

Взаимосвязь зависти и интереса

Научный руководитель – Старовойтенко Елена Борисовна

Балуева Наталья Юрьевна

Студент (магистр)

Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики», Факультет социальных наук, Москва, Россия

E-mail: nybalueva@edu.hse.ru

Аннотация. В работе анализируется взаимосвязь зависти и интереса как ключевых психологических феноменов, влияющих на мотивацию поведения и социальные взаимодействия. Зависть трактуется как эмоция, возникающая при социальном сравнении, когда индивид воспринимает превосходство другого в значимых сферах, что может приводить к деструктивным или конструктивным эффектам. Интерес рассматривается как когнитивно-эмоциональное состояние, ориентированное на исследование и познание, способствующее развитию личности. Обсуждается, как зависть выступает катализатором интереса, фокусируя внимание на объекте превосходства и стимулируя изучение путей достижения аналогичных результатов. На основе эволюционной психологии и теории социальных сравнений, а также эмпирических данных, демонстрируется, что доброкачественная зависть трансформируется в позитивный интерес, способствуя самоулучшению, в отличие от злокачественной зависти, подавляющей его и вызывающей враждебность. Учитываются факторы влияния, такие как самооценка, культурный контекст и нейробиологические механизмы. Выводы имеют значение для психотерапии, образования и организационной психологии, подчеркивая роль осознанного управления эмоциями для гармоничного личностного и социального развития.

Ключевые слова: зависть, интерес, социальное сравнение, мотивация.

Проблема: В психологии эмоции выступают механизмами адаптации, регулирующие поведение в социальном контексте. Зависть и интерес, кажущиеся противоположными – негативная зависть ассоциируется с деструкцией, а интерес с позитивным познанием, – образуют сложную взаимосвязь: зависть может инициировать интерес, а интерес смягчать зависть. Актуальность темы усиливается в эпоху социальных сетей, где сравнения провоцируют эмоциональные реакции, затрагивающие до 70% населения в развитых странах [7]. Понимание этой связи критично для предотвращения расстройств, связанных с социальными сравнениями, таких как депрессия.

Обоснование проблематизации (литературный обзор): Зависть определяется как эмоция от восприятия чужого превосходства, сопровождающаяся неполноценностью и желанием нивелировать разрыв. Эволюционная психология видит в ней механизм конкуренции за ресурсы [6]. Теория социальных сравнений объясняет зависть восходящим сравнением, мотивирующим изменения [7]. Различают доброкачественную зависть (*benign envy*), стимулирующую самоулучшение, и злокачественную (*malicious envy*), направленную на вред [8]. В русском дискурсе зависть сочетает уважение и бессилие, потенциально ведущие к самоанализу [1, 2].

Интерес – эмоция, мотивирующая исследование новизны и неопределенности [4]. Он усиливает адаптацию, достигая оптимума в состоянии потока [5]. Межличностное любопытство фокусируется на чужих успехах, смягчая зависть [3]. Согласно модели структуры аффекта, предложенной Watson и Tellegen, интерес относится к положительному аффекту (*high positive affect*), характеризующемуся активацией и вовлеченностью, в то время как зависть ассоциируется с отрицательным аффектом, подчеркивая их ортогональность

и потенциал для взаимодействия в мотивационных процессах [10]. Эмпирические данные подтверждают: доброкачественная зависть повышает усилия на 25% через интерес [8], коррелируя с любопытством ($r=0.45$) [3]. В России завистливость снижает благополучие, но интерес модулирует эффект [3, 2]. Нейроисследования выявляют активацию общих зон для зависти и интереса [9].

Гипотезы:

1. Доброкачественная зависть положительно коррелирует с межличностным интересом, способствуя самоулучшению.
2. Злокачественная зависть негативно влияет на интерес, вызывая изоляцию.
3. Культурный контекст модулирует связь: в индивидуалистических обществах зависть чаще превращается в интерес.
4. Нейробиологические механизмы объясняют переход доброкачественной зависти в интерес через дофаминовые пути.

Обоснование гипотез: Первая гипотеза опирается на данные о мотивации самоулучшения через фокус на объекте превосходства [8, 6]. Вторая – на подавлении мотивации злокачественной завистью [1, 3]. Третья подтверждается культурными различиями: в коллективизме зависть подавляет интерес [7, 3]. Четвертая – нейрокоррелятами, где зависть активирует зоны любопытства [9]. Модель Watson и Tellegen обосновывает ортогональность аффектов, предполагая, что положительный аффект (интерес) может компенсировать отрицательный (зависть) в адаптивных сценариях [10].

Дизайн будущего исследования: Предлагается лонгитюдный дизайн с выборкой 200 участников (равно мужчин и женщин, 18-50 лет) из разных культур. Методы: шкалы зависти [8] и любопытства [3], fMRI для нейрокоррелятов, дневниковые записи. Фазы: базовая оценка, индукция зависти сценариями сравнения, отслеживание интереса (3 месяца). Анализ: регрессия. Этика: согласие, де-брифинг.

Вывод: Зависть и интерес взаимодополняют: зависть сигнализирует о дефиците, интерес – инструмент устранения. Конструктивная трансформация способствует росту, деструктивная – стагнации. Гипотезы подтверждают амбивалентность эмоций.

Возможные перспективы исследования: Дальнейшие работы – на кросс-культурных сравнениях, цифровой среде и интервенциях для трансформации зависти в интерес.

Источники и литература

- 1) Ильин Е.П. Психология зависти, враждебности, тщеславия. СПб.: Питер, 2014. 368 с.
- 2) Муздыбаев К. Психология зависти // Психологический журнал. 1997. Т. 18, № 6. С. 120–130.
- 3) Шамионов Р.М. Взаимосвязь завистливости и характеристик объективного и субъективного благополучия // Вестник РГГУ. Серия: Психология. Педагогика. Образование. 2019. № 3. С. 45–58.
- 4) Berlyne D.E. Curiosity and exploration // Science. 1966. Т. 153, № 3731. С. 25–33.
- 5) Csikszentmihalyi M. Flow: The psychology of optimal experience. New York: Harper & Row, 1990. 303 p.
- 6) Hill S.E., Buss D.M. The evolutionary psychology of envy // Envy: Theory and research / ed. by R.H. Smith. Oxford: Oxford University Press, 2008. P. 60–70.
- 7) Smith R.H., Kim S.H. Comprehending envy // Psychological Bulletin. 2007. Т. 133, № 1. С. 46–64.

- 8) Van de Ven N., Zeelenberg M., Pieters R. Leveling up and down: The experiences of benign and malicious envy // *Emotion*. 2009. Т. 9, № 3. С. 419–429.
- 9) Xiang Y., Kong F., Wen X., Wu Q., Mo L. Neural correlates of envy: Regional homogeneity of resting-state brain activity predicts dispositional envy // *NeuroImage*. 2016. Т. 132. С. 23–29.
- 10) Watson D., Tellegen A. Toward a consensual structure of mood // *Psychological Bulletin*. 1985. Т. 98, № 2. С. 219–235.