сном. Вони відчувають себе розбитими, втомленими, але не можуть розслабитись. Фрустрація мотивації супроводжується розчаруванням від незадоволення потреб. Високий рівень збудження і напруги з неконтрольованою чутливістю, свідчить про внутрішньо стримувану енергію, яка, не знайшовши розрядки і виходу, може призвести до психосоматичних порушень (Q4+).

Групі осіб зі схильністю до переживання почуття заздрощів *за поведінковим типом* (гр. ZPv тах) притаманні: безпечність (F+), афектотімія (A+), екстраверсія (QI+), проникливість (N+), підозрілість (L+).

Ці особистості імпульсивно-жваві, динамічні, веселі, повні ентузіазму, життєрадісні, оптимістичні, комунікабельні, балакучі, дотепні, бадьорі, енергійні, гнучкі, рухливі, легковажні, в ранні роки життя мали незначний досвід загроз, покарань і заборон, внаслідок чого вони менш чутливі до залякувань. Ці особи самоцентровані, мають образ безтурботного підлітка, дещо невідповідальні, легко відносяться до життя, вірять в удачу. Вони отримують задоволення від різноманітності та видовищності, певних змін. Свої внутрішні конфлікти проявляють назовні (F+). Їм притаманна легкість у спілкуванні, експресивність, відкритість, гнучкість, адаптивність. Вони імпульсивні, легко піддаються афективних переживань, з багатими і яскравими емоційними проявами, вони жваво відгукуються на усі події, мають виразну експресію, характеризується сильними коливаннями настрою протягом дня. У своїх бурхливих емоційних проявах вони не завжди щирі. Легко заводять друзів, товариські, привабливі, щедрі, вміють і люблять взаємодіяти та співпрацювати (A+). Це особи екстравертовані: їх інтерес більше спрямований на зовнішні події, ніж на внутрішні переживання (QI+). Їм властива дипломатичність, проникливість і розумність щодо мотивів та вчинків інших людей. Зовні тримаються ввічливо, коректно, дещо стримано, контролюють свою поведінку, розсудливі, вміють знаходити вихід зі складних ситуацій. У спілкуванні проявляють м'якість і аристократизм, стежать за своїми манерами, естетично витончені, честолюбні, обережні, тактовні, вміють себе вести, але іноді їх поведінка виглядає награно. Такі люди соціально досвідчені, все продумують із холодною аналітичністю, перш ніж зробити що-небудь, точно оцінюють можливі шанси, вміють хитро і обачливо вибудовувати свою поведінку, схильні до інтриг та макіавеллізму (N+). Ці особи обережні, егоцентричні, насторожені по відношенню до людей, схильні до ревнощів, прагнуть покласти відповідальність за помилки на оточуючих, дратівливі, мають власну думку, не піддаються обману (L+).

Групі осіб зі схильністю до переживання заздрощів за *контрольно-регулятивним типом* (гр. ZKR max) властиві: сила «Я» (C+), емоційна стабільність (QII-), сміливість (H+), гіпертимія (O-), самодостатність (Q2+).

Ці особи мають сильне, стійке та адекватне «Я», характеризуються емоційною стійкістю, зрілістю, витриманістю, спокоєм, тверезим поглядом на речі, працездатністю, реалістичною налаштованістю, постійністю інтересів, вмінням управляти ситуацією та власним стресом. Такі особистості можуть відчувати сильний дискомфорт під впливом стресу, але не допускають у себе стану дистресу, демобілізації та дезінтеграції (C+). Їм властива пристосованість, внутрішній спокій, емоційна стабільність, відсутність тривожності, схильність до переживань позитивного характеру по відношенню до себе і у сфері соціальної взаємодії, здатність контролювати власні емоції та поведінку. Це свідчить про їх загальне психічне здоров'я (QII-). Вони соціально сміливі, активні, підприємливі, схильні до виваженого ризику, товариські, з явним інтересом до іншої статі, незагальмовані, спонтанні, чутливі, чуйні, добродушні, внутрішньо врівноважені (H+). Їм притаманна енергійність та життєрадісність, безпечність, впевненість в собі, благодушність, стійкість та нечутливість до схвалень чи осудів оточуючих, віра в себе, не схильність «опускати руки» у разі невдач (O-). Вони самодостатні, орієнтуються на свої роздуми, висновки й рішення, спираються на власні сили та дії, задоволені собою, самостійні, незалежні від групової думки і підтримки, винахідливі, підприємливі, можуть допомагати іншим (Q2+). Їм властивий самоконтроль, самодисципліна, організованість, точність, сила волі, витримка, обміркованість і спланованість власних дій, усвідомлена саморегуляція своїх бажань, емоцій та поведінки, цілеспрямованість та наполегливість, вміння долати перешкоди, доводити справу до кінця та бути ефективним лідером (Q3+).

Розглянемо спільні особливості виокремлених груп. У особистостей, схильних до заздрощів (окрім гр. ZKR max), виявлено підвищені значення факторів O+ і Q4+, що характеризує тих, хто часто тривожиться про можливі невдачі і неприємні події у майбутньому, шкодує про свої вчинки у минулому, незадоволений собою теперішнім, що створює труднощі у взаєминах з оточуючими. Такі особистості

болісно переносять критику, похвалу і компліменти приймають з недовірою, перешкоди на шляху до досягнення мети сприймають як непереборні, схильні фіксуватися на неприємних сторонах подій, що перешкоджає пошукам виходу з проблемних ситуацій. Також цікавою є виявлена комбінація факторів O+ та G-, яка свідчить про те, що ці особистості знаходяться в «замкненому колі» невротичного конфлікту, оскільки внаслідок надмірної суворості та почуття провини, вони платять за великим рахунком за невиконання прийнятих групових норм і вимог, оскільки звинувачують себе у невідповідності певним стандартам і груповим еталонам [144]. Цей внутрішній конфлікт цінностей та ідеалів особливо загострюється тим, що для заздрісних осіб характерна схильність до наслідування, залежність від групової думки, а, точніше, від соціального схвалення і прийняття (Q2-). Ще однією важливою особливістю особистостей, схильних до заздрощів (окрім гр. ZKR max), є те, що їм притаманне горділиво-підозріле ставлення до інших з неадекватно завищеною самооцінкою (L+) і, водночас, глибоке відчуття загальної неповноцінності, котре відповідає низькій самооцінці (O+). Ця особливість відображає нестійкість їх самооцінки та є характерною для особистостей з нарцисичними тенденціями. Крім того, у цих осіб виявлена комбінація факторів Q4+ і Q3-, з чого можна зробити висновок, що їх еґо-захисна структура сильно перенапружена, що може призвести до стану дистресу. У цьому випадку можливо зменшення стресу шляхом виведення особистості з нестерпної ситуації, в якій вона знаходиться [144], або шляхом переосмислення та зміни ставлення до цієї ситуації.

У цілому, результати даного дослідження багато в чому пояснюють і значно розширюють психологічні уявлення про схильність до заздрощів та її типи.

3.1.6. Особливості взаємозв'язків нарцисичної регуляції та нарцисичних рис особистості із схильністю до переживання заздрощів

У цьому параграфі наводяться результати кореляційного і якісного аналізів співвідношення показників заздрісності з нарцисичною саморегуляцією уявлень про себе та нарцисичними станами особистості. У розділах 1 і 2 обґрунтовано можливість зв'язку схильності до заздрощів з нарцисизмом, що може бути також пов'язано з такими особливостями заздрісних особистостей, як: наявність протиріч

між відчуттям «меншовартості» – і прагненням до переваги [10]; захопленням перевагами іншого – і ворожим до нього ставленням [11]; неприйняттям себе і самоприниженням – гордівливістю і самовозвеличенням; неприйняттям групових цінностей – потребою бути «прийнятим» групою; недооцінкою себе – очікуванням особливого ставлення і підтвердження свого рівня домагань; комплексу неповноцінності – і комплексу переваги над іншими.

Головним симптомом порушеної нарцисичної системи є нестабільне почуття власної цінності (як підвищене, так і надмірно занижене), для підтримки якого людина змушена розвивати і використовувати компенсаторні механізми [31]. Способи регуляції уявлення особистості про себе забезпечують психічне здоров'я, регулюють і підтримують оптимальний нарцисизм особистості, який є здатністю посправжньому повно сприймати свої сили і можливості, реалізовувати себе, прощати собі помилки, засвоювати необхідні уроки з невдач і тим самим збільшувати свій життєвий потенціал. Відхилення від оптимального нарцисизму описуються як нарцисичні стани, що виникають у відповідь на загрозу уявленням особистості про себе та пов'язані зі спробою зберегти позитивну самопрезентацію і самоповагу на протиположних обставинах [87, с. 132]. В основі короточасних нарцисичних станів лежить вразливе уявлення про себе, що потребує захисту від можливого психічного болю, який може травмувати особистість [191]. Тривалі і стійкі стани відбивають тимчасову нездатність підтримувати адекватну самооцінку, але можуть бути результатом невдалих спроб формування стабільного уявлення про себе [71].

Отже, задля виявлення наявного стану нарцисичної регуляції у осіб, схильних до переживання заздрощів, було залучено «Тест оцінки нарцисизму» в адаптації В.Д. Віда, Н.М. Залуцької [32]. Для виявлення більш тривалих нарцисичних станів в межах норми, було застосовано тест «Нарцисичні риси особистості» О.О. Шамшикової, Н.М. Клепікової [199].

Перш за все, розглянемо співвідношення показників заздрисності та нарцисичної регуляції уявлень про себе, що наведені в табл. 3.7

Таблиця 3.7

Значимі коефіцієнти кореляції між показниками нарцисичної регуляції та схильності до переживання заздрощів

	Показники заздрісності						
	ZUst	ZEm	ZKg	ZPv	ZMt	ZKR	ZZag
N1	389**	397**	457**	338**	367**	329**	469**
N2	202**	396**	329**	371**	364**	240**	429**
N3	245**	298**	300**	265**	254**	244**	338**
N4	- 179**	- 166**				- 151*	
N5	430**	387**	472**	405**	470**	285**	509**
N6	273**	227**	249**	175**	143*	145*	253**
N7	234**	193**	224**		199**	133*	224**
N8	183**	160*	241**	209**	321**		273**
N9			149*	162**	130*		132**
N10			177**	264**	250**		207**
N11	222**	338**	338**	369**	397**	196**	411**
N12	302**	410**	370**	395**	410**	241**	470**
N13							
N14	326**	285**	310**	236**	278**		336**
N15			161*				
N16			138*		141*		
N17	348**	344**	295**	332**	314**	244**	378**
N18	280**	251**	264**	260**	307**	261**	318**
N19	368**	398**	481**	446**	485**	221**	530**

Примітка тут і далі: 1) умовні позначення показників нарцисичної регуляції:

N1 – безсиле «Я», N2 – втрата контролю емоцій і спонукань, N3 – дереалізація / деперсоналізація, N4 – базисний потенціал надії, N5 – незначне Я, N6 – негативне тілесне «Я», N7 – соціальна ізоляція, N8 – архаїчний відхід, N9 – грандіозне «Я», N10 – прагнення до ідеального «Я»-об'єкту, N11 – жага похвал і підтвердження, N12 – нарцисична лють, N13 – ідеал самодостатності, N14 – знецінення об'єкта, N15 – ідеал цінностей, N16 – симбіотичний захист «Я», N17 – іпохондричний захист від тривоги, N18 – нарцисична вигода від хвороби, N19 – індекс нарцичної регуляції.

Кількісний аналіз показав, що усі показники заздрісності мають значимий додатній взаємозв'язок на 1% і 5% рівні з майже усіма вищезазначеними

нарцисичними проявами (див. табл. 3.7). Взаємозв'язки відсутні лише з показником N13 – ідеал самодостатності та майже відсутні з показником N15 – ідеал цінностей. Від'ємний зв'язок виявився з показником N4 – базисний потенціал надії.

Проаналізуємо істотні особливості отриманих корелятив. Як загальний показник заздрісності (ZZag), так і усі показники заздрісності, виявили значимі додатні взаємозв'язки (переважно на 1% рівні) із загальним показником нарцисизму (N19), а також з такими нарцисичними проявами особистості як: незначне «Я» (N5), нарцисична лють (N12), безсиле «Я» (N1), втрата контролю емоцій і спонукань (N2), жага похвал і підтвердження (N11), іпохондричний захист від тривоги (N17), дереалізація / деперсоналізація (N3), знецінення об'єкта (N14), нарцисична вигода від хвороби (N18) та негативне тілесне «Я» (N6). Це означає, що зі збільшенням рівня вираження означених показників нарцисизму знижується контроль і регуляція заздрощів (оскільки ZKR – зворотна шкала), та збільшується вираження показників заздрісності ZUst, ZEm, ZKg, ZPv, ZMt. А вміння контролювати свою заздрість супроводжується базисним потенціалом надії.

Цікаво зазначити, що такі показники нарцисизму як: безсиле «Я», дереалізація / деперсоналізація, незначне «Я», ідеал цінностей більше сполучені з когнітивними виявами схильності до заздрощів (ZKg); втрата контролю емоцій і спонукань, нарцисична лють – з емоційними проявами (ZEm); грандіозне «Я», прагнення до ідеального «Я»-об'єкту – з поведінковими проявами заздрісності (ZPv); архаїчний відхід, жага похвал і підтвердження, нарцисична лють, симбіотичний захист «Я», нарцисична вигода від хвороби, загальний показник нарцисизму – із заздрісною мотивацією (ZMt); зниження базисного потенціалу надії, негативне тілесне «Я», соціальна ізоляція, знецінення об'єкта, іпохондричний захист від тривоги – із засвоєними соціальними установками на заздрощі (ZUst).

Отримані кореляти підтверджують поставлену гіпотезу про зв'язок схильності до переживання заздрощів з нарцисичними механізмами регуляції й компенсації та уточнюють характер цих зв'язків. Тому переходимо до розгляду профілів нарцисичної регуляції груп осіб, що виявлені (рис. 3.7)

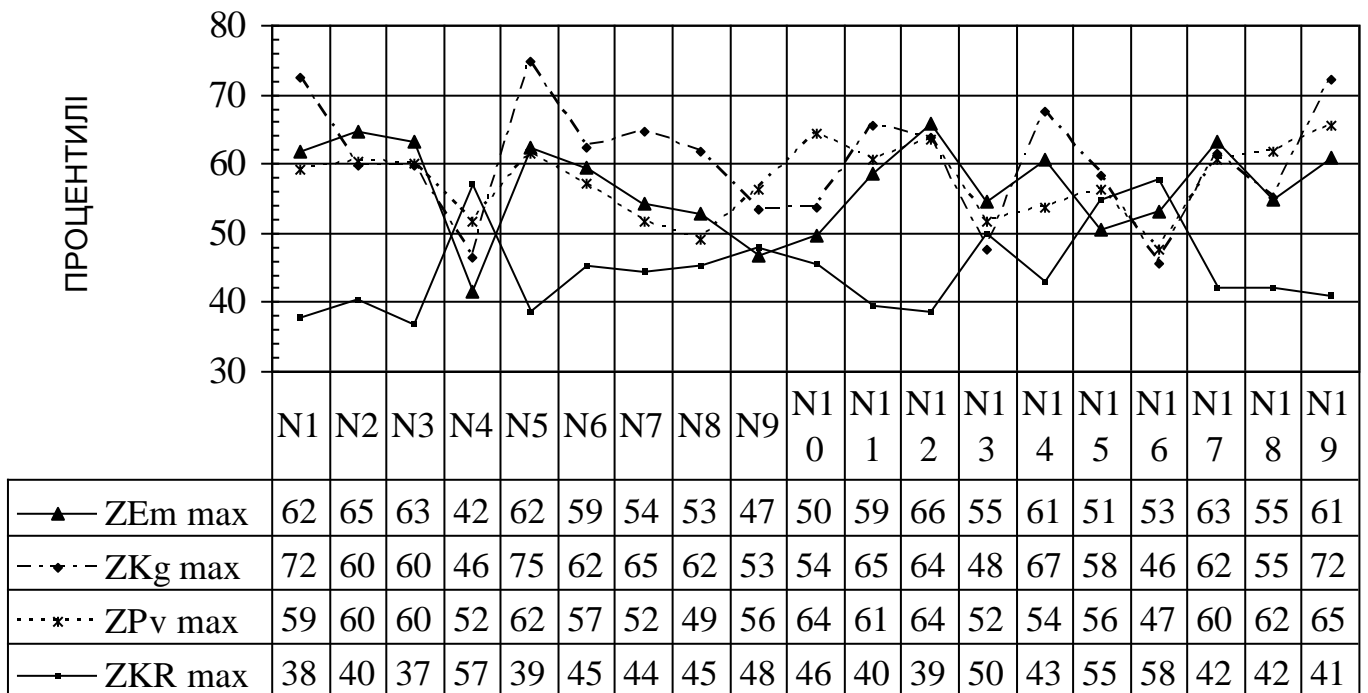


Рис. 3.7. Показники нарцисичної регуляції (за тестом Ф.В. Денеке, Б. Хільгеншток, в адаптації В.Д. Віда) груп осіб, що розрізняються за типом схильності до переживання почуття заздрощів.

Для складання психологічних портретів особистостей, схильних до переживання заздрощів різного типу, попередньо шляхом ранжування [156] було виявлено показники, домінуючі значення яких найбільш відхилені від середньої лінії ряду. Отже, дамо характеристику представників виокремлених груп, спираючись на рис. 3.7, та на опис показників нарцисизму за Ф.- В. Денеке [32; 217]:

Групу осіб зі схильністю до переживання почуття заздрощів за *емоційним типом* (гр. ZEm max) відрізняє: нарцисична лютя (N12+), втрата контролю емоцій і спонукань (N2+), дереалізація / деперсоналізація (N3+), іпохондричний захист від тривоги (N17+), незначне «Я» (N5+).

Цим особистостям притаманна схильність до мобілізації імпульсів люті і помсти з метою компенсувати можливу загрозу втрати самоцінності через реальні або уявні образи, сором, приниження та розчарування. Виникнення гніву супроводжується суб'єктивним відчуттям цілеспрямованої готовності до дій та захисту. Ця реакція захищає особистість від шоку бути знехтуваною, однак збуджена при цьому агресія може мати деструктивний характер, внаслідок чого може втратитись її потенційно захисна функція (N12+). Це супроводжується

втратою самоконтролю, слабкою регуляцією ситуативних коливань свого психічного стану, швидкою зміною емоцій і уявлень. Усе це характеризує зниження саморегуляції та може загрожувати втратою контролю над деструктивними думками, мотивами, спонуканнями, імпульсами та афектами. Через передбачення можливості втратити над собою контроль, різко підвищується страх (N2+). Дерезалізація / деперсоналізація є спробами зберегти рівновагу та цілісність «Я», шляхом дистанціювання (дисоціації і відщеплення) від загрозливих процесів, що відбуваються навколо і в самому собі. Замість усвідомлення, відчувається нереальність «відірваність» від того, що відбувається в зовнішніх подіях або всередині «Я» (що характерно при тривожних розладах, панічних атаках, депресії і розладах сну). При цьому тіло та емоції можуть здаватися чужими, більш бляклими і притупленими, відчувається втрата емоційного зв'язку з тим, що зазвичай приносило радість. Це спосіб регуляції, котрий прискорює дестабілізацію «Я», оскільки переживання нереалістичності подій / знеособлення себе сприймається тривожно і загрозливо (N3+). Від загрози фрагментації свого «Я» ці особи схильні захищатися іпохондричною «турботою» про своє переважно фізичне здоров'я і цілісність, що виявляється у заклопотаності можливою перспективою захворювання та фіксації на ознаках нездужання. При цьому, відчуття суб'єктивної реальності і почуття власного існування загострюються, що сприяє стабілізації «Я»-системи. Невизначені, нав'язливі страхи щодо майбутнього спрямовуються тепер не на всю цілісність особистості, а на окремі компоненти тілесного «Я». «Зле» проектується не у зовнішнє середовище (як в психозах), а всередину тіла (N17+). Усі ці вияви супроводжуються сумнівами стосовно власної цінності та почуттям невпевненості в собі, що супроводжується домінуючими переживаннями сорому, боязню неприйняття та позбавлення любові. Регуляторний компонент полягає в локалізації дифузного почуття малоцінності в обмеженій «недостатності». У цих межах «Я» не відчуває себе абсолютно знеціненим та спустошеним (N5+).

Особистостей зі схильністю до переживання почуття заздрощів *за когнітивним типом* (гр. ZK_g тах) відрізняє: незначне та безсиле «Я» (N5+, N1+), загальний показник нарцисизму (N19+), знецінення об'єкта (N14+), жага похвал і підтвердження (N11+), соціальна ізоляція (N7+).

Цій групі осіб властиве найсильніше відчуття незначущості свого «Я», болісні сумніви відносно цінності власної особистості, почуття глибокої невпевненості в собі, гостре переживання сорому, страх розкриття своєї «неповноцінності», боязнь відмови і позбавлення любові. При цьому, їх «Я»-система відчуває загрозу, оскільки до їх здібностей висуваються дуже високі вимоги, що оживляють старі або погрожують появою нових нарцисичних травм («травм» самоповаги) через негативне сприйняття їх іншими людьми. «Фасадний» захист від негативної оцінки з боку значущих осіб та страху бути відкинутими може супроводжуватись декларуванням повної байдужості до оцінки оточуючими їх соціальної успішності, повним запереченням відчуття невпевненості, сорому, запереченням можливості невдачі та ігноруванням реакцій оточуючих на свою поведінку (N5+). Власне «Я» відчувається безсилим, що супроводжується гострим переживанням власної крихкості, відчуттям неконтрольованої тривоги; почуттям самотності як прояву страху соціальної невдачі; інтенсивними депресивними переживаннями своєї малоцінності, тотально негативною самооцінкою, відчуттям безцільності життя, безперспективності, внутрішньої порожнечі, від яких особистість не може захиститися; деструктивними спонуканнями зі зверненням агресії проти себе (самоприниження, самопошкодження, саморуйнування). Це механізм регуляції включається, коли «Я» знаходиться під загрозою фрагментації. Паралізоване «Я» не може впливати на дестабілізацію, оскільки відчуває своє повне безсилля (N1+). У цих осіб найвищий серед виділених груп загальний показник нарцисичної регуляції, що характеризує нестабільне почуття власної цінності (як підвищене, так і надмірно занижене), для підтримки якого вони використовують механізми компенсації (регресію, заперечення, ідеалізацію, ідеї всемогутності, фантазування, інтерналізацію). Активізація регуляції «Я»-системи відбувається при незадоволенні потреб у впевненості та безпеці; в стабільній самооцінці; у сенсі та в смисловому досвіді життя; в освоєнні нових можливостей, у визнанні та самовираженні [32; 217] (N19+). Для цих осіб характерна зростаюча тенденція до штучного суб'єктивного зниження значущості цінного об'єкта (очорнення, псування); знецінення оточуючих (і себе теж), сприйняття їх небезпечними, такими, що розчаровують. За цим стоїть захист від можливого нарцисичного шоку – бути приниженим або знехтуваним з

боку значущого, бажаного чи ідеального об'єкту. Страх перед відмовою в любові та прийнятті, приниженням і відкиданням настільки великий, що веде до знецінення іншого, щоб гарантувати власний захист. При цьому, якщо об'єкт хоч раз піддався знеціненню, то власні агресивні бажання і дії проти цього «поганого» об'єкта стануть виправданими, що веде до приписуванню об'єкту власних деструктивних компонентів, проєкцій. Стратегія знецінення є формою подолання нарцисичних фрустрацій раннього дитинства, коли ідеалізований об'єкт мав бути «хорошим», але таким суб'єктивно чи об'єктивно не був (N14+). Задля компенсації ослаблення власної особистості активізується жага похвал і підтвердження, прагнення до безпосередньої винагороди, за допомогою якої особистість в очах інших та власних очей буде виглядати настільки блискуче, що недоліки і невдачі ніби потьмаряться. При цьому стабільність «Я» (самоповага) знаходиться у залежності від прямого соціального визнання та підтвердження власної значущості. Це особистості, у котрих нереалізована потреба у відображенні себе в інших людях (N11+). Але водночас, цим особистостям властива соціальна ізоляція – спосіб регулювання, пов'язаний зі спробою захистити крихке «Я» від додаткових нарцисичних образ через уникнення контактів з людьми. Соціальні стосунки, внаслідок початкової песимістично-недовірливої установки, уявляються такими, що розчаровують, тому активізується соціальна тривожність. Цей спосіб регуляції властивий, за типологією Г. Кохута, особистостям, котрі уникають контактів (N7+).

Особистості зі схильністю до переживання заздрощів за *поведінковим типом* (гр. ZPv max) характеризуються загостреною нарцисичною регуляцією уявлень про себе (N19+), прагненням до ідеального «Я»-об'єкту (N10+), нарцисичною люттю (N12+), незначним «Я» (N5+), нарцисичною вигодою від хвороби (N18+), жагою похвал і підтвердження (N11+).

Цим особам притаманне перебільшене почуття власної значущості і підвищена стурбованість питаннями самоповаги, внутрішньої стабільності, самоцінності, впевненості в собі і гарного самопочуття (N19+). Це особистості, які потребують «пошуку ідеалу». Прагнення до ідеального «Я»-об'єкту – це спосіб регулювання, що виражається в тенденції до ідентифікації з об'єктами, які уявляються бездоганними, завдяки чому підвищується почуття власної значущості,

виникає впевненість, що завдяки цьому ідеальному об'єкту вдасться компенсувати свою неповноцінність, заповнити власний нарцисичний дефект і стати «цілісним». Це свідчить про їх схильність до ідеалізму та перфекціонізму (N10+). Але, при цьому у цих осіб є схильність до нарцисичної люті, гніву і помсти, з метою компенсувати нарцисичну загрозу втрати цінності «Я», через реальні або уявні образи, сором, приниження та розчарування. Ця реакція захищає особистість від нарцисичного шоку бути знеціненим та знехтуваним, однак збуджена при цьому агресія може мати деструктивний характер (N12+). Усе це загострюється болісними сумнівами відносно цінності та значущості власної особистості, невпевненістю в собі, з переживанням сорому, страху розкриття іншими своєї малоцінності, неприйняття і позбавлення любові (N5+). Як захисний механізм від втрати самоповаги, у них часто «спрацьовує» «нарцисична вигода від хвороби». Незалежно від того, чи дійсно є певне захворювання чи ні, «Я» «рятує» себе у фантазіях, що воно сильне, здорове і працездатне, а «не діє» лише тіло. Крім того, «Я» може бути завжди прощено, якщо послатися на фізичну неспроможність, оскільки хвороба – це завжди «алібі». Відчуття хворобливості у цих осіб часто пов'язано з об'єктивно поганим фізичним станом (N18+). Але жага похвал і підтвердження активізує їх задля компенсації ослаблення власної особистості шляхом підвищення свого соціального статусу. При цьому, стабільність їх «Я» знаходиться у залежності від позитивної уваги оточуючих, прямого соціального прийняття, визнання та підтвердження власної значущості (N11+).

Для особистостей зі схильністю до переживання заздрощів за *контрольно-регулятивним типом* (гр. ZKR max) характерна відсутність виявів дереалізації та деперсоналізації (N3-), сильне і значуще «Я» (N1-, N5-), несхильність до нарцисичної люті (N12-) та жаги похвал і підтвердження (N11-), збереження контролю емоцій і спонукань (N2-).

Для цих осіб не характерні стани дереалізації (відчуття нереальності того, що відбувається навколо) та деперсоналізації (відчуття «відірваності» від того, що відбувається всередині «Я»). Вони перебувають у стані глибокого і міцного зв'язку зі своїми почуттями та зовнішнім світом, ясно відчують і сприймають світ. У них немає відчуття, що життя проходить десь у стороні, вони живуть «тут і тепер».

Присутнє повне прийняття себе та реальності, що оточує, уважність, концентрація, усвідомлене «проживання» усіх емоцій та почуттів з усіма їх красками та відтінками (N3-). Як для сильних особистостей, їм нехарактерні стани повної безпорадності, зниження відчуття своєї психічної цілісності, відсутність визначення мети, тотально негативна самооцінка, почуття внутрішньої порожнечі. Ці особистості, відчуваючи інтенсивний страх, зберігають саморегуляцію і самоорганізацію поведінки. Реалістичне почуття власного безсилля для них можливе, але воно не нестерпне. Крім того, вони ніколи не звертають проти себе фізичну агресію (N1-). Ці особистості високо соціабельні, але при цьому, мало залежать від оцінки (в тому числі негативної) оточуючими себе, своєї соціальної успішності, ефективності у певних ситуаціях пристосувальної поведінки. Вони не схильні глобалізувати негативні оцінки оточуючих щодо себе, визнають за собою можливість певних порушень норм соціальної поведінки і відчуття сорому при цьому. Відчуття невпевненості може адекватно супроводжувати дефіцит знань, навичок або наявність певних недоліків у разі можливого суперництва. Однак у цих особистостей почуття сорому і невпевненості усвідомлюється і не знижує їх «володіння собою» і самоконтроль. Вони допускають невдачу і завжди готові провести ревізію своєї проблемної поведінки у зв'язку з цим. Але при цьому, вони максимально можливо зберігають базову впевненість в собі (N5-). Під впливом негативних емоцій, пов'язаних з образою, соромом, приниженням, розчаруванням, ці особистості мобілізують свою готовність до захисту, свої резерви люті і помсти (але не підпорядковують «відплаті» своє життя). Це агресія конструктивно-захисного характеру з повним контролем поведінки, афекту і спонукань. У силу цього, вони не залежать від прийняття себе оточуючими та їх несправедливої критики. Вони терпимі та емоційно «стійкі» до невдачі, розчарування, недооцінки і байдужості з боку значущих осіб, до невизнання себе та шкоди, що заподіюється оточуючими (N12-). Позитивно оцінюючи інтерес, що до них проявлений, ці особи водночас мінімально залежать від уваги оточуючих. Залежність від підтвердження, похвал і прийняття себе оточуючими у них не є компульсивною (N11-). Ці особистості здатні зберігати вольову регуляцію своїх емоцій, мотивів та імпульсивних спонукань. Вони оптимально пручаються втрати самоконтролю і

станів, що паралізують їх активність, та мають широкі можливості контролювати ситуативні коливання свого психічного стану (N2-).

Перейдемо до аналізу співвідношення показників заздрисності та нарцисичних рис особистості (табл. 3.8)

Таблиця 3.8

Значимі коефіцієнти кореляцій між показниками нарцисичних рис особистості та схильності до переживання заздрощів

	Показники заздрисності						
	ZUst	ZEm	ZKg	ZPv	ZMt	ZKR	ZZag
NR1	167**		301**	289**	287**		281**
NR2	192**	228**	260**	298**	344**		317**
NR3	124*		140*	130*	196**		146*
NR4	157*		175**	211**	220**		197**
NR5	244**	263**	323**	344**	355**	133*	372**
NR6	278**	263**	336**	302**	354**		364**
NR7	324**	257**	205**	182**	310**		284**
NR8	420**	436**	472**	378**	447**	245**	518**
NR9	224**	155*	170**		162**		178**

Примітка: тут і далі: 1) показники *нарцисичних рис особистості* NR1 – грандіозне почуття самозначущості, NR2 – поглиненість фантазіями, NR3 – віра у власну унікальність, NR4 – потреба в постійному розумінні і захопленні, NR5 – очікування особливого ставлення, NR6 – маніпуляції в міжособистісних стосунках, NR7 – відсутність емпатії, NR8 – надзайнятість почуттям заздрості, NR9 – зухвала, зарозуміла поведінка.

Аналіз таблиці 3.8 показав наявність виключно додатних зв'язків між показниками заздрисності і нарцисичних рис особистості переважно на 1 % рівні значимості. Загальна схильність до заздрощів (ZZag) та більшість її показників виявили додатне сполучення (на 1% і 5% рівні) з такими нарцисичними рисами як: надзайнятість почуттям заздрості (NR8), очікування особливого ставлення (NR5), маніпуляції в міжособистісних відносинах (NR6), поглиненість фантазіями (NR2), відсутність емпатії (NR7). Зниження контролю та саморегуляції заздрощів (ZKR –

зворотна шкала) виявила взаємозв'язок з надзайнятістю почуттям заздрості (NR8) та очікуванням особливого ставлення (NR5).

Цікавим фактом є той, що відповідно до найбільшого цифрового значення отриманих корелятивів, більшість нарцисичних рис, а саме: поглиненість фантазіями, віра у власну унікальність, потреба в постійному розумінні і захопленні, очікування особливого ставлення, маніпуляції в міжособистісних відносинах, – більше пов'язані з мотиваційним показником заздрісності (ZMt). У зв'язку з цим, можна припустити, що саме заздрісна мотивація сприяє розвитку нарцисичних рис особистості (ця гіпотеза потребує додаткових емпіричних підтверджень). Крім того, грандіозне почуття самозначущості та надзайнятість почуттям заздрості більше пов'язані з когнітивним показником заздрісності (ZKg), а відсутність емпатії та зухвала, зарозуміла поведінка – з установчим її показником (ZUst), тобто із засвоєними соціальними установками на заздрості.

Перейдемо до якісного аналізу результатів та розглянемо *профілі нарцисичних рис особистості* в осіб, котрі різняться за типом схильності до переживання заздрощів (рис. 3.8).

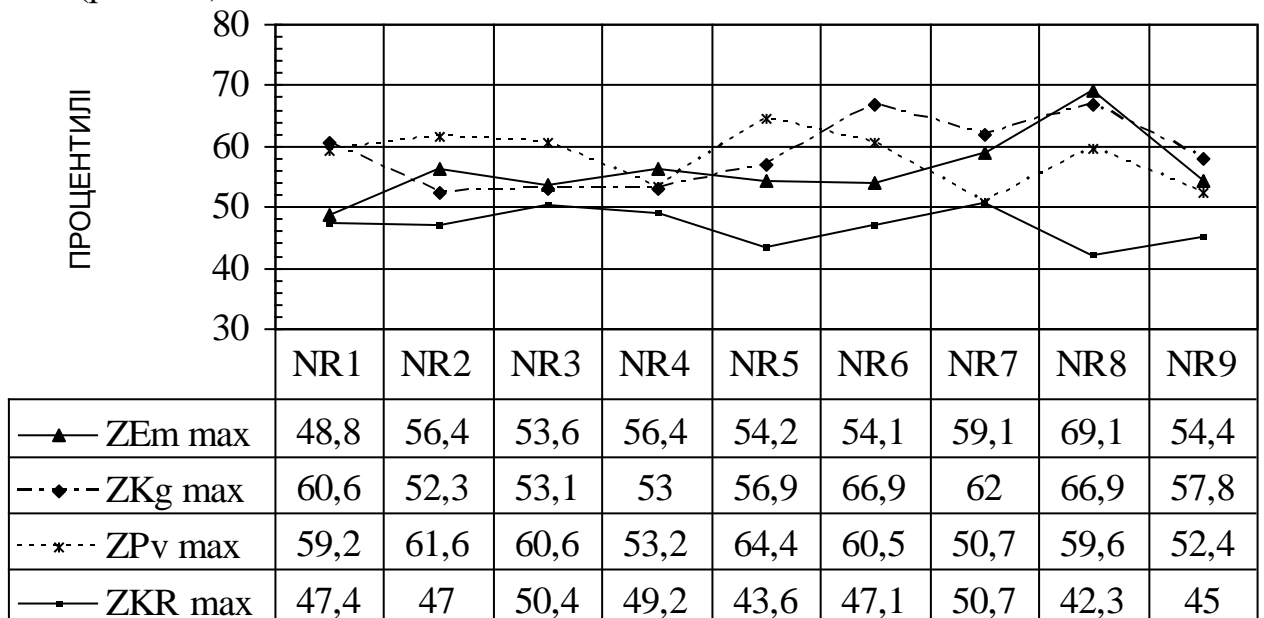


Рис. 3.8. Нарцисичні риси (за методикою О.О. Шамшикової, Н.М. Клепікової) груп осіб, що розрізняються за типом схильності до переживання заздрощів.

Візуальний аналіз профілів представників означених груп свідчить про наявність ряду відмінностей між ними. Відмінності були перевірені статистично за

допомогою t-критерію Ст'юдента, і більшість із них виявилася значимими (див. дод. Ж, табл. Ж.8). Аналіз профілів означених груп (рис. 3.8), ранжування показників та опора на опис змісту шкал відповідної методики, дозволяє описати психологічні особливості представників кожної групи:

Група осіб зі схильністю до переживання почуття заздрощів за *емоційним типом* (гр. ZEm max), характеризуються: надзайнятістю почуттям заздрості (NR8+), дефіцитом емпатії (NR7+), поглиненістю фантазіями (NR2+), потребою в постійній увазі і захопленні (NR4+).

Цим особистостям властива надзайнятість почуттям заздрощів і думки про те, що інші їм завжди заздять. Реальні або уявні переваги інших в придбанні соціальних благ (матеріальних цінностей, успіху, статусу тощо) вони сприймають як загрозу цінності їх «Я». Це певною мірою пов'язано з їх нестійкою ідентичністю (нездатністю інтегрувати «погані» і «хороші» аспекти реальності через відсутність мірила власної відповідності кому- або чому-небудь). На фрустрацію вони реагують афективними проявами роздратування, заздрості, люті, сорому або приниження (NR8+). Також їм притаманний дефіцит емпатії, що проявляється у зниженій здатності розпізнавати та розуміти почуття і потреби інших людей; у небажанні ідентифікуватися з іншими та виявляти їм співчуття і співрадіння. Причиною цього може бути відчуття власної фрустрації, незадоволення, наявний конфлікт з оточенням, або ж внутрішній протест (NR7+). При загрозі уявленням про себе, вони можуть занурюватися у фантазії, що носять змістовно-конкретний, наближений до реальності характер (спрямовані на виконання конкретних бажань). Ці фантазії є нарцисичними способами регуляції уявлення про себе, які забезпечують підтримку думок про відсутність недоліків та підтвердження власної значущості або надій про те, що все якимось чином владнається. Фантазування виступає «захистом» від переживання крихкості й усвідомлення неспроможності (NR2+). Їх потреба в увазі, захопленні й компліментах, зумовлена внутрішньою стурбованістю нікчемністю свого «Я», що виявляється у привертанні до себе уваги будь-яким чином. Бажання бути в центрі уваги провокує на пошук кола «шанувальників» (і, що невід'ємно, заздрісників), чиє захоплення підтверджувало б їх позитивну самопрезентацію. Це

теж пов'язано з нестійкою ідентичністю та нарцисичним способом регуляції уявлення про себе, коли стабільність самоповаги залежить від похвали з боку соціуму. Їх загальна емоційна нестабільність, невротичність та депресивність підтверджує те, що потреба в постійній увазі і захопленні зумовлена необхідністю регулювати свій внутрішній стан (NR4+).

Група осіб зі схильністю до переживання почуття заздрощів за *когнітивним типом* (гр. ZKg max) відрізняється: маніпуляціями в міжособистісних стосунках (NR6+), надзайнятістю почуттям заздрості (NR8+), зниженою емпатією (NR7+).

Ці особистості схильні до пасивної маніпулятивності, використання інших для посилення своїх соціальних позицій. У ситуаціях контакту з оточуючими можуть не враховувати їх інтереси і потреби, прагнуть до отримання допомоги і задоволення завдяки іншим, можуть виявляти конфліктність та не виконувати свої обов'язки. Для них характерна нестійка ідентичність та нарцисичний спосіб регуляції уявлення про себе, що полягає в прагненні «розчинитися» в іншому, коли цей інший не сприймається автономно (симбіотичний самозахист) (NR6+). Цим особистостям властива заздрість до оточуючих, що проявляється у сприйнятті соціальних переваг інших (реальних або уявних цінностей, успіху, статусу тощо) як загрози своїй самоцінності та самоповазі. Перш за все, для них характерна загальна емоційна нестабільність через домінування заздрості, сором'язливість (як стан переживання сорому через власну неспроможність) та нестійка ідентичність (невизнання себе, неприйняття себе з усіма недоліками та перевагами). На фрустрацію вони реагують відчуттям роздратування, сорому або приниження (NR8+). Також їм притаманний найбільший дефіцит емпатії, що проявляється у зниженій здатності до розпізнавання емоцій та розуміння почуттів і потреб інших людей, небажанні ідентифікуватися з іншими. Причиною в цьому випадку може бути як емоційна «закритість» через свою «вразливість», відсутність зацікавленості іншими через зануреність у свої внутрішні переживання, так і певна доля егоцентризму (NR7+). Усе це супроводжується станами грандіозного відчуття самозначущості, що виражається в перебільшенні власних здібностей і досягнень і очікуванні оцінки себе оточуючими як обдарованої особистості, незважаючи на те, що досягнення реально не настільки значні. Цей

нарцисичний спосіб регуляції уявлення про себе переживанням власної величі і всемогутності захищає від афективного переживання крихкості «Я». Але при цьому, будь-яка інформація, що нівелює відчуття значущості, може викликати роздратування і спонтанно-афективну агресію, спрямовану на самозахист (NR1+). Це є свідченням того, що справжнє «Я» у заздрісних осіб – це вразливе «Я», а нарцисичний стан «самовозвеличування» – його гіперкомпенсація.

Групі осіб зі схильністю до переживання почуття заздрощів за *поведінковим типом* (гр. ZPv max) притаманне: очікування особливого ставлення (NR5+), поглиненість фантазіями (NR2+), маніпуляціями в міжособистісних відносинах (NR6+) та віра у власну унікальність (NR3+).

Ці особистості впевнені, що заслуговують особливого ставлення з боку оточуючих. Нереалізованість цих очікувань провокує дратівливість при зіткненні з будь-якими, навіть дрібними, перешкодами. Це супроводжується нездатністю контролювати свої емоції, перш за все, вираз агресії, а також жорсткістю і черствістю, що можуть доходити до ступеня цинізму. Їм властивий нарцисичний спосіб регуляції уявлень про себе, коли власне «Я» виділяється за допомогою «особливих» здібностей і талантів, та суб'єктивно вбачається привабливим (NR5+). При загрозі уявленням цих особистостей про себе, вони занурюються у фантазії, що спрямовані на виконання конкретних бажань (жага похвал і надія на підтвердження власної значущості). Ці фантазії є нарцисичними способами регуляції уявлення особистості про себе, які забезпечують підтримку думок про відсутність недоліків або про те, що все само собою владнається. Захопленість фантазіями «захищає» від усвідомлення нікчемності «Я» (NR2+). Ці особистості схильні до активних маніпуляцій у міжособистісній взаємодії, використання інших для посилення своїх соціальних позицій, досягнення власних цілей. У ситуаціях соціальної взаємодії часто не враховують інтереси і потреби оточуючих, прагнуть до отримання задоволення за чужий рахунок, можуть виявляти імпульсивність, конфліктність та порушувати соціальні норми. Вони можуть співіснувати з іншим у своїх власних цілях, коли цей інший не сприймається як автономна особистість; можуть дружити і любити меркантильно (NR6+). Вони вірять у власну унікальність, до себе ставляться

некритично та впевнені в тому, що оцінити цю унікальність можуть тільки особливо обдаровані люди, або високо кваліфіковані фахівці. Вони схильні до звеличування власної системи цінностей і нехтування системою цінностей іншого; можуть самостверджуватись за рахунок приниження інших. Також присутнє прагнення до надмірного підкреслення відповідальності за себе, своєї незалежності, унікальності, самодостатності, що проявляється як певна доля емоційної стійкості, здатність знаходити раціональне пояснення всьому, в тому числі своїм емоціям і переживанням (NR3+).

Група осіб зі схильністю до переживання заздрощів за *контрольно-регулятивним типом* (гр. ZKR max) відрізняється: зниженими очікуваннями особливого ставлення до себе (NR5-), зниженою фіксацією на переживанні почуття заздрості (NR8-), несхильністю до зухвалої, зарозумілої поведінки (NR9-).

Ці особистості, хоча суб'єктивно вбачають себе привабливими і здібними, але не очікують «особливого» ставлення до себе, не схильні виділяти власне «Я» за допомогою «грандіозних» переваг над іншими. При зіткненні з будь-якими перешкодами і фрустраціями, вони здатні контролювати свої емоції та не схильні до виявлення дратівливості, агресії, жорстокості, черствості чи цинізму по відношенню до інших людей (NR5+). Реальні або уявні соціальні переваги інших (матеріальні цінності, успіх, статус тощо) вони не сприймають як загрозу цінності їх «Я» і тому не виявляють афективних переживань і дій. На фрустрацію вони можуть відреагувати усвідомленням своєї заздрості, люті, сорому або приниження, але вони не фіксуються на цих переживаннях. Це пов'язано з їх врівноваженістю та стійкою ідентичністю (знанням себе, усвідомленим прийняттям своїх сильних і слабких сторін) (NR8-). Їм не властива зухвала, зарозуміла поведінка як прояв гордовитого, зарозумілого ставлення до інших. Вони здатні уважно вислухати, поважають думку співрозмовника, цінують час інших людей, не схильні виявляти спонтанну агресивність та приховану агресію (пліткування, знецінення інших) (NR9-).

Отже, констатуємо підтвердження гіпотези про зв'язок різних типів переживання почуття заздрощів з різною специфікою нарцисичної регуляції та різною схильністю до нарцисичних станів.

3.1.7. Співвідношення показників заздрисності з перфекціонізмом та ірраціональними установками

У цьому параграфі наводяться результати кореляційного і якісного аналізів співвідношення показників заздрисності з раціональними установками та перфекціонізмом. У попередніх розділах обґрунтовано гіпотетичну ймовірність зв'язку схильності до заздрисців з певними соціальними та особистісними настановами та перфекціонізмом, що може бути також пов'язано з такими особливостями заздрисних особистостей, як: залежність їх самооцінки від зовнішніх оцінювань та підтверджень, бажання (або «повинність») відповідати образу успішної людини, сучасним стандартам й ідеалам навколишнього суспільства, бажання («повинність») бути найкращим в усьому, або ж бути не гірше за інших. У всіх випадках «мірилом» свого благополуччя є хтось інший, а не міра розвитку та реалізації своєї індивідуальності.

Можна сказати, що заздрість – це гостре переживання своєї недосконалості, реакція людини на явну чи уявну перевагу іншого над собою. Існує думка, що установка на заздрість створюється в дитинстві батьками, котрі прагнуть за рахунок дитини компенсувати своє почуття неповноцінності [129, с. 83]. Відповідно до концепції А. Елліса, ірраціональні установки являють собою жорсткі когнітивно-емоційні зв'язки, що мають характер припису, вимоги, наказу, та носять абсолютистський характер, у зв'язку з чим конфронтують з реальністю та призводять до дезадаптації особистості [208, с. 3-16]. Це пов'язано з тим, що розбіжність між високими вимогами та неможливістю їх задовільнити викликає психологічний стрес.

Задля діагностики наявності ірраціональних установок було залучено «Методику діагностики ірраціональних установок» А. Елліса [61, с. 201-205]. Для діагностики перфекціонізму, – застосовано методику «Багатовимірна шкала перфекціонізму» П. Хьюїтта і Р. Флетта (у адаптації І.І. Грачової) [40].

У табл. 3.9 наведені значимі кореляційні зв'язки між показниками схильності до заздрисців та раціональних установок і перфекціонізму. Важливо зазначити, що відповідно до теоретичного конструкту «Методики діагностики ірраціональних

установок», високий бал (додатній коефіцієнт) свідчить про наявність раціональних установок. А від'ємний коефіцієнт – про наявність ірраціональних установок.

Таблиця 3.9

Значимі коефіцієнти кореляцій між показниками раціональних установок, перфекціонізму та схильності до переживання заздрощів

Показники			Показники заздрісності						
			ZUst	ZEm	ZKg	ZPv	ZMt	ZKR	ZZag
Раціональні установки	1	RU1	- 151*	- 272**	- 253**	- 234**	- 203**		- 275**
	2	RU2		- 164**	- 259**	- 202**	- 165**		- 225**
	3	RU3		- 172**	- 279**		- 262**		- 233**
	4	RU4	- 267**	- 426**	- 409**	- 334**	- 400**	- 237**	- 459**
	5	RU5	- 212**	- 273**	- 298**	- 252**	- 343**	- 127*	- 334**
	6	RU6	- 234**	- 376**	- 425**	- 331**	- 393**	- 153*	- 440**
Перфекціон.	1	PfSb				147*			
	2	PfIn	244**	197**	232**	158*	239**	182**	237**
	3	PfSc	361**	267**	412**	284**	302**	213**	377**
	4	PfZg	294**	198**	298**	272**	306**	141*	312**

Примітка: тут і далі: 1) показники *раціональних установок*: RU1 – "Відсутність катастрофізації", RU2 – "Відсутність повинності себе", RU3 – "Відсутність повинності інших", RU4 – "Відсутність оціночної установки", RU5 – "Висока фрустраційна толерантність", RU6 – "Раціональність мислення"; 2) Показники *перфекціонізму*: PfSb – перфекціонізм, орієнтований на себе; PfIn – перфекціонізм, орієнтований на інших; PfSp – соціально приписаний перфекціонізм. PfZg – загальний перфекціонізм.

Спочатку проаналізуємо співвідношення показників заздрісності з раціональними установками (табл. 3.9). Табличні дані свідчать про те, що усі кореляційні зв'язки зазначених показників демонструють від'ємну полярність переважно на 1% рівні значущості. Це означає, що загальна заздрісність (ZZag) та майже усі її показники сполучені з ірраціональним мисленням і такими його установками як: оціночна установка (RU4-), відсутність фрустраційної толерантності (RU5-), катастрофізація (RU1-), повинність інших (RU3-), повинність себе (RU2-). Крім того, послаблення контролю та саморегуляції заздрощів (ZKR –

зворотна шкала) пов'язане з посиленням оціночної установки та фрустраційної інтолерантності. Цей факт не дивує, тому що складно контролювати прояви заздрощів при постійному оцінюванні та порівнянні себе з іншими, та при тяжкому переживанні розчарувань від нездійснених бажань. Також логічно, що установчий показник заздрісності (ZUst) найбільше пов'язаний з оціночною установкою.

Цікаво зазначити, що відповідно до отриманих корелятивів (їх найбільшого цифрового значення), раціональні установки «відсутність катастрофізації» та «відсутність оціночної установки» більше пов'язані зі зменшенням емоційних проявів заздрісності (ZEm); раціональні установки «відсутність повинності себе» та «відсутність повинності інших» більше пов'язані зі зменшенням когнітивних виявів заздрісності (ZKg); а «висока фрустраційна толерантність» супроводжується зменшенням мотиваційних виявів схильності до заздрощів (ZMt).

Дещо схожу, але іншу діагностичну картину представляють взаємозв'язки показників заздрісності з перфекціонізмом (табл. 3.9). Аналіз таблиці свідчить про наявність суто додатних значущих зв'язків (переважно на 1% рівні) між означеними показниками. Відповідно до отриманих кореляцій, загальна заздрісність (ZZag) з усіма її показниками взаємопов'язані з соціально приписаним перфекціонізмом (PfSp), загальним перфекціонізмом (PfZg) та перфекціонізмом, орієнтованим на інших (PfIn). Неочікуваним виявився майже відсутній зв'язок заздрісності (окрім ZPv) з перфекціонізмом, що орієнтований на себе. Це можна пояснити тим, що схильність до переживання заздрощів може супроводжуватись як висуванням до себе надмірних вимог, так і відсутністю будь-яких вимог до себе. І лише поведінкові (дієві) прояви заздрощів додатно пов'язані з надвимогливістю до себе. Цікаво, що зменшення контролю та саморегуляції заздрощів (ZKR – зворотна шкала) пов'язане зі зростанням соціально приписаного перфекціонізму та надвимогливості до інших. Неможливо обійти увагою й те, що перфекціонізм, орієнтований на інших, більше взаємопов'язаний з установчим показником схильності до заздрощів (ZUst), соціально приписаний перфекціонізм – з когнітивним її показником (ZKg), а загальний перфекціонізм – з мотиваційним (ZMt), тобто із заздрісною мотивацією. Це є свідченням того, що заздрісна мотивація супроводжується зростанням вимог і

очікувань стосовно інших, але до себе вимоги не підвищуються, а навпаки, присутнє переконання, що інші є надвимогливими. Перейдемо до якісного аналізу результатів та розглянемо специфіку ірраціональних установок та перфекціонізму в осіб, котрі різняться за типом схильності до переживання заздроців. Нагадаємо, що в методиці визначення ірраціональних установок усі шкали є зворотніми, тому, додатній полюс характеризується раціональними настановами, а від'ємний – ірраціональними; а за методикою визначення перфекціонізму все стандартно: додатній полюс – присутній перфекціонізм, від'ємний, – відсутній.

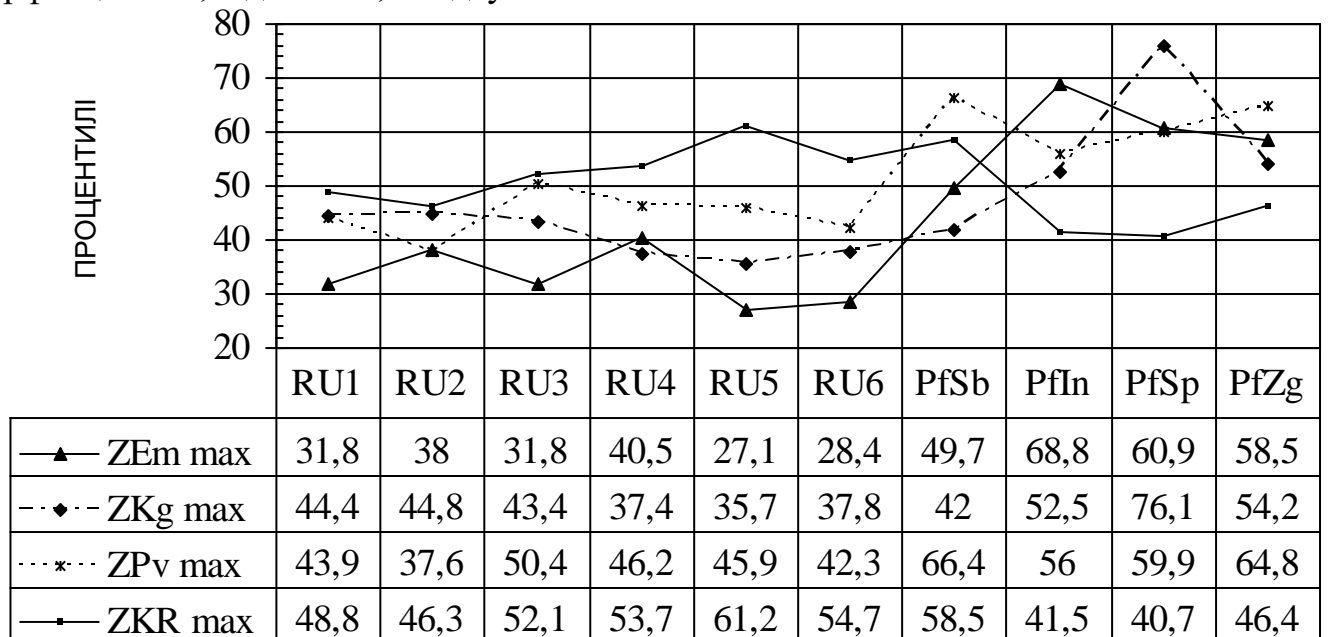


Рис. 3.9. Раціональні установки (за методикою А. Елліса) та показники перфекціонізму (за шкалою Хьюїтта-Флетта, у адаптації І.І. Грачової) груп осіб, що розрізняються за типом переживання почуття заздроців.

Проаналізуємо профілі раціональних установок. Візуальний аналіз профілів представників означених груп свідчить про наявність ряду відмінностей між ними. Відмінності були перевірені статистично за допомогою t-критерію Ст'юдента, і більшість із них виявилася значимими (див. дод. Ж, табл. Ж.9). Для складання психологічних портретів особистостей, схильних до переживання заздроців різного типу, попередньо шляхом ранжування [154; 156] було виявлено показники, домінуючі значення яких найбільш відхилені від середньої лінії ряду. Аналіз профілів означених груп (рис. 3.9) з опорою на зміст шкал за «Методикою

діагностики ірраціональних установок» [61, с. 201-205], дозволив описати психологічні особливості представників кожної групи:

Група осіб зі схильністю до переживання почуття заздрощів за *емоційним типом* (гр. ZEm max) характеризуються: найнижчим рівнем (серед виділених груп) фрустраційної толерантності та раціональності мислення (RU5-, RU6-), підвищеною установкою на «повинність» інших (RU3-), постійною катастрофізацією (RU1-).

Ці особистості надзвичайно гостро реагують на фрустрації та нездійснення своїх бажань, нетерпимі до ситуацій дискомфорту, незадоволення своїх потреб, нездійснення планів, невиправдання власних очікувань і надій, що виражається у нетерплячості. Вони переконані, що всі їх потреби і бажання обов'язково мають бути задоволені та реалізовані (RU5-). Але при цьому, їм властиве ірраціональне мислення, – непродуктивне, за А. Еллісом, – таке, що не веде до досягнення своїх цілей і завдань, перешкоджає їх здійсненню (RU6-). Означеним особистостям властива схильність висувати завищені очікування та вимоги до інших, наслідком чого можуть бути часті звинувачення і претензії до оточуючих, конфлікти, образи, осуд та неприйняття інших (RU3-). Для цих особистостей є характерною установка «катастрофізації», – схильність до емоційно-драматичного та перебільшено-песимістичного сприйняття певних ситуацій та подій, оцінювання негативних подій як жахливих і нестерпних. А катастрофічними для цих осіб, як ми вже знаємо, є ситуації фрустрації та ситуації невиправдання завищених очікувань стосовно інших людей (RU1-).

Групі осіб зі схильністю до переживання почуття заздрощів за *когнітивним типом* (гр. ZKg max) властиві: фрустраційна інтолерантність (RU5-), оціночна установка (RU4-), ірраціональність мислення (RU6-).

Ці особистості характеризуються, перш за все, тяжким переживанням своїх нереалізованих потреб, розчарувань від нездійснених бажань, нетерпимістю до ситуацій дискомфорту, незадоволення, невиправдання власних очікувань та надій, що супроводжується низькою стресостійкістю та невмінням «пережити» негативні емоції, пов'язані з фрустрацією (RU5-). При цьому, їм властива глобальна оціночна установка – властивість оцінювати не окремі події, риси чи ситуативні вчинки

людей, а особистість чи життя в цілому; схильність до «навішування ярликів», висування абсолютистських, догматичних, категоричних висновків, засуджувачих оцінок і суджень як собі, так і іншим. Їх оцінка часто носить характер песимістичного «вироку», який неможливо змінити (RU4-). Таке мислення є непродуктивним та ірраціональним, оскільки не сприяє досягненню головних цілей і завдань, а, навпаки, заважає їх реалізації (RU6-).

Групі осіб зі схильністю до переживання почуття заздрощів за *поведінковим типом* (гр. ZPv max) притаманні: установка на власну «повинність» (RU2-), ірраціональність мислення (RU6-), катастрофізація (RU1-).

Їм притаманна установка обов'язкової повинності себе, що має характер припису, вимоги, наказу «бути саме таким...», «зробити саме це...», «виправдати очікування...». Дуже часто, це не свої прийняті рішення, а приписи батьків, вчителів та оточення. Ці завищені вимоги до себе та надмірна мотивація, можуть певною мірою сприяти їх власним досягненням, а можуть призвести до розчарувань у досягнутому, якщо це не була «внутрішня» потреба (RU2-). Таке мислення теж ірраціонально-непродуктивне, оскільки перешкоджає здійсненню їх власних цілей та реалізації їх головних потреб (RU6-). Невиконання завищених вимог до себе може супроводжуватися «катастрофізацією» – емоційно-драматичним сприйняттям своєї «неспроможності», поразки, оцінювання негативних подій як жахливих і нестерпних, які неможливо «виправити» (RU1-).

Група осіб зі схильністю до переживання заздрощів за *контрольно-регулятивним типом* (гр. ZKR max) характеризується: підвищеною фрустраційною толерантністю (RU5+) та раціональністю мислення (RU6+), тенденцією установки на власну «повинність» (RU2-) та дещо зниженою оціночною установкою (RU4+).

Ці особистості спокійно і виважено реагують на фрустрації та нездійснення своїх бажань, терпимі та терплячі до ситуацій дискомфорту, невиправдання власних очікувань і надій. Вони здатні перенести здійснення своїх потреб, відкласти здійснення планів, якщо у даний момент це об'єктивно неможливо. Вони усвідомлюють, що всі їх потреби і бажання не можуть бути задоволені цілком і одразу (RU5+). При цьому, їм властиве раціонально-продуктивне мислення, що веде

до досягнення своїх головних цілей і завдань та не перешкоджає здійсненню планів (RU6+). Їх характеризує дещо підвищена вимогливість до себе, що сприяє їх власним досягненням, оскільки вони усвідомлюють свої справжні бажання і потреби (RU2-). І, водночас, їм не властива глобальна оціночна установка, вони не схильні до напередвизначеного сприйняття, «навішування ярликів», висування абсолютистських, категоричних висновків. Вони не виносять оціночних суджень і засуджуючих «вироків» собі та іншим, оскільки терпимі до своїх і чужих недоліків, та знають, що їх можливо виправити (RU4-).

Отримані дані підтверджують припущення про те, що схильність до переживання заздрості пов'язана з ірраціональними настановами. Ці результати є першим емпіричним підтвердженням теоретичних гіпотез щодо взаємозв'язку заздрості з особистісними установками.

Тепер проаналізуємо профілі перфекціонізму (табл. 3.9). Візуальний аналіз профілів представників означених груп свідчить про наявність відмінностей між ними. Відмінності були перевірені статистично за допомогою t-критерію Ст'юдента, і більшість із них виявилася значимими (див. дод. Ж, табл. Ж.9). Для складання психологічних портретів особистостей, схильних до переживання заздрощів різного типу, попередньо шляхом ранжування [154; 156] було виявлено показники, домінуючі значення яких найбільш відхилені від середньої лінії ряду. Аналіз профілів означених груп (рис. 3.9) з опорою на зміст шкал за методикою «Багатовимірна шкала перфекціонізму» [40], дозволив описати психологічні особливості представників кожної групи:

Особистості зі схильністю до переживання почуття заздрощів за *емоційним типом* (гр. ZEm max), характеризуються найвищим серед виділених груп перфекціонізмом, орієнтованим на інших (Pfln+) та підвищеним соціально приписаним перфекціонізмом (Pfsp+).

Це означає, що ці особистості схильні ідеалізувати інших, вбачати їх «всемогутність», висувати до них завищені очікування, вимоги і стандарти, що передбачає нетерпимість, небажання прощати чужі помилки та недоліки. Наслідком цього можуть бути часті непорозуміння, конфлікти, звинувачення інших в усьому,

образи та розриви стосунків (PfIn+). А стосовно себе ці особистості відчувають, що інші теж висувають до них нереалістичні вимоги, яким важко, але необхідно відповідати, щоб заслужити схвалення і прийняття (PfSp+). Ці переконання можуть бути результатом сприйняття батьківської критики та завищених батьківських очікувань, що були вище власних можливостей. Це могло супроводжуватись відчуттям несправедливості стосовно себе, яку необхідно виправити, а також бажанням «будь-якою ціною» довести свою «цінність», що супроводжується залежністю від зовнішніх оцінок. Також можна гіпотетично припустити, що цю нав'язливу «суворо-високу планку», засвоєну ними самими, вони переносять на інших, що призводить до бажання досягти високих стандартів «чужими руками», бажання перекласти відповідальність за свої дії на інших.

Особистості зі схильністю до переживання почуття заздрощів за *когнітивним типом* (гр. ZKg max), характеризуються найвищим серед виділених груп соціально приписаним перфекціонізмом (PfSp+) та дещо зниженим перфекціонізмом, що орієнтований на себе (PfSb-).

Ці особистості як ніхто переконані та відчувають, що їм нав'язують нереалістично високі стандарти, пред'являють неадекватно завищені вимоги, яким важко, але необхідно відповідати, щоб «заслужити» любов, схвалення і прийняття (PfSp+). Ці вимоги сприймаються настільки нездійсненними, що супроводжуються зниженням вимог до себе (PfSb-). Цілком логічно, що якщо вимоги сприймаються як такі, що неможливо задовольнити, або якщо навіть у результаті їх виконання, не отримується схвалення і прийняття, то наслідком цього може бути зниження самомотивації, адже спроби досягти «високого ідеалу» іншого виявилися марними. Ці «симптоми» дуже нагадуть «синдром вивченої безпорадності» [36], коли в результаті серії нерозв'язних завдань, або непереборних перешкод, у людини з'являється відчуття власної нездатності, безпорадності, неефективності, що має тенденцію до генералізації, аж до відсутності намагань вирішити навіть розв'язні для неї завдання. Але засвоєні надвисокі стандарти своєї «повинності» іншим, призводять з одного боку, до відчуття сорому і провини за їх невиконання, а з іншого боку – до пасивного перфекціонізму – бездіяльності або тенденції до

відтягування дій (прокрастинації) через надмірну заклопотаність своїми помилками, постійні сумніви в діях, передбачення несхвалення, неуспіху та неприйняття оточуючими. При цьому, з'являється відчуття «недостойності» любові і визнання та схильність до самозвинувачення. Це аспекти перфекціонізму, що пов'язані з дезадаптивною заклопотаністю оцінкою і потребою «здаватися» досконалим та уникати «здаватися» недосконалим іншим людям.

Особистості зі схильністю до переживання почуття заздрощів за *поведінковим типом* (гр. ZPv max) характеризуються найвищим рівнем серед виділених груп перфекціонізма, що орієнтований на себе (PfSb+) та підвищенням загального перфекціонізма (PfZg+).

Цим особистостям властива наявність високих стандартів, встановлених для себе та тенденція ставити перед собою важкодосяжні цілі (PfSb+). Вони переконані у необхідності бути ідеальними у всьому, що вони роблять, завжди працювати в повну силу, враховувати всі можливі наслідки ситуації, бути абсолютно впевненим у своїх рішеннях і ніколи не робити навіть невеликих помилок (PfSb+). Це характеризує активний перфекціонізм – тенденція дії, в основі якої лежать високі стандарти, що мотивують поведінку. Але, водночас, усі ці аспекти можуть бути пов'язані з невротичним перфекціонізмом – прагненням досягти надмірно високих стандартів через страх неуспіху та боязні розчарувати інших. Людей з таким типом перфекціонізму більше турбує не практичний результат певної справи, а прийняття, схвалення, захоплення, самоствердження, які вони можуть отримати, успішно справляючись з роботою або досягаючи в чомусь досконалості. При цьому, їх може не покидати відчуття невідповідності чийось вимогам, але вони можуть навіть не усвідомлювати, що виконують чужу програму і часто досягають не своїх цілей. Тому великі досягнення дають лише короткочасне задоволення, а не безумовне самоприйняття і щастя від наближення до свого ідеалу.

Особистості зі схильністю до переживання заздрощів за *контрольно-регулятивним типом* (гр. ZKR max) відрізняються зниженим рівнем соціально приписаного перфекціонізма (PfSp-), дещо зниженим перфекціонізмом, що

орієнтований на інших (Pfln-), та дещо підвищеним перфекціонізмом, що орієнтований на себе (PfSb+).

Ці особистості переконані, що для того, щоб отримати схвалення і прийняття не обов'язково відповідати завищеним очікуванням та нереалістичним вимогам інших (PfSp-). Також, вони не схильні ідеалізувати інших, вбачати їх «всемогутність», висувати до них завищені очікування, вимоги і стандарти, оскільки вони терпимі, вміють прощати чужі помилки та недоліки (Pfln-). При цьому, вони самоідентичні, самоефективні, мають підвищені особисті стандарти, що відображають потребу бути доскональними, та усвідомлення своїх недосконалостей. Їм властива організованість, акуратність і любов до порядку (PfSb+). Ці аспекти характеризують «нормальний» перфекціонізм – прагнення до розумних і реалістичних стандартів, що веде до радості задоволення, підвищення самооцінки та наближення до свого ідеалу.

Слід зазначити, що як структурний компонент «Я»-концепції, самооцінка характеризується відмінністю між реальним та ідеальним «Я», до якого прагне особистість. «Я»-ідеальне особистості віддзеркалює її бажаний рівень самооцінки, що відбивається у рівні домагань, тобто рівні вимог до себе [36; 174]. Тут можна провести аналогію між завищеними або заниженими вимогами до себе та завищеним або заниженим рівнем домагань, що вбачається цілком логічним, адже рівень домагань – це ступінь складності задач, які людина ставить перед собою. Відповідно до аналогії, особистостям з усіма типами переживання заздрощів притаманний завищений рівень домагань, але особистості зі схильністю до емоційного переживання заздрощів, задовольняють приписаний собі завищений рівень домагань вимогливістю до інших; зі схильністю до когнітивного – знижують свої завищені домагання, але відчуваючи провину, іноді намагаються досягти того, чого неможливо досягти; зі схильністю до поведінкового – надмірно задовольняють свої завищені домагання в угоду іншим; зі схильністю до контрольного-регулятивного переживання почуття заздрощів – задовольняють свій адекватний рівень домагань досягненням реалістичних цілей, що відповідають власним потребам.

Отже, можна зробити висновок, що особистостям, схильним до переживання заздрощів (окрім гр. ZKR max), більше властивий невротичний, соціально орієнтований та приписаний перфекціонізм, подібний до соціальної настанови. У зв'язку з цим можна припустити, що часті соціальні порівняння роблять людину залежною від зовнішніх оцінок та стандартів, розхитують її самооцінку з неможливістю стабілізації уявлень про себе, примушують її більше звертати увагу і докладати зусиль не на розкриття своїх власних прагнень та здібностей, а на те, щоб «бути не гірше, або краще за інших». Водночас, доведено, що схильність до заздрощів супроводжується прагненням до «Я»-ідеального, що за умови повного самоприйняття, усвідомлення своїх власних потреб, довільної саморегуляції та свідомого самоконтролю своїх заздрощів, може сприяти особистісному зростанню.

3.2. Результати факторизації простору показників заздрісності та обраного спектру рис особистості

У результаті проведеного кореляційного аналізу великої кількості показників були зафіксовані зв'язки між ними у вигляді сукупності кореляцій. Відомо, що кореляційний зв'язок між двома явищами може означати або те, що одне явище є наслідком іншого, або те, що у них є спільні чинники, що їх зумовлюють та спричиняють. Проте отримані результати лише констатують, але не розкривають при цьому ні характеру знайдених взаємозв'язків, ні причинно-наслідкових закономірностей [55]. Задля того, щоб виявити приховані закономірності, виділити найбільш суттєві взаємозв'язки, серед багатовимірних статистичних методів ми обрали факторний аналіз.

Головною метою факторного аналізу є виявлення із великої кількості емпіричних даних гіпотетичних величин – факторів, які у теорії факторного аналізу розуміються як загальні причини або загальні умови, від котрих залежать кількісні зміни тих чи інших явищ. Факторна вага – це кількісний ступінь впливу фактора на зміни показника. Завданням факторного аналізу є знаходження найпростішої структури, яка б досить точно відображала і відтворювала існуючі в реальних

системах залежності. Факторний аналіз дозволяє впорядкувати данні кореляційного аналізу, коротко описати приховані зв'язки між показниками і отримати допоміжний матеріал для перевірки інтуїтивних припущень дослідника [55].

У цій роботі застосовувався мультифакторний аналіз з подальшим обертанням та ротацією отриманих факторів (Principal Component Analysis and Rotation: Varimax with Kaiser Normalization), що здійснювався за допомогою комп'ютерної програми SPSS 17.0 for Windows [112; 113]. Базовою основою для здійснення факторного аналізу стала матриця інтеркореляцій між різнорівневими показниками заздрісності (за оригінальними методиками «Диференціальна діагностика схильності особистості до заздрісців (ДІЗА)» та «Соціальні настанови особистості відносно заздрісців»), і тих властивостей особистості, що вивчаються у співвідношенні з показниками схильності до заздрісців (див. підр. 2.3).

Після факторизації масиву вихідних даних, одержаних у цьому емпіричному дослідженні, було проаналізовано декілька факторних моделей та обрано п'ятифакторну модель (див. табл. 3.10), котра відповідає основним вимогам даного виду аналізу, а саме: принципам єдності, субординації, взаємозалежності та взаємодоповнюваності. [116, с.29-43]. Крім того, бралися до уваги запропоновані А. Е. Ольшанніковою та Л. Т. Ямпольським критерії остаточного вибору факторної моделі, а саме: компактність; відносна незалежність факторів один від одного; інформаційна надійність (взаємодоповнення і взаємоконтроль об'єднаних ознак); стійкість структури при збільшенні числа факторів; значущість отриманих факторів та можливість психологічної інтерпретації [127, с. 159].

Аналіз табл. 3.10 (у таблиці наведені тільки найбільш значущі рівні факторної ваги) виявляє загальні закономірності для усіх п'яти факторів: в усіх факторах спостерігається насиченість і за факторною вагою, і за показниками; всі фактори цієї моделі мають два протилежних за знаком і змістом полюси тобто є біполярними.

Таблиця 3.10

Результати факторизації масиву вихідних даних

Фактор 1		Фактор 2		Фактор 3		Фактор 4		Фактор 5	
Показн.	Вага	Показн.	Вага	Показн.	Вага	Показн.	Вага	Показн.	Вага
QII	714	PB7	855	FXII	721	PfZg	662	N4	733

Q4	688	PB9	831	FX	676	N19	634	NR4	681
FIV	659	PB5	740	FV	669	N5	546	N10	669
N12	644	PB6	730	EiUse	593	N14	546	EiEm	631
FII	628	PB3	719	FVI	561	PfSb	530	EiIu	606
N2	594	PB4	700	USs	553	PfSp	508	N9	605
ZZag	587	PB10	672	R	549	N17	458	EiEo	591
Gn	568	PB1	555	EiSm	500	N7	437	N15	587
ZEm	564	PB2	550	UVs	422	N1	421	ZMt	585
SZg	536	PB8	470	SiI	329	ZKg	412	M	580
ZPv	534	QI	438	RU6	322	PfIn	411	NR2	579
SiA	526	F	396	RU1	320	VCn	411	NR5	572
FI	524	ScI	364	RU5	317	ZNst	393	EiRe	568
L	521	ZMt	-201	Uisk	243	NR7	390	N16	560
NR8	518	KDis	-218	FIV	-235	N8	388	NR6	543
VVr	515	N5	-226	ZPv	-241	N3	346	KPer	499
FVII	513	N7	-281	ScT	-252	N18	332	KPp	466
FXI	506	PfSp	-301	ZZag	-282	KPer	-207	N13	449
Knf	470	ZKR	-309	ZEm	-323	PB7	-221	KSk	428
EiEo	-204	ZKg	-325	KUn	-356	Uisk	-295	N11	427
UVs	-209	ScA	-331	Gn	-358	PB6	-316	KVd	407
RU5	-213	SiA	-396	KVd	-388	PB1	-367	KPln	371
EiSm	-235	SiT	-438	FI	-531	RU3	-490	FII	-216
EiIu	-268	ScT	-487	FIII	-603	RU5	-527	N3	-237
EiUse	-335	SZg	-517	St	-657	QIV	-539	FVII	-286
H	-524	SiD	-536	Sum	-672	RU2	-558	FXII	-292
Q3	-707	ScD	-581	FVIII	-684	RU1	-607	N1	-361
C	-848	FIII	-687	FXI	-698	RU4	-649	N6	-533
		O	-693			RU6	-756		

Табличні дані свідчать, що факторні навантаження є значущими і можуть бути представлені до інтерпретації та уточнення їхнього змісту:

Фактор I – «Тривожна агресивність – емоційно врівноважений самоконтроль»

На *додатному полюсі* цей фактор об'єднує такі показники як: QII – тривожність (занепокоєність, відчуття невизначеної небезпеки, «гарячкове» збудження невротичного характеру), Q4 – напруженість (фрустрованість мотивації, невдоволеність), FIV – роздратованість (схильність до афективного реагування,

зниженої саморегуляції психічних станів), N12 – нарцисична лють (мобілізація імпульсів люті і помсти, з метою компенсувати загрозу втрати цінності «Я»), FII – спонтанна агресивність (імпульсивність, нетерплячість, небажання стримувати або відстрочувати задоволення своїх бажань), N2 – втрата контролю емоцій і спонукань (знижена здатність до саморегуляції), ZZag – загальний показник заздрісності, Gn – емоційна модальність «гнів», ZEm – емоційний компонент заздроців, SZg – наявність загального стресу (відчуття загрози), ZPv – поведінковий компонент заздроців, SiA – інтенсивність агресії, FI – невротичність (збудливість у поєднанні зі швидкою виснажуваністю та підвищеною стомлюваністю), L – підозрілість (недовірливість, заздрісність, ревнивість), NR8 – надзайнятість почуттям заздрості, VVr – ворожість, FVII – реактивна агресивність, FXI – емоційна лабільність (часті коливання настрою, бурхливе реагування на будь-які подразники), Knf – конфронтація.

Від’ємний полюс першого фактора охоплює такі показники як: C – сила «Я» (емоційна стійкість, спокій, відсутність невротичних симптомів), Q3 – високий самоконтроль (вольовий контроль над власними бажаннями, відсутність імпульсивності), H – сміливість (товариськість, нечутливість до сигналів небезпеки, доброзичливість), EiUse – управління своїми емоціями, EiIu – інтегративний рівень емоційного інтелекту, EiSm – самомотивація (внутрішня мотивація, самодисципліна і наполегливість), RU5 – висока фрустраційна толерантність (терпимість до ситуацій дискомфорту, незадоволення, невиправдання власних очікувань та надій), UVs – загальна впевненість в собі, EiEo – емоційна обізнаність (усвідомлення і розуміння своїх емоцій та почуттів).

Означені полюси цього фактора зосереджують в собі дві протилежності, що врівноважують одна-одну: блок рис особистості, що групуються біля показників загальної заздрісності та емоційного і поведінкового її показника – це свідчить про те, що саме ці риси та властивості особистості провокують особистість на переживання почуття заздроців, сприяють його появі та гострому протіканню; і блок рис особистості, що сприяють опануванню заздрісності та навіть її подоланню.

Однак, якщо придивитися уважніше, додатній полюс цього фактору об'єднує в собі способи, що забезпечують захист «Я»-концепції за допомогою мобілізації енергії гніву, агресії та люті на адресу об'єкта, який сприймається як загрозовий. Потенційно, це активно-захисна, атакуюча реакція на суб'єктивну чи об'єктивну загрозу втрати самоцінності. Цей захист може бути виправданим у разі необхідності миттєвого захисту адекватної самооцінки в об'єктивно несправедливій заздрісногенній ситуації. Але у разі постійного його використання, цілком може призвести до невротизації. Водночас, від'ємний полюс даного фактора із позитивного свого значення може перейти у негативний: так, довготерпіння, нечутливість до сигналів небезпеки, постійне розуміння усього і всіх, надмірний самоконтроль та пригнічення своїх емоцій можуть перейти у «здачу своїх позицій».

Фактор II «Позитивне самосприйняття – депресивне самозвинувачення»

Додатній полюс включає майже усі показники психологічного благополуччя: РВ7 – баланс афекту (емоційно позитивна оцінка себе, своїх якостей та життя в цілому), РВ9 – людина як відкрита система (відкритість у контактах з оточуючими та надбанні нового досвіду), РВ5 – цілі в житті, РВ6 – самоприйняття (усвідомлення і прийняття всіх сторін своєї особистості), РВ3 – керування середовищем (здатність домагатися бажаного та долати труднощі на шляху до своїх цілей), РВ4 – особистісне зростання, РВ10 – індекс психологічного благополуччя (щастя і задоволеність самим собою і своїм оточенням), РВ1 – позитивні стосунки (вміння встановлювати тривалі довірчі стосунки), РВ2 – автономія (незалежність від соціальних оцінок і стереотипів, здатність протистояти соціальному тиску), РВ8 – осмисленість життя (наявність сенсоутворюючих цілей в житті), а також показники QI – екстраверсія (інтерес, спрямований на зовнішні події), F – безпечність (життєрадісність, комунікабельність, довірливість, енергійність), та ScI – частота зацікавленості (активний пошук того, що приносить задоволення).

Від'ємний полюс другого фактора включає: O – гіпотимія (схильність до почуття провини, самозвинувачення, чутливість, вразливість, занижена самооцінка, відсутність почуття захищеності), FIII – депресивність (знижений фон настрою, поглиненість негативними переживаннями), усі показники стресу та депресії: ScD –

інтенсивність і SiD – частота депресії (депресивність), SZg – наявність загального стресу (довготривале відчуття загрози), SiT – інтенсивність і ScT – частота тривоги (тривожність), SiA – інтенсивність і ScA – частота агресії (агресивність); ZKg – високий когнітивний та низький ZKR – контрольо-регулятивний компонент заздрощів, PfSp – соціально приписаний перфекціонізм (переконання людини в тому, що інші люди мають щодо неї надзвичайно високі та нереалістичні очікування і стандарти), N7 – соціальна ізоляція (спроба захистити крихке «Я» через уникнення контактів з іншими людьми), N5 – незначне «Я» (сумніви відносно цінності власної особистості), KDis – дистанціювання (когнітивні зусилля відокремитися від ситуації та зменшити її значимість), ZMt – мотиваційний компонент заздрощів.

Логічно, що комплекс показників, що містяться в додатному полюсі цього фактору (а саме: загальне психологічне благополуччя) забезпечує відсутність стресу і депресії, відсутність заздрісних думок, контрольо-регулятивну стійкість (нечутливість) до заздрісногенних ситуацій. При цьому, зміст від'ємного полюсу другого фактора об'єднує показники, що супроводжують та поглиблюють переживання почуття заздрощів.

Фактор III – «Екстраверсія – емоційна вразливість»

Додатний полюс цього фактора містить такі показники, як: FXII – маскулінність (смівість, рішучість, дієвість, активне прагнення до самоствердження), FX – екстраверсія (відкритість, домінування), FV – товарицькість (потреба у спілкуванні та готовність до нього), EiUse – управління своїми емоціями, FVI – врівноваженість (стресостійкість, що базується на впевненості, оптимістичності та активності), USs – соціальна смівість, R – модальність «радість», EiSm – самомотивація (внутрішня самодисципліна і наполегливість у досягненні поставлених цілей), UVs – загальна впевненість в собі, SiI – інтенсивність зацікавленості (інтерес), RU6 – раціональність мислення (продуктивне мислення, що веде до досягнення мети), RU1 – відсутність катастрофізації (оптимістичне сприйняття певних ситуацій та подій), RU5 – висока фрустраційна толерантність, UIsk – ініціатива в соціальних контактах.

Від'ємний полюс третього фактора містить такі показники як: FXI – емоційна лабільність (нестійкість, мінливість емоційних станів), FVIII – сором'язливість (стресове реагування на звичайні життєві ситуації, що протікає по пасивно-оборонному типу), Sum – модальність «печаль», St – модальність «страх», FIII – депресивність (виснаження та нездатність до вольових зусиль, схильність до самозвинувачення), FI – невротичність (збудливість у поєднанні зі швидкою виснажуваністю), KVd – прийняття відповідальності (визнання своєї ролі в проблемі), Gn – модальність «гнів», KUn – втеча-уникання (уникнення або відхід від проблеми), ZEm – емоційний компонент заздрощів, ZZag – загальний показник заздрісності, ScT – частота тривоги (тривожність), ZPv – поведінковий компонент заздрощів, FIV – роздратованість (схильність до афективного реагування, знижена саморегуляція психічних станів).

Можна вважати, що показники, що містяться у додатному полюсі даного фактора (мужня рішучість, відкритість, товариськість, активність, оптимізм, стресостійкість тощо) забезпечують, з одного боку, відсутність емоційного, поведінкового та загального показника заздрісності, а з іншого, – сприяють переживанню емоційної модальності «радість». А показники від'ємного полюсу (особливо емоційна лабільність) сприяють посиленню вищеназваних показників переживання почуття заздрощів, і, водночас, посиленню емоційних модальностей «печаль», «страх» та «гнів».

Фактор IV – «Нарцисичний перфекціонізм – відсутність ірраціональних настанов»

Додатний полюс об'єднує показники: PfZg – загальний перфекціонізм (бажання досягти ідеалу у всьому), N19 – загальний показник нарцисизму (підвищена стурбованість питаннями самоповаги), N5 – незначне «Я» (сумніви відносно цінності власного «Я»), N14 – знецінення об'єкта (штучне зниження значущості цінного об'єкта чи предмета), PfSb – перфекціонізм, орієнтований на себе (завищені вимоги до себе), PfSp – соціально приписаний перфекціонізм (прагнення відповідати нереалістичним вимогам соціального оточення), N17 – іпохондричний захист від тривоги, N7 – соціальна ізоляція (спроба захистити крихке

«Я» від нарцисичних образ через уникнення контактів з людьми), N1 – безсиле «Я» (переживання безсилля і беззахисності власного «Я»), ZKg – *когнітивний компонент задріснів*, Pfn – перфекціонізм, орієнтований на інших (завищені вимоги до інших), VSn – цинізм (знецінення цінностей), ZUst – *установчий компонент задріснів*, NR7 – відсутність емпатії, N8 – архаїчний відхід (прагнення до постійного спокою, бажання «стати маленьким» та захищеним), N3 – дереалізація / деперсоналізація (неусвідомлення та заперечення певних частин свого «Я»), N18 – нарцисична вигода від хвороби (збереження самоцінності завдяки хворобі).

Від’ємний полюс представлений майже усіма показниками раціональних (продуктивних) установок: RU6 – раціональність мислення (таке, що веде до досягнення своїх цілей і завдань), RU4 – відсутність оціночної установки (несхильність до категоричних оцінок і суджень), RU1 – відсутність катастрофізації (оптимістичне сприйняття певних ситуацій та подій), RU2 – відсутність повинності себе (несхильність до самозвинувачення та завищених вимог до себе) та інших RU3 – відсутність звинувачення інших, RU5 – висока фрустраційна толерантність (терпимість до незадоволення заради досягнення мети); а також QIV – незалежність (наявність власної лінії поведінки, сильна воля, відсутність конформізму), PB1 – позитивні стосунки, PB6 – самоприйняття, Ulsk – ініціатива в соціальних контактах, PB7 – баланс афекту (емоційно позитивна оцінка себе та життя в цілому), KPer – позитивна переоцінка (вміння знайти позитивний сенс у негативних подіях).

Дійсно, перераховані показники додатного полюсу цього фактору (особливо загальний перфекціонізм та нарцисизм) сприяють тривалості, інтенсивності та заглибленню когнітивного та настановного компонентів задрісності, а показники від’ємного полюсу (відсутність ірраціональних настанов), – їхньому подоланню та переосмисленню.

Фактор V – «Базисний потенціал надії – безсиле «Я»

Додатний полюс цього фактора містить такі показники, як: N4 – базисний потенціал надії (здатність завжди зберігати фундаментальну надію зміни положення на краще), NR4 – потреба в постійному розумінні і схваленні, N10 – прагнення до ідеального Я-об’єкту (підвищення почуття власної значущості шляхом ідентифікації

з об'єктами, які уявляються бездоганними), *EiEm* – емпатія, *EiIu* – високий інтегративний рівень емоційного інтелекту, *N9* – грандіозне «Я» (розширення, виділення власного «Я» за допомогою «особливих» здібностей і талантів), *EiEo* – емоційна обізнаність, *N15* – ідеал цінностей (піднесення власної системи цінностей та перебільшення масштабів власної значущості), *ZMt* – мотиваційний компонент заздрощів, *M* – мрійливість (ідейність, захопленість, оригінальність), *NR2* – поглиненість фантазіями, *NR5* – очікування особливого ставлення, *EiRe* – розпізнавання емоцій інших людей, *N16* – симбіотичний захист «Я» (прагнення до об'єкта, який «зможе» доповнити власне дефіцитарне Я), *NR6* – маніпуляції в міжособистісних відносинах, *KPer* – позитивна переоцінка, *KPr* – пошук соціальної підтримки, *N13* – ідеал самодостатності (намагання бути незалежним, поставивши собі високі вимоги і зобов'язавшись постійно досягати успіху), *KSk* – самоконтроль, *N11* – жага похвал і підтвердження, *KVd* – прийняття відповідальності, *KPln* – планування рішення проблеми.

Від'ємний полюс п'ятого фактора включає показники: *N6* – негативне тілесне «Я» (власне тіло відчувається як потворне і відразливе, небажане і негідне любові), *N1* – безсиле «Я» (переживання крихкості, беззахисності власного «Я»), *FXII* – фемінінність (чуттєвість, м'якість, поступливість, схильність до хвилювань і самокритики), *FVII* – реактивна агресивність (агресивне ставлення до соціального оточення), *N3* – дереалізація / деперсоналізація (неусвідомлення, відкидання та заперечення частин свого «Я»), *FII* – спонтанна агресивність (імпульсивність, нетерплячість, небажання стримувати і відстрочувати задоволення своїх бажань).

Зміст додатного полюса даного фактору відображує спроби активно-продуктивного опанування, компенсації заздрісності (як результату втрати самоцінності) знаходженням певної підтримки-доповнення, певними маніпуляціями у стосунках або особистісним саморозвитком. Можливо, мотиваційний компонент заздрісності активізує особистість на пошуки шляхів соціальної адаптації, самовиявлення та самоствердження. Від'ємний полюс включав здавалося б непоєднане пасивно-безсиле самовідчуття та агресивні форми поведінки. Можливо, за цим стоїть внутрішній конфлікт свідомої та несвідомої мотивації.

У цілому результати факторного аналізу підтверджують зв'язки виділених психологічних властивостей особистості з особливостями емоційної, когнітивної, поведінкової, мотиваційної, установчої та контрольної-регулятивної сфер схильності до переживання заздрощів. Різні показники заздрисності у різних комбінаціях включаються у виділені фактори: емоційний компонент завжди поряд з поведінковим, а когнітивний поєднується у факторах з мотиваційним, настановним та низьким контрольної-регулятивним показником заздрощів. Крім того, мотиваційний показник виокремився окремо у п'ятому факторі. Розподіл по полюсах різних показників схильності до переживання почуття заздрощів дозволяє не лише уточнити їх позиції у межах досліджуваної властивості, але і дослідити симптомокомплекси пов'язаних із ними рис особистості.

Отримані дані щодо розподілу показників свідчать про наявність групи виразних узагальнених рис особистості, що найбільше *супроводжують появу та прояви заздрисності*. Це такі показники, що згуртовані навколо полюсів з певними показниками заздрисності, і при цьому мають найбільшу факторну вагу: 1) тривожність (занепокоєність, відчуття невизначеної небезпеки, «гарячкове» збудження невротичного характеру); 2) емоційна лабільність (нестійкість, мінливість емоційних станів); 3) гіпотимія (схильність до почуття провини, самозвинувачення, чутливість, вразливість, занижена самооцінка, відсутність почуття захищеності); 4) напруженість (фрустрованість мотивації, невдоволеність); 5) депресивність (знижений фон настрою, поглиненість негативними переживаннями); 6) сором'язливість (стресове реагування на звичайні життєві ситуації, що протікає по пасивно-оборонному типу); 7) емоційна модальність «печаль»; 8) загальний перфекціонізм (бажання досягти ідеалу у всьому); 9) роздратованість (схильність до афективного реагування, зниженої саморегуляції психічних станів); 10) нарцисична лють (мобілізація імпульсів люті і помсти, з метою компенсувати загрозу втрати цінності «Я»); 11) загальний показник нарцисизму (підвищена стурбованість питаннями самоповаги); 12) спонтанна агресивність (імпульсивність, відсутність терплячості, небажання стримувати або відстрочувати задоволення своїх бажань), 13) грандіозне почуття самозначущості (часто не підтвержене реальними досягненнями).

Крім того, за результатами факторного аналізу виявлено другу групу стійких рис особистості, що *характеризують відсутність заздрісності*. А саме: 1) емоційно позитивна оцінка себе, своїх якостей та життя в цілому (баланс афекту, – найбільша факторна вага); 2) сила «Я» (емоційна стійкість, спокій, відсутність невротичних симптомів); 3) відкритість у контактах з оточуючими та надбанні нового досвіду (людина як відкрита система), 4) продуктивне мислення, що веде до досягнення своїх цілей і завдань (раціональність мислення); 5) усвідомлення цінності минулого, сьогодення і майбутнього (цілі в житті); 6) усвідомлення і прийняття всіх сторін своєї особистості (самоприйняття); 7) сміливість, рішучість, дієвість, активне прагнення до самоствердження (маскулінність); 8) здатність домагатися бажаного та долати труднощі на шляху до своїх цілей (керування середовищем); 9) високий самоконтроль (вольовий контроль над власними бажаннями, відсутність імпульсивності); 10) прагнення розвиватися, вчитися новому, відчуття власного прогресу (особистісне зростання).

Логічно припустити, що ті стійкі риси особистості, котрі супроводжують заздрісність (властивості першої групи), є психологічними чинниками, що її підтримують і навіть провокують; а ті риси, що створюють другу групу властивостей особистості – виконують функцію запобігання появи заздрісності та сприяють її подоланню.

3.3. Емоційність як чинник заздрісності та її індивідуально-психологічних проявів

У параграфі 3.1.3. було підтверджено поставлену гіпотезу щодо стресогенності заздрісних переживань. Але теорія стресу не пояснює, чому деякі особистості постійно відчувають емоції «депресивної групи» і «здаються без бою», інші, навіть коли ситуація не передрікає загрози, виявляють емоції «агресивної групи» і «борються за справедливість», треті завжди відчувають емоції «тривожного ряду», а четверті у ситуації сильного психічного навантаження не виявляють ознак

стресу. Для відповіді на це питання ми звернулися до теорії емоційності та досліджень наукової школи О.П. Саннікової [14; 21; 27; 150; 156].

Нагадаємо, що емоційність розглядається як комплекс індивідуально-стійких властивостей особистості, що відображають особливості виникнення і перебігу її емоційних переживань. Характеристики емоційності, зумовлені особливостями вищої нервової діяльності людини, змістовно пов'язані з особистісними цінностями, потребово-мотиваційною спрямованістю та включенням людини в різні соціально-культурні зв'язки, дією реального соціального середовища [154, с.114-115]. При розробці цієї теорії встановлено, що стійка схильність до переживання емоцій певної модальності (тип емоційності: «радість», «гнів», «страх», «печаль») і знак домінуючих емоцій впливають на вихідний рівень, «поріг» емоційної чутливості, задає певні межі (діапазон) і стиль реагування на середовищні впливи, та стійке, але не завжди усвідомлене, ставлення до навколишньої дійсності. Тип емоційності виконує формоутворювальну функцію у перебігу емоційних процесів, бере участь у детермінації та регуляції успішності діяльності [154, с.114-115], що було підтверджено багатьма теоретико-емпіричними дослідженнями наукової школи О.П. Саннікової [14; 21; 27; 150; 156]. Відповідно нашого дослідження це означає, що наявність стійкої емоційної диспозиції («радість», «гнів», «страх», «печаль») може певним чином впливати на появу, протікання, динаміку та особливості переживання почуття заздрощів; виступати як внутрішній чинник стосовно специфіки схильності до заздрощів, її структури та проявів. Крім того, саме відмінностями в емоційності як стійкої властивості індивідуальності можна пояснити переважний тип реагування особистості в заздрісногенних ситуаціях, специфіку заздрісних переживань, настанов, переконань, мотивів, поведінки, і навіть переважний спосіб виходу із заздрісногенних ситуацій.

Отже, у цьому параграфі викладено результати емпіричного дослідження індивідуально-психологічної специфіки схильності до заздрощів у осіб, котрі розрізняються за типом емоційної диспозиції. Для діагностики схильності до переживання емоцій певної модальності застосувався «Чотирьохмодальнісний тест-опитувальник емоційності» О.П. Саннікової [156, с.39-45].

Таблиця 3.11

Значимі коефіцієнти кореляції між показниками заздрісності та емоційності

Показники	Показники заздрісності							
		ZUst	ZEm	ZKg	ZPv	ZMt	ZKR	ZZag
Емоційність	R	-238**	-269**	-301**	-180**	-204**	-274**	-286**
	Gn	288**	489**	356**	429**	418**	316**	502**
	St	176**	381**	284**	350**	315**	299**	388**
	Sum	310**	460**	416**	391**	390**	311**	492**

Отримані кореляції між показниками заздрісності та емоційності свідчать про те, що модальності «гнів» (Gn), «страх» (St) та «печаль» (Sum) виявили лише додатні значимі зв'язки з усіма показниками схильності до заздрісності, а модальність «радість» (R) – лише від'ємні значимі зв'язки. Причому, модальність «радість» (R) виявила найбільше значення від'ємного зв'язку на 1% рівні саме з когнітивним показником заздрісності (ZKg), а модальності «гнів» (Gn), «страх» (St) та «печаль» (Sum), виявили найзначущі додатні зв'язки з емоційним (ZEm) показником схильності до заздрісності – на 1% рівні. Це логічно, оскільки за даними літературних джерел, заздрісність супроводжується негативними емоціями та втратою радості у житті [25; 108]. Цікаво, що установчі (ZUst) та когнітивні (ZKg) вияви заздрісності більше пов'язані із модальністю «печаль» (Sum), а емоційні (ZEm), поведінкові (ZPv) та мотиваційні прояви (ZMt) – з модальністю «гнів» (Gn). Що стосується контрольно-регулятивного (ZKR – зворотна шкала) показника заздрісності, то зростання контролю та саморегуляції заздрісності супроводжується зростанням радості, а зменшення довільної та свідомої регуляції заздрісності супроводжується зростанням гніву, печалі та страху. Загальний показник схильності до заздрісності (ZZag) найбільше додатно пов'язаний (на 1% рівні значущості) по-перше, з модальністю «гнів» (Gn), а по-друге, з модальністю «печаль» (Sum). Цікаво, що саме це протиріччя і було виявлено в результаті аналізу наявних визначень поняття «заздрість», оскільки за однією частиною визначень заздрість трактувалася як «печаль душі», а за іншою – як ненависть до того, хто в чомусь переважає (а ненависть є вищою формою гніву). Пояснити те, що первинною і найчастішою емоційною реакцією при переживанні заздрісності є саме гнів можна тим, емоції цього

паттерну активізують людину для захисту власної самоцінності та відстоювання власних прав і позицій у заздрісногенних ситуаціях (ситуаціях, що можуть загрожувати самооцінці і самоповазі). У цьому виявляється потенційно захисна функція заздрості як ситуативної реакції.

Для вивчення індивідуально-психологічних характеристик заздрісності в осіб, котрі різняться за емоційною диспозицією, за допомогою методу «асів» [154; 156] з основної вибірки обстежених ($n = 253$) було виділено чотири групи осіб із мономодальним («чистим», не змішаним) типом емоційності, тобто з домінуванням конкретної модальності: «радість» (R), «гнів» (Gn), «страх» (St) або «печаль» (Sum).

У результаті цього, в групу обстежених з емоційною диспозицією R увійшли 34 особи, в групу Gn – 20 осіб, групу St – 16 осіб, та групу Sum – 38 осіб. На рис. 3.11. презентовано профілі показників заздрісності виявлених груп.

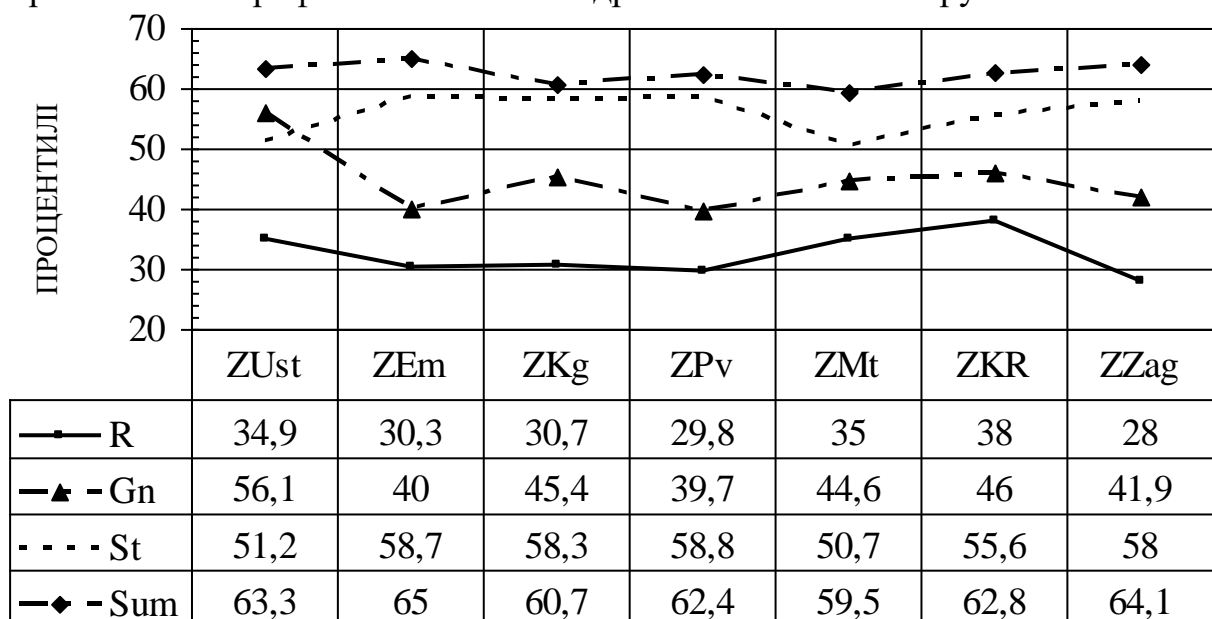


Рис. 3.11. Профілі показників схильності до переживання заздрощів у осіб з мономодальними типами емоційності.

На графіку візуалізується, що профілі заздрісності представників групи R (домінування емоційної диспозиції «радість») і групи Gn (домінування емоційної диспозиції «гнів») розташовані у від'ємному полюсі зображеної системи координат (окрім показника ZUst+ в групі Gn), що свідчить про загальну тенденцію до зниження (Gn) та відсутності стійкої заздрісності (R). На відміну від них, профілі представників групи St (домінування емоцій модальності «страх»), та представників

групи Sum (домінування емоцій модальності «печаль») розташовані у додатному полюсі, що вказує на присутність у них схильності до переживання заздрощів.

Для порівняння означених профілів та розрахунку ступеня розбіжностей між однойменними показниками заздрісності чотирьох груп осіб з домінуванням емоцій паттернів R, Gn, St, Sum, застосовано t-критерій Ст'юдента (див. дод. Ж, табл. Ж.10), результати якого підтвердили наявність відмінностей у специфіці заздрісності в осіб з різним типом емоційності.

Для виявлення індивідуально-психологічної специфіки схильності до заздрощів та її проявів у осіб, котрі розрізняються схильністю до переживання емоцій певної модальності, попередньо шляхом ранжування [154] було виявлено показники, домінуючі значення яких найбільш відхилені від середньої лінії ряду. Аналіз профілів означених груп (рис. 3.11) з опорою на зміст шкал за методикою «ДІЗА», дозволив описати психологічні особливості представників кожної групи:

Для представників *групи R* (домінування паттерну емоцій «радість»), характерні: переважно гарний настрій, почуття позитивного захоплення та базисного задоволення собою та іншими, свідомий контроль та саморегуляція заздрощів (ZZag-); майже відсутність зовнішніх проявів заздрості в експресії, поведінкових реакціях, у висловлюваннях, діях та вчинках (ZPv-); емоційна стійкість, відсутність тривожності, роздратування, невдоволення, смутку, образи чи сорому від відчуття приниження (ZEm-); мислинневий спокій щодо порівняння себе з іншими не на свою користь та зниження фіксації уваги на ситуаціях, які могли б спровокувати переживання заздрощів (ZKg-).

Представникам *групи Gn* (домінування паттерну емоцій «гнів») притаманні: готовність до активного захисту своєї «цінності», боротьби за справедливість, захисту й відстоювання свого «Я» і своїх позицій у заздрісногенних ситуаціях (ситуаціях, що «зачіпають» самоцінність та самоповагу); конкурентоспроможність, суперництво, віра у можливість змінити своє положення і соціальний статус на краще. Хоча їм і властива первинна емоція «гнів» та супутні їй роздратування, злість, ярість, лють, ненависть, що спрямовані на того, хто домігся більшого, але вони долають емоційні сплески безпосередньо під час або після заздрісногенної

ситуації і, можливо, переспрямовують виниклі імпульси в інше русло. Задрість цих осіб виявляється у негативному ставленні до об'єкта заздрощів, але активною, наступально-агресивною взаємодією з ним (ZPv-, ZEm-, ZZag-).

Представникам *групи St* (домінування паттерну емоцій «страх») властиві: яскраві експресивно-поведінкові прояви заздрощів; неспокійна, напружена, знервована, метушлива поведінка; наявність конкретних дій для досягнення того, чому вони заздять (ZPv+); емоційна нестійкість, невротизоване захоплення перевагами об'єкту порівняння, страх падіння власного статусу, страх соціальної оцінки та неприйняття значущими людьми, тривожність, сором через відчуття приниження (ZEm+); наявність думок, міркувань, суджень, які заглиблюють саме переживання заздрощів, – думки про свою «плохість», «нижчість», «гіршість», «слабшість», про свою невідповідність вимогам значущих осіб та незахищеність від можливого соціального знецінення та відкидання (ZKg+).

Але страх гальмує одних людей і мобілізує інших [213, с.269]. Через наявність постійного фонового страху втратити свою «самоцінність», людина може постійно гарячково намагатися захистити себе від можливого неприйняття, знецінення, втрати любові і поваги тим, що буде активно розвиватися, досягати найвищих результатів, підтверджувати високі очікування інших, виправдовувати їх вимоги надмірною активністю, цим захищаючи себе від свого найбільшого страху.

Представникам *групи осіб, з емоційною диспозицією Sum* (паттерн емоцій «печаль») притаманні: пасивна тривожність, відчуття невдоволення, смуток, печаль, зневіра, досада, розчарування, відчуття нереалізованості своїх потреб, почуття своєї незначущості та малоцінності; відчуття нездоланної несправедливості; злість, гнів та агресія не знаходять відкритого прояву, або спрямовані на себе («самоїдство»); їм властиве ігнорування і знецінення об'єкта заздрощів та його переваг, уникання, відсторонення та пошук внутрішньої і зовнішньої «зони комфорту»; чутливість до впливів соціального середовища, схильність засвоювати соціальні настанови, цінності та мотивації сучасної масової культури, щоб бути оціненим, прийнятим колом значущих осіб і суспільством. (ZEm+, ZZag+, ZUst+).

Таким чином, спираючись на результати власного дослідження та положення психології стосовно емоційності, котра системотвірно впливає на формування різних рівнів розвитку особистості, задає межі й діапазон власних реакцій індивіда на навколишню дійсність, можна стверджувати, що емоційність як характеристика індивідуальності закономірно впливає як на специфіку реагування і ставлення до об'єкту заздрощів, на частоту заздрісних переживань, вибір способів виходу із заздрісногенних ситуацій, так і на рівень та структуру схильності особистості до заздрощів.

ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 3

У третьому розділі викладено результати емпіричного дослідження співвідношення показників заздрісності з широким спектром рис і властивостей особистості, та визначення індивідуально-психологічних особливостей осіб з різним типом схильності до переживання почуття заздрощів.

1. Результати кореляційного аналізу показали наявність значимих (переважно на 1% рівні) додатних зв'язків між показниками заздрісності та усіма показниками перфекціонізму, стресу, дистресу, цинізму, ворожості, агресії, копінг-стратегіями («конфронтація», «дистанціювання» та «втеча-уникання»). Встановлені додатні значимі взаємозв'язки показників переживання заздрощів з емоційною лабільністю, депресивністю, невротичністю, роздратованістю, сором'язливістю, агресивністю, тривожністю, більшістю показників нарцисизму тощо. З цими ж властивостями пов'язана знижена здатність контролювати свою заздрість. Можна вважати, що з розвитком вищеназваних властивостей знижується можливість регуляції заздрісності на основі її усвідомлення та вольового контролю, що веде до зростання схильності до переживання почуття заздрощів. Означені властивості можуть сприяти загостренню заздрощів і навпаки, заздрісність, зі свого боку, може впливати на розвиток закономірно пов'язаних з нею рис особистості.

2. Встановлено від'ємні, з високим рівнем значення, взаємозв'язки показників заздрісності з усіма показниками психологічного благополуччя (емоційно позитивна оцінка себе і життя, самоприйняття, керування середовищем, відкритість у

контактах, спрямованість на особистісне зростання, наявність цілей та осмисленість у житті); емоційного інтелекту (управління своїми емоціями, самомотивація, емпатія тощо); впевненості в собі, соціальної сміливості, ініціативи в соціальних контактах, раціональних установок; шкалами FPI (товариськість, врівноваженість, екстраверсія, маскуліність), факторами 16-PF (сила «Я», високий самоконтроль, сміливість тощо) та емоційною модальністю «радість». Це дає підстави вважати, що розвиток саме цих властивостей особистості знижує прояви заздрісності, сприяє її ефективній психокорекції та запобіганню.

3. Факторний аналіз простору показників, що презентують закономірно пов'язані із заздрісністю риси особистості, дозволив згрупувати їх значну кількість у п'ятифакторну модель, що відповідає вимогам математичної статистики, є адекватною за своїм психологічним змістом та включає найхарактерніші ознаки заздрісності. Модель містить такі біполярні фактори: I «тривожна агресивність – емоційно врівноважений самоконтроль», II «позитивне самосприйняття – самозвинувачення», III «екстраверсія – емоційна вразливість», IV «нарцисичний перфекціонізм – відсутність ірраціональних настанов», V «базисний потенціал надії – безсиле «Я».

4. У результаті якісного аналізу (метод «асів») виявлено типи схильності до переживання заздрісності за домінуванням одного з якісних її показників. Аналіз усіх результатів емпіричного дослідження за обраним комплексом психодіагностичних методик, дозволив описати психологічні характеристики представників, котрі схильні до переживання заздрісності за певним типом:

- представники *групи ZEm тах* відрізняються: зниженням емоційної саморегуляції; дефіцитом позитивних стосунків, незадоволеністю собою і своїм оточенням, ворожістю і агресивністю, прагненням до соціального контролю і домінування над іншими; схильністю до звинувачень, претензій, «конфронтації»; емоційною нестійкістю, невротичністю, роздратованістю, низьким самоконтролем, підозрілістю, напруженістю, слабкістю «Над-Я», тривожністю; нарцисичною люттю, втратою контролю емоцій і спонукань, низьким самоусвідомленням, іпохондрією, незначним «Я», дефіцитом емпатії, поглиненістю фантазіями,

потребою в постійній увазі і захопленні; фрустраційною нетолерантністю, ірраціональними установками на «повинність» інших, надвимогливість до них, катастрофізація проблем;

- *групі осіб ZKg тах* властиві: занижена самооцінка, відчуття безпорадності, нездатності реалізувати свої потреби, зниження самомотивації, складність вираження своїх емоцій назовні; соціальна тривожність, вразливість, схильність до дистресу, песимізму, апатії, зневіри, цинізму, знецінення себе та інших; схильність уникати конкуренції і суперництва, сором'язливість, занижена товариськість, емоційна нестійкість, депресивність, інтроверсія, тривожність, знижений самоконтроль, схильність до самозвинувачення, підозрілість, напруженість; слабкість «Я» із загостреною нарцисичною регуляцією уявлень про себе, жага похвал і підтвердження, зниження емпатії, соціальна ізоляція; ірраціональність мислення, нетолерантність до фрустрацій, оціночна установка, соціально приписаний перфекціонізм;

- *групі осіб ZPv тах* притаманні: заклопотаність очікуваннями й оцінками оточуючих, орієнтація на чужі цінності та думку значущих людей у прийнятті рішень; схильність шукати соціальну підтримку та здатність до виявлення емпатії, прагнення розвиватися і вчитися новому, особистісний прогрес з плином часу; схильність до суперництва з метою довести своє лідерство і спроможність, спроби дієвого перетворення свого життя відповідно до свого «ідеалу»; дратівливість, емоційна лабільність, екстраверсія, спонтанна агресивність, безпечність, аффектотімія, проникливість, підозрілість; підвищена заклопотаність питаннями самоповаги, очікування особливого ставлення, поглиненість фантазіями, віра у власну унікальність, маніпуляції в міжособистісних стосунках, надвимогливість до себе, загальний перфекціонізм;

- *група осіб ZKR тах* характеризується: балансом між суспільними та власними інтересами, емоційно позитивною оцінкою себе та життя в цілому, здатністю домагатися бажаного і керувати середовищем, вмінням управляти емоціями на основі інтелектуальних процесів, долати власні пристрасті на основі внутрішньої мотивації, самодисципліни, сили волі, наполегливості; вони соціально сміливі, впевнені в собі, стресостійкі, допитливі в отриманні нових знань;

доброзичливі, несхильні до засудження, заподіяння шкоди іншим людям, до відкритої чи прихованої ворожди; схильні до позитивної переоцінки та самоконтролю, врівноважені, відповідальні, емоційно стійкі, життєрадісні, самодостатні, терплячі, толерантні, мають почуття обов'язку, раціональні; несхильні до категоричних оцінок і суджень, надмірних вимог до інших.

6. Теоретично визначено та емпірично оприявлено можливі психологічні чинники, що спричинюють та підтримують заздрісність (тривожність, емоційна лабільність, гіпотимія, фрустрованість, депресивність, сором'язливість, емоційна диспозиція «печаль», роздратованість, нарцисична лютя та загострена нарцисична регуляція самоповаги); а також ті властивості особистості, що виконують функцію запобігання появи заздрощів та сприяють їх подоланню (емоційно позитивна оцінка себе, сила «Я», відкритість у контактах, раціональність мислення, цілі в житті, самоприйняття, маскулінність, керування середовищем, високий самоконтроль, особистісне зростання тощо). Крім того, серед шляхів опанування, переосмислення заздрощів як поштовху для актуалізації ресурсів особистісного саморозвитку можна назвати дієво-результативне (тобто подолання заздрощів за рахунок певних дій у напрямку реалізації своїх потреб та особистісного зростання), та контрольного-регулятивного переживання почуття заздрощів (через усвідомлене самоприйняття, стресостійкість та волюву саморегуляцію імпульсивних бажань та прагнень).

У третьому розділі використані літературні джерела, що знаходяться у списку використаних джерел під номерами: [1; 10; 11; 14; 21; 25; 27; 31; 32; 36; 40; 51; 55; 61; 73; 77; 78; 83; 84; 85; 86; 87; 88; 89; 90; 91; 92; 93; 94; 95; 96; 108; 109; 112; 113; 116; 127; 129; 134; 136; 137; 142; 144; 146; 148; 150; 156; 168; 174; 176; 185; 191; 199; 201; 208; 213; 215; 217; 226; 227; 230; 201].

Матеріали третього розділу дисертації висвітлено в таких публікаціях автора, як: [1; 84; 85; 86; 87; 88; 89; 90; 91; 92; 93; 94; 95; 96; 156; 226; 227].

ВИСНОВКИ

Дисертаційна робота присвячена теоретичному обґрунтуванню феномена переживання заздрощів та схильності до нього; експлікації та опису структурних ознак формально-динамічного та якісного рівнів заздрісності у контексті континуально-ієрархічного підходу; вивченню індивідуально-психологічних особливостей заздрісності, що відбиваються у проявах спектру закономірно пов'язаних з нею властивостей особистості. У цілому, результати проведеного дослідження дозволяють зробити такі висновки:

1. Заздрісність розглядається як складна багаторівнева властивість особистості, психологічна сутність якої полягає у постійному порівнянні себе з іншими людьми (чи уявним «еталоном») не на свою користь, у суб'єктивному відчутті зниження самоцінності, пристрасному бажанні заволодіти перевагами об'єкту порівняння (позбавити його цих переваг) при переживанні неможливості отримати бажане.

2. Теоретично виявлено й емпірично досліджено психологічні компоненти схильності особистості до переживання почуття заздрощів (заздрісності) у контексті континуально-ієрархічного підходу. Формально-динамічний рівень відбиває динаміку і перебіг ознак, презентований такими показниками, як: легкість виникнення, широта розповсюдження заздрості, інтенсивність проявів, глибина переживання, стійкість заздрощів; якісний рівень відбиває сутність даного феномена і містить такі показники, як: емоційний, когнітивний, поведінковий, контроль-регулятивний; змістово-особистісний рівень віддзеркалює мотиваційно-потребову сферу (мотиваційний компонент) та соціально-імперативний рівень, що відбиває проєкції соціального середовища, інститутів соціалізації, масової культури, презентований установчим компонентом заздрісності.

3. Уточнено психологічний зміст теоретично експлікованих якісних показників заздрісності на основі контент-аналізу анкет-самозвітів. Відповідно до багаторівневої структури заздрісності та вимог психометрики розроблено (у співавторстві) комплекс оригінальних психодіагностичних методик, що спрямовані на вивчення показників заздрісності («Соціальні настанови особистості відносно

заздрощів»; «Шкала самооцінки показників заздрисності»; «Диференціальна діагностика схильності особистості до заздрощів»). Проведено стандартизацію та психометричну перевірку україномовної та російськомовної версій оригінальної методики ДІЗА, що засвідчує її достатньо високу надійність і валідність. Результати апробації цих методик засвідчують можливість їх використання в наукових і практичних цілях. Здійснено добір адекватного меті та завданням дослідження психодіагностичного інструментарію, спрямованого на вивчення широкого спектру рис особистості, гіпотетично пов'язаних із заздрисністю.

4. Емпірично доведено наявність додатних зв'язків заздрисності з дефіцитом емоційного інтелекту, невпевненістю в собі, психологічним неблагополуччям, стресом, агресією, депресією, ворожістю, активізацією певних копінг-стратегій, перфекціонізмом, нарцисичною регуляцією, нарцисичними рисами, ірраціональними установками, факторами особистості тощо. Виявлено наявність від'ємних зв'язків заздрисності з емоційно позитивною оцінкою себе, позитивними стосунками, самоприйняттям, керуванням середовищем, автономією, відкритістю у контактах, управлінням своїми емоціями, самомотивацією, емоційною обізнаністю, емпатією, впевненістю в собі, соціальною сміливістю, фрустраційною толерантністю, товариськістю, врівноваженістю, емоційною диспозицією «радість» тощо. Можна припустити, що розвиток саме цих рис особистості сприятиме ефективному запобіганню проявів заздрисності та її опануванню.

5. Методом факторного аналізу виокремлено п'ять біполярних факторів, що віддзеркалюють найвагоміші ознаки і приховані закономірності проведеного дослідження заздрисності: фактор I «тривожна агресивність – емоційно врівноважений самоконтроль»; фактор II «позитивне самосприйняття – депресивне самозвинувачення»; фактор III «екстраверсія – емоційна вразливість»; фактор IV «нарцисичний перфекціонізм – відсутність ірраціональних настанов»; фактор V «базисний потенціал надії – безсиле «Я».

6. Виокремлено (методом «асів») чотири чисельно наповнені групи осіб з домінуванням одного з якісних показників заздрисності: емоційним, когнітивним, поведінковим, контрольо-регулятивним. З'ясовано зміст психологічних портретів осіб, схильних до переживання заздрощів за означеними типами. Встановлено, що

осіб зі схильністю до переживання почуття заздрощів за емоційним типом відрізняє домінування емоційних реакцій, що виникають при порівнянні себе з іншими, що виявляється у: зниженні рівня емоційної обізнаності, активізації ворожості, агресивної недружелюбності, незадоволеності собою і своїм оточенням, невмінні управляти своїми реакціями, емоціями та бажаннями тощо. Виявлено, що осіб зі схильністю до переживання заздрощів за когнітивним типом відрізняє зосередження інтелектуальної активності на думках, судженнях, міркуваннях, котрі виникають при порівнянні себе (або свого майна) з іншими і відображають розумову інтерпретацію заздрісногенної ситуації. Доведено, що особам зі схильністю до переживання заздрощів за поведінковим типом притаманні зовнішні її прояви, що виявляються у експресії (виразі обличчя, голосі), висловлюваннях, діях, поведінці, вчинках тощо. Їх заздрощі спрямовані на дієве перетворення свого життя на таке ж, як у об'єкта заздрощів. Доведено, що особистості зі схильністю до переживання заздрощів за контролью-регулятивним типом характеризуються здатністю дотримуватися балансу між суспільними та власними інтересами, емоційно позитивною оцінкою себе та життя в цілому, здатністю домагатися бажаного і керувати середовищем.

7. Виокремлено чотири групи осіб з мономодальним типом емоційності. Досліджено специфіку заздрісності, що притаманна особам із емоційною диспозицією «радість», «гнів», «страх», «печаль». Доведено, що емоційність як стійка риса особистості впливає на появу, протікання, динаміку, специфічні прояви заздрісності. Встановлено, що індивідуально-психологічні особливості заздрісності (специфіка якісно-кількісного поєднання її показників) спричинені емоційністю. Підтверджено, що індивідуальні відмінності за емоційністю характеризуються унікальним поєднанням елементів всього компонентного складу властивостей особистості, ступенем їх інтегрованості, репертуарною різноманітністю можливих проявів, зокрема, проявів переживання заздрощів.

Результати роботи не вичерпують усіх питань проблематики заздрощів. Перспективою подальших досліджень є вивчення заздрісності з компонентами, що презентують інші рівні її структури та у розробці психокорекційних програм відповідно до індивідуальної специфіки заздрісності.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. А. с. Науково-методичний твір «Комплекс психодіагностичних методик дослідження заздрощів особистості: «Методика «Соціальні настанови особистості відносно заздрощів»; «Процедура «Шкала самооцінки показників заздрісності»; «Тест-опитувальник «Диференціальна діагностика схильності особистості до заздрощів (ДІЗА)» / О.П. Саннікова, А.Ф. Лісовенко. № 67445; заяв. 29.06.2016; реєстрац. 26.08.2016. 96 с.
2. Адлер А. Понять природу человека / пер. Е.А. Цыпина СПб.: «Академический проект», 1997. 256 с. [Электронный ресурс] Режим доступа. URL: <http://www.klex.ru/3p5> (дата обращения 3.12.2015).
3. Адлер А. Наука жить / пер. с англ. Е.О. Любченко. Киев: Port-royal, 1997. С. 56-60. [Электронный ресурс] Режим доступа. URL: <http://www.klex.ru/11m> (дата обращения 29.01.2015).
4. Александрова Р.И. Зависть и моральная символика. *Вест. Моск. Ун-та.* Сер. 7. Философия. 2002. №1. С. 66-81.
5. Ананьев Б. Г. Избранные психологические труды: в 2-х т. М. : Педагогика, 1980. Т. 1. 230 с. Т. 2. 287 с.
6. Анастаси А. Дифференциальная психология. М.: Апрель-Пресс, 2001. 745 с.
7. Анастаси А. Психологическое тестирование СПб: Питер, 2001. 688с.
8. Анохин П.К. Принципиальные вопросы общей теории функциональных систем. *Принципы системной организации функций* / ред. П.К. Анохин. М.: «Наука», 1973. С. 5-61.
9. Аристотель. Сочинения: в 4-х томах. Т. 4. М.: АН СССР. Институт философии. Изд-во «Мысль», 1983. 830 с.
10. Аристотель. Этика. М.: Мысль, 1984. С. 98-104.
11. Архангельская Л.С. Зависть как причина эмоциональных, когнитивных и личностных расстройств. *Материалы первой научно-практической конференции психиатров и наркологов Южного Федерального округа с международным и всероссийским участием.* Ростов-на-Дону, 2004. С. 37-39.

12. Асмолов А.Г. По ту сторону сознания; методологические проблемы неклассической психологии. М.: «Смысл», 2002. 480 с.
13. Асмолов А.Г. Психология личности. М.: Изд-во МГУ, 1990. 367 с.
14. Бабчук О.Г. Особливості толерантності осіб з різними типами емоційності : дис. ... канд. психол. наук : спец. 19.00.01. Одеса, 2012. 222 с.
15. Бауман З. Индивидуализированное общество / пер. с англ. под ред. В.Л. Иноземцева. М.: Изд-во «Логос», 2002. 390 с.
16. Бернс Р. Что такое Я-концепция. *Психология самосознания* / Хрест. под ред. Д.Я. Райгородского. Самара: «Бахрах М», 2003. С.333-393.
17. Бескова Т.В. Методика исследования завистливости личности. *Вопросы психологии*. М.: 2012. №2. С.127-139.
18. Бескова Т.В. Психологические механизмы формирования зависти и её детерминанты. *Электронный журнал «Вестник МГОУ»* 2013. №1. [Электронный ресурс] Режим доступа. URL: www.evestnik-mgou.ru. (дата обращения 25.08.2014)
19. Бескова Т.В. Структурная организация отношения зависти с позиции системного подхода. *Социальная психология и общество* / ред. М.Ю. Кондратьев. 2013. №1 2013. С. 15-28.
20. Библия. Книги священного писания Ветхого и Нового Завета. М.: Российское библейское общество. 1998. 303 с.
21. Бикова С.В. Індивідуально-типологічні особливості схильності до ризику: дис. ... канд. психол. наук : спец. 19.00.01. Одеса, 2008. 205 с.
22. Боги и божества Греческой мифологии. *Энциклопедия античной мифологии*. [Электронный ресурс] Режим доступа. URL: <http://greekroman.ru/envy.htm> (дата обращения 22.06.2015)
23. Бодалев А.А., Столин В.В. Общая психодиагностика. СПб.: Речь, 2006. 510 с.
24. Большой психологический словарь / сост. Б.Г. Мещеряков, В.П. Зинченко. 3-е изд., испр. и доп. М., 2002. 639 с.
25. Бондаренко О.Р., Лукан У. Психологическое консультирование: зависть и психическое здоровье. *Вестник Нижегородского университета им.*

Н.И. Лобачевского. Серия «Социология. Психология. Философия». Нижний Новгород, 2008. № 2. С. 265-273.

26. Бодрийяр Ж. Общество потребления. Его мифы и структуры. М.: Республика; Культурная революция. 2006. 269 с.

27. Бринза І.В. Особливості переживання професійної кризи у осіб з різним типом емоційності : дис. ... канд. психол. наук : спец. 19.00.01. К., 2000. 233 с.

28. Бэкон Ф. Опыты, или наставления нравственные и политические. Сочинения: в 2-х т. М.: Мысль, 1978. Т. 2. С. 349-482.

29. Васильченко А.В. Психологічні особливості переживання заздрощів у юнацькому віці. *Вісник Національного університету оборони України* 5 (42) 2014. С. 12-17.

30. Василюк Ф.Е. Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций). М.: Издательство Московского университета, 1984. 200 с.

31. Введение в психологию / под ред. А.В. Петровского. М.: Академия, 1996. 496 с.

32. Вид В.Д., Залуцкая Н.М. Индекс функционирования Self-системы (на основе теста оценки нарциссизма): Пособие для врачей. СПб.: НИПНИ им. В.М. Бехтерева, 2003. 47 с.

33. Гаранян Н.Г. Теория социального сравнения в клинической психологии *Психологический журнал*. 2015. Т. 36, № 4. С. 36-49.

34. Гесиод. Работы и дни. *Эллинские поэты в переводах В.В. Версаева*. М., 1963. С. 141-142.

35. Гоббс Т. Сочинения: в 2-х томах. Т. 2. / сост., ред., авт. примеч. В.В. Соколов. Пер. с лат и англ. М.: Мысль, 1991. 731 с.

36. Головин С.Ю. Словарь практического психолога / сост. С. Головин. Минск: Харвест, 1998. 800 с.

37. Горшенина Н.В. Экспериментальные исследования взаимосвязи зависти и уровня деловой активности. *Экспериментальная психология в России: Традиции и перспективы*. 2010. С. 786-790.

38. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. М.: «АСТ», 2009. 480 с.

39. Грановская Р.М. Элементы практической психологии. 2-е изд. Л.: Изд-во Ленинградского университета. 1988. 560 с.
40. Грачёва И.И. Адаптация методики «Многомерная шкала перфекционизма» П. Хьюитта и Г. Флетта. *Психологический журнал*. 2006. Том 27, №6. С. 74-89.
41. Даль В. Толковый словарь живого великорусского языка: в 4-х т. М.: АО Изд. группа «Прогресс», 1994. Т. 1. С. 560.
42. Декарт Р. Страсти души. Сочинения: в 2 т. М.: Мысль, 1989. Т.1. С. 481-572.
43. Дерябин В.С. Психология личности и высшая нервная деятельность: О сознании, о «Я», о счастье. Психофизиологические очерки / отв.ред. О.Н. Забродин. М.: Изд-во ЛКИ, 2016. 202 с.
44. Дерябин В.С. Чувства, влечения, эмоции / под ред. В.М. Смирнова. Ленингр.: Изд-во «Наука», 1974. 258 с.
45. Дескюрэ Ж.Б.Ф. Зависть и ревность СПб.: Изд. В.И. Губинского, 1899.
46. Дмитриева Н.В. Психологические факторы трансформации идентичности личности : дис. на соиск. учен. степ. д-ра психол. наук: 19.00.01. Новосибирск, 1999. 359 с.
47. Дмитриева Н.В. Психология зависти. *Сибирский психологический журнал*. 2005. №2. С. 133.
48. Дьяченко М.И., Кандыбович Л.А. Психология: Словарь-справочник. Минск: Изд. Минск, 1998. С. 101-102.
49. Ениколопов С.Н. Садовская А.В. Враждебность и проблема здоровья человека. *Журнал неврологии и психиатрии им. Корсакова*. 2000. №7. С. 59-64.
50. Життєві домагання особистості: монографія / за ред. Т.М. Титаренко К.: Педагогічна думка, 2007. 456 с.
51. Жмуров В.А. Большой толковый словарь по психиатрии. Джангар, 2010. 864 с.
52. Зависть гибельнее войны. М., 1996. 72 с.
53. Зависть есть печаль о благополучии ближнего. М.: КАЗАК, 1998. 48 с.

54. Золотухина-Аболина Е.В. Зависть. *Молодой коммунист*. 1989. №7. С. 49-52.
55. Иберла К. Факторный анализ / пер. с нем. В.М. Ивановой. М.: Статистика, 1980. 398 с.
56. Иванов А.Н. Зависть в рекламе. Как побудить клиентов к покупке. М.: Библос, 2016. 44 с. (серия «Эмоции в рекламе»).
57. Иванов А.Н. Зависть и другие вечные двигатели рекламы. М.: Библос, 2014. 200 с.
58. Изард Кэрролл Э. Психология эмоций / пер. с англ. СПб.: Питер, 1999. 464 с. (Серия «Мастера психологии»).
59. Ильин Е.П. Эмоции и чувства. СПб.: Питер, 2001. 752 с.: ил. (Серия «Мастера психологии»).
60. Ильин Е.П. Психология зависти, враждебности, тщеславия СПб.: Питер, 2014. 208 с.
61. Каменюкин А.Г., Ковпак Д.В. Антистресс-тренинг СПб.: «Питер», 2008. С. 201-205.
62. Кант И. Метафизика нравов. Сочинения: В 6 т. М.: Изд-во Московского ун-та, 1965. Т. 4. Ч. 2. С. 354.
63. Кашина О.П. Проблема перфекционизма и нарциссизма в современном обществе // Вестник Нижегородского университета им. Н.И. Лобачевского. Серия Социальные науки, 2010, № 2 (18), с. 41-46.
64. Клепикова Н.М. Операциональное определение нарциссизма в пределах психической нормы: дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01. Хабаровск, 2011. 246 с.
65. Клепикова Н.М. Опросник «Нарциссические черты личности». *Философия образования*. 2008. №1(22).
66. Клиническая психология. Словарь / под ред. Н.Д. Творогова. М.: ПЕР СЭ, 2007.
- Кляйн М. Зависть и благодарность. Исследование бессознательных источников / пер. с англ. Л.Ф. Ускова. СПб.: Б.С.К., 1997. 96 с. [Электронный ресурс] Режим доступа. URL: <http://www.klex.ru/1ba> (дата обращения 20.07.2014).

67. Коврига Н.В. Стресозахисна та адаптивна функції емоційного інтелекту: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.01. Дніпропетровськ, 2003. 20 с.
68. Кон И.С. Открытие «Я». М.: Политиздат, 1978. 367 с.
69. Котова И.Б. Зависть как личностный феномен. *Ежегодник Российского психологического общества*: материалы 3-го Всероссийского съезда психологов. 25-28 июня 2003 в 8-ми томах. СПб.: Изд-во С.-Петербур. ун-та, 2003. С. 424.
70. Кохут Х. Анализ самости. Системный подход к лечению нарциссических нарушений личности. М.: Когито-Центр, 2003. 367с.
71. Красавский Н.А. Эмоциональные концепты в немецкой и русской лингвокультурах. М., 2008. С. 131.
72. Крюкова Т.Л., Куфтяк Е.В. Опросник способов совладания (адаптация методики WCQ). *Журнал практического психолога*. М.: 2007. № 3. С. 93-112.
73. Курова Е.Г. Нарциссизм как идеология телевизионной культуры в эпоху постмодерна *Первый Российский культурологический конгресс*. СПб: Эйдос, 2006. С.379.
74. Куттер П. Любовь, ненависть, зависть, ревность: Психоанализ страстей. СПб.: 1998. 115 с.
75. Кьеркегор С. Страх и трепет / пер. с дат. М.: Республика, 1993. 383 с.
76. Лабунская В.А. Зависть, безнадежность и надежда как способы преобразования бытия субъекта. *Личность и бытие: субъектный подход. Личность как субъект бытия: теоретико-методологические основания анализа*. Краснодар: КГУ, Просвещение. Юг, 2005. С. 120-137.
77. Лазарус Р., Фолкман С. Теория стресса и психофизиологические исследования. *Эмоциональный стресс: физиологические и психологические реакции* / под ред. Л. Леви, В.Н. Мясищева. Л., 1970. С. 178-208.
78. Ларошфуко Ф., Паскаль Б., Лабрюйер Ж. Суждения и афоризмы / сост., предисл., примеч. Н.А. Жирмунской. М.: Политиздат, 1990. 384 с.
79. Лейбин В. Словарь-справочник по психоанализу, 2010.
80. Леонтьев А.Н. Потребности, мотивы, эмоции. М. : Изд-во МГУ, 1971. 40 с.

81. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. М.: Политиздат, 1977. 304 с.
82. Либина А.В. Совладающий интеллект: человек в сложной жизненной ситуации. М.: Эксмо, 2008. 400 с.
83. Лісовенко А.Ф. Відчуття самоцінності у особистостей, схильних до переживання заздрості. *Проблеми сучасної психології особистості*: зб. матеріалів наук.-практ. конф. молодих учених та студентів (Одеса, 20 травня 2016 р.) ПНПУ імені К.Д.Ушинського. Одеса, 2016. Вип. 7. С. 105-113.
84. Лісовенко А.Ф. Заздрісність та нарцисизм. *Наука і освіта*. Науково-практичний журнал Південного наукового центру АПН України. Одеса, 2016. №2-3. С. 83-90.
85. Лісовенко А.Ф. Психологічне благополуччя особистостей схильних та не схильних до заздрості. *Науковий вісник Херсонського державного університету*: збірник наукових праць. Серія «Психологічні науки». Херсон, 2016. В.2, Т.1 С. 85-90.
86. Лісовенко А.Ф. Факторна структура особистостей, схильних до заздрості різного ступеню. *Проблеми сучасної психології*: збірник наукових праць ДВНЗ «Запорізький національний університет» та Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України / за ред. С.Д. Максименка, Н.Ф. Шевченко, М.Г. Ткалич. Запоріжжя: ЗНУ, 2016. №1 (9). С. 54-60.
87. Лісовенко А.Ф. Взаємозв'язок показників заздрісності і ворожості особистості. *Проблеми сучасної психології особистості*: зб. мат.-лів наук.-практ. конф. молодих учених та студентів (Одеса, 29 квітня 2014 р.) ПНПУ імені К.Д. Ушинського. Одеса, 2014. Вип. 5. С. 16-23.
88. Лісовенко А.Ф. Впевненість у собі осіб з різною схильністю до заздрості. *Наука і освіта*. Науково-практичний журнал Південного наукового центру АПН України. Одеса, 2014. №2. С. 32-37.
89. Лісовенко А.Ф. Заздрість і способи опановуючої поведінки. *Особистість у сучасному світі*: матеріали III Всеукраїнського конгресу з міжнародною участю. К.: «Інформ.-аналіт. агентство», 2014. С. 571-574.

90. Лісовенко А.Ф. Імпульсивність як чинник схильності до заздрощів особистості *Проблеми сучасної психології особистості: збірник наукових праць* (Одеса, 14 травня 2015 р.) Одеса, 2015. С. 9-16.

91. Лісовенко А.Ф. Ірраціональні установки заздрісних особистостей. *Наука і освіта*. Науково-практичний журнал Південного наукового центру АПН України. Одеса, 2015. №10. С. 167-172.

92. Лісовенко А.Ф. Особливості емоційного інтелекту осіб, схильних до переживання заздрощів. *Наука і освіта*. Науково-практичний журнал Південного наукового центру АПН України. Одеса, 2014. №11. С. 107-112.

93. Лісовенко А.Ф. Особливості самоствавлення осіб, схильних до переживання заздрості. *Науковий вісник ПНПУ імені К.Д.Ушинського*. Одеса, 2014. № 5-6. С. 175-183.

94. Лісовенко А.Ф. Риси та властивості особистостей, схильних і не схильних до заздрощів. *Зб. наук. праць Національної академії державної прикордонної служби України, Серія: психологічні науки*. Хмельницький: вид-во НАДПСУ, 2016. №2(4). С.152-167.

95. Лісовенко А.Ф. Схильність до заздрощів та перфекціонізм студентів. *Глобальні виклики педагогічної освіти в університетському просторі: матеріали III Міжнародного Конгресу* (м.Одеса, 18-21 травня 2017 р.) ПНПУ імені К.Д. Ушинського. Одеса: Видавничий дім «Гельветика», 2017. С.468-469.

96. Липовецки Ж. Эра пустоты: Эссе о современном индивидуализме. СПб.: Владимир Даль, 2001.

97. Люсин Д.В. Современные представления об эмоциональном интеллекте *Социальный интеллект: теория, измерение, исследования* / под ред. Д.В. Люсина, Д.В. Ушакова. М.: Институт психологии РАН, 2004. С. 29-36.

98. Максименко С.Д. Загальна психологія. Видання 3-є, перероблене та доповнене. Навчальний посібник. К.: Центр учбової літератури, 2008. 272 с.

99. Максименко С.Д. Психологія в соціальній та педагогічній практиці: методологія, методи, програми, процедури. К.: Наукова думка, 1998. 216 с.

100. Мандевиль Б. Басня о пчелах, или Пороки частных лиц блага для общества. М.: Наука, 2000. 291 с.

101. Маркс К., Энгельс Ф. Сочинения. Издание 2-е. Т. 21. М.: Гос. изд-во, полит. лит-ры, 1961. 745 с.
102. Маслоу А. Мотивация и личность / пер. с англ. СПб.: Питер, 2003. 352 с.
103. Маслоу А. Новые рубежи человеческой природы. М., 1999.
104. Мельников В.М., Ямпольский Л.Т. Введение в экспериментальную психологию личности. Учеб. пособие для слушателей ИПК преподавателей пед. дисциплин ун-тов и пед. ин-тов. М.: Просвещение, 1985. 319 с.
105. Мещеряков Б.Г., Зинченко В.П. Большой психологический словарь СПб.: Прайм-Еврознак, 2004. 672 с.
106. Митина О.В., Михайловская И.Б. Факторный анализ для психологов. М.: Учебно-методический Коллектор «Психология», 2001. 169 с.
107. Муздыбаев К.К. Завистливость личности. *Психологический журнал*. 2002. Том 23. № 6. С. 38-50.
108. Муздыбаев К.К. Психология зависти. *Психологический журнал*. 1997. Том 18. № 6. С. 3-12.
109. Мясищев В.Н. Личность и неврозы. Л.: Изд-во ЛГУ, 1960. 426 с.
110. Мясищев В.Н. Психология отношений. М.: Московский психологосоциальный институт. Воронеж: МОДЭК, 2011. 400 с.
111. Наследов А.Д. Математические методы психологического исследования. Анализ и интерпретация данных: учеб. пособие. СПб.: Речь, 2004. 392 с.
112. Наследов А.Д. SPSS компьютерный анализ данных в психологии и социальных науках. СПб.: Питер, 2005. 416 с.
113. Небылицын В.Д. Современное состояние факториального анализа. *Вопросы психологии*. М.: 1960. № 1. С. 29-43.
114. Небылицын В.Д. Актуальные проблемы дифференциальной психофизиологии. *Вопросы психологии*. М.: 1971. № 6. С. 3-14.
115. Небылицын В.Д. Проблемы психологии индивидуальности / под ред. А.В. Брушлинского и Т.Н. Ушаковой. М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: Изд-во НПО «МОДЭК», 2000. 688 с.

116. Ницше Ф. К генеалогии морали. Соч.: в 2-х т. М., 1990. Том 2. С. 418-428.
117. Ницше Ф. Человеческое, слишком человеческое. Соч.: в 2-х т. М.: Мысль, 1990. Т. 2.
118. Новий тлумачний словник української мови: у 4-х т. / під ред. В.В. Яременко, О.М. Сліпущко. К.: Аконт, 1998. Т.1. 910с.
119. Новиков Л.В. Религиозно-святоотеческое понятие «страсть» психологический и клинический аспекты. *Московский психотерапевтический журнал*, 2005. №3. С. 146-159.
120. Носенко Е.Л. Коврига Н.В. Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції : монографія. К.: Вища школа, 2003. 126 с.
121. Оксфордский толковый словарь по психологии / под ред. А. Ребера: в 2-х т., пер. с англ. Е.Ю. Чеботарева М.: Вече АСТ, 2003. Т.1. 592 с.
122. Олпорт Г. Становление личности: Избранные труды / пер. с англ. М.: Смысл, 2002. С. 155.
123. Ольшанникова А.Е., Рабинович Л.А. Опыт исследования некоторых индивидуальных характеристик эмоциональности. *Вопросы психологии*. М., 1974. № 3. С. 65-73.
124. Ольшанникова А.Е. Эмоции и воспитание. М.: Знание, 1983. 80 с.
125. Ольшанникова А.Е. К психодиагностике эмоциональности. *Проблемы общей, возрастной и педагогической психологии*. М, 1978.
126. Ольшанникова А.Е., Ямпольский Л.Т. О структуре качественных характеристик эмоциональности (оценка гипотезы средствами факторного анализа). *Психология и психофизиология индивидуальных различий*. М., 1977. С. 155-164.
127. Орищенко О. А. Дифференциально-психологический анализ эмпатии: дис... на соискание научной степени канд. психол. наук. 19.00.01. Одесса, 2004. 222 с.
128. Орлов Ю.М. Стыд. Зависть / сост. А.В. Ребенок. М.: Слайдинг, 2005. кн. 2. 96 с. (Серия: «Исцеление. Размышлением»)

129. Пантилеев С.Р. Самоотношение. Психология самосознания: хрестоматия. Самара: БАХРАХ-М, 2000. С. 208-242.

130. Пилишина А. В. Зависть в контексте межличностных отношений: диссертация ... кандидата психологических наук: 19.00.05. Санкт-Петербург, 2015. 179 с.

131. Платон. Письма. Собр. соч.: в 3 т. М.: Мысль, 1972. Т. 3. Ч. 2. С. 499-568.

132. Платонов К.К. Краткий словарь системы психологических понятий. М., 1981. 209 с.

133. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии : учеб. пособ. / под общ. ред. А.А. Крылова, С.А. Маничева. СПб.: Питер, 2000. 560 с.

134. Психология. Словарь / сост. Л.А. Карпенко, под общ. ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. 2-е изд., испр. и доп. М.: Политиздат, 1990. 494 с.

135. Радюк О.М. Восьмифакторный личностный опросник Спилбергера-Радюка Минск: РИВШ, 2009. 96 с.

136. Радюк О.М. Стресс, поведение и эмоции: ромбическая модель. *Управляемый стресс: все о стрессе и стресс-менеджменте*. 2001. [Электронный ресурс] – Режим доступа. – URL: <http://stress.by/news/2015/01/> (дата обращения 25.08.2016).

137. Райкрофт Ч. Критический словарь психоанализа / пер. с англ. Л.В. Топоровой, С.В. Воронина. СПб.; Восточно-Европейский Институт Психоанализа, 1995.

138. Рейковский Я. Экспериментальная психология эмоций / пер. с польск. и вступ. ст. В.К. Вилюнаса; Общ. ред. О.В. Овчинниковой. М.: Прогресс, 1979.

139. Ромек В.Г. Психологические особенности уверенной в себе личности *Социальная психология личности в вопросах и ответах: учебное пособие* / под ред. проф. В.А. Лабунской. М.: Гардарики, 2000. С. 207-225.

140. Ромек В.Г. Понятие уверенности в себе в современной социальной психологии. *Психологический вестник Ростовского государственного университета*. Вып. 1. Часть 2. Ростов-на-Дону: Изд-во РГУ, 1996. С. 132-146.

141. Ромек В.Г. Тесты уверенности в себе. *Практическая психодиагностика и психологическое консультирование*. Ростов-на-Дону: Ирбис, 1998. С. 87-108.
142. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб.: Питер, 1999. 720 с.
143. Рукавишников А.А., Соколова М.В. Факторный личностный опросник Р. Кеттелла: методическое руководство СПб.: ГП «ИМАТОН», 1998. 96 с.
144. Саннікова О.П. Багатовимірна концепція особистості. *Проблеми сучасної психології: збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України та Державного вищого навчального закладу «Запорізький національний університет» / за ред. С.Д. Максименка, Н.Ф. Шевченко, М.Г. Ткалич. Запоріжжя: ЗНУ, 2013. № 1(3). С. 16-21.*
145. Саннікова О.П. Емоційність як системна властивість особистості. *Особистість у сучасному світі»: III всеукраїнський психологічний конгрес з міжнародною участю*. К.: ДП Інформаційно-аналітичне агентство, 2014. С.77-82.
146. Саннікова О.П., Лісовенко А.Ф. Уявлення студентів про феномен «заздрість». *Science and education a new dimension. Pedagogy and Psychology*, III (29). Issue: 57, 2015. P. 72-75. Available at: <http://seanewdim.com/published-issues.htm>
147. Саннікова О.П. Макроструктура особистості: психологічний опис. *Наука і освіта*. Одеса. 2013. №7. С. 7-12.
148. Саннікова О.П. Метахарактеристики індивідуальності Матеріали II Всеукраїнського конгресу, присвяченого 110 річниці від дня народження Г.С. Костюка (19-20 квітня 2010 року). Т. I. К.: ДП «Інформаційно-аналітичне агентство», 2010. С. 403-407.
149. Саннікова О.П., Саннікова А.О. Сценічні бар'єри: диференціально-психологічний підхід: монографія. Одеса: ВМВ, 2014. 238 с.
150. Саннікова О.П. Схильність особистості до психологічного подолання суб'єктивно складних ситуацій. *Наука і освіта*. Одеса, 2014. № 9. С. 42-49.
151. Саннікова О.П. Кузнецова О.В. Адаптивность личности: монография. Одесса: Издатель Н.П. Черкасов, 2009. 258 с.
152. Саннікова О.П. Соотношение устойчивых индивидуально-типических особенностей эмоциональности и общительности. *Вопросы психологии*. М.: 1982. №2. С. 109-115.

153. Санникова О.П. Феноменология личности: Избранные психологические труды. Одесса: СМІЛ, 2003. 256 с.
154. Санникова О.П. Формально-динамические и качественные метахарактеристики индивидуальности. *Наука і освіта*. 2007. № 6-7. С. 30-33.
155. Санникова О.П. Эмоциональность в структуре личности. Одесса: Хорс, 1995. 364 с.
156. Святые отцы о ревности и зависти / сост. А.Н. Доброцветова. М.: Сибирская Благовонница, 2016. 61 с.
157. Симонов В.П. Потребностно-информационная теория эмоций. *Вопросы психологии*, М.: 1982, №6, С. 44-56.
158. Словарь української мови: в 4-х т. / упор. з дод. влас. матеріалу Б. Грінченко К. : Вид-во Академії наук Української РСР, 1958. Том 2, с. 39-40.
159. Словник української мови в 11 томах / гол. ред. кол. І.К. Білодід. Інститут мовознавства ім. О.О. Потебні АН УРСР. Київ: Наукова думка, 1970-1980. Том 3, 1972. с. 126.
160. Современный психологический словарь / сост. и общ. ред. Б.Г. Мещеряков, В.П. Зинченко. М.: АСТ; СПб.: ПРАЙМ-ЕВРОЗНАК, 2011. 490 с.
161. Согомонов А.Ю. Феноменология зависти в Древней Греции. *Этическая мысль: науч.-публицист. Чтения* / ред. Гусейнов А.А. М., 1990. 480 с.
162. Соколова Е.Е. Психология зависти. *Педология. Новый век*. 2002. № 10. С. 9-14.
163. Соколова Е.Т., Чечельницкая Е.П. Психология нарциссизма: учеб. пос. М.: Учебно-метод. коллектор «Психология», 2001. 90 с.
164. Спилбергер ЧД. Концептуальные и методологические проблемы исследования тревоги. *Тревога и тревожность: хрестоматия* : учебное пособие / сост. В.М. Астапов. Санкт-Петербург: Пер Сэ, 2008. С. 85-99.
165. Спиноза Б. Избранные произведения: в 2-х т. М.: Государственное издательство политической литературы, 1957. Т.1. 630 с.
166. Спиноза Б. Сочинения: в 2-х томах. Изд. 2-е. СПб.: Наука, 1999. Т. 1. 489с.

167. Стейн С.Д., Бук Г. Преимущества EQ. Эмоциональный интеллект и ваши успехи / пер. с англ. Е.А. Латыш. М.: Баланс Бизнес Букс, 2007. 384 с.
168. Сурмин Ю.П. Теория систем и системный анализ: учеб. пособие. Киев, 2003.
169. Теплов Б.М. Проблемы индивидуальных различий. М., 1961. 479 с.
170. Тибетская «Книга Мертвых» Бардо Тхёдол. М., 2009, С. 213-215.
171. Титаренко Т.М. Життєві домагання особистості у сучасному потенціалістському дискусії. *Наук. зап. Ін-ту психології ім. Г.С. Костюка АПН України* / За ред. С.Д. Максименка. К.: Міленіум, 2006. Вип. 25. С. 416-430.
172. Титаренко Т.М. Життєві домагання особистості: феноменологічний та структурно-функціональний підходи. *Психологія і суспільство*. Тернопіль, 2004. №4. С. 128-145.
173. Титаренко Т.М. Сучасна психологія особистості : навч. Посібник. 2-е вид. К. : Каравела, 2013. 372 с.
174. Узнадзе Д. Н. Психологические исследования. АН ГрузССР, Ин-т психологии им. Д.Н. Узнадзе. М.: Наука, 1966. 451 с.
175. Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. М.: Изд-во Института Психотерапии, 2002. С. 57-59.
176. Философский энциклопедический словарь / ред.: Л.Ф. Ильичёв, П.Н. Федосеев, С.М. Ковалёв, В.Г. Панов. М.: Сов. энц., 1983. 840 с.
177. Философский энциклопедический словарь / ред.-сост. Е.Ф. Губский, Г.В. Кораблева, В.А. Лутченко. М.: ИНФРА-М, 2003. 576 с.
178. Франкл В. Человек в поисках смысла : сборник / пер. с англ. и нем. Д.А. Леонтьева, М.П. Папуша, Е.В. Эйдмана. М.: Прогресс, 1990. 368 с.
179. Франкл В. Психотерапия на практике / пер. с нем. СПб.: Речь, 2001. 256 с.
180. Фрейд З. Психология масс и анализ человеческого «Я». М.: Азбука-классика, 2008.
181. Фрейд А. Психология «Я» и защитные механизмы. М., 1993. 142 с.
182. Фрейд З. Введение в психоанализ. М.: Прогресс, 1991. 150 с.

183. Фрейд З. О психоанализе. Пять лекций. *Хрестоматия по истории психологии* / под ред. П.Я. Гальперина, А.Н. Ждан. М., 1980. С. 143-183.
184. Фрейд З. Печаль и меланхолия. *Психология эмоций. Тексты* / под ред. В.К. Вилюнаса, Ю.Б. Гиппенрейтер. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984. С. 203-211.
185. Фромм Э. Анатомия человеческой деструктивности М.: АСТ-ЛТД, 1998. 252 с.
186. Фромм Э. Душа человека. Ее способность к добру и злу / пер. с нем. М.: Директмедиа Паблишинг, 2008.
187. Фромм Э. Бегство от свободы / пер. с англ. А. Лактионова. М.: АСТ, 2009. С. 17-22.
188. Фромм Э. Иметь или быть / пер. с англ. Э. Телятниковой. М.: АСТ, 2009. С. 138-139.
189. Хорни К. Наши внутренние конфликты / пер. с англ. М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. 560 с.
190. Хорни К. Невроз и личностный рост. Борьба за самореализацию / пер. с англ. Е.И. Замфир под ред. проф. М.М. Решетникова. СПб совм. изд. Восточно-Европейского института психоанализа и БСК, 1997. 316с.
191. Хорни К. Собрание починений: в 3-х т. *Психология женщины. Невротическая личность нашего времени* / пер. с англ. М.: Смысл, 1997. Т. 1. 496 с.
192. Хрестоматия по истории философии. Учебное пособие для вузов: в 2-х ч. М.: Прометей, 1994. Ч. 1. 536 с.
193. Христианство. *Философская энциклопедия*. Т.5. М.: Советская энциклопедия, 1970.
194. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности. СПб.: Питер, 2002. 608 с.
195. Чебыкин А.Я. Теория и методика эмоциональной регуляции деятельности. Одесса: «АстроПринт». 1999. 158 с.
196. Шамионов Р. М. Взаимосвязь «субъектных» свойств личности и склонности к зависти. *Известия Саратовского университета*. 2010. Т. 10. Серия «Философия. Психология. Педагогика». Вып. 4. С. 93-98.

197. Шамшикова Е.О. К вопросу о здоровой форме нарциссизма (личности) *Проблемы психологии мотивации: сборник науч. трудов. Юбилейный выпуск: к 75-летию со дня рождения В.Г. Леонтьева.* Новосибирск: НГПУ, 2005. С.112-123.

198. Шамшикова О.А., Клепикова Н.М. Опросник «Нарциссические черты личности». *Психологический журнал*, 2010, том 31, №2, С.114-128.

199. Шапар В.Б. Сучасний тлумачний психологічний словник. Харков: Прапор, 2005. 640 с.

200. Шевеленкова Т.Д. Психологическое благополучие личности (обзор основных концепций и методика исследования). *Психологическая диагностика.* Обнинск: Психологический институт РАО, 2005. № 3. С. 95-129.

201. Шелер М. Ресентимент в структуре моралей. СПб.: Наука, Университетская книга, 1999. 205 с.

202. Шелов С.Д. Опыт построения терминологической теории: значение и определение терминов: автореф. дис. на соиск. учен. степ. д-ра филол. наук. М.: МГУ, 1995. 35 с.

203. Шёк Г. Зависть: теория социального поведения / пер. с англ. В. Кошкина; под ред. Ю. Кузнецова. М.: ИРИСЭН, 2010. 511 с.

204. Шопенгауэр А. Свобода воли и нравственность. М.: Республика, 1992. С. 69-75.

205. Щербатых Ю.В. Семь смертных грехов, или психология порока для верующих и неверующих. М.: «Астрель», 2010. 311 с.

206. Щербатых Ю.В., Мосина А.Н. Дифференцировка психических состояний и других психологических феноменов. *Психология психических состояний: теория и практика.* Материалы I Всероссийской научно-практической конференции. Часть II. Казань: Новое знание, 2008. С. 526-528. [Электронный ресурс] Режим доступа: <http://www.no-stress.ru/articles/articl-gn-psy/Sostojania-Kazan.html>

207. Эллис А., Драйден У. Практика рационально-эмоциональной поведенческой терапии / пер. с англ. Т. Саушкиной. 2-е изд. СПб.: «Речь», 2002. 362 с.

208. Эпштейн Д. Зависть / пер. с англ. О.И. Сергеевой. М.: АСТ: Астрель, 2006. 191 с. (Серия «Семь смертных грехов»).
209. Юнг К.Г. Душа и миф: шесть архетипов / пер. с англ. В.В. Наукманова. Киев: Государственная библиотека Украины для юношества, 1996. 384 с.
210. Юнг К.Г. фон Франц М.-Л., Хендерсон Дж.Л. и др. Концепция коллективного бессознательного. *Человек и его символы* / под общ. ред. С.Н.Сидоренко. М.: Серебряные нити, 1997. С. 337-346.
211. Ядов В.А. О диспозиционной регуляции социального поведения личности. *Методологические проблемы социальной психологии*. М., 1975. С. 180.
212. Яроцкий А.И., Космолинский Ф.П., Попов А.К. и др. Эмоции человека в нормальных и стрессорных условиях / под общ. ред. А.И. Яроцкого, И.А. Криволапчука. Гродно: ГрГУ, 2001. С. 269.
213. Ясная В.А, Ениколопов С.Н. Перфекционизм: история изучения и современное состояние проблемы. *Вопросы психологии*. М.: 2007. № 4.
214. Cattell R.B., Eber H.W., Tatsuoka M.M, Handbook of the sixteen personality factor questionnaire (16PF). Compaign Illinois, 1970.
215. Das «Narzißmusinventar» (1989-1994): Handbuch / F.-W. Deneke, B. Hilgenstock, B.R. Müller. Bern: Huber, P. 8.
216. Deneke F.-W. (1994) Die Regulation des Selbsterlebens bei Gesunden, psychosomatischen, psychoneurotischen und alkoholkranken Patientenein taxonomischer Forschungsansatz / *Psychotherapie, Psychosomatik und medizinische Psychologie*. – Heft. 44, P. 260-280.
217. Festinger L. A Theory of Social Comparison Processes. 1954.
218. Girard R. «Postface», in Paul Dumouchel, JeanPierre Dupuy. «L'Enfer des choses», Seuil, 1979, pp. 260 sq.
219. Heider F. The psychology of interpersonal relations. New York: Wiley, 1958. 98 p.
220. Lacan J. Le Séminaire. Livre XI. Les Quatre Concepts Fondamentaux de la Psychoanalyse, 1964 (Paris: Seuil, 1973), pp. 105-106.

221. Lacan J. Le stade du miroir comme formateur de la fonction du Je telle qu'elle nous est révélée dans l'expérience psychanalytique: *Écrits*: Paris, du Suiel: 1966: p. 93-100.
222. Lazarus R.C. Emotions as coping process / Arnold M.B. (ed.). *The nature of emotion*. Baltimore, 1968.
223. Lasch C. *The Culture of Narcissism: American Life in an Age of Diminishing Expectations*. New York, 1978.
224. Lebreton M, Jorge S, Michel V, Thirion B, Pessiglione M. An automatic valuation system in the human brain: evidence from functional neuroimaging. *Neuron*. 2009. №64(3) Paris, France. P. 431-439.
225. Lisovenko A.F. Envy and perfectionism: the interrelationship of the concepts. *Наука і освіта*. Науково-практичний журнал Південного наукового центру АПН України. Одеса, 2017. № 1. С. 67-71.
226. Lisovenko A.F. Patterns of traits within personalities, prone to envy of different degree. *Science and education a new dimension*. Pedagogy and Psychology, IV (47). Issue: 101, 2016. P. 63-67.
227. Raiga E. *L'Envie*. Paris: Alsan, 1932. P. 11.
228. Rosenblatt A.D. Envy, identification and pride. *Psychoanalytic Quarterly*, 1988. № 57. P. 113-127.
229. Ryff C., Keyes C. The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1995. № 69. P. 719-727.
230. Salovey P., Rodin J. Some antecedents and consequences of social-comparison jealousy. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1984. 47(4), 780-792.
231. Wood J.V. Theory and research concerning social comparisons of personal attributes. *Psychological Bulletin*, 1989.

ДОДАТОК А

Методика «Самооцінка показників заздрісності»:

інструкція, опис шкал, бланки

Інструкція. Шановні слухачі, студенти! Запрошуємо Вас взяти участь в дослідженні, метою якого є вивчення деяких якостей особистості. Покладіть перед собою виданий Вам бланк, напишіть на ньому своє прізвище, вік, стать і дату. На бланку Ви бачите декілька відрізків прямих. Подивіться на перший. Уявіть собі, що на ньому розташовано все людство так, що на одному кінці (**max**) зосередилися найздоровіші люди (максимум здоров'я), а не протилежному – самі нездорові (мінімум здоров'я). Позначте хрестиком місце, яке, на Вашу думку, Ви займаєте на цій шкалі. Перш ніж оцінки наступної конкретну якість, ознайомтеся з описом її максимального і мінімального прояву (див. виданий Вам додаток – «Предмети оцінки»). Таку ж процедуру проведіть з усіма іншими шкалами. Пам'ятайте, що відповіді не оцінюються як «правильні» або «неправильні», вони лише відображають деякі риси Вашої особистості. Якщо Вам незрозуміла інструкція, прочитайте її ще раз, або зверніться до нас. Дякуємо за участь у дослідженні!

Предмети оцінювання

Здоров'я. Поліус (**max**) по цій шкалі свідчить про максимальне здоров'я. Поліус (**min**) – відсутність або слабкість здоров'я.

Шкала 1. (ZLS). Поліус (**max**) вказує на Вашу чутливість до ситуацій, що здатні спровокувати переживання заздрощів (порівняння, що принижує; невідповідність «еталону»; відсутність того, що є у іншого); також свідчить про те, що заздрість може виникнути у Вас з найменшого приводу, оскільки Ви легко «спокушаєтесь» чимось, що є в іншого. Поліус (**min**) – на утрудненість виникнення у Вас подібних переживань.

Шкала 2. (ZChS). Поліус (**max**) свідчить про розповсюдження заздрості на широке коло об'єктів та предметів (заздрість багатьом людям і з багатьох приводів. Це означає, що заздрощі можуть виникати у Вас навіть до незнайомих людей (наприклад, до «телезірок») і «непотрібних» речей. Поліус (**min**) на прояв заздрості лише у конкретній вузькій сфері своїх інтересів або на відсутність подібних проявів.

Шкала 3. (ZStS). Полюс (**max**) вказує на те, що Ваше переживання заздрощів стійке (не проходить, навіть при зміні ситуації, оточення та обставин) і позаситуативне (продовжує свої внутрішні та зовнішні прояви і без ситуацій, що його «провокують») Полюс (**min**) вказує на нестійкість, ситуативність і швидкоплинність заздрості (або відсутність подібних проявів)

Шкала 4. (ZInS). Полюс (**max**) вказує на яскравий, експресивний вираз, інтенсивність і силу проявів переживання заздрості. Тобто, що Ви переживаєте заздрощі настільки гостро і сильно, що навіть вираз обличчя, голос, інтонація, жести, поза, хода можуть «видавати» Вас. Полюс (**min**) – на відсутність подібних проявів.

Шкала 5. (ZGIS). Полюс (**max**) вказує внутрішню глибину, «закоренілість», особистісного переживання заздрощів, можливо і без зовнішніх проявів. Це означає, що Ви переживаєте заздрощі «хронічно» і глибоко в собі. Полюс (**min**) – можливе «неглибоке» переживання заздрості, або відсутність подібних виявів.

Шкала 6. (ZEmS). Полюс (**max**) вказує на афективну бурхливість, силу, насиченість емоційних переживань, які пов'язані із заздрістю. Це означає, що Ви емоційно бурхливо переживаєте заздрощі, із широким спектром супутніх емоцій (роздратування, страх, гнів, сором, провина, печаль тощо). Полюс (**min**) – на слабкі прояви, або відсутність емоційних переживань, пов'язаних із заздрістю.

Шкала 7. (ZKgS). Полюс (**max**) свідчить про наявність думок, суджень, умовисновків щодо себе та об'єкту заздрощів. Це виявляється у мисленневих роздумах та обмірковуванні наявності у іншого (або уявного «еталону») конкретних переваг у порівнянні з Вами; думках про те, що це Вас принижує; замисленні над причинами та можливими наслідками свого більш низького становища. Полюс (**min**) – рідкість таких думок навіть при переживанні заздрощів, або їх відсутність.

Шкала 8. (ZPvS). Полюс (**max**) свідчить про яскраві дієві (поведінкові) прояви заздрощів. Це означає, що Ви за допомогою певних дій, вчинків, своєї поведінки, виразних рухів, експресії прагнете «вирівняти» свою самоцінність або зрівнятися з тим, кому заздрите. Полюс (**min**) – слабкі поведінкові прояви заздрості або відсутність подібних явищ.

ДОДАТОК Б.1

Методика «Соціальні настанови особистості відносно заздрощів»

Україномовний варіант

Інструкція Перед Вами опитувальник, що містить різні твердження і бланк, на якому передбачено 4 варіанти відповідей: «Так»; «Мабуть, так»; «Мабуть, ні»; «Ні». Ваше завдання погодитися або не погодитися з кожним з тверджень, вибрати варіант відповіді, котрий відображає Вашу думку і хрестиком позначити його в бланку для відповідей. Відповідаючи, перевіряйте, щоб номер твердження співпадав з таким же номером в бланку для відповідей. Конфіденційність Ваших відповідей гарантується. Спасибі за участь у дослідженні!

1. У будь-якому суспільстві, багатство, кар'єра, статус і престиж – необхідні атрибути успішної людини
2. Якщо щось необхідне кому-небудь, значить, це необхідно всім
3. Нерівність принижує людей і поселяє між ними незгоду і розбрат
4. Єдине, чого нам не вистачає – це того, що є в інших
5. Престижні речі і предмети є критеріями соціальної ієрархії
6. Життя – конкурентна боротьба за своє «місце під сонцем»
7. Заздрість – двигун прогресу
8. Людина є тим, чим вона володіє і що споживає
9. Розкішні і брендові речі необхідні, щоб відчутти статусну перевагу
10. Люди готові платити будь-які гроші, щоб їм заздрили
11. Людина готова багато на що, щоб пробудити любов, але вирішується на все, щоб викликати заздрість
12. Мало коштує той, кому ніхто не заздрить
13. Іноді чужі невдачі приносять більше радості, ніж свої досягнення
14. Найважче людині дається те, що дається не їй
15. Ніщо так не псує життя, як чуже благополуччя
16. Не піддається заздрості лише той, хто ні на що не претендує
17. Заздрість тих, хто оточує, потрібно ще заробити
18. На чужому полі трава завжди здається зеленішою і жнива рясніше
19. Більшість людей бажають тільки одного: мати трохи більше, ніж сусід

20. Чужа заздрість – краща утіха
21. Достаток – погано, коли його немає у тебе, і він є у сусіда
22. Потрібно жити «на заздрість іншим»
23. Треба бути найкращим в усьому, щоб ніхто не зміг тебе перевершити
24. Всі заздять тим, на кого хочуть бути схожими
25. Ніби чужого і не треба, а все одно хочеться
26. Ніщо так нас не з'їдає, як наші ж апетити
27. Якщо «жаба душить», – значить, заздрість «бере»
28. Більшість з нас не проти пройтися по чужій дорозі, якщо вона краще за нашу
29. У чужій кишені і монети дзвінкіші
30. Людина – істота слабка, особливо до чужого
31. Матеріальна нерівність – «слабке місце» людства
32. Далекий родич – це розбагатілий близький
33. Дай людині все – і вона все одно буде дивитися у бік сусіда
34. Бути щасливим – викликати у інших заздрість
35. Заздрість – один із стимулів здійснення мрій
36. Добре там, де нас немає
37. Нерівність витягує з людей дрімучі інстинкти
38. У чужих руках скиба велика, а як нам дістанеться, мала покажеться
39. Заздрість доставляє дійсну насолоду, коли трава зеленіше на нашій стороні
40. Люди звичайно хочуть не стільки рівних прав, скільки особливих привілеїв
41. Незаздрісна вдача залишається такою лише до тих пір, поки не зустрінеться щось по-справжньому гідне заздрощів
42. Людина, котрій доступно те, що недоступно іншим, завжди викликає заздрість

ДОДАТОК Б.2

Методика «Социальные установки личности относительно зависти»

Русскоязычный вариант

Инструкция. Перед Вами опросник, содержащий различные утверждения и бланк, на котором предусмотрено 4 варианта ответов: «Да»; «Скорее, да»; «Скорее, нет»; «Нет». Ваша задача – «примерить» на себя и согласиться или не согласиться с каждым из утверждений; выбрать вариант ответа, который отражает Ваше мнение (Вы так считаете или нет) и крестиком обозначить его в бланке для ответов. Отвечая, проверяйте, чтобы номер утверждения совпадал с таким же номером в бланке для ответов. Конфиденциальность и неразглашение Ваших ответов гарантируются. Большое спасибо за участие в исследовании!

1. В любом обществе богатство, карьера, статус и престиж – необходимые атрибуты успешного человека
2. Если что-то необходимо кому-либо, значит это необходимо всем
3. Неравенство унижает людей и поселяет между ними несогласие и раздор
4. Единственное, чего нам не хватает – это того, что есть у других
5. Престижные вещи и предметы являются критериями социальной иерархии
6. Жизнь – конкурентная борьба за своё «место под солнцем»
7. Зависть – двигатель прогресса
8. Люди есть то, чем они обладают и что потребляют
9. Роскошные и брендовые вещи нужны для того, чтобы ощутить статусное превосходство
10. Люди готовы платить любые деньги, чтобы им завидовали
11. Человек готов на многое, чтобы пробудить любовь, но решается на все, чтобы вызвать зависть
12. Мало стоит тот, кому никто не завидует
13. Иногда известия о чужих неудачах доставляют больше радости, чем свои достижения
14. Труднее всего человеку дается то, что дается не ему
15. Ничто так не портит жизнь, как чужое благополучие

16. Не поддаётся зависти лишь тот, кто ни на что не претендует
17. Зависть окружающих нужно ещё заработать
18. На чужом поле трава всегда кажется зеленее и жатва обильнее
19. Большинство людей желает только одного: иметь немного больше, чем сосед
20. Чужая зависть – лучшее утешение
21. Изобилие плохо, когда его нет у тебя, и оно есть у соседа
22. Нужно жить «на зависть другим»
23. Зависть означает – жить в сравнении
24. Все завидуют тем, на кого хотят быть похожими
25. Вроде чужого и не надо, а всё равно хочется
26. Ничто так нас не съедает, как наши же аппетиты
27. Если «жаба душит», – значит, зависть берёт
28. Большинство из нас не прочь пройтись по чужой дороге, если она лучше нашей
29. В чужом кармане и монеты звонче
30. Люди испытывают слабость к тому, что пренадлежит другому
31. Материальное неравенство – бич человечества
32. Дальний родственник – это разбогатевший близкий
33. Предаваться роскоши – значит провоцировать зависть
34. Дай человеку всё – и он всё равно будет смотреть в сторону соседа
35. Быть счастливым – это значит вызывать у других зависть
36. Зависть – один из стимулов мечты
37. Хорошо там, где нас нет
38. Неравенство вытаскивает из людей дремучие инстинкты
39. В чужих руках ломоть велик, а как нам достанется, мал покажется
40. Зависть доставляет истинное наслаждение, когда трава зеленей на нашей стороне
41. Люди обычно хотят не столько равных прав, сколько особых привилегий
42. Независтливый нрав остается таким лишь до тех пор, пока не встретится нечто по-настоящему достойное зависти

ДОДАТОК В

Факторна структура індикаторів оригінальної методики

«Диференціальна діагностика схильності особистості до заздрощів» (ДІЗА)

П'ятифакторна модель

Таблиця 2.3

Rotated Component Matrix					
	Component				
	1	2	3	4	5
ZEm 1	,179	,230	,262	,213	,271
ZEm 2	,160	,101	,096	,248	,434
ZEm 3	,137	,295	,025	,090	,589
ZEm 4	,206	,101	,018	,172	,261
ZEm 5	,161	,011	-,040	,198	,292
ZEm 6	,226	-,042	-,036	,296	,641
ZEm 7	,318	,198	-,124	-,074	,337
ZEm 8	,330	,243	-,350	-,072	,372
ZEm 9	,407	-,007	,030	,438	,319
ZEm 10	,293	-,052	,065	,350	,337
ZEm 11	,248	,262	,037	,095	,353
ZEm 12	,251	,209	-,039	-,116	,323
ZKg 1	,618	-,014	-,284	-,053	,042
ZKg 2	,599	,080	-,160	,138	,159
ZKg 3	,226	-,160	-,122	-,049	,007
ZKg 4	,264	,172	,017	,163	,171
ZKg 5	,539	-,034	,216	,188	,119
ZKg 6	,656	,006	-,184	,086	,167
ZKg 7	,409	,229	,085	,273	,280
ZKg 8	,356	,221	-,004	,207	,106
ZKg 9	,371	,297	,057	-,090	,190
ZKg 10	,520	,188	,024	,007	,123

Rotated Component Matrix					
	Component				
	1	2	3	4	5
ZKg 11	,579	,176	,062	-,146	,163
ZKg 12	,233	-,001	-,166	,081	-,203
ZPv 1	,201	,218	-,185	,268	,090
ZPv 2	,325	,459	,227	,017	,122
ZPv 3	,218	,427	,045	,070	,162
ZPv 4	-,017	,324	,125	,294	,246
ZPv 5	-,016	,399	,081	,276	,123
ZPv 6	-,103	,401	-,158	,203	,075
ZPv 7	,063	,391	,115	,323	,061
ZPv 8	,218	,386	-,264	,004	,238
ZPv 9	-,074	,487	,044	,016	,338
ZPv 10	,289	,578	-,076	-,148	,012
ZPv 11	,167	,433	-,181	,357	-,132
ZPv 12	,219	,245	,400	,060	-,030
ZMt 1	,250	,290	-,046	,308	-,063
ZMt 2	,260	,299	-,186	,342	-,014
ZMt 3	,022	,103	-,087	,756	,039
ZMt 4	,391	-,047	,025	,321	,226
ZMt 5	,322	,098	-,104	,309	-,110
ZMt 6	,260	,391	,148	,435	-,073
ZMt 7	,010	,288	-,057	,314	,115
ZMt 8	,130	,292	,068	,443	,067
ZMt 9	,143	,145	-,078	,290	,146
ZMt 10	,188	,189	-,037	,407	,294
ZMt 11	,095	,322	,124	,428	,162
ZMt 12	-,044	,188	-,222	,287	,305

Rotated Component Matrix					
	Component				
	1	2	3	4	5
ZKR 1	-,044	,016	-,563	-,090	,163
ZKR 2	,196	,268	,214	,165	,343
ZKR 3	,385	,216	,343	,236	-,139
ZKR 4	,386	,307	,316	,015	-,008
ZKR 5	,210	,188	,377	,155	-,031
ZKR 6	,003	,096	-,425	-,183	-,281
ZKR 7	,009	-,232	-,651	-,095	,173
ZKR 8	-,025	,018	-,516	-,166	-,063
ZKR 9	-,080	-,114	-,580	,124	,181
ZKR 10	,120	-,161	-,566	-,012	-,190
ZKR 11	,321	,061	-,451	,203	,157
ZKR 12	,110	,029	,219	-,051	,053

Extraction Method: Principal Component Analysis.

Rotation Method: Varimax with Kaiser Normalization.

ДОДАТОК Г.1

Оригінальний опитувальник «Диференціальна діагностика схильності особистості до заздрощів» (ДІЗА)

Україномовний варіант

Інструкція. Перед Вами опитувальник, що містить різні твердження, і бланк, на якому передбачено 4 варіанти відповідей: «Так»; «Мабуть, так»; «Мабуть, ні»; «Ні». Ваше завдання погодитися або не погодитися з кожним із тверджень, вибрати той варіант відповіді, котрий найбільш Вам підходить, і хрестиком позначити його в бланку для відповідей. Відповідаючи, перевіряйте, щоб номер твердження співпадав з тим же номером у бланку для відповідей. Дуже важливо, щоб Ваші відповіді були відвертими. Конфіденційність даних гарантується. Дякуємо за участь у дослідженні!

Шкала 1

1. Мене турбує перевага інших людей наді мною
2. Мене дратують успіхи людей, менш здатних, чим я
3. Мені неприємно, коли при мені хвалять інших людей, котрі на це не заслуговують
4. Мене зачіпає, коли мої знайомі одягаються краще, модніше за мене
5. Мене дратує, коли мене порівнюють з людьми, яких я не поважаю
6. Мені образливо, коли моя мрія легко збувається у кого-небудь іншого
7. Мене дратують люди, котрі виставляють свої успіхи і придбання напоказ
8. Буває, я злюся на себе, оскільки не можу добитися того, що без особливих зусиль досягають інші
9. Мені може зіпсувати настрій той факт, що хтось із знайомих купив нову дорогу машину або квартиру, про яку я давно мрію
10. Мене дратують люди, яким все легко дається
11. Мені прикро, що іншим більше таланить, ніж мені
12. Мені буває сумно тому, що інші, на відміну від мене, можуть дозволити собі багато подорожувати

Шкала 2

1. Я завжди хочу зрозуміти, чому я менш успішний, чим інші
2. Часто я в думках дорікаю собі в тому, що не можу влаштувати своє життя так, як це роблять інші
3. Я думаю, що якщо я і заздрю кому-небудь, то тільки «білою» заздрістю
4. Часто в своїх фантазіях я одержую всі переваги, яких у мене немає
5. Я глибоко переконаний, що багатьом, але не мені, везе «на рівному місці»
6. На тлі чужих успіхів, я гостріше усвідомлюю власні невдачі
7. Я часто думаю про те, що комусь живеться краще, ніж мені, і хтось одержує більше задоволення від життя, чим я
8. Я припускаю, що в моєму оточенні багато людей, котрі мені заздрять
9. Буває, я замислююся про те, що мої бажання набагато вищі за мої можливості
10. Я часто думаю, що я невдаха
11. У мене часто виникає думка, що ті, хто раніше був «мого рівня» зараз досягли набагато більшого, ніж я
12. Я думаю, що мої права і можливості повинні дорівнювати правам і можливостям більшості людей

Шкала 3

1. Я не люблю програвати тим, хто слабкіше за мене
2. У мене «опускаються руки», коли бачу, що всі навколо успішні, а я – ні
3. Іноді я уникаю контакту з тими, хто в чомусь мене перевершують
4. Я не проти того, щоб поклепати (попліткувати)
5. Я люблю похвастати своїми успіхами і досягненнями
6. Я прагну підтримувати свій зовнішній вигляд на рівні сучасної моди
7. Я не приховую свою перевагу над іншими людьми
8. Чужий успіх викликає у мене бажання якось зарадити своєму життю
9. Я часто дію під впливом хвилинних бажань
10. Іноді, щоб досягти успіху в житті, мені доводиться відповідати очікуванням інших
11. Я все зроблю задля того, щоб стати повноцінним членом суспільства, добитися успіху, престижу, шани, слави

12. Я швидко втрачаю терпіння і все кидаю, якщо відстаю від інших

Шкала 4

1. У досягненнях я прагну відповідати загальноприйнятим стандартам, щоб бути прийнятим суспільством
2. Я намагаюся розвинути в собі такі ж здібності, як у значущих для мене людей
3. Я прагну відповідати сучасній моді і прагну підкреслити свій імідж необхідними атрибутами успіху
4. Побачивши чужого достатку і процвітання, я згадую про свої незадоволені потреби
5. Я теж хочу, як інші насолоджуватися життям, не докладаючи при цьому зусиль
6. Володіння тим, чого немає у інших, допомагає мені відчувати перевагу над іншими
7. Я прагну підвищити свій соціальний статус, щоб бути поважним членом суспільства
8. Мені хочеться стати більш значущим в очах оточуючих мене людей, щоб отримати більше любові та уваги
9. Дуже соромно і принизливо, коли значущі люди вважають тебе невдахою
10. Я часто порівнюю себе з іншими, щоб зрозуміти, чого мені не вистачає і що потрібно зробити
11. Деколи саме моя увага до когось успішного дає мені сили і енергію вдосконалювати себе
12. У мені завжди є пристрасне бажання «переплюнути» конкурентів і зайняти вищу позицію

Шкала 5

1. Я завжди вмію приборкати свою заздрість
2. Я не завжди можу приховати незадоволеність, при несподіваному повідомленні про великий успіх моїх конкурентів
3. У мене «все валиться з рук», коли хтось поряд успішніше за мене
4. Мені важко контролювати свої реакції, коли я програю в чому-небудь
5. По виразу мого обличчя можна здогадатися, що я заздрю
6. Я прагну «не фіксуватися» на своєму переживанні заздрості
7. Я завжди можу строго контролювати свою поведінку, коли я комусь заздрю

8. Навіть якщо я заздрю комусь, то своїм видом цього не показую
9. Як би мене не брала досада за свої невдачі, оточуючі ніколи цього не помітять
10. Коли я переживаю заздрощі, то шукаю способи, як їх позбавитися
11. Як правило, я приховую заздрість до успіху своїх друзів
12. Завжди помітно, що у мене «опускаються руки», коли оточуючі легше і успішніше за мене досягають своїх цілей

Бланк до інструкції №2

П.І.Б. _____ Дата _____ Вік _____

Шкала 1					Шкала 2				Шкала 3				Шкала 4				Шкала 5			
	Так	Скоріше, так	Скоріше, ні	Ні		Так	Скоріше, так	Скоріше, ні	Ні		Так	Скоріше, так	Скоріше, ні	Ні		Так	Скоріше, так	Скоріше, ні	Ні	
1					1					1					1					
2					2					2					2					
3					3					3					3					
4					4					4					4					
5					5					5					5					
6					6					6					6					
7					7					7					7					
8					8					8					8					
9					9					9					9					
10					10					10					10					
11					11					11					11					
12					12					12					12					

Бланковий ключ-дешифратор до оригінальної методики

«Диференціальна діагностика схильності особистості до заздрощів» (ДІЗА)

Шкала 1					Шкала 2				Шкала 3				Шкала 4				Шкала 5			
	Так	Скоріше, так	Скоріше, ні	Ні		Так	Скоріше, так	Скоріше, ні	Ні		Так	Скоріше, так	Скоріше, ні	Ні		Так	Скоріше, так	Скоріше, ні	Ні	
1					1					1					1	x	x	x	x	
2					2					2					2					
3					3					3					3					
4					4					4					4					
5					5					5					5					
6					6					6					6	x	x	x	x	
7					7					7					7	x	x	x	x	
8					8					8					8	x	x	x	x	
9					9					9					9	x	x	x	x	
10					10					10					10	x	x	x	x	
11					11					11					11	x	x	x	x	
12					12					12					12					

Таблиця 2.3

Ключ-дешифратор до оригінальної методики «Диференціальна діагностика схильності особистості до заздрощів» (ДІЗА)

№	Показники	Прямі питання	Зворот.пит.
1	ZEm – емоційний компонент	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10,11,12	
2	ZKg – когнітивний компонент	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10,11,12	
3	ZPv – поведінковий компон.	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10,11,12	
4	ZMt – мотиваційний компон.	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10,11,12	
5	ZKR – контроль-регулятивний компонент	2, 3, 4, 5, 12	1, 6, 7, 8, 9, 10, 11
6	ZZag – композитна оцінка	ZZag = (ZEm + ZKg + ZPv + ZMt): 4	

ДОДАТОК Г.2

Оригинальный опросник «Дифференциальная диагностика склонности личности к зависти» (ДИЗА)

Русскоязычный вариант

Инструкция. Перед Вами опросник, содержащий различные утверждения, и бланк, на котором предусмотрено 4 варианта ответов: «Да»; «Скорее, да»; «Скорее, нет»; «Нет». Ваша задача – согласиться или не согласиться с каждым из утверждений, выбрать тот вариант ответа, который наиболее Вам подходит, и крестиком обозначить его в бланке для ответов. Отвечая, проверяйте, чтобы номер утверждения совпадал с таким же номером в бланке для ответов.

Постарайтесь, чтобы Ваши ответы были откровенными. Конфиденциальность и неразглашение Ваших данных гарантируется. Большое спасибо за участие в исследовании!

Шкала 1

1. Меня беспокоит преимущество других людей надо мной
2. Меня раздражают успехи людей, менее способных, чем я
3. Мне неприятно, когда при мне незаслуженно хвалят других людей
4. Меня задевает, когда мои знакомые одеваются лучше, моднее меня
5. Меня бесит, когда меня сравнивают с людьми, которых я не уважаю
6. Мне обидно, когда моя сокровенная мечта легко сбывается у кого-нибудь другого
7. Меня раздражают люди, выставляющие свои успехи и приобретения напоказ
8. Бывает, я злюсь на себя, так как не могу добиться того, что без особого труда достигают другие
9. Мне может испортить настроение тот факт, что кто-то из знакомых купил новую дорогую машину или квартиру, о которой я давно мечтаю
10. Меня раздражают люди, которым все легко даётся
11. Мне досадно, что другие более удачливы, чем я
12. Мне бывает грустно оттого, что другие, в отличие от меня, могут позволить себе много путешествовать

Шкала 2

1. Я всегда хочу понять, почему я менее успешен, чем другие
2. Часто я мысленно упрекаю себя в том, что не могу устроить свою жизнь так, как это делают другие
3. Я думаю, что если я и завидую кому-либо, то только «белой» завистью
4. Часто в своих фантазиях я получаю все преимущества, которых у меня нет
5. Я глубоко убежден, что многим, но не мне, везёт «на ровном месте»
6. На фоне чужих успехов, я острее осознаю собственные неудачи
7. Я часто думаю о том, что кому-то живётся лучше, чем мне, и кто-то получает большее удовольствие от жизни, чем я
8. Я предполагаю, что в моём окружении много людей, которые мне завидуют
9. Бывает, я задумываюсь о том, что мои желания намного выше моих возможностей
10. Я часто думаю, что я неудачник
11. У меня часто возникает мысль, что те, кто раньше был «моего уровня» сейчас достигли намного большего, чем я
12. Я думаю, что мои права и возможности должны равняться правам и возможностям большинства людей

Шкала 3

1. Я не люблю проигрывать тем, кто слабее меня
2. У меня опускаются руки, когда вижу, что все вокруг успешные, а я – нет
3. Иногда я избегаю контакта с теми, кто в чем-то меня превосходит
4. Я не против того, чтобы посплетничать
5. Я люблю похвастать своими успехами и достижениями
6. Я стараюсь поддерживать свой внешний вид на уровне современной моды
7. Бывает, что я не скрываю своё превосходство над другими людьми
8. Чужой успех вызывает у меня желание что-то изменить в своей жизни
9. Я часто действую под влиянием сиюминутных желаний
10. Иногда, чтобы преуспеть в жизни, мне приходится соответствовать ожиданиям других
11. Я всё сделаю для того, чтобы стать полноценным членом общества, добиться успеха, престижа, почета, славы

12. Я быстро теряю терпение и все бросаю, если отстаю от других

Шкала 4

1. В достижениях я стараюсь соответствовать общепринятым стандартам, чтобы быть принятым обществом

2. Я стараюсь развить в себе такие же способности, как у значимых для меня людей

3. Я стремлюсь соответствовать современной моде и стараюсь подчеркнуть свой имидж необходимыми атрибутами успеха

4. При виде чужого достатка и процветания, я больше чувствую свои неудовлетворённые нужды и потребности

5. Я тоже хочу, как другие наслаждаться жизнью, не прилагая при этом усилий

6. Обладание тем, чего нет у других, помогает мне ощутить власть и превосходство над другими

7. Я стремлюсь повысить свой социальный статус, чтобы быть уважаемым членом общества

8. Мне хочется стать более значимым в глазах окружающих меня людей, чтобы получить больше любви и внимания

9. Ужасно стыдно и унижительно, когда значимые люди считают тебя неудачником

10. Я часто сравниваю себя с другими, чтобы понять, чего мне не хватает и что нужно сделать

11. Порой именно мое внимание к кому-то даёт мне силы и энергию совершенствовать себя

12. Во мне всегда есть страстное желание «переплюнуть» конкурентов и занять высшую позицию

Шкала 5

1. Я всегда умею «обуздать» свою зависть

2. Я не всегда могу скрыть недовольство, при неожиданном сообщении о большом успехе моих конкурентов

3. У меня «всё валится из рук», когда кто-то рядом успешнее меня

4. Мне трудно контролировать свои реакции, когда я проигрываю в чём-либо

5. По выражению моего лица можно догадаться, что я завидую

6. Я стараюсь «не заикливаться» на своём переживании зависти

7. Я всегда в состоянии строго контролировать своё поведение, когда я кому-то завидую
8. Даже если я завидую кому-то, то своим видом этого не показываю
9. Как бы я ни был раздосадован своими неудачами, окружающие никогда этого не заметят
10. Переживая зависть и неудовлетворённость, я не отступаю, а ищу способы, как от них избавиться
11. Как правило, я скрываю зависть к успеху своих друзей
12. Обычно заметно, что у меня «опускаются руки», когда окружающие легче и успешнее меня добиваются своих целей

Бланк к инструкции №2

Ф.И.О. _____ Дата _____ Возраст _____

Шкала 1					Шкала 2				Шкала 3				Шкала 4				Шкала 5			
	Да	Скорее, да	Скорее, нет	Нет		Да	Скорее, да	Скорее, нет	Нет		Да	Скорее, да	Скорее, нет	Нет		Да	Скорее, да	Скорее, нет	Нет	
1					1					1					1					
2					2					2					2					
3					3					3					3					
4					4					4					4					
5					5					5					5					
6					6					6					6					
7					7					7					7					
8					8					8					8					
9					9					9					9					
10					10					10					10					
11					11					11					11					
12					12					12					12					

Бланковый ключ-дешифратор к оригинальной методике

«Дифференциальная диагностика склонности личности к зависти» (ДИЗА)

Шкала 1				Шкала 2				Шкала 3				Шкала 4				Шкала 5			
	Да	Скорее, да	Скорее, нет	Нет		Да	Скорее, да	Скорее, нет	Нет		Да	Скорее, да	Скорее, нет	Нет		Да	Скорее, да	Скорее, нет	Нет
1					1					1					1	x	x	x	x
2					2					2					2				
3					3					3					3				
4					4					4					4				
5					5					5					5				
6					6					6					6	x	x	x	x
7					7					7					7	x	x	x	x
8					8					8					8	x	x	x	x
9					9					9					9	x	x	x	x
10					10					10					10	x	x	x	x
11					11					11					11	x	x	x	x
12					12					12					12				

Ключ-дешифратор к оригинальной методике «Дифференциальная

диагностика склонности личности к зависти» (ДИЗА)

№	Показатели	Прямые вопросы	Обрат.вопр.
1	ZEm – эмоциональный компон.	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10,11,12	
2	ZKg – когнитивный компон.	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10,11,12	
3	ZPv – поведенческий компон.	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10,11,12	
4	ZMt – мотивационный компон.	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10,11,12	
5	ZKR – контрольно-регулятивный компонент	2, 3, 4, 5, 12	1, 6, 7, 8, 9, 10, 11
6	ZZag – композитная оценка	ZZag = (ZEm + ZKg + ZPv + ZMt): 4	

ДОДАТОК Д

Таблиця Д.1

**Значимі коефіцієнти кореляцій між усіма структурними
показниками заздрісності (n=253)**

Показники заздрісності									
За тестом ДІЗА	За методикою «Шкала самооцінки показників заздрісності»								
	ZLS	ZChS	ZStS	ZInS	ZGlS	ZEmS	ZKgS	ZPvS	ZKRS
ZEm	468**	473**	254**	482**	211**	468**	482**	410**	
ZKg	342**	218**	446**	308**	539**	342**	408**	345**	
ZPv	408**	463**	207**	351**	257**	403**	452**	357**	
ZMt	438**	411**	395**	423**	591**	417**	443**	390**	
ZKR	526**	432**	436**	322**	436**	424**	333**	436**	
ZZag	414**	391**	325**	391**	400**	466**	512**	432**	
ZUst	489**	417**	451**	303**	434**	389**	312**	331**	

Примітка: 1) умовні позначення формально-динамічних показників заздрісності: ZLS – легкість виникнення заздрості, ZChS – широта розповсюдження заздрості, ZStS – стійкість переживання заздрощів, ZInS – інтенсивність заздрісних проявів, ZGlS – глибина заздрісних переживань; 2) ZUst – установчий показник схильності до заздрощів (показник соціально-імперативного рівня заздрісності).

У табл. Д.1 надані значимі коефіцієнти кореляцій між усіма структурними показниками заздрісності. Аналіз табл. Д.1 свідчить про те, що майже усі показники схильності до заздрощів, котрі діагностовано розробленими методиками, пов'язані між собою на значимому додатному 1%-ому рівні. Це свідчить про те, що кожний якісний показник містить у собі формально-динамічні, змістовні та соціально-імперативні ознаки. Формально-динамічні характеристики «задають» динаміку та особливості перебігу кожного якісного показника заздрісності.

ДОДАТОК Е

Мануали оригінальних методик: «Диференціальна діагностика схильності особистості до заздрощів» (ДІЗА), «Шкала самооцінки показників заздрисності»; «Соціальні настанови особистості відносно заздрощів».

Таблиця Е.1

Мануал процедури «Шкала самооцінки показників заздрисності»

Система основних позицій	Характеристики методики
I. Загальні відомості про методику	Психодіагностична процедура «Шкала самооцінки показників заздрисності». Автори: Саннікова Ольга Павлівна, Лісовенко Анна Федорівна (2016). Ця методика являє собою модифікацію процедури «Розміщення себе на шкалі» Т. Дембо і С. Рубінштейн.
II. Діагностична мета	Діагностує такі показники заздрисності: шкала 1 – легкість виникнення заздрості (ZLS), шкала 2 – широта розповсюдження заздрості (ZChS), шкала 3 – стійкість переживання заздрощів (ZStS), шкала 4 – інтенсивність заздрисних проявів (ZInS), шкала 5 – глибина заздрисних переживань (ZGlS), шкала 6 – показник емоційного переживання заздрощів (ZEmS), шкала 7 – показник когнітивного переживання заздрощів (ZKgS), шкала 8 – показник поведінкового переживання заздрощів (ZPvS), шкала 9 – показник контролю і регуляції заздрощів (ZKRS).
III. Призначення	Для диференціального діагнозу, для наукового дослідження, для практичних цілей.
IV. Короткий опис методики (комплектність)	Стимульний матеріал включає: інструкцію для досліджуваних; бланки, на котрих зображені відрізки прямих (шкал); описи кожної шкали. Результат обчислюється в балах. Максимальне значення – 10 балів за кожною шкалою.
V.	Стандартизація проводилася на базі Дрогобицького державного

Стандартизація шкал	педагогічного університету ім. І. Франка (227 осіб). Результати перевірки методики на валідність і надійність високі ($p < 0.01$).
VI. Вимоги до користувача	Діагностику може здійснювати психолог-дослідник, практикуючий психолог.
VII. Вибірка	Для дорослих від 18 до 45 років.
VIII. Характеристика терміну дослідження	Чітких обмежень в часі роботи з тест-опитувальником немає (від 10 до 20 хвилин). Не застосовується в стресогенних умовах (ситуація іспиту, при емоціогенних подіях в житті досліджуваних).
IX. Ситуація дослідження	Для практичних цілей бажана ситуація «клієнта». У наукових цілях можлива ситуація «експертизи».
X. Наявність паралельних тестів	Оригінальна методика «Диференціальна діагностика схильності особистості до заздрощів» (ДІЗА); методика «Соціальні настанови особистості відносно заздрощів»; методика дослідження заздрісності особистості (МІЗЛ) Т.В. Бескової; Тест «Нарцисичні риси особистості» О.А. Шамшикової, Н.М. Клепікової (шкала «Надзайнятість почуттям заздрості».
XI. Внесок співавторів	Розробка методологічних принципів і концепції, на котрих заснований теоретичний конструкт методики, розробка стратегічних задач, керівництво процесом стандартизації методики, участь у статистичній обробці даних належить доктору психологічних наук, професору О.П. Санніковій. Обґрунтування й опис теоретичного конструкту методики, (рівневої структури заздрісності та її показників), постановка додаткових дослідницьких завдань, проведення емпіричних процедур, аналіз анкет-самозвітів, збір та математико-статистичну обробку емпіричних даних здійснювала аспірантка А.Ф. Лісовенко.

Таблиця Е.2

Опис і мануал методики «Соціальні настанови особистості відносно заздрощів»

Система основних позицій	Характеристики методики
I. Загальні відомості про методику	Методика «Соціальні настанови особистості відносно заздрощів». Автори: Саннікова Ольга Павлівна, Лісовенко Анна Федорівна (2016).
II. Діагностична мета	Діагностує установчий показник заздрісності особистості (ZUst), – рівень особистісного прийняття соціальних настанов стосовно заздрощів.
III. Призначення	Для диференціального діагнозу, для наукового дослідження, для практичних цілей.
IV. Короткий опис методики (комплектність)	Стимульний матеріал включає: інструкцію для досліджуваних та бланк, на на якому передбачено 4 варіанти відповідей: «Так»; «Скоріше, так»; «Скоріше, ні»; «Ні». Результат обчислюється в балах. Максимальне значення – 168 балів, мінімальне – 0 балів.
V. Стандартизація шкал	Стандартизація проводилася на базі Дрогобицького державного педагогічного університету ім. І. Франка (227 осіб). Результати перевірки методики на валідність і надійність високі ($p < 0.01$).
VI. Вимоги до користувача	Діагностику може здійснювати психолог-дослідник, практикуючий психолог.
VII. Вибірка	Для дорослих від 18 до 45 років.
VIII. Характеристика терміну дослідження	Чітких обмежень в часі роботи з тест-опитувальником немає (від 20 до 30 хвилин). Не застосовується в стресогенних умовах (ситуація іспиту, при емоціогенних подіях в житті досліджуваних).
IX.	Для практичних цілей бажана ситуація «клієнта». У наукових

Ситуація дослідження	цілях можлива ситуація «експертизи».
Х. Наявність паралельних тестів	Оригінальна методика «Диференціальна діагностика схильності особистості до заздрощів» (ДІЗА); психодіагностична процедура «Шкала самооцінки показників заздрисності»; методика дослідження заздрисності особистості (МІЗЛ) Т.В. Бескової; тест «Нарцисичні риси особистості» О.А. Шамшикової, Н.М. Клепікової (шкала «Надзайнятість почуттям заздрості».
ХІ. Внесок співавторів	Розробка методологічних принципів і концепції, на котрих заснований теоретичний конструкт методики, розробка стратегічних задач, керівництво процесом стандартизації методики, участь у статистичній обробці даних належить доктору психологічних наук, професору О.П. Санніковій. Обґрунтування й опис теоретичного конструкту методики, (рівневої структури заздрисності та її показників), постановка додаткових дослідницьких завдань, проведення емпіричних процедур, аналіз анкет-самозвітів, збір та математико-статистичну обробку емпіричних даних здійснювала аспірантка А.Ф. Лісовенко.

Таблиця Е.3

Мануал Оригінальної методики «Диференціальна діагностика схильності особистості до заздрощів» (ДІЗА)

Система основних позицій	Характеристики методики
I. Загальні відомості про методику	Оригінальна методика «Диференціальна діагностика схильності особистості до заздрощів» (ДІЗА). Автори: Саннікова Ольга Павлівна, Лісовенко Анна Федорівна (2016).
II. Діагностична мета	Діагностує такі показники схильності до заздрощів: емоційний (ZEm), когнітивний (ZKg), поведінковий (ZPv), мотиваційний (ZMt), контроль-регулятивний (ZKR) та загальний показник схильності до заздрісності (ZZag).
III. Призначення	Для диференціального діагнозу, для наукового дослідження, для практичного застосування
IV. Короткий опис методики (комплектність)	Стандартна інструкція для досліджуваних, 60 питань (по 12 на кожний показник; бланк для відповідей, побудованих за принципом вибору одного з чотирьох варіантів відповідей : «Так»; «Скоріше, так»; «Скоріше, ні»; «Ні»). Результат обчислюється в балах. Максимальне значення – 48 балів за кожним показником. Загальний показник заздрісності – композитна оцінка. $ZZag = (ZEm + ZKg + ZPv + ZMt): 4$
V. Стандартизація шкал	Стандартизація проводилася на базі Дрогобицького державного педагогічного університету ім. І. Франка (227 осіб). Результати перевірки методики на валідність і надійність високі ($p < 0.01$).
VI. Вимоги до користувача	Діагностику може здійснювати психолог-дослідник, практикуючий психолог.
VII.	Для дорослих від 18 до 45 років.

Вибірка	
VIII. Характеристика терміну дослідження	Чітких обмежень в часі роботи з тест-опитувальником немає (від 30 до 40 хвилин). Не застосовується в стресогенних умовах (ситуація іспиту, при емоціогенних подіях в житті досліджуваних).
IX. Ситуація дослідження	Для практичних цілей бажана ситуація «клієнта». У наукових цілях можлива ситуація «експертизи».
X. Наявність паралельних тестів	Психодіагностична процедура «Шкала самооцінки показників заздрісності»; методика «Соціальні настанови особистості відносно заздрощів»; методика дослідження заздрісності особистості (МІЗЛ) Т.В. Бескової; Тест «Нарцисичні риси особистості» О.А. Шамшикової, Н.М. Клепікової (шкала «Надзайнятість почуттям заздрості»).
XI. Внесок співавторів	Розробка методологічних принципів і концепції, на котрих заснований теоретичний конструкт методики, розробка стратегічних задач, керівництво процесом стандартизації методики, участь у статистичній обробці даних належить доктору психологічних наук, професору О.П. Санніковій. Обґрунтування й опис теоретичного конструкту методики, (рівневої структури заздрісності та її показників), постановка додаткових дослідницьких завдань, проведення емпіричних процедур, аналіз анкет-самозвітів, збір та математико-статистичну обробку емпіричних даних здійснювала аспірантка А.Ф. Лісовенко.

ДОДАТОК Ж

Таблиця Ж.1

Значення t-критерію Ст'юдента між однойменними показниками «Шкали психологічного благополуччя» К. Ріфф (у адаптації Т.Д. Шевеленкової, Т.П. Фесенко) у групах, що порівнюються

Групи, що порівнюємо	Знач. t-крит. за показн. «Шкали психологічного благополуччя»									
	PB1	PB2	PB3	PB4	PB5	PB6	PB7	PB8	PB9	PB10
гр.ZEm/ZKg	0,19**	0,56**	1,24**	0,79**	1,40**	0,99**	1,29**	1,96**	0,41**	
гр.ZEm/ZPv	-2,76**	0,82**	-1,22**	-0,68**	-0,82**	-1,59**	-1,35**	-1,22**	-1,11**	-1,87**
гр.ZEm/ZKR	-6,27**	-4,82**	-5,43**	-3,63**	-2,83**	-3,74**	-6,29**	-2,98**	-3,95**	-6,41**
гр.ZKg/ZPv	-2,99**	0,43**	-2,91**	-1,94**	-2,59**	-3,29**	-3,21**	-3,08**	-2,07**	-2,09**
гр.ZKg/ZKR	-6,22**	-5,43**	-6,92**	-4,38**	-4,73**	-6,06**	-8,15**	-5,29**	-4,93**	-5,16**
гр.ZPv/ZKR	-2,74**	-4,73**	-3,86**	-2,64**	-1,76**	-2,18**	-4,22**	-1,59**	-2,66**	-3,89**
Zmax/Zmin	6,61**	6,29**	7,11**	3,75**	3,35**	7,58**	8,22**	2,01**	3,79**	3,90**

Примітка: тут і далі (у наступних таблицях) 1) позначка ** – значима відмінність на рівні $p \leq 0,01$; позначка * – на рівні $p \leq 0,05$.

Таблиця Ж.2

Значення t-критерію Ст'юдента між однойменними показниками методики «Емоційний інтелект» Н. Холла та тесту «Впевненість у собі» В.Г. Ромека у групах, що порівнюються

Групи, що порівнюємо	«Емоційний інтелект»						«Впевненість у собі»		
	EiEo	EiUe	EiSm	EiEm	EiRe	EiIu	UVs	USs	UIsk
гр.ZEm/ZKg	-1,69**	-1,54**	-0,63**	-0,43**	-0,82**	-1,34**	-0,21**	-0,29**	0,20**
гр.ZEm/ZPv	-2,78**	-2,01**	-2,69**	-1,48**	-2,01**	-2,89**	-1,20**	-0,59**	-0,30**
гр.ZEm/ZKR	-4,03**	-6,97**	-5,74**	-2,93**	-4,35**	-6,44**	-3,65**	-5,62**	-0,47**
гр.ZKg/ZPv	-1,01**	-0,31**	-1,80**	-0,68**	-0,87**	-1,15**	-0,92**	-0,39**	-0,28**
гр.ZKg/ZKR	-2,66**	-5,89**	-5,50**	-2,50**	-3,92**	-5,30**	-4,01**	-6,10**	-0,57**
гр.ZPv/ZKR	-1,72**	-4,34**	-3,32**	-1,73**	-2,86**	-4,14**	-2,36**	-4,77**	
Zmax/Zmin	2,94**	6,19**	5,14**	2,90**	3,94**	5,56**	5,86**	7,14**	2,04**

Таблиця Ж.3

Значення t-критерію Ст'юдента між однойменними показниками «Тесту на стресс і депресію. 8-факторного особистісного опитувальника Ч.Д.Спілбергера (в адаптації О.М.Радюка) у групах, що порівнюються

Групи, що порівнюємо	Знач. t-крит. в групах за шкалами «Тесту на стресс і депресію»								
	SiI	SiA	SiT	SiD	ScI	ScA	ScT	ScD	ScZg
гр.ZEm/ZKg	-0,41**	0,40**	-0,41**	-0,43**	0,75**	0,48**	-0,39**	-1,08**	-0,51**
гр.ZEm/ZPv	-1,64**	0,53**	-0,16**	1,77**	-0,23**	1,18**	0,60**	1,32**	1,27**
гр.ZEm/ZKR	-2,31**	4,68**	3,24**	4,58**	-2,15**	4,71**	5,63**	3,30**	6,16**
гр.ZKg/ZPv	-1,46**		0,49**	2,43**	-1,04**	0,63**	0,90**	2,43**	1,67**
гр.ZKg/ZKR	-2,48**	3,40**	3,58**	4,76**	-3,65**	3,76**	6,03**	5,30**	6,36**
гр.ZPv/ZKR	-0,62**	4,37**	3,72**	2,56**	-1,53**	3,67**	4,96**	2,38**	4,34**
Zmax/Zmin	2,58**	-5,52**	-6,91**	-5,41**	1,17**	-5,11**	-9,66**	-5,43**	-8,84**

Таблиця Ж.4

Значення t-критерію Ст'юдента між однойменними показниками тесту «Діагностика ворожості» (за шкалою Кука-Медлей) та тесту «Способи опановуючої поведінки» Р. Лазаруса, С. Флокмана у групах, що порівнюються

Групи, що порівнюємо	«Ворожість»			«Способи опановуючої поведінки»							
	VCn	Vag	VVr	Knf	KDis	KSk	KPp	KVd	KUn	KPln	KPer
гр.ZEm/ZKg	-1,7**	0,13*	1,24**	0,91**	-0,4**	-0,8**	0,59**	-0,2**		-0,12*	-0,3**
гр.ZEm/ZPv	0,89**	0,52**	0,71**	0,15*	-0,5**	-0,4**	-1,3**	1,33**	0,88**	-0,4**	-0,9**
гр.ZEm/ZKR	1,98**	2,74**	5,38**	3,58**	1,97**	-1,9**	0,84**	1,93**	4,67**	-2,2**	-2,8**
гр.ZKg/ZPv	2,39**	0,35**	-0,3**	-0,8**		0,30**	-1,8**	1,26**	0,52**	-0,4**	-1,0**
гр.ZKg/ZKR	2,90**	2,71**	3,75**	3,36**	2,02**	-1,0**	0,31**	2,03**	4,78**	-2,1**	-2,4**
гр.ZPv/ZKR	0,97**	2,56**	4,58**	3,56**	2,53**	-1,3**	2,37**	1,01**	4,26**	-1,6**	-1,4**
Zmax/Zmin	-6,3**	-3,7**	-6,2**	-4,6**	-3,4**	0,77**	-1,9**	-1,4**	-7,1**	3,44**	2,19**

Таблиця Ж.5

Значення t-критерію Ст'юдента між однойменними показниками

Фрайбургського особистісного опитувальника (FPI) у групах, що порівнюються

Групи, що порівнюємо	Значення t-критерію в групах за шкалами методики FPI					
	FI	FII	FIII	FIV	FV	FVI
гр.ZEm/ZKg	2,01**	-0,51**	1,52**	3,02**		0,22**
гр.ZEm/ZPv	2,64**	-1,80**	0,62**	-0,35**	-3,02**	-0,43**
гр.ZEm/ZKR	9,14**	0,94**	3,14**	6,67**	-3,94**	0,32**
гр.ZKg/ZPv	0,50**	-1,74**	-0,81**	-3,27**	-3,43**	-0,96**
гр.ZKg/ZKR	5,48**	1,36**	0,74**	3,91**	-4,97**	0,38**
гр.ZPv/ZKR	6,33**	2,79**	1,52**	7,16**	-0,14*	1,09**
Zmax/Zmin	-9,49**	-0,89**	-2,37**	-6,40**	3,38**	-1,17**
Групи, що порівнюємо	Значення t-критерію в групах за шкалами методики FPI					
	FVII	FVIII	FIX	FX	FXI	FXII
гр.ZEm/ZKg	1,81**	-0,57**	1,61**	1,08**	1,45**	0,60**
гр.ZEm/ZPv	0,80**	0,38**	0,64**	-2,54**	1,60**	-0,89**
гр.ZEm/ZKR	3,73**	3,44**	1,64**	-2,44**	8,39**	-1,05**
гр.ZKg/ZPv	-0,85**	0,90**	-1,29**	-3,71**	-0,21**	-1,45**
гр.ZKg/ZKR	1,37**	4,14**	0,34**	-4,55**	5,83**	-1,99**
гр.ZPv/ZKR	2,76**	3,50**	1,50**	0,51**	7,43**	-0,22**
Zmax/Zmin	-2,59**	-5,96**	-3,07**	1,47**	-9,42**	2,48**

Таблиця Ж.6

Значення t-критерію Ст'юдента між однойменними показниками «16-PF особистісного опитувальника» Р. Кеттелла у групах, що порівнюються

Групи, що порівнюємо	Знач. t-критерію в групах за шкалами методики 16-PF Р.Кеттелла									
	A	C	E	F	G	H	I	L	M	N
гр.ZEm/ZKg	-0,19**	-2,51**		-2,16**	-0,53**	-2,35**	0,18**	0,82**	0,56**	-1,08**
гр.ZEm/ZPv	1,25**	1,40**	0,56**	3,46**	-0,17**	3,03**	-1,16**	-0,39**	0,94**	-3,00**
гр.ZEm/ZKR	-0,21**	3,01**		0,35**	-0,26**	1,82**	1,47**	-1,67**	2,51**	-0,27**
гр.ZKg/ZPv	0,71**	3,62**	1,36**	5,20**	0,17**	2,54**	-1,98**	-0,28**	0,92**	-1,55**
гр.ZKg/ZKR	-0,48**	6,70**		2,86**	0,30**	4,71**	1,68**	-3,41**	1,86**	0,44**
гр.ZPv/ZKR	0,99**	-3,38**	1,97**	1,89**	-0,14**	-1,46**	-3,47**	2,50**	-0,58**	-2,78**
Zmax/Zmin	2,28**	14,94**	0,72**	2,00**	1,95**	7,40**	1,49**	-6,67**	3,10**	0,64**
Групи, що порівнюємо	Знач. t-критерію в групах за шкалами методики 16-PF Р.Кеттелла									
	O	Q1	Q2	Q3	Q4	QI	QII	QIII	QIV	
гр.ZEm/ZKg	1,33**	0,65**	-1,71**	-1,5**	0,62**	-1,51**	1,75**	-1,63**		
гр.ZEm/ZPv	-1,80**	2,07**	0,58**	2,05**	-1,48**	3,96**	-1,99**	0,21**	0,93**	
гр.ZEm/ZKR	-2,78**	0,93**	1,42**	2,70**	-2,53**	0,82**	-2,74**	0,26**	1,58**	
гр.ZKg/ZPv	-2,11**	1,79**	1,42**	2,83**	-2,48**	3,71**	-2,83**	3,26**	2,79**	
гр.ZKg/ZKR	-5,18**		3,00**	4,25**	-5,63**	2,88**	-6,24**	2,29**	2,08**	
гр.ZPv/ZKR	3,47**	1,48**	-1,44**	-2,1**	2,71**	0,77**	3,37**	1,20**		
Zmax/Zmin	-13,7**	-0,80**	5,30**	6,23**	-7,21**	3,73**	-11,9**		1,61**	

Таблиця Ж.7

Значення t-критерію Ст'юдента між однойменними показниками «Тесту оцінки нарцисизму» Ф.В. Денеке, Б. Хільгеншток у групах, що порівнюються

Групи, що порівнюємо	Знач. t-критерію в групах за шкалами «Тесту оцінки нарцисизму»									
	N1	N2	N3	N4	N5	N6	N7	N8	N9	N10
гр.ZEm/ZKg	-1,66**	0,70**	0,23**	-0,75**	-2,11**	-0,84**	-1,38**	-1,35**	-1,31**	-0,61**
гр.ZEm/ZPv	0,55**	0,72**	0,41**	-1,15**	0,41**	0,39**	0,48**	0,47**	-1,10**	-1,99**
гр.ZEm/ZKR	5,32**	3,13**	4,91**	-2,34**	4,29**	3,19**	1,85**	1,18**	0,17**	0,41**
гр.ZKg/ZPv	2,12**	-0,22**		-0,62**	1,82**	0,94**	1,50**	1,58**		-1,51**
гр.ZKg/ZKR	5,56**	2,67**	3,69**	-1,84**	5,84**	2,73**	3,67**	2,37**	0,93**	0,99**
гр.ZPv/ZKR	3,25**	2,70**	3,63**	-0,91**	3,35**	2,08**	1,35**	0,97**	1,70**	2,77**
Zmax/Zmin	-8,49**	-7,01**	-5,49**	2,14**	-10,2**	-4,21**	-2,83**	-4,31**	-0,90**	-2,45**
Групи, що порівнюємо	Знач. t-критерію в групах за шкалами «Тесту оцінки нарцисизму»									
	N11	N12	N13	N14	N15	N16	N17	N18	N19	
гр.ZEm/ZKg	-0,66**		0,75**	-1,28**	-1,01**	0,75**		-0,16**	-1,75**	
гр.ZEm/ZPv		0,55**	0,49**		-0,84**	0,85**	0,16**	-0,86**	-0,46**	
гр.ZEm/ZKR	2,70**	4,82**	0,55**	3,26**	-0,63**	-0,50**	2,68**	1,25**	3,04**	
гр.ZKg/ZPv	0,31**	0,16**	-0,61**	1,85**	0,33**			-1,14**	0,79**	
гр.ZKg/ZKR	3,86**	4,49**	-0,42**	3,60**	0,21**	-1,83**	2,91**	1,56**	4,78**	
гр.ZPv/ZKR	3,30**	3,92**	0,38**	2,44**	0,27**	-1,81**	1,86**	2,61**	3,97**	
Zmax/Zmin	-6,63**	-7,20**	0,14*	-4,42**	-0,59**	2,04**	-4,77**	-5,12**	-8,90**	

Таблиця Ж.8

Значення t-критерію Ст'юдента між однойменними показниками тесту «Нарцисичні риси особистості» О.О. Шамшикової, Н.М. Клепікової у групах, що порівнюються

Групи, що порівнюємо	Знач. t-крит. в гр. за шкалами «Нарцисичних рис особистості»								
	NR1	NR2	NR3	NR4	NR5	NR6	NR7	NR8	NR9
гр.ZEm/ZKg	-1,69**	0,61**		0,27**	-0,44**	-3,35**	-0,70**	0,13*	-0,46**
гр.ZEm/ZPv	-1,88**	-0,74**		0,20**	-1,41**	-0,71**	1,03**	1,40**	
гр.ZEm/ZKR		2,37**	0,37**	0,73**	1,85**	1,13**	1,82**	4,11**	1,62**
гр.ZKg/ZPv	-0,41**	-1,43**	-0,23**	-0,43**	-1,05**	2,09**	1,33**	1,25**	0,68**
гр.ZKg/ZKR	1,52**	1,28**	0,29**	0,33**	1,98**	3,70**	2,04**	3,90**	1,91**
гр.ZPv/ZKR	1,63**	2,99**	0,56**	0,83**	2,91**	1,82**	0,33**	2,81**	1,36**
Zmax/Zmin	-3,42**	-4,28**	-1,78**	-2,56**	-4,85**	-4,89**	-3,72**	-7,16**	-2,43**

Таблиця Ж.9

Значення t-критерію Ст'юдента між однойменними показниками «Методики діагностики ірраціональних установок» А. Елліса та «Багатовимірної шкали перфекціонізму» Хьюїтта-Флетта у групах, що порівнюються

Групи, що порівнюємо	«Раціональні установки»						«Перфекціонізм»			
	RU1	RU2	RU3	RU4	RU5	RU6	PfSb	PfIn	PfSp	PfZg
гр.ZEm/ZKg	-1,83**	-0,91**	-1,60**	0,26**	-1,41**	-1,43**	1,00**	0,91**	-1,41**	0,67**
гр.ZEm/ZPv	-1,89**		-2,88**	-0,74**	-3,79**	-2,51**	-1,72**	0,20**	-0,18**	-0,64**
гр.ZEm/ZKR	-3,60**	-1,24**	-3,32**	-2,14**	-7,67**	-4,76**	-0,85**	2,22**	3,07**	1,76**
гр.ZKg/ZPv	0,19**	1,23**	-1,00**	-0,92**	-1,66**	-0,55**	-3,13**	-0,60**	1,36**	-1,16**
гр.ZKg/ZKR	-1,09**		-1,25**	-2,36**	-4,51**	-2,50**	-2,21**	1,43**	5,19**	1,28**
гр.ZPv/ZKR	-1,74**	-1,06**	-0,54**	-1,31**	-3,02**	-2,32**	0,70**	1,84**	2,78**	2,30**
Zmax/Zmin	4,52**	3,25**	4,74**	5,80**	8,64**	7,48**	-1,07**	-2,99**	-5,96**	-5,00**

Таблиця Ж.10

**Значення t-критерію Ст'юдента між однойменними показниками
заздрисності груп осіб з певним типом емоційності**

Групи, що порівнюємо	Значення t-критерію в групах за шкалами методики ДІЗА						
	ZUst	ZEm	ZKg	ZPv	ZMt	ZKR	ZZag
гр. R / Gn	-2,65**	-0,79**	-2,27**	-0,93**	-0,74**	-0,95**	-1,41**
гр. R / St	-2,20**	-2,44**	-3,12**	-2,20**	-1,32**	-1,16**	-2,51**
гр. R / Sum	-4,52**	-5,08**	-3,93**	-5,46**	-3,58**	-4,53**	-6,04**
гр. Gn / St	0,56**	-3,29**	-2,10**	-2,48**	-0,95**	-1,15**	-2,43**
гр. Gn / Sum	-0,57**	-2,58**	-1,57**	-2,63**	-2,06**	-1,83**	-2,75**
гр. St / Sum	-1,21**	-1,13**		-0,57**	-2,04**	-0,74**	-1,13**