

Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology, VII (78).
Budapest, 2019. – 76 с.

3. Гоулман Д. Емоційний інтелект. Харків: Vivat, 2018. – 512 с.
4. Bar-On R. Emotional Quotient Inventory (EQ-i): Technical Manual. /
R. Bar-On. – Toronto: Multi-Health Systems, 1997. – P. 232.

МЕХАНІЗМИ ВИНИКНЕННЯ ТА ПРОЯВУ РЕВНОЩІВ У МІЖСОБИСТІСНИХ СТОСУНКАХ ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ

Кунденко Ірина Павлівна

здобувач вищої освіти факультету публічного управління,
соціальних та природничих наук, спеціальності 053 «Психологія»

КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти»

Науковий керівник: Васюк Катерина Миколаївна

кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології
Донецького Національного університету імені Василя Стуса

Україна

Актуальність теми, розробка її у науковій вітчизняній та зарубіжній літературі. Одним із найсильніших негативних явищ у сфері сімейних стосунків є ревнощі, що супроводжують людство протягом його тривалої історії. Ревнощі часто пов'язують із заздрістю, жадібністю, пристрасстю, запальністю, параноєю, егоїзмом і навіть коханням. Їхня двозначність і невизначеність глибоко закорінені у свідомості багатьох народів і знайшли відображення у біблійних текстах. Окремі аспекти зазначеної проблеми розглядали в своїх дослідженнях О. Вейнінгер, П. Куттер, М. Фрідман, К. Хорні.

Мета статті: розкрити механізми виникнення та прояву ревнощів у міжособистісних стосунках осіб юнацького віку

Виклад основного матеріалу. Спектр причин виникнення ревнощів є досить широким і може включати наступні фактори: переваги одних людей і зневага іншими; часті, але необґрунтовані дружні зустрічі; тривалість неформального спілкування; флірт з подругами партнера або з друзями партнера; особливий інтерес до нових осіб; наявність або придбання нових речей, які недоступні для інших; отримання високих соціальних статусів і нагород; можливість вести світський і куртуазний спосіб життя; кращі умови праці тощо.

Ревнощі є досить поширеним явищем, яке проявляється у взаєминах між людьми. В загальному, ревнощі можна визначити як складний стан, який може бути як явним, так і прихованим, і який переживає людина.

Ревнощі часто виникають через суперництво, бажання самоствердження, прагнення до високого статусу чи особливого іміджу. Втрата іміджу, а отже, і любові та поваги, може бути однією з найбільших загроз, про що свідчить поведінка дуже ревних людей. Якщо любов була єдиною причиною ревнощів, можна було б очікувати, що ревнивець зацікавлений у досягненнях партнера і прагне допомогти йому досягти успіху. Проте, в реальності, часто не спостерігається таких спроб, що робить ревнощі схожими на соціальне явище, таке як заздрість. У ряді робіт заздрість розглядається як одна із форм ревнощів [4; 325.]. Однак слід вказати на відмінності, наявні між ревнощами й заздрістю. Заздрість заснована на сильному бажанні суб'єкта мати що-небудь, що належить іншій людині. Ревнощі засновані на його бажанні втримати що-небудь, не ділячись з іншою людиною. Іноді ревнощі визначають як форму параної [4; 325.]. Параноїдальне мислення діагностують у випадках, коли люди незвичайно підозрілі, вважають, що всі прагнуть нашкодити, або насміхаються над ними.

Ревнощі зазвичай супроводжуються страхом, що предмет бажання може бути щасливіший і успішніший з кимось іншим. Дуже ревниві люди

часто не можуть змиритися з тим, що їхні близькі прагнуть до саморозвитку або досягнення більшого успіху. Такі люди можуть виявляти недовіру і пред'являти ультиматуми та обвинувачення, що часто супроводжуються допитами, погрозами та навіть насильством, навіть якщо досягнення партнерів, зрештою, приносять їм задоволення [3; 20].

Реакції ревнощів у кожної людини є індивідуальними, проте слід враховувати, що поведінка ревнивців може бути результатом соціального навчання. Діти формують свою поведінку, спостерігаючи за діями дорослих і намагаючись їх наслідувати. У ранньому віці вони орієнтуються на батьків, а з часом починають копіювати поведінку старших братів і сестер, вчителів або якихось ідеалів. Незалежно від того, чи є така поведінка нормальною, вона стає критерієм для самопорівняння. Якщо приклад «правильної поведінки» містить патологічні риси ревнощів, дитина може також їх перейняти [3; 20].

Поряд з типологічними параметрами людини можна виділити деякі особистісні підстави для прояву такого почуття. Дослідження показали, що в основі виникнення ревнощів лежить досить широке коло феноменів, подібних у представників різних вікових груп [1; 211]. Найчастіше причиною виникнення ревнощів виступає низька самооцінка, недовіра до близьких людей, незадоволеність потреби у визнанні, любові, престижі, соціальному статусі тощо. При цьому особистість у тій чи іншій мірі відчуває свою неповноцінність по якій-небудь характеристиці, переживає власну нездатність повною мірою відповідати вимогам привабливого суб'єкта.

До прояву ревнощів схильні особи, що страждають від почуттів неадекватності. Впевнені у собі люди, що мають гарну самооцінку й емоційну рівновагу рідко піддаються впливу ревнощів. Р. Фрейджер писав, що ревнощі викликаються нездатністю людини почувати себе компетентним або адекватним [1; 211].

Досвід показує, що ревнощі припиняються тільки з підвищенням самооцінки ревнивців і мало залежать від оцінки цих людей навколишніми.

Ревнощі часто виникають через відчуття неповноцінності. Багато людей стикаються з сумнівами в собі, що є звичайним явищем. Переважна частина людей сумнівається у своїй цінності чи корисності за певних обставин. Однак ті, хто глибоко відчуває свою неповноцінність і незадоволеність, переносять ці відчуття на оточуючих. Їхні почуття можуть бути дуже сильними, і вони можуть використовувати різні стратегії для їхнього подолання.

Ревнощі можуть бути способом, яким людина намагається захиститися від відчуття власної непотрібності. Стикаючись із страхом, що вона може бути нікчемною, вона прагне здаватися важливішою та більш значущою в очах тих, кого любить. Щоб позбутися цього страху, необхідно відволіктися на інші думки. Цей страх може зникнути, якщо його місце займе інша думка. У ревнивої людини думка про власну марність часто замінюється переконанням, що хтось намагається маніпулювати ситуацією або відбити партнера. Ревнощі в даному випадку служать виправданням, яке допомагає уникнути відчуття власної непотрібності.

Оскільки ревнощі є складним психологічним феноменом, вони включають безліч різних патернів, таких як любов, ненависть, амбіційність, недовіра, марнославство, радість, гордість, почуття власності, прагнення, тривога, страх та інші. Відношення цих компонентів може змінюватися у різних людей залежно від їхнього досвіду, цінностей і життєвих обставин. Тому, аналізуючи психологічні особливості ревнощів у молоді, можна стверджувати, що структура ревнощів є індивідуальною і варіативною.

Разом з тим, виявлено, що ревнощі мають досить стійкі характеристики в особистостей з нормальною й деструктивною психікою. Найчастіше в основі ревнощів лежить страх втрати кого-небудь або чого-небудь дійсно коштовного. Це відбувається не тільки в ситуації реальної погрози, але й

тоді, коли значимі для однієї людини люди виявляються цікавими й для інших людей.

Слід відзначити, що класифікація патологічних ревнощів є складним завданням. Навіть досвідчені психотерапевти та соціологи не дійшли єдиного висновку щодо цього питання. Водночас професіоналам не потрібно миритися з постійними приниженнями, насмішками та фізичним насильством, як це доводиться робити тим, хто живе з ревнивцем. Багато ревливих людей відчувають сором за своє становище і намагаються приховати свої ревнощі як від інших, так і від самих себе. Емоції можуть ускладнювати або знижувати усвідомлення особою мотивів своїх дій. Це особливо помітно під час вчинення злочину на ґрунті ревнощів в стані афекту, коли винний не усвідомлює і не розмірковує про мотиви, що спонукали його до кримінальної дії. Ідея про злочин виникає миттєво на емоційному рівні, а не на раціональному.

Науковці О.А. Кривопишина, Н.О. Карпюк вважають, що ревливі люди — це ті, хто не здатні любити, але потребують того, щоб їх любили. Вони говорили про те, що існує уявлення про те, що можна переживати ревнощі навіть до того, кого ви не любите, і навіть до того, кого ви всім серцем ненавидите [1; 62].

У ряді досліджень отримані дані про негативну кореляцію між ступенем ревнощів і присутністю любові: чим більше ревлива людина, тим менше ймовірність любові. Любов характеризується як стан турботи й віддачі себе іншій людині. На відміну від любові, ревнощі егоїстичні й самозакохані. Це говорить про те, що ревливі люди більше стурбовані власною долею й добробутом ніж успіхами їх партнерів. Любов, пов'язана з ревнощами, заснована на почутті залежності. А. Маслоу виділяв два види любові: любов, засновану на залежності, і любов, засновану на любові [2:210].

Висновки. Отже, ревності є феноменом, який виникає в міжособистісних взаємодіях людей, де один має перевагу над іншим, що веде до втрати певних переваг для останнього. Хоча ревності можуть мати деякі позитивні ефекти, їх прояви зазвичай негативні як для особи, що відчуває ревності, так і для об'єкта цих почуттів. Це проявляється як на суб'єктивному рівні (наприклад, у вигляді дискомфорту), так і на об'єктивному (наприклад, у вигляді розлучення)

Список використаної літератури

1. Кучманіч, І. М. Почуття ревності як об'єкт психологічного аналізу. Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія, (2), – 2024. С 63-66.
2. Помогайбо В. М., Березан О. І., Петрушов А. В. Генетика параноїдного розладу особистості // Психологія і особистість : наук. журнал / Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України ; Полтав. нац. пед. ун-т імені В. Г. Короленка. – Київ ; Полтава : ПНПУ імені В. Г. Короленка, 2022. – Вип. 1 (21). – С. 198-211.
3. Потапчук, Є. М. Психологія ревнивця: довідник сімейного психолога/ Є.М.Потапчук. – Хмельницький: Поліграфіст, 2015. – 40 с.
4. Яміна, В. І. Заздрість–проблема чи поштовх до дії? Сучасні виміри практичної психології: збірник робіт студентів кафедри загальної та практичної психології / відп. ред. М. В. Папуча. – Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, 2012. – С. 322-329.