

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ
Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Балашовский институт (филиал)

Кафедра педагогики и психологии

**ВЗАИМОСВЯЗЬ ЗАВИСТИ И МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ В
ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ**

АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студентки 5 курса 51 группы
направления подготовки 44.03.02– «Психолого-педагогическое образование»,
профиля подготовки «Практическая психология образования»,
психолого-педагогического факультета
Аникиной Елены Александровны

Научный руководитель
зав. кафедрой педагогики и психологии,
кандидат психологических наук,
доцент _____ О.В. Карина
(подпись, дата)

зав. кафедрой педагогики и психологии
кандидат психологических наук,
доцент _____ О.В. Карина
(подпись, дата)

Балашов 2023

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. Актуальность проблемы заключается в том, что зависть является важнейшим фактором личности, которая оказывает влияние на поступки человека, взаимодействие с окружающим миром и на его социальное положение.

Зависть человека представляет собой черту личности, от которой зависит поступки человека, рассчитанные на оказание определенного влияния на других людей. Она возникает, как только два индивида начинают сравнивать себя друг с другом. Если рассматривать изначально, то родившийся младенец подобен сосуду, обладает гранями и формой, внешностью. Чем будет заполняться сосуд, по мере своего роста, это зависит от окружающего мира.

Сейчас дети особенно уязвимы, у них очень много информации, но они каждый день сталкиваются с завистью. Новая модель телефона, новая вещь, новые школьные принадлежности, даже семья может стать предметом зависти. Дети, особенно подростки, очень чувствительны, они понимают и замечают намного больше, чем взрослые, но им сложнее справиться самостоятельно с этим чувством.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что с завистью связаны многие аспекты жизнедеятельности человека, а также взаимоотношение в семье и коллективе. Регулирование негативных черт характера приводит к позитивным результатам при формировании и воспитании личности. Каждый отдельный случай поведения подростка следует рассматривать более детально с учетом менталитета и морально-психологического состояния человека.

Проблемой особенностей возникновения и проявления отношения к зависти и межличностному отношению личности в подростковый период занимались многие ученые.

Изучение проблемы зависти русскими психологами началось в конце XIX и начале XX веков. Н.В.Дмитриева, Е.П.Ильин, О.Р.Бондаренко изучили

социальные факторы зависти; К.Муздыбаев, Т.В.Бескова, К.Ф.Седова рассматривали зависть как фрустрационную потребность; Н.В.Горшенина, Н.М.Клепикова изучили особенности чувства зависти у подростков и в раннем юношеском возрасте; И.Б.Котова, Д.А.Калмиков, А.Н.Кукушкин, К.С.Летягина, К.Шампионова выявили внутренние детерминанты (индивидуально-психологические особенности личности) зависти; Р.И.Александрова, М.И.Розенова, В.А.Гусова, С.П.Колпакова, А.Ю.Согомонов в своих трудах широко осветили феноменологию зависти.

Полностью теоретические основы феномена зависти широко освещены в монографиях и научных трудах Г.Шэка; Дж.Эпштейна; Р.Смита; Ф.Ниниваджи, А.И.Донцовой, Е.П.Ильина.

Цель исследования заключается в установлении характера связи зависти и межличностных отношений в подростковом возрасте.

Объект исследования: особенности возникновения и проявления зависти и межличностного отношения в подростковом возрасте.

Предмет исследования: взаимосвязь отношения к зависти и межличностному отношению личности в подростковом возрасте.

Гипотеза: предположим, что существует взаимосвязь зависти и межличностного отношения в подростковом возрасте.

Достижение обозначенной цели происходило путем решения ряда **задач**:

- раскрыть теоретический и психологический аспекты феномена зависти в межличностных отношениях личностей подросткового возраста;
- определить зависть как психологический феномен;
- рассмотреть особенность межличностных отношений в подростковом возрасте;
- охарактеризовать современные исследования феномена зависти;
- подобрать диагностические методики для исследования отношения к зависти и межличностному отношению личности в подростковом возрасте;
- исследовать взаимосвязь отношения к зависти и межличностному отношению личности в подростковом возрасте;

– предложить программу по гармонизации межличностных отношений в подростковом возрасте.

Основными методами являются общенаучные методы познания - системный анализ и синтез психолого-педагогической литературы по проблеме исследования, эмпирические методы, метод обобщения и интерпретации полученных данных, а так же метод математической статистики.

В процессе эмпирического исследования проблемы применены следующие **методики**: Методика диагностики межличностных отношений Т. Лири («ДМО»), модифицированный вариант Л.Н. Собчик; Методика исследования завистливости личности (МИЗЛ), автор С.Т. Бескова. В качестве математико-статистического метода был применен метод коэффициента ранговой корреляции Спирмена.

Экспериментальная база исследования: Исследование проводилось на базе МАОУ СОШ №7 г. Балашов. В исследовании участвовало 30 учащихся 7 класса.

Практические результаты исследования состоят в следующем:

– на основе выводов, полученных по результатам исследования, выявлены особенности проявления чувства зависти и типы межличностных отношений у обучающихся подросткового возраста;

– выявлена взаимосвязь отношений к зависти и межличностного отношения в подростковом возрасте;

– разработана программа психолого-педагогических занятий направленных на гармонизацию межличностных отношений в подростковом возрасте.

Структура работы состоит из: введения, двух глав, выводов по главам, заключения, списка использованных источников и приложения.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

Зависть представляет собой феномен, являющийся частью социальной реальности, который преследует человека вне зависимости от времени и эпохи его рождения. Упоминание о ней можно встретить в самых

древнейших текстах, а описанием ее деструктивных последствий наполнены все трактаты основных мировых религий. Однако, несмотря на универсальность и традиционность зависти, современный мир, характеризующийся радикальными трансформациями социума, культурными травмами и социальными увечьями, когда в одночасье теряется весь накопленный жизненный капитал, способен усиливать зависть к более успешным другим.

Согласно нашему пониманию, зависть является отношением личности, сопровождающимся комплексом негативных эмоций, осознанием своего более низкого положения, желанием прямо или косвенно нивелировать выявленное превосходство, которое реализуется в последовательном социальном поведении.

Зависть детерминируется как внешними, так и внутренними условиями и факторами. Внешние детерминанты зависти представляют собой комплекс макро-, мезо- и микросоциальных условий, способствующих ее формированию. К мезосоциальным детерминантам, в первую очередь, относятся социально-демографические характеристики человека (пол, возраст, место жительства, семейное положение, национальность, профессия и др.).

Подростковый период - это самый ответственный период, поскольку здесь складываются основы нравственности, формируются социальные установки, отношения к себе, людям, к обществу. Кроме того, в данном возрасте стабилизируются черты характера и основные формы межличностного поведения. Все эти качества развиваются в процессе общения подростка с людьми. Общение становится ведущим видом деятельности подростка. Общение играет весьма существенную роль в становлении и развитии самосознания, и правильный образ «я» складывается у ребенка лишь тогда, когда окружающие его люди в этом искренне заинтересованы.

Для подростка наиболее актуально групповое межличностное взаимодействие, общение в компании ровесников. Степень «включенности» в группу определяет как стиль межличностного взаимодействия, так и направленность личностного развития. Частыми причинами затруднений общения, по мнению исследователей, могут выступать индивидуально-психологические особенности общения, включая интеллектуальные, волевые, личные проявления человека.

В самом общем виде под межличностными отношениями в психологии принято понимать совокупность связей, складывающихся между людьми в форме чувств, суждений и обращений друг к другу.

Актуальным становится сравнение со сверстниками, когда подросток видит себя со стороны, сравнивает свои возможности, испытывает различные социальные роли, формирует и совершенствует себя. Взрослый пример желателен, но практически не реален для достижения, поэтому подростку лучше равняться на сверстника, видеть свои достоинства и недостатки. Идентификация себя со сверстниками является этапом формирования Я-образа.

По сути, зависть - глубокое чувство разочарования в своих достижениях, чувство несостоятельности, несовершенства в силу общеизвестного стереотипа о том, что зависть - нечто постыдное, на задетую самооценку наслаивается и чувство вины за присутствие этого чувства зависти.

Зависть — некий обман, желание быть счастливым переносится на предмет или образец, который есть у другого, таким образом, образуется зависимость от образца, как символа достаточности. При сравнении себя со сверстником, оказываются жизненно важные проблемы:

1. Утверждение собственных возможностей.
2. Приобретение качеств взрослого через подражание «более взрослому» товарищу.
3. Стремление к дружбе, желание быть признанным.

4. Взаимоотношения с противоположным полом.

5. Защита собственного достоинства.

Внимательно наблюдая за другими и постоянно сравнивая себя с ними, подросток часто преувеличивает свои настоящие физические недостатки. Появляется заниженная самооценка, переживания по поводу надуманных недостатков образа физического «Я». С годами также меняются критерии оценки сверстников.

Если в младших классах они прежде всего связаны с тем, как ребенок выполняет требования взрослого (успеваемость, поведение, общественная активность и т.д.), то у подростков на первый план выходят личные качества, важнейшие среди которых - общительность, смелость, умение управлять собой, знания (а не просто успешность).

Итак, особенностями взаимоотношений и общения подростков со сверстниками являются: приоритет подросткового сообщества над взрослым, становление автономности и независимости; ведущая роль референтной группы сверстников в процессе социализации, рост доверия к группе сверстников, стремление иметь статусное положение в группе сверстников; актуальность сравнения подростком себя со сверстниками, взаимный интерес ребят.

В подростковом возрасте симпатия, дружба, любовь являются формами взаимодействия. На становление этих форм влияют ощущение индивидуальности, система убеждений, предоставляющих смысл жизни, система мотивов, аффилиация, сходство установок и представлений, индивидуальные свойства, в частности коммуникативность, социальная активность, уровень интеллекта, эмпатия, степень взаимности, общая деятельность, референтная группа.

Теоретический анализ психологической литературы в отношении феномена зависти говорит о том, что данная проблематика не так давно вошла в предметное поле отечественной психологической науки. Так, К.Л. Ерофеева рассматривает зависть с философско-антропологических

позиций. Она считает зависть стабильным, повторяющимся состоянием субъективности, который затрудняет свободную самореализацию человека. По мнению автора, невозможно всегда быть полностью удовлетворенным своим местом в мире, невозможно не сравнивать собственные достижения с достижениями других. Одной из базовых особенностей людей является деление реальности на мир сущего должного, в связи с чем не бывает человека полностью свободного от зависти. Вопрос стоит лишь в степени зависти и в том, каким образом она проявляется.

Т.В. Бескова отмечает, что зависть переживается как совокупность состояний и сопровождается определенными отношениями к объекту зависти, связывается с личностными характеристиками субъекта зависти. Заслугой Т.В. Бесковой также является определение зависимости структуры детерминант зависти, включающие в себя: предпосылки; факторы; условия.

Целесообразным является оценка конкретных особенностей определенного чувства у конкретной личности в конкретном контексте ситуации. К. Муздыбаевым было отмечено, что зависть может проявляться в таких низменных формах, как: клевета, сплетни, беспочвенная критика, агрессия. При этом зависть может ловко маскироваться, нередко действует скрытно, выражается косвенно. Для принижения достоинств соперника завистники могут искусственно смещать сферы сравнения, переносить акценты оценки с главных тем на второстепенные, другими словами, исказить успехи соперника.

Осуществив теоретический анализ состояния исследуемой проблемы, мы определили цель опытно-экспериментальной работы. Экспериментальная работа была направлена на определение взаимосвязи зависти и межличностного отношения личности в подростковом возрасте.

Практическое исследование взаимосвязи отношений к зависти и межличностному отношению личности в подростковом возрасте проходило на базе МБОУ СОШ №7 г. Балашов Саратовской области. В исследовании участвовало 30 обучающихся 7 класса.

Целью исследования являлось выявление взаимосвязи отношений к зависти и межличностному отношению личности в подростковом возрасте.

Основная **задача** данного исследования заключается в проведении методик, которые направлены на диагностику межличностных отношений и особенностей завистливости личности в подростковом возрасте.

Исследовательская работа была организована в 4 этапа:

На 1 этапе исследования проводился теоретико-методологический анализ литературных источников, посвященных изучению аспектов проявления зависти и межличностных отношений личности в подростковом возрасте.

На 2 этапе осуществлялся подбор диагностических методик, отвечающей задачам исследования и их проведение направленных на выявление особенностей межличностных отношений и особенностей завистливости личности в подростковом возрасте, с проведением количественного и качественного анализа полученных данных.

На 3 этапе проведено выявление взаимосвязи зависти и межличностного отношения личности в подростковом возрасте с помощью математической статистики (корреляционный анализ Спирмена).

На 4 этапе (заключительном) этапе на основании диагностики особенностей межличностных отношений и особенностей завистливости личности в подростковом возрасте разработана программа психолого-педагогических занятий направленных на гармонизацию межличностных отношений в подростковом возрасте.

Цель исследования – определение выраженности у человека зависти-неприязни и зависти-уныния, отличающиеся между собой как в эмоциональном, так и поведенческом плане.

Проведенное исследование показало значимые положительные корреляции между шкалой «зависть-неприязнь» методики исследования завистливости личности (МИЗЛ) С.Т. Бесковой со шкалами по методике «Диагностика межличностных отношений» Т. Лири (ДМО) «авторитарный»,

«подозрительный» и значимые отрицательные с фактором «дружелюбный», что свидетельствует о высоком уровне замкнутости, пассивности, постоянстве своих привычек и интересов, низком уровне эмоциональной чувствительности (сенситивности), высоком уровне черствости и жестокости по отношению к окружающим.

Так же выявлены положительные связи между шкалой «зависть-уныние» и шкалами «подчиняемый», «зависимый» и значимые отрицательные с фактором «дружелюбный». Прямая корреляционная связь говорит о стремлении к немедленному, безотлагательному удовлетворению своих желаний, не считаясь с обстоятельствами и желаниями окружающих. В отношениях имеет место отсутствие доверия, понимания, близости, не достает ощущения эмоционального комфорта. Для человека, который демонстрирует покорный стиль поведения, характерно уклонение от принятия решения и ответственности.

Таким образом, у подростков, проявляющих агрессивно-конкурентную позицию и у подростков с высоким уровнем зависимости и подчинения, преобладает повышенное чувство зависти, что препятствует сотрудничеству и успешной совместной деятельности.

Исходя из выявленной корреляционной связи между чувством зависти и социальными ориентациями личности, можно снизить проявление чувства зависти путём гармонизации межличностных отношений в подростковом возрасте.

В настоящее время в практической психологии и педагогике накоплено немало коррекционных программ, направленных на гармонизации межличностных отношений в подростковом возрасте.

Исходя из вышесказанного, с целью гармонизации межличностных отношений в подростковом возрасте, нами была разработана программа тренинговых упражнений «Мы разные, но вместе мы едины», которая включала ряд задач: 1) снять эмоциональное напряжение; 2) сформировать позитивное самоотношение и положительное «Образ Я»; 3) гармонизировать

отношение с окружающими; 4) нивелировать чувство зависти; 5) сформировать адекватные формы поведения в различных ситуациях; 6) предоставить ребенку дополнительные возможности для выражения своих мыслей и чувств.

Разработанная коррекционная программа «Мы разные, но вместе мы едины» для развития гармонизации межличностных отношений в подростковом возрасте состоит в использовании группового тренингового формата организации занятий и применении игр и основана на передовых научных направлениях и школах психотерапии (НЛП, дазай-анализ, арт-терапия, гештальт-терапия, позитивная психотерапия, социодрамма и др.).

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Зависть - неотъемлемый элемент межличностных отношений, один из их сильнейших регуляторов. В социально-психологической литературе имеется достаточно большое число исследований, - как теоретических, так и эмпирических, - посвящённых изучению внешних детерминант зависти. Внутренние же детерминанты данного феномена исследованы фрагментарно и недостаточно, что не позволяет делать какие-либо выводы об индивидуально-психологических свойствах людей, склонных к зависти.

Анализ современных социально-психологических трудов по данной тематике показал, что до сих пор в научной литературе существуют конфронтационные взгляды на природу понятия зависть и место этого феномена в межличностных совокупность взаимных действий.

Проведенное эмпирическое исследование показало, что у большей части обучающихся преобладает высокий уровень проявления завистливости и преобладают различные типы межличностных отношений в норме, но у части подростков, данные показатели по одной или двум шкалам значительно завышены, наибольший среднегрупповой показатель имеет альтруистический тип (ответственно-великодушный) межличностных отношений. Другими словами, ведущим типом отношений, через который происходит наиболее эффективное взаимодействие в исследованной группе подростков, является

тенденция к ответственности и готовности помогать окружающим. Именно в данном типе отношений наиболее легко происходит самореализация подростков этого коллектива.

В целом, проведенное обследование показало положительные связи между шкалой «зависть-уныние» и шкалами «подчиняемый», «зависимый» и значимые отрицательные с фактором «дружелюбный». Между шкалой «зависть-неприязнь» со шкалами «авторитарный», «подозрительный» и значимые отрицательные с фактором «дружелюбный».

Таким образом, у подростков, проявляющих агрессивно-конкурентную позицию и у подростков с высоким уровнем зависимости и подчинения, преобладает повышенное чувство зависти, что препятствует сотрудничеству и успешной совместной деятельности. А так же повышение чувства зависти у личности приводит к снижению дружелюбия. Иначе говоря, зависть и дружелюбие являются противоположными друг к другу понятиями.

Исходя из выявленной корреляционной связи между чувством зависти и социальными ориентациями личности, можно снизить проявление чувства зависти путём гармонизации межличностных отношений в подростковом возрасте.

Разработанная коррекционная программа «Мы разные, но вместе мы едины» для развития гармонизации межличностных отношений в подростковом возрасте состоит в использовании группового тренингового формата организации занятий и применении игр и основана на передовых научных направлениях и школах психотерапии (НЛП, дазай-анализ, арт-терапия, гештальт-терапия, позитивная психотерапия, социодрамма и др.).

Именно занятия в виде игр и тренингов предоставляют возможность обучающемуся приблизиться к своему уникальному «Я», к реализации себя как творческой индивидуальности, формируют чувство уверенности в себе, способствуют свободе в самовыражении, непосредственности, высокой активности в социальной адаптации.