

УДК 159.942 : 159.923.2 : [37.015.31]

Світлана Яланська  
Svitlana YalanskaУРАХУВАННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ  
ОСОБИСТОСТІ У НАВЧАЛЬНО-ВИХОВНІЙ РОБОТІCONSIDERATION OF EMOTIONAL SPHERE OF PERSONALITY IN  
EDUCATIONAL WORK

Навчально-виховні впливи мають здійснюватися з урахуванням індивідуально-психологічних особливостей, конструктивних та деструктивних чинників особистісного розвитку учасників навчально-виховного процесу. Серед таких чинників психологам та педагогам варто враховувати значення емоційної сфери, зокрема, заздрості. Адже одним із завдань сучасної освіти є формування особистості, яка здатна орієнтуватися на власні можливості, досягати поставленої мети, постійно самовдосконалюватися, володіти прийомами творчості, толерантністю.

**Ключові слова:** формування, розвиток, емоційна сфера, заздрість, особистість, освітній заклад, почуття.

Несформоване ставлення до іншого, як до самого себе, відсутність почуття радості його успіхам, обумовлює постійний знижений настрій, незадоволеність собою, оточенням, а то й призводить до нервових розладів, що ведуть до «самознищення». Зазвичай, заздрість розглядається як деструктивне явище, що спонукає робити зловмисні дії, спрямовані на усунення чужого успіху. Виникаючи при цьому негативні емоції, а іноді й пряма агресія щодо об'єкта заздрості, призводять до розвитку в заздрісника невротичної симптоматики. Досить часто визнання чужого успіху виявляється стимулом змагання й активізації творчої діяльності. Тому досить важливим є звернення уваги психологів та педагогів на прояви таких емоцій в учасників навчально-виховного процесу освітніх закладів.

Заздрість проявляється ще з дитинства. Наприклад, коли дитина, маючи свої різноманітні іграшки, хоче мати іграшку свого однолітка, не розуміючи навіть її цінності. Пізніше така поведінка може повторюватись у підлітковому, юнацькому, дорослому віці. Бажання мати такий же зошит, ранець чи високу оцінку, як у сусіда по парті, таку ж сукню, як у подруги, телефон друга тощо. Особистість, яку полонить заздрість, постійно порівнює себе з іншими, аналізує матеріальне чи духовне значення об'єкту заздрості.

Важливе місце у розкритті проблеми заздрості належить працям зарубіжних та вітчизняних науковців і філософів: М. Кляйн (деструктивний вплив немовлячої заздрості); П. Куттер (психоаналіз заздрості як однієї з пристрастей); В. Моляко (зміст заздрості, та рівні її розвитку); Ф. Ніцше (екзистентна заздрість); З. Фрейд (статева заздрість) та ін.

*Мета статті* полягає в психолого-педагогічному аналізі проблеми розвитку заздрості особистості, визначенні її змісту, структури та основних шляхів уникнення.

На основі аналізу літературних джерел досліджено тлумачення поняття заздрості. В психологічному словнику заздрість розглядається як прояв мотивації досягнення, при якій чийсь реальні або уявлені переваги в придбанні соціальних благ – матеріальних цінностей, успіху, статусу, особистих якостей тощо – сприймаються суб'єктом, як загроза цінності свого Я і супроводжуються афективними переживаннями. Психологічна основа заздрості – несформоване в індивіда моральне почуття гуманності (ставлення до іншого як до самого себе) і відсутність почуття радості його успіхам. Існує так звана «біла заздрість» – коли визнання чужого успіху виявляється стимулом творчої активності та змагання. Є «чорна заздрість» – негативна

емоція, що спонукає робити зловмисні дії, спрямовані на усунення чужого успіху, благополуччя, радості. Виникаючи при цьому в суб'єкта мотиви блокування чужого успіху або його дискредитації, а часом і пряма агресія щодо об'єкта заздрості (синдром Сальєрі) впливають на самого заздрісника, призводять до розвитку в нього невротичної симптоматики [6].

У педагогічному словнику поняття заздрість розкрито як почуття, що зумовлюється сприйманням і порівнянням людиною чийсь переваг у соціальних благах (матеріальних цінностей, успіху, статусу, особистих якостей тощо) з собою. Таке явище сприймається суб'єктом, як загроза цінності власного «Я» і супроводжується негативними емоційними переживаннями [5].

За коротким тлумачним словником української мови, заздрити – відчувати прикрість від успіхів іншого [2].

У великому тлумачному словнику сучасної української мови поняття заздрість та заздрісність розглядаються як почуття роздратування, викликане якою-небудь перевагою, вищістю, добробутом іншого. Чорна заздрість до суперника «Нема щастя без заздрості», «Залізо іржа з'їдає, а заздрий від заздрощів помирає». Заздрісний – схильний до заздрості. Заздрісник – той, хто має заздрість. Заздрий – який відчуває заздрість. «Заздрий від чужого щастя сохне». «Заздрий на чуже добро» [1].

Петтер Куттер, німецький психоаналітик, професор, член Німецької психоаналітичної спільноти (DPV), визначає заздрість як почуття, яке можна зарахувати до пристрастей, оскільки воно являє собою особливий рід пристрасті і приносить страждання. Автор стверджує, що значення заздрості не можна недооцінювати, але не варто його й переоцінювати. Своєчасно помічена заздрість може бути подолана, що дозволить людям уникнути багатьох неприємностей [4].

Тома Аквінський, один із визначних філософів і теологів в історії, визначив заздрість як «смуток через добро іншого». Зазначав, що ми не заздriamo людям, далеким від нас місцем, у часі, чи статусі, але лише тим, хто близько нас і кого ми сподіваємося перевершити чи суперничати з ним. Люди найбільш схильні до заздрості є, з одного боку, амбіційними, а, з іншого – боягузами, що роблять кротячі горби і думають про себе, що вони кращі в будь-якому добрі в стосунку до інших. Бути обуреним через те, що ми думаємо, що людина не варта такого матеріального добра, через те, що це добро перевершує наше власне, є заздрістю і завжди хибним. Любов добродійства радіє добром наших ближніх, а заздрість є пригніченою [4].

Було здійснено опитування науковців, фахівців різних спеціальностей, ветеранів праці, аспірантів, магістрантів, студентів щодо розуміння поняття заздрості. Отримали такі відповіді.

В.О. Моляко, академік НАПН України, заслужений діяч науки і техніки України, доктор психологічних наук, професор, завідувач лабораторією психології творчості Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України виокремлює дві основні форми заздрості. Перша, пов'язана з бажанням досягти того ж, що і сам предмет заздрості. Друга, з тенденцією до руйнування того, чому заздрияють. Тут і дві стратегії поведінки, а саме: перша стратегія заключається в тому, щоб піднятися до рівня іншого, друга – в тому, щоб іншому зробити погано – «підпалити хату сусіда» [3].

О.І. Цебржинський, доктор біологічних наук, професор Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка, автор книги «Психогенетика» [7], переконаний, що кожна людина схильна до заздрості. Це пов'язано з генотипом людини. Вважає, що для розуміння цієї проблеми цінними в науковому відношенні є дослідження американських учених університету Баффало з Каліфорнії, які довели, що доброта, щедрість, великодушність, чуйність і схильність до благодійності частково формуються під впливом певних генів, а не тільки виховання. Вченим на практиці вдалося виявити взаємозв'язок між великодушною поведінкою й певними модифікаціями рецепторних генів гормонів окситоцину та вазопресину. Як правило, гормони зв'язуються з клітинами людського організму за допомогою рецепторів. Функції рецепторів окситоцину і вазопресину контролюють декілька генів. Ці гени визначають

ставлення людини до навколишнього світу і ступінь його великодушності. Тому, рахуючись з надзвичайно важливою роллю виховання, значимість генів теж не варто недооцінювати.

П.М. Пескун, учитель хімії та біології, наголошує на тому, що людина – це біосоціальна істота, яка підпорядкована закономірностям існування природи та суспільства. «У суспільстві, як у своєрідній природній ніші, для забезпечення власних потреб та нащадків, люди завжди вступали між собою в боротьбу або змагання. З біологічної точки зору, це не що інше як боротьба за існування. Одним із чинників, що обумовлює цю боротьбу, є заздрість. Чи може людина відмовитися від неї? Думаю, що ні. І в цьому немає нічого поганого. Оскільки людина є найрозумнішою істотою серед представників класу ссавців, то і методи боротьби за існування мають бути гуманні. Краще, щоб це були змагання з максимальним використанням свого творчого потенціалу». «Неправильно спрямовані» заздрощі підривають авторитет заздрісника, призводять до нервових розладів, втрати здоров'я, та відсутності власних успіхів. А якщо й здається, що успіху досягнуто, то це судження помилкове, і не на тривалий час, оскільки заздрісник завжди знайде новий об'єкт заздрощів. Тому потрібно батькам та вчителям прикладати значних зусиль для виховання дітей.

За результатами анкетування викладачів, співробітників, студентів та магістрантів Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка, Полтавського національного технічного університету імені Юрія Кондратюка, працівників ТОВ Полтава-райагробуду, Полтавського міського відділу Управління Держтехногенбезпеки в Полтавській області (207 осіб) стосовно питання «Заздрість – проблема, чи поштовх до дії?» отримали такі дані: 53,8 % переконані, що заздрість може бути як проблемою, так і стимулом до нових звершень; 39,9% сприймають заздрість як негативне явище; 6,3% не можуть відповісти на це запитання [8].

За результатами анкетування студентів та магістрантів Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка (110 осіб) на питання «Чи відчували Ви заздрість до оточуючих?» отримали такі відповіді: 54,1% вважають, що ніколи не заздрили оточуючим, 42,6% відповіли «так», 3,3% – інколи.

Результати опитування учнів м. Полтави представлено на рисунку 1.

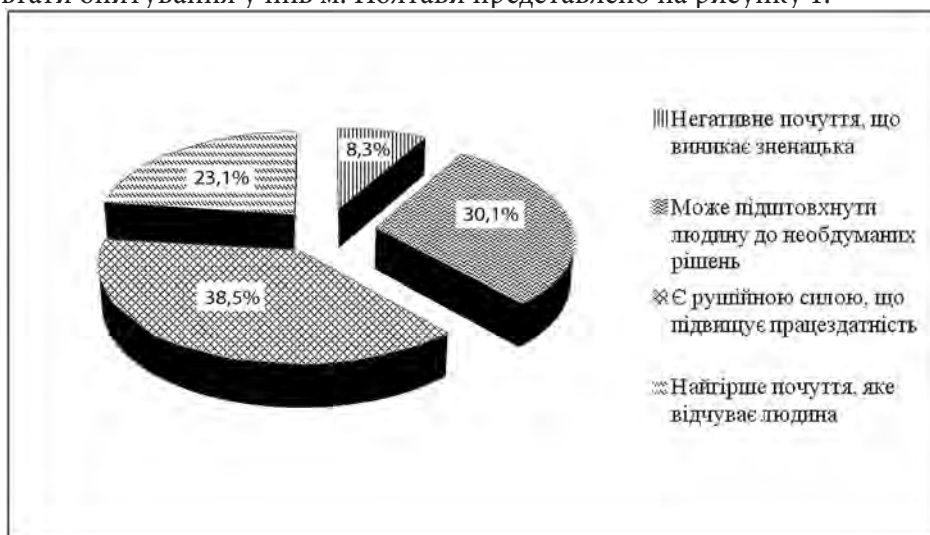


Рис. 1. Результати опитування учнів 10-11 класів загальноосвітніх навчальних закладів м. Полтави

Учні 10-11 класів загальноосвітніх навчальних закладів м. Полтави (98 осіб) на питання «Що таке заздрість?» дають такі відповіді: 38,5% опитаних вважають, що заздрість є руйнівною силою, яка підвищує працездатність; 30,1% відповідають, що заздрість може підштовхнути людину до необдуманих рішень та дій; 23,1% – найгірше почуття, яке відчуває людина; 8,3% вважають, що це негативне почуття, що виникає зненацька.

Отже, на основі аналізу літературних джерел, досліджень різних науковців, оцінки думок опитуваних, переконані, що за змістом заздрість – це почуття неоднозначне, яке полягає у:

1) сприйнятті суб'єктом переваг, досягнень інших (духовних, соціальних, матеріальних) як загрози цінності свого Я і супроводжується психофізіологічними механізмами, що негативно впливають на емоційний стан, та здоров'я людини;

2) прагненні суб'єкта розділити переваги, досягнення оточуючих, беручи їх за приклад для власного самовдосконалення, та відчутті, що він здатен досягти більшого.

Структура розвитку заздрості особистості передбачає такі компоненти (див. рисунок 2):



Рис. 2. Структура розвитку заздрості особистості

Згідно визначеної структури розвитку заздрості особистості пропонуємо формулу уникнення заздрості особистості:  $УЗО = ПВП + РВП + М + ВС + НІ$ , де: УЗО – уникнення заздрості особистості; ПВП – почуття власної повноцінності; РВП – розуміння власних переваг; М – мета, яку ставить особистість перед собою; ВС – володіння саморегуляцією; НІ – відсутність постійних порівнянь себе з іншими.

Для уникнення заздрості необхідно виховувати почуття власної повноцінності; звертати увагу на власні переваги; ставити перед собою мету і самостійно досягати бажаного результату. старатися не порівнювати надбання різних людей; у разі відчуття безпорадності перед власною заздрістю (відсутність саморегуляції) детально ознайомитися з інформацією про негативний вплив психофізіологічних процесів, що її обумовлюють, на організм заздрісника.

Формула трансформації заздрості особистості у поштовх до дій для власного вдосконалення:  $ТЗО = ПВП + РВП + М + ВС + П + Т$ , де: ТЗО – трансформація заздрості особистості; ПВП – почуття власної повноцінності; РВП – розуміння власних переваг; М – мета, яку ставить особистість перед собою; ВС – володіння саморегуляцією; П – порівняння себе з іншими; Т – творчість. Для трансформації заздрості варто виховувати почуття власної повноцінності; звертати увагу на власні переваги; ставити перед собою мету і самостійно досягати бажаного результату; старатися не порівнювати надбання різних людей, а у випадку порівняння: а) не перебільшувати значення певного роду відмінностей; б) максимально використовувати його для власного самовдосконалення; реалізувати власний творчий потенціал.

Отже, сімейне виховання, навчально-виховна робота в освітніх закладах мають забезпечувати розвиток саморегуляції, здійснювати акценти на перевагах кожного дошкільника, школяра, студента, на формування віри у власні сили, самостійне досягнення бажаного результату.



## Список використаних джерел

1. Великий тлумачний словник сучасної української мови / Кер. вид проекту П.М. Мовчан, В.В. Німчук, В.Й. Клічак. – Київ : Вид. центр «Просвіта», 2005. – 1332 с.
2. Короткий тлумачний словник української мови (Уклад. : Д.Г. Гринчишин, Л.Л. Гумецька). – Київ : Рад. Школа – 1978. – 296 с.
3. Моляко В.А. Творческая конструктология (пролегомены) / В.А. Моляко. – Київ : «Освіта України», 2007. – 388 с.
4. Куттер Петер «Любовь, ненависть, зависть, ревность. Психоанализ страстей» / Петер Куттер // Перевод с немецкого. С. С. Панкова. – СПб. : Б.С.К., 2004.
5. Педагогічний словник для молодих батьків. – Київ : ДЦССМ, перевидання. 2003. – 348 с.
6. Шапар В.Б. Психологічний тлумачний словник / В.Б. Шапар. – Харків : Прапор, 2004. – 640 с.
7. Цебржинський О.І. Психогенетика: Вибрані лекції / О.І. Цебржинський. – Миколаїв-Полтава, 2008. – 56 с.
8. Яланська С.П. Проблема розвитку заздрості у старшокласників / С.П. Яланська // Актуальные политические, правовые и социально-психологические исследования в традициях ведущих научных школ: достижения, тенденции, перспективы [Международная коллективная монография] – Том 2 – Вып. 2 / Под ред. акад. В.И. Веретенникова, акад. Т.П. Висковатовского, акад. В.А. Толстика. – Макеевка : МЕРИ: Лондон-Донецк-Донбас, 2013. – С. 202-208.

*Personal desire of being the best exists on psychogenetic level. It gives the opportunity to compete with the others, to set important goals, to overcome a significant number of obstacles in life. However the unformed attitude to the other person like to oneself, the lack of a joyful feeling for personal success causes a unvarying bad mood, dissatisfaction with oneself and the background, and often leads to nervous disorders which cause "self-destruction". The recognition of other's success is a frequent stimulus of competition and enhancing creativity. Jealousy becomes apparent from the childhood. Such behavior may be repeated in adolescence, youth, and adulthood. Being a prisoner of jealousy a person constantly compares himself/herself with others, analyzes material or spiritual significance of the object of jealousy. It is therefore important to pay attention of psychologists and teachers on the manifestation of such emotions among the participants of the educational process at educational institutions. We are sure that jealousy is an ambiguous feeling that contains the person's perception of the advantages and achievements of the other people (spiritual, social, material) as a kind of threat to themselves and is accompanied with psychophysiological mechanisms that negatively affect the emotional state and health; their personal desire to participate in the benefits and achievements of others, taking those as an example in self-improvement, and the feeling that the person is able to achieve more. The formula of personality's jealousy avoiding (PJA) is:  $PJA = FVF + UOA + G + PSR + LRCO$ , where: PJA – personality's jealousy avoiding; FVF – a full value feeling; UOA – understanding of own advantages; G – the goal of a person; PSR – possession of self-regulation; LRCO – lack of regular comparison with the others. The recommendations for personality's jealousy avoiding (PJA) are the following: to foster a full value feeling; to pay attention to the own advantages; to set the goal and to achieve the desired result, to avoid comparing the achievements of other people; in the case of the feeling of helplessness in fighting with jealousy (the lack of self-control) it can be helpful to get the information about the negative effects of psycho-physiological processes that determine jealousy on the body of the envious person. The formula for the transformation of personality's jealousy giving impetus to action for self-improvement is:  $TPJ = FVF + UOA + G + PSR + CO + C$ , where: TPJ – transformation of personality's jealousy transformation; FVF – a full value feeling; UOA – understanding of own advantages; G – the goal of a person; PSR – possession of self-regulation; CO – comparison with the others; C – creativity. The recommendations for the transformation of personality's jealousy (TPJ) are: to bring up a full value feeling; to pay attention to own advantages; to set a goal and to achieve the desired result; try to avoid comparing the achievements of different people, and in the case of such comparison: a) not to exaggerate the importance of a certain kind of differences; b) maximum use it for self-improvement; to realize creative potential.*

**Key words:** formation, development, jealousy, emotional sphere, personality, institution of education, sense, psychocorrection.