

УДК 17.177

ЛИЧНОСТНЫЕ МОДАЛЬНОСТИ ПРЕОДОЛЕНИЯ ЗАВИСТИ

Э.М. Мамедова

ФГБОУ ВО «Тверской государственный технический университет», г. Тверь

Зависть остается непреодолимой проблемой личностного бытия. Сегодня появление на социальной арене новых её фигур заостряет исследовательский интерес на адекватных способах самозащиты. В статье показано, что на личностном уровне деструктивность зависти преодолевается таким способом самозащиты, как «забота», в конфигурации с развитием таких личностных качеств, как рефлексивность, доверие к себе.

Ключевые слова: *зависть, способы самозащиты, забота, завистливость, рефлексивность, доверие.*

В предыдущей статье «Социальные фигуры зависти» нами объяснялось, что появление такой социальной фигуры, как террорист с рессентиментным сознанием, демонстрирует социальную тенденцию к расширению содержания и форм зависти [1]. Подобная ситуация требует анализа социальных практик, где возможно антиципирование рессентимента, «завистливого» сознания. Поскольку молодежная среда – основной поставщик фигур террора, то рефлексия на личностном уровне анализа предпосылок рождения предвестников сознания с «террор-установками» остается актуальной исследовательской задачей.

Правомерно утверждать, что наличие установки на «зависть» и чувство завистливости остаются для нашего современника острой и непреодолимой онтопсихологической и личностно-экзистенциальной проблемой. Зависть амбивалентна, её можно рассматривать как конструктивную силу, когда она инициирует дух и чувство здорового соперничества и конкуренцию, обеспечивает стремление и мотивацию к достижениям и успеху, когда признание чужого успеха оказывается стимулом творческой активности и стремления к соревнованию. Такую сторону зависти различал Аристотель, считая, что зависть есть желание «сразиться» с другим человеком в успешности. Одновременно философ указывал на деструктивную составляющую зависти, интенцию к уничтожению ее субъекта или объекта. Он писал: «Люди не могут быть честными и добрыми по природе. Все мы ощущаем “тайные страсти”, в основном к людям, которые близки к нам по материальному статусу, благополучию, родству. Зависть – своего рода показатель равнодушия. Если человек нам безразличен – и завидовать нечему» [2, с. 93]. В «Никомаховой этике» о зависти сказано: «Негодование [nemesis] – это обладание серединой по сравнению со злобной завистью [phtonos] и злорадством [epikhairekakia], а связано все это со страданием и удовольствием из-за происходящего с окружающими. Кто склонен к негоданию – страдает, видя незаслуженно благоденствующего, а у завистливого в этом излишек, и его все [хорошее] страдать; что же до злорадного, то он настолько лишен способности страдать, что радуется [чужой беде]» [3, с. 76–77].

Деструктивность, дезадаптивность и дестабилизирующая функция зависти проявляются тогда, когда в результате социального сравнения формируются такие социально-нравственные черты личности, как лживость, жадность, ревность. Так, лживость есть провокация зависти как самообмана и обмана, когда интроспекция желания быть счастливым переносится на то, чего у себя нет, но есть у другого. Возникает иллюзия достаточности у другого, чувство неудовлетворенности по факту дефицита такой достаточности и зависимость от подобного «положения дел». Возникающее чувство завистливости с его негативизмом влечет в структуре сознания такие экзистенциальные, психические и психологические состояния, как душевный дискомфорт, потеря здравого смысла, личностное бессилие, безволие, низкая самокритичность, неадекватная самооценка. Подтверждением подобных ближайших и отдаленных последствий зависти предстает её психологическое толкование, данное разработчиком диагностического инструментария зависти Т.В. Бесковой: «Под завистью нами понимается социально-психологическое отношение к другому человеку, обусловленное субъективной оценкой его превосходства в значимых сферах, сопровождающееся комплексом негативных эмоций, снижением самооценки и желанием нивелировать это превосходство» [4, с. 62].

Признание для личности своего проблемного существования в связи с наличием в структуре самосознания личности установок зависти, необходимости защиты личностного бытия от доминирования чувства завистливости является адекватным способом преодоления этой проблемы. Под способом самозащиты понимается акт самоизменения человека на его экзистенциальном, субъектном и личностном уровнях бытия. Забота – способ самозащиты личности от деструктивности зависти, манифестирующей о разрушении внутренней, самостной жизни, экзистенциальном переживании самопотерянности, чувстве несостоятельности, бессилия, разочарования в своих достижениях. В ней ярко выражено расхождение наличного и надличностного (должного, совершенного, духовно-нравственного). На фундаментальность заботы указывал М. Хайдеггер. В онтологической проекции он интерпретировал заботу как то, что вводит сущее (человеко-самость) в его бытие (присутствие), а заботливость как способ со-бытия с другим [5, с. 117–126]. Давая оценку хайдеггеровскому толкованию заботы для самостной личностной стабильности бытия, О.В. Артемьева отмечает, что забота тем самым, «во-первых, <...>оказывается именно тем, что возвращает человека из растворенности в толпе, из обезличенного существования к самому себе (присутствию) и тем, что связывает людей на глубинном, бытийственном уровне; во-вторых, поскольку Хайдеггер разделяет патерналистское проявление заботы и освобождающее. Заботливость – это не просто удовлетворение ситуативных потребностей другого, но такое удовлетворение, которое ориентирует на освобождение другого, на обретение им способности к бытию (к присутствию)» [6, с. 214].

На теоретическом и практическом уровнях анализа феномена «забота» доказано, что она (забота как попечение, опека) выступает учредителем и способом самозащиты личностного бытия как аутентичного, самостного, автономного, самодостаточного, актом подлинного существования. [7; 8]. Подлинный смысл заботы – это открытость для себя будущего, «неравность себе», «бытие-вперёд-себя». Забота – это саморежиссирование, опека над собой и попечительство над другим, «озабоченность» логикой порядка. Как экзистен-

циал забота интегрирует все модальности бытия и существования человека. Забота о себе, манифестируя социокультурную принадлежность личности, степень её саморефлексии, предстает как способ самозащиты личности от негативного содержания и деструктивности зависти, что влечет хронический статус зависти в структуре личности, вызывает деформацию личности, проявляющуюся в постоянном недовольстве, чувстве неполноценности, тревожности, невротичности, закрытости, жалости к себе.

Практику заботы можно рассматривать как мысле-действие, форму практической рациональности, последовательность волевых усилий, направленных на другого (в том числе на себя как переживания собственной неадекватности и ущербности, неуважения к себе, неуверенности в своих силах) в повседневности. Практический смысл заботы заключается в том, что она предстает как действенное средство, инструмент для собственного личностного развития и морального совершенства, будучи активно-деятельным, инициативно-заинтересованным отношением к другому, забота направлена не только на благое деяние, но иницирует открытость как результирующую доверия к себе и другому. Доверие к себе, детерминирующее установку на «уверенность в себе», ключевой показатель стабильности ценностно-смысловых и деятельно-волевых структур личности.

Практически ориентированная забота в целом и в отношении к зависти означает моменты личностного становления и развития, самотрансцендирование, что, согласно В. Франклу, иницирует самоосмысление, рефлексию в нахождении и утверждении новых границ себя, своих чувств и деяний, в выборе иных смысложизненных ориентаций [9].

Сегодня различаются следующие функции зависти: стимулирующая, защитная, регулятивная, контролирующая и, как разъясняет Т.В. Бескова, «утверждающая (констатирующая), обеспечивающая утверждение, признание ценности, значимости предмета зависти (когнитивный, рефлексивный компоненты)» [4, с. 66].

В призме предмета нашего анализа зависти обратим внимание на утверждающую функцию, которая указывает на значимость и признание ценности предмета зависти, что, в свою очередь, свидетельствует о способности субъекта к рефлексивности. Под рефлексивностью понимается когнитивная способность к самокритике «здесь и сейчас», т. е. своей наличной ситуации. Критическое самосознание иницирует самоконтроль, контроль внутреннего опыта. Обращение к внутреннему опыту влечет переосмысление внешних социокультурных условий личностного бытия, мобилизует личностный, субъектный и когнитивный потенциал для решения проблемных ситуаций. Развитие рефлексивных способностей является важнейшей составляющей «заботы о себе» как модальности и императива социального и личностного бытия. Рефлексивные коммуникации, конструирование отношений доверия являются условием вхождения в социальные и межличностные отношения. Как механизм саморазвития личности рефлексия обеспечивает мобилизацию личностно-интеллектуальных ресурсов в проблемных ситуациях. Авторы используемой в нашем социально-психологическом исследовании зависти методики рефлексивности А.В. Карпов и В.В. Пономарева под рефлексивностью понимают такое качество субъекта «суть которого состоит в его способности к экспликации, выявлению, “распознаванию”, а – в известной мере – и в формирова-

нии других свойств и качеств, к их осознанию и репрезентации как своих и образующих его “самость”, то есть субъектность как таковую» [10, с. 55].

Зависть как личностная диспозиция может быть корректно изучена и отрефлексирована только как междисциплинарная проблема и знание. С такой точки зрения в 2016 г. было проведено социально-психологического исследование, цель которого – изучить степень завистливости, уровень рефлексивности и доверия к себе у обучающейся молодежи. *Предмет исследования* – завистливость, рефлексивность и доверие к себе как личностные предикторы. Выборка эмпирического исследования – обучающаяся молодежь Тверского региона (300 человек). Пилотажное исследование проводилось на репрезентативной выборке студентов тверских вузов (Тверской государственной медицинской университет, Тверской государственной технической университет, Тверская государственная сельскохозяйственная академия) в возрасте от 17 до 24 лет, в том числе 180 девушек и 120 юношей.

Диагностический инструментарий эмпирического исследования: методика исследования завистливости личности С.Т. Бесковой [11], методика диагностики уровня рефлексивности А.В. Карпова [12, с. 45–57], рефлексивный опросник уровня доверия к себе (Т.П. Скрипкина) [13]. Данные эмпирического исследования обрабатывались с использованием математико-статистических методов с помощью компьютерного пакета SPSS.17.0.

Психологическая диагностика с использованием методики исследования завистливости личности С.Т. Бесковой позволяет сделать выводы о том, что у обучающейся молодежи преобладают показатели по шкале «зависть-уныние» (среднегрупповой показатель 22,6 балла при диапазоне шкал от 0 до 60 баллов) над показателями по шкале «зависть-неприятность» (среднегрупповой показатель 16,8 баллов при диапазоне от 0 до 56 баллов). При этом показатели по обеим шкалам опросника демонстрируют низкую степень завистливости личности. Студентам наиболее свойственны переживания следующих эмоций: обида, досада, грусть, уныние, отчаяние. Испытывая зависть-уныние, субъект чувствует себя неуверенным, обиженным, отчаявшимся, бессильным что-либо изменить. Стартовым механизмом запуска зависти-уныния является ощущение «незаслуженной непреодолимой обделенности». Он избегает открытых действий, характерных для активного субъекта зависти. Зависть-уныние имеет другие проявления. Субъект зависти-уныния часто умалчивает, игнорирует достижения конкурента как несуществующие или же намеренно восхваляет достоинства менее достойного человека. Кроме того, он часто прибегает к ограничению числа объектов зависти (нисходящее сравнение), а также к изобретению других параметров сравнения.

Субъект зависти-неприятности испытывает озлобленность, гнев, раздражение, направленные на того, кто добился большего. Это находит выражение в таких отношениях к другому, как ненависть, неприятность, подозрительность, враждебность. Для такого человека является характерным желание превзойти другого любым способом. Однако чаще всего стремление обладать вождельным, но недостижимым превосходством сменяется желанием лишить другого предмета зависти, навредить ему (хотя бы в своих мыслях и фантазиях).

Психодиагностическое тестирование с применением *методики диагностики уровня рефлексивности А.В. Карпова* демонстрирует уровень рефлексивности у испытуемых в пределах средних значений с тенденцией к низкому

(среднегрупповой показатель всей выборки в целом составил 4,7 балла по шкале от 0 до 10 баллов). Полученный показатель указывает в целом на средний уровень рефлексивности у студентов: они не в полной мере задумываются над происходящим, над причинами своих действий и поступками других людей, над их последствиями. Студенты не всегда стараются планировать свою деятельность, иногда бывают импульсивны, учитывают не всегда возможные варианты при принятии решения. Кроме того, у них нередко возникают трудности в общении с другими людьми.

Для диагностики уровня *доверия к себе* студентов использовался *рефлексивный опросник Т.П. Скрипкиной*. Доверие – это состояние внутреннего мира субъекта, характеризующееся готовностью передачи определенных прав иным субъектам. Доверие также характеризуется ощущением полного спокойствия, отсутствием каких-либо сомнений, полной естественностью отношений. Доверие предполагает открытые, положительные взаимоотношения между людьми, содержащие уверенность в порядочности и доброжелательности другого человека. Признаком доверия служит откровенность, готовность делиться интимной, секретной информацией. Вера в себя, доверие к себе – аксиологическая значимость для личности её субъектности. Как социально-психологическое явление доверие выполняет фундаментальные функции в жизни человека, основные из которых сводятся к следующим: выступает условием целостного взаимодействия человека с миром; осуществляет связь человека с миром в единую систему; способствует слиянию в восприятии человека прошлого, настоящего и будущего в целостный акт; создает эффект целостности личности и ее бытия, меру соответствия своего поведения, принятого решения, целей, поставленных задач как миру, так и самому себе.

Диапазон результатов в рефлексивном опроснике уровня доверия к себе Т.П. Скрипкиной составляет от 0 до 10 баллов. Общий показатель уровня доверия у респондентов составил 5,68 балла. Наиболее высокие баллы получены по шкалам «*Доверие к близким людям (друзьям)*» (5,64), «*Доверие в решении бытовых проблем*» (5,53), «*Доверие к родителям*» (5,51) и «*Доверие в семье*» (5,48). Далее следуют показатели по шкалам «*Доверие к себе в профессиональной деятельности*» (5,28) и «*Доверие в интеллектуальной деятельности*» (5,16). Наименьшие баллы получены по шкалам «*Доверие к подчиненным*» (4,76) и «*Доверие к руководителям*» (4,64).

Согласно результатам проведенного исследования, студенты склонны доверять себе в таких сферах жизнедеятельности, как умение строить взаимоотношения с близкими людьми и друзьями, решение собственных бытовых проблем, умение строить отношения с собственными родителями и в своей семье. Вместе с тем респонденты не склонны доверять себе во взаимоотношениях с подчиненными и вышестоящими руководителями.

Как можно прокомментировать результаты проведенных исследований в призме взаимовлияния предиктора завистливости и других личностных особенностей? Зависть остается влиятельной личностной составляющей молодого человека, неустранимым внутренним переживанием, несмотря на полученные диагностические результаты о низкой степени завистливости личности. Завистливость связана с рефлексивностью и доверием к себе. Актуализирует завистливость невысокий уровень рефлексивности и доверия к себе. Невысокий уровень рефлексивности студентов указывает на то, что ими не используется

мощнейший когнитивный ресурс для самоконтроля и личностного развития – критическая рефлексия. Способствует появлению завистливости невысокий уровень доверия к себе, что можно интерпретировать как неуверенность в себе.

Таким образом, в образовательных практиках личностными ресурсами преодоления зависти могут рассматриваться такие качества личности, как рефлексивность, доверие к себе. Личностное развитие, забота о себе как способ самозащиты, инициации рефлексивности и доверия к себе как диспозиций по преодолению завистливости предстают социогуманитарной технологией и психолого-педагогическим проектом, адекватным современным реалиям высшего образования.

Список литературы

1. Мамедова Э.М. Социальные фигуры зависти // Вестник Тверского государственного университета. Сер.: «Философия». 2016. № 3. С. 85–92.
2. Аристотель. Риторика // Античные риторика. М.: МГУ, 1978. 352 с.
3. Аристотель. Этика / пер. Н.В. Брагинской, Т.А. Миллер. М.: ООО «Издательство АСТ», 2002. 492 с.
4. Бескова Т.В. Функции зависти // Изв. Саратов. ун-та. 2012. Т. 12. Сер.: «Философия. Психология. Педагогика». Вып. 3. С. 62–66.
5. Хайдеггер М. Бытие и время. М.: ad Marginem, 1997. 452 с.
6. Артемьева О.В. Этика заботы: феминистская альтернатива классической философии // Этическая мысль. М.: Ин-т философии РАН, 2000. Вып. 1. С. 195–215.
7. Noddings N. Caring: A Feminine Approach to Ethics and Moral Education. Berkeley and Los Angeles: University of California Press, 1984.
8. Tronto J.C. Moral Boundaries. A Political Argument for an Ethic of Care. N. Y.: Routledge, 1993. 240 p.
9. Франкл В. Человек в поисках смысла. М.: Прогресс, 1990. 368 с.
10. Карпов А.В., Пономарева В.В. Психология рефлексивных процессов управления. М.; Ярославль: ДИА-пресс, 2000. 284 с.
11. Ильин Е.П. Психология зависти, враждебности, тщеславия. СПб: «Питер», 2014. 208 с.
12. Карпов А.В. Рефлексивность как психическое свойство и методика ее диагностики // Психологич. журн. 2003. Т. 24, № 5. С. 45–57.
13. Доверие в социально-психологическом взаимодействии / под ред. Т.П. Скрипкиной. Ростов-н/Д.: РГПУ, 2006. 356 с.

PERSONAL MODALITIES OF OVERCOMING ENVY

E.M. Mamedova

Tver State Technical University, Tver

Envy remains an insurmountable problem of personal life. Today, the emergence on the social arena of new previously unknown actors directs the research interest at finding adequate ways of personal self-defense. The article reveals that at the personal level the destructive character of envy should be overcome by «care» modality of self-defenses in conjunction with the development of such personal qualities as reflexivity and trust to itself.

Keywords: *envy, ways of self-defense, care, envy, reflexivity, trust.*

Об авторе:

МАМЕДОВА Эльмира Мамедовна – аспирант кафедры психологии и философии ФГБОУ ВО «Тверской государственный технический университет», г. Тверь. E-mail: pif1997@mail.ru.

Author information:

MAMEDOVA Elmira Mamedovna – Ph.D. student of Psychology and Philosophy Dept., Tver State Technical University, Tver. E-mail: pif1997@mail.ru.