

**Корбут Анна Вадимовна**

**Склонность к субъектно-ориентированному сравнению в  
системе индивидуально-психологических характеристик**

5.3.1 – Общая психология, психология личности, история  
психологии

**ДИССЕРТАЦИЯ**

на соискание ученой степени

кандидата психологических наук

**Научный руководитель:**

доктор психологических наук

Самойленко Елена Станиславовна

Москва – 2024

## Оглавление

ВВЕДЕНИЕ .....	4
ГЛАВА 1. Социальное сравнение как психологический феномен.....	16
1.1. Психологическое содержание социального сравнения. Его виды, параметры, референты ..	17
1.2. Механизмы социального сравнения .....	26
1.3. Склонность к социальному сравнению и ее диагностика .....	42
Заключение к главе 1 .....	49
Глава 2. Социальное сравнение и базовые психологические характеристики человека.....	51
2.1. Представления о структуре психологических характеристик человека .....	51
2.2. Современное состояние проблемы связи социального сравнения с индивидуально-психологическими характеристиками.....	62
Заключение к главе 2 .....	88
ГЛАВА 3. Эмпирические исследования связи склонности к субъектно-ориентированному сравнению с индивидуально-психологическими характеристиками.....	91
3.1. Программа эмпирических исследований .....	91
3.2. Исследования склонности к субъектно-ориентированному сравнению в зависимости от возрастно-половых характеристик индивида.....	105
3.3. Исследования склонности к субъектно-ориентированному сравнению в зависимости от характеристик темперамента.....	111
3.4. Исследования склонности к субъектно-ориентированному сравнению в зависимости от типов характера .....	114
3.5. Исследование склонности к субъектно-ориентированному сравнению в зависимости от выраженности поведенческого паттерна типа А. ....	116
3.6. Исследование связи склонности к субъектно-ориентированному сравнению с индивидуально-личностными свойствами, определяемыми методикой «Большая пятерка».....	119
3.7. Исследование склонности к субъектно-ориентированному сравнению и уровня самооценки .....	124
3.8. Исследование связи склонности к субъектно-ориентированному сравнению с выраженностью рефлексии и характеристик идентичности личности .....	127
3.9. Исследование связи склонности к интер- и интра- субъектным сравнениям с отношением к этим видам сравнения .....	133
Заключение к главе 3 .....	152
Общее заключение и выводы .....	155
Литература .....	157
Приложения .....	181

Приложение 1. Факторная структура русскоязычной версии шкалы INCOM (Савченко, Самойленко, Корбут, 2019).....	181
Приложение 2. Факторная структура русскоязычного опросника РООСС ..... (получена А.В. Корбут на выборке из 819 респондентов) .....	182
Приложение 4. Таблицы для исследований .....	185
Приложение 5. Примеры вербализаций, полученных при выполнении методики «Отношение к субъектно-ориентированному сравнению» .....	191

## **ВВЕДЕНИЕ**

### **Актуальность исследования**

В современных быстро меняющихся реалиях, содержащих разнообразные вызовы, возможности и перспективы, процесс сравнения, который выражает единство сенсорных и интеллектуальных процессов (Рубинштейн, 1957, 1958, 1959; Ломов, 1984) и заключается «в выявлении как общих признаков сравниваемых объектов, так и их различий» (Ломов, 1963, с. 238), приобретает особое значение в контексте социальной жизни, характеризующейся динамичностью, вызовами и высокой степенью неопределенности (Baldwin, Mussweiler, 2018; Buunk, Gibbons, 2007; Gerber, Wheeler, Suls, 2018). Эта значимость обусловлена тем, что сравнение, которое обращено к людям, выступая в качестве важнейшего феномена социальной жизни и являясь важной характеристикой социальной эволюции человека (Gilbert, Price, Allan, 1995), непосредственно включено во взаимодействие и общение (Самойленко, 2012; Suls & Wills, 1991), многообразным образом проявляется в организационных контекстах (Buunk, 2024), задействовано в современных технологиях коррекции поведения (Hoppen, 2024). Широкие возможности сопоставления человеком себя с другими людьми по разным параметрам предоставляются средствами массовой информации (Liu, Niederdeppe, 2024) и социальными сетями (Qui, 2024), что зачастую сопряжено с возникновением ярких эмоциональных переживаний и изменением психологического благополучия (Servidio et al., 2024). В этой связи особую востребованность приобретают исследования индивидуально-психологических характеристик человека с выраженной склонностью к сравнению себя с другими людьми и само-сравнению.

Исходные концептуальные положения, отражающие психологическое содержание сравнения человеком собственных способностей и мнений с таковыми у других людей и впервые сформулированные в разработанной Л. Фестингером теории социального сравнения (Festinger, 1954), получили

развитие в нескольких направлениях (их обзор представлен, например, в: Самойленко, 2010, 2012; Gerber, Wheeler, Suls, 2018; Wheeler, Suls, 2020). Предложены концепция нисходящего сравнения человеком себя с теми, кто хуже него (Wills, 1981) и концепция восходящего сравнения с теми, кто лучше по тому или иному параметру (Collins, 1996), концепция социального сравнения в модели поддержания самооценки (Tesser, 1999), модель социального сравнения как «ассимиляции и контраста» (Blanton, 2001), модель идентификации-контраста Буунка (Buunk and Ybema, 1997), модель внутренней/внешней референции социального сравнения (GI/E model, Moller et al., 2016; Helm, Marsh, Dicke, Moller, 2020). Разработаны концепция так называемого темпорального сравнения – выявления человеком сходства и различия между собой в настоящем и собой в прошлом (Albert, 1977), теория оценки себя во времени (Wilson & Ross, 2001; Wilson, Shanahan, 2020).

Эмпирические исследования социального сравнения касаются изучения его целей и мотивов (напр., Самойленко, 2012; Collins, 1996; Festinger, 1954; Corcoran, Crusius, & Mussweiler, 2001; Goethals, Darley, 1977; Hackmiller, 1966; Helgeson, Mickelson, 1995; Huguet, et al., 2001; Thornton, Arrowood, 1966; Tyler, 2001; Wood, 1989; Wood & Taylor, 1991; Wills, 1981 и др.); категорий референтов социального сравнения (напр., Самойленко, 2012; Alicke, 2000; Goethals, Klein, 2000; Lee, 2014; Wheeler, Miyake, 1992; Wood, 1989); особенностей сравнения человеком себя с другими людьми по конкретным параметрам (напр., Arigo, 2020; Moller & Marsh, 2013; Moller et al., 2016; Самойленко, 2012), в частности по внешности (Arigo, 2020; Druschinin et al., 2018; Fardouly et al., 2017; Fitzsimmons-Craft, 2017; Fuller-Tyszkiewicz et al., 2019; Pila et al., 2016 ; Rogers et al., 2017 и др). Осуществляется разработка методического аппарата изучения социального сравнения, и прежде всего, опросников на оценку степени ориентации на него (напр., Самойленко, 2012; Allan & Gilbert, 1995; Feinstein et al., 2013; Gibbons and Buunk, 1999; Van der Zee et al., 2000), а также шкал для оценки ориентации на сравнение по параметру внешности (O'Brien et al., 2009;

Schaefer, Thompson, 2014, 2018; Thompson, Heinberg, & Tantleff, 1991).

При этом, сам термин «социальное сравнение» оказывается, по мнению некоторых исследователей, достаточно размытым (Wheeler, Suls, 2020), так как понимается и как обдумывание социальной информации в соотношении с собой (Wood, 1996), и очень широко как сравнительное суждение о любых социальных объектах (Kruglanski, Mayseless, 1990), и используется применительно к межгрупповому сравнению, в частности, в теории социальной идентичности (Tajfel, Turner, 2007). Это предполагает конкретизацию содержания социального сравнения в рамках отдельных исследований.

В рамках диссертационного исследования используется термин субъектно-ориентированное сравнение (Самойленко, 2023), которое, в отличие от предметно-ориентированного сравнения, касающегося предметов окружающего мира, обращено к социальному миру. Основным смыслом субъектно-ориентированного сравнения заключается в том, что оно осуществляется субъектом, который представляет собой деятельного, общающегося, познающего и рефлексирующего человека, выступающего во всей целостности своих качеств (Брушлинский, 1994, 1999; Рубинштейн, 1957). Такое сравнение имеет отношение к субъектам, осуществляющим различные деятельности, участникам межличностных взаимодействий, обладающим многоуровневой природой, активностью и инициативностью (Селиванов, 2001; 2002).

В диссертационной работе изучаются два вида субъектно-ориентированного сравнения: интер-субъектное, выражающееся в определении человеком сходства и различия между собой и другими людьми, и интра-субъектное, когда субъект осуществляет сравнение себя с самим собой или само-сравнение (Самойленко, 2023). Склонность человека к интер- и интра- субъектным сравнениям операционализируется в работе как субъективно оцениваемая частота совершения им данных видов сравнения.

Проблема заключается в том, что большинство исследований

сравнения, обращенного к социальному миру (Gerber, Wheeler, Suls, 2018), разрознены и содержат ряд противоречивых результатов. Они проведены в основном на западных выборках и посвящены преимущественно взаимосвязям склонности к сравнению человеком себя с другими людьми и показателей психологического неблагополучия (нейротизмом, депрессией, тревожностью, завистью, ревностью). Соответственно, актуальность диссертационной работы выражается в расширении набора исследуемых индивидуально-психологических характеристик и их сопоставлении со склонностью как к интер-, так и к интра- субъектным сравнениям, а также в анализе закономерностей на российской выборке широкого возрастного диапазона. В работе изучаются свойства человека как индивида (возрастно-половые и темпераментальные), личностные свойства, компоненты самосознания (самооценка и «образ Я») и отношение к субъектно-ориентированному сравнению.

Отношение к субъектно-ориентированному сравнению, рассматриваемое в контексте представлений А.Ф. Лазурского (Лазурский, 1912) и В.Н. Мясищева (1957, 1960, 1969, 1970) об отношении как важнейшем личностном конструкте, имеет оценочную и когнитивную компоненты. Оценочный компонент представляет собой оценку человеком субъектно-ориентированного сравнения с точки зрения его валентности (положительного, отрицательного или нейтрального значения); когнитивный компонент выражается в характеристиках субъективных представлений, соответствующих данным оценкам.

**Объект** исследования: склонность к субъектно-ориентированному сравнению.

**Предмет** исследования: связь склонности к субъектно-ориентированному сравнению с индивидуально-психологическими характеристиками.

**Цель** исследования: выявить связь склонности к интер- и интра-субъектным сравнениям с индивидуальными и личностными свойствами

человека, компонентами его самосознания и отношения к субъектно-ориентированному сравнению.

В соответствии с целью исследования поставлены следующие задачи.

*В теоретической части работы:*

1. Рассмотреть основные концепции социального сравнения как психологического феномена и представления о его параметрах и видах.
2. Проанализировать методологию и результаты эмпирических исследований связи склонности к социальному сравнению со свойствами личности; показать новизну изучения склонности к интер- и интра-субъектным сравнениям в системе индивидуально-психологических характеристик.

*В методической части работы:*

3. Разработать методический инструмент для исследования отношения к интер- и интра- субъектным сравнениям и процедуру контент анализа вербальных высказываний, отражающих субъективные представления о значимости данных видов сравнения.
4. Разработать программу эмпирического исследования, включающего количественные и качественные методические процедуры исследования связи склонности к интер- и интра- субъектным видам сравнения с индивидуально-психологическими характеристиками.

*В эмпирической части работы:*

5. Выявить и сопоставить связи склонности человека к субъектно-ориентированному сравнению с его индивидуальными и личностными свойствами, компонентами самосознания, с оценочной и когнитивной составляющими отношения к данным видам сравнения.
6. На основе эмпирических данных построить структурные модели связей склонности к интер- и интра- субъектным сравнениям с



исследованными индивидуально-психологическими характеристиками. Описать психологический профиль человека с выраженной склонностью к интер- и интра- субъектным сравнениям.

**Теоретическая гипотеза исследования** состоит в предположении о том, что в системе разно-уровневых индивидуально-психологических характеристик индивидуальные и личностные свойства выступают в качестве внутренних условий проявления склонности к субъектно-ориентированному сравнению, выраженность которой связана с отношением к нему человека и особенностями его самосознания.

**Исследовательские гипотезы:**

1. Существуют половозрастные различия в склонности к интер- и интра-субъектным сравнениям.
2. Склонность к интер- и интра-субъектным сравнениям связана с выраженностью характеристик темперамента.
3. Склонность к интер- и интра-субъектным сравнениям связана с выраженностью свойств личности.
4. Склонность к интер- и интра-субъектным сравнениям связана с уровнем самооценки и компонентами «образа Я».
5. Склонность человека к интер- и интра-субъектным сравнениям связана с его отношением к данным видам сравнения.

**Методы исследования.** В соответствии с целью, задачами и исследовательскими гипотезами на теоретическом этапе работы проводился анализ научных литературных источников по теме исследования; на эмпирическом этапе работы применялись следующие **методики**:

1. Шкала INCOM (Iowa-Netherlands Comparison Orientation Measure, Gibbons, Buunk, 1999) в адаптации Т.Н. Савченко, Е.С. Самойленко, А.В. Корбут (Савченко, Самойленко, Корбут, 2019) для оценки

ориентации на социальное сравнение мнений, способностей и общей жизненной ситуации.

2. Русскоязычный опросник ориентированности на социальное сравнение (РООСС, Самойленко, 2012) для оценки склонности к сравнению с различными социальными референтами (интер-субъектному и интра-субъектному сравнению).

3. Методика изучения отношения к субъектно-ориентированному сравнению (А.В. Корбут).

4. Методика изучения структуры темперамента Я. Стреляу (адаптация Н.Н. Даниловой, А.Г. Шмелева).

5. Опросник ОЧХ-В (Русалов, Манолова, 2003), представляющий собой переработанную В. М. Русаловым и О. Н. Маноловой методику Г. Шмишека и К. Леонгарда, которая предназначена для выявления акцентуаций характера.

6. Опросник Дженкинса, предназначенный для оценки поведенческих паттернов А/Б (Jenkins Activity Survey, JAS).

7. Пятифакторный личностный опросник «Большая пятерка» (Big Five), разработанный Р. МакКрэе и П. Коста и адаптированный А.Б. Хромовым.

8. Методика С.А. Будасси для исследования самооценки.

9. Методика «Кто Я» М. Куна и Т. Мак-Партленда в модификации Т.В. Румянцевой (Румянцева, 2006), предназначенная для изучения внутреннего содержания характеристик идентичности личности, восприятия человеком самого себя в различных аспектах своей жизни.

При обработке данных использовались следующие статистические методы: описательные статистики, сравнение средних значений, корреляционный анализ. Применялись поправки Бенжамини-Хохберга на множественную проверку гипотез; поправки считались в среде R ver. 4.1.2. Был также применен количественно-качественный метод анализа свободных вербализаций, характеризующих оценку интер- и интра- субъектных

сравнений с точки зрения их значимости. Статистическая обработка результатов производилась с помощью статистического пакета IBM SPSS Statistics V. 21.0.

**Эмпирическая база исследования.** Общая выборка участников исследования составила 843 человека (433 женщин и 410 мужчин), средний возраст 24 года, с возрастным распределением от 17 до 59 лет: студенты МГУ им. М.В. Ломоносова, Педагогического Университета, Гуманитарно-экономического университета, Института психоанализа, Московского Гуманитарного университета, Высшего Военного учреждения, а также служащие, работающие в университетах, школах, детских садах и других сферах. Законченное высшее образование – у 16,5% респондентов, незаконченное высшее образование - у 82% и среднее образование - у 1,5%.

**Теоретико-методологической основой** диссертационного исследования послужили принцип системности, получивший развитие в исследованиях Б.Ф. Ломова и В.А. Барабанщикова, субъектно-деятельностный подход С.Л. Рубинштейна, К.А. Абульхановой-Славской, А.В. Брушлинского, теория социального сравнения Л. Фестингера; концепции темпорального сравнения, представления о многомерном характере сравнения в системах познания, общения и личности, сформулированные Е.С. Самойленко, фундаментальные положения Б.Г. Ананьева об основных формах существования человека, концепции самосознания, разработанные В.С. Мерлиным, И.И. Чесноковой, Е.Т. Соколовой, концепции психологических отношений, разработанные А.Ф. Лазурским и В.Н. Мясищевым.

**Научная новизна исследования** состоит в обнаружении связей интер- и интра субъектных сравнений, анализируемых двумя методическими инструментами, сфокусированными на их разных аспектах (параметрах и социальных референтах сравнения), с системой индивидуально-психологических характеристик, в которую впервые включены показатели темперамента, самосознания и субъективного отношения человека к этим

видам сравнения. Новизной обладает методический инструмент для количественного и качественного анализа оценочного и когнитивного компонентов отношения к субъектно-ориентированному сравнению. Впервые обозначена опосредующая роль пола во взаимосвязях выраженности склонности к интер- и интра- субъектному сравнению, с одной стороны, и показателей темперамента, личностных свойств и компонентов самосознания, с другой стороны.

**Теоретическая значимость исследования** заключается в развитии представлений о роли индивидуально-психологических характеристик человека в выраженности его склонности к субъектно-ориентированному сравнению. Предпринята попытка углубить существующие представления о социальном сравнении путем сопоставительного анализа взаимосвязей, обнаруженных между сравнением человеком себя с другими людьми и само-сравнением, с одной стороны, и системой индивидуально-психологических характеристик, включающей в себя индивидные и личностные свойства, компоненты самосознания и субъективного отношения к сравнениям, с другой стороны. Сформулировано предположение о важной роли отношения к субъектно-ориентированному сравнению в выраженности склонности к нему. Построены структурные эмпирические модели связей склонности к интер- и интра- субъектным сравнениям с исследованной системой индивидуально-психологических характеристик и описан обобщенный психологический профиль человека с выраженной склонностью к данным видам сравнениям.

**Практическая значимость.** Разработанный инструментарий, позволяющий изучить склонность и отношение к субъектно-ориентированному сравнению, может быть использован при организации научных исследований по тематике социального сравнения. Результаты диссертационного исследования могут быть использованы в клинической практике при лечении депрессивных расстройств и нарушений пищевого поведения; в индивидуальном и групповом психологическом

консультировании людей как молодого, так и старшего возраста; в процессе работы с запросами, касающимися самооценки, субъективных представлений о себе и межличностных отношений. Полученные данные применимы для сопровождения и поддержки работников в разных профессиональных сферах с целью коррекции тревожности.

### **Основные положения, выносимые на защиту**

1. В качестве индивидуальных характеристик человека, связанных с выраженностью у него склонности к интер-субъектному сравнению, выступают возраст и свойства темперамента: сила процессов возбуждения и подвижность нервных процессов. Выраженность склонности к интра-субъектному сравнению связана только с возрастом.
2. В качестве внутренних условий склонности к интер- и интра-субъектным сравнениям выступают личностные свойства «Большая пятерка». Выраженность поведенческого паттерна А связана только со склонностью к интра-субъектному сравнению.
3. Склонность к интер-субъектному сравнению связана с такими характеристиками самосознания как самооценка, дифференцированность идентичности и выраженность социальной идентичности относительно личностной идентичности.
4. Выраженность склонности к интер-субъектному сравнению связана с отношением к интер- и интра-субъектным сравнениям. Выраженность склонности к интра-субъектному сравнению связана с отношением только к данному виду сравнения.
5. Значимой опосредующей детерминантой в структуре связей склонности к субъектно-ориентированному сравнению и индивидуально-психологических характеристик является пол.

**Достоверность результатов исследования** обеспечивается

обоснованностью теоретико-методологической базы, применением надежных исследовательских методик и соответствующих методов статистической обработки данных, объемом выборки (843 респондента), соотносением результатов с данными других исследований.

**Публикации:** По теме диссертации опубликовано 18 печатных работ общим объемом 7,7 п.л., в том числе 5 статей общим объемом 5,4 п.л. в рецензируемых научных журналах, указанных в списке ВАК РФ.

**Соответствие диссертации паспорту научной специальности** определяется следующими направлениями, изученными в работе и являющимися областью исследования общей психологии, психологии личности, истории психологии (5.3.1): Структура личности. Проблема индивидуальных различий и типология личности. Соотношение внутреннего и внешнего мира человека. Направленность личности, жизненные и ценностные ориентации. Самосознание и самооценка. Образ Я. Идентичность личности (раздел 31); Индивид, личность, индивидуальность (раздел 32); Проблема субъекта в психологии (раздел 33).

**Апробация работы. Результаты диссертационного исследования обсуждались на конференциях:** 1. VII Международная конференция молодых ученых «Психология – наука будущего» 14–15 ноября 2017 г., Институт психологии Российской академии наук Государственный академический университет гуманитарных наук Факультет психологии, г. Москва. 2. Международная научно-теоретическая конференция «Молодежь XXI столетия: Профессионализм – будущее страны», 11-12 мая 2017 г., АНО ВО МГЭУ, г. Москва. 3. XIII Международной научно-практической конференции Зимняя школа «Психология состояний», 21–22 февраля 2019 г., КФУ, г. Казань. 4. Всероссийская научно-практическая конференция «Актуальные проблемы адаптации курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России к условиям профессиональной деятельности» 26-27 февраля, 2020 г., Московского университета МВД России имени В.Я. Кикотя, г. Москва. 5. XVI Международной научно-практической

конференции «Зимняя школа по психологии состояний», 24-25 февраля 2022 г., КФУ, г. Казань. 6. Международный молодежный научный форум «Ломоносов-2023», 12-21 апреля 2023г., г. Москва. 7. Международная научная конференция «Ананьевские чтения — 2023. Человек в современном мире: потенциалы и перспективы психологии развития», 18-20 октября 2023 г., СПбГУ, г. Санкт-Петербург. 8. Всероссийская научная конференция «Человек, субъект, личность: перспективы психологических исследований», посвященной 90-летию со дня рождения А.В. Брушлинского, 12-14 октября 2023 г., г. Москва.

**Структура диссертации.** Диссертация состоит из введения, трех глав, заключений по главам, общего заключения и выводов, списка использованных источников литературы и приложений. Объем основного текста диссертации составляет 158 страниц. Текст включает 24 таблицы, 21 рисунок, 5 приложений. Список использованной литературы включает 304 источника, из них 228 на иностранном языке.

## ГЛАВА 1. Социальное сравнение как психологический феномен

Сравнение, выражающее единство сенсорных и интеллектуальных процессов (Рубинштейн, 1957, 1958, 1959; Ломов, 1984), представляет собой многомерное психическое явление, проявляющееся в установлении тождества, сходства и различия сущностей при взаимодействии человека с предметным и социальным миром (Самойленко, 2012).

В зависимости от того, касается ли сравнение предметов окружающей среды или же мира людей выделяются предметно-ориентированное и социальное сравнение (Самойленко, 2023).

Предметно-ориентированное сравнение, играет важную роль в процессах распознавания и категоризации; его механизмы отражены в ряде когнитивных моделей, среди которых модель сравнения по признакам, теория сравнения как структурного взаимоотображения субъективных репрезентаций, трансформационная модель сходства, классификационная теория установления сходства, модель двойственности процесса сравнения, концепция сравнения в рамках модели селективной доступности информации и т.д. (их обзор представлен, например, в: Величковский, 2006; Самойленко, 2010, 2012).

Что касается социального сравнения, то его психологическое содержание было впервые изложено в одноименной теории, предложенной Л. Фестингером (1954a; 1954b). По мнению Л. Вилера и Дж. Салса (Wheeler, Suls, 2020), эта теория родилась из исследований, проводимых в двух направлениях. Одно из направлений, касавшееся изучения уровня притязания, породило ту часть теории, которая относится к социальному сравнению способностей, а другое, посвященное процессам коммуникации в неформальных группах, привело к включению в теорию такого параметра сравнения как оценка мнений.



Теория Фестингера развивалась и дополнялась на протяжении почти 70 лет и в плане концепций социального сравнения, и в плане его эмпирических исследований (см. обзоры, например, в: Самойленко, 2010, 2012; Gerber, 2018; Gerber, Wheeler, Suls, 2018). С момента ее появления представления о социальном сравнении существенно расширились в плане понимания его психологического содержания, видов и параметров, а также основных концепций, отражающих его механизмы и мотивационную составляющую. Рассмотрим кратко современное состояние этих вопросов.

## **1.1. Психологическое содержание социального сравнения. Его виды, параметры, референты**

Социальное сравнение считается одним из фундаментальных аспектов социальной жизни человека (Baldwin, Mussweiler, 2018; Suls & Wills, 1991; Wood, 1989), играющим важную роль в процессах взаимодействия между отдельными людьми и группами (Suls & Wills, 1991), в познании человеком себя и других людей. Этот процесс рассматривают в качестве ключевой характеристики социальной эволюции человека (Gilbert, Price, Allan, 1995).

Каждый человек в большей или меньшей мере склонен к социальному сравнению, когда сталкивается с информацией, касающейся других людей. Социальное сравнение представляет собой объективный когнитивно-оценочный процесс (Festinger, 1954a), который можно рассматривать в качестве одного из основополагающих психологических феноменов, взаимосвязанных с личностью людей, их суждениями, переживаниями и поведением (Corcoran, Crusius, Mussweiler, 2001). Эта фундаментальная человеческая склонность смотреть на других людей как на стандарты того, как нужно думать, чувствовать и вести себя, позволяет человеку ориентироваться и преуспевать в очень сложном современном социальном мире (Baldwin, Mussweiler, 2018).

Одна из особенностей современных работ по проблематике социального сравнения заключается в многообразии используемых в них его

содержательных определений. Оно определяется как установление человеком сходства и различия между собственными и присущими другим людям мнениями и способностями (Festinger, 1954); как процесс размышления об информации, касающейся одного или нескольких человек при соотнесении с самим собой (Wood, 1996, с. 520-521); и даже в самом широком плане как «сравнительное суждение о любых социальных объектах по определенным содержательным параметрам» (Kruglanski, Mayseless, 1990, p. 196).

Это предполагает конкретизацию содержания социального сравнения в рамках отдельных исследований и приводит к необходимости систематизации его видов, в основу которой может быть положена референция сравнения. В соответствии с классификацией, предложенной Е.С. Самойленко, социальное сравнение, понимаемое в широком смысле, можно дифференцировать сначала на основании того, относится ли сравнение к отдельным индивидам, одним из которых субъект в той или иной мере сам является (оно обозначается как *субъектно-ориентированное сравнение*), либо к социальным группам, к одной из которых принадлежит осуществляющий их сравнение субъект (оно обозначается как *сравнение, ориентированное на субъектно-релевантные социальные группы*) (Самойленко, 2023).

Некоторым аналогом разделения сравнения на субъектно-ориентированное и ориентированное на субъектно-релевантные социальные группы является дифференцирование его на локальное, то есть сравнение с одним или несколькими конкретными людьми, и общее, то есть сравнение с некоторой группой людей (Zell, Alicke, 2020). В отношении локального и общего сравнения выделен эффект доминантности локального сравнения, который заключается в том, что при возможности совершать оба эти вида сравнения локальное сравнение будет оказывать большее влияние на самооценку человека и снижать значимость информации, полученной при осуществлении общего сравнения (Zell, Alicke, 2020).

Субъектно-ориентированное сравнение далее разделяется на *интер-субъектное*, в процессе которого субъект сравнивает себя с другими людьми; и *интра-субъектное*, когда субъект осуществляет сравнение себя с самим собой или само-сравнение (Самойленко, 2023). При интра-субъектном сравнении человек, сравнивает себя в настоящем со своим: возможным Я, то есть с таким Я, которое можно иметь, в идеале хочется иметь и страшно иметь в будущем (Markus, Nurius, 1986); «должным Я» (Higgins, 1987; Higgins, Lurie, 1983; Higgins et al., 1986); гипотетическим Я, реализация которого была возможна, но не состоялась (Olson et al., 2000). Интра-субъектное сравнение фигурирует в теории сравнения по размерностям, согласно которой человек осуществляет сравнение своих способностей в разных областях (Helm, Marsh, Dicke, Moller, 2020; Moller & Marsh, 2013; Moller et al., 2016).

*Сравнение, ориентированное на субъектно-релевантные социальные группы* основываются на том, что человек достаточно четко дифференцирует представителей своей группы и членов группы, к которой он не принадлежит. Сравнению человеком группы, к которой он принадлежит, с внешней группой, членом которой он не является, посвящена теория социальной идентичности (Tajfel, 1978; Turner, 1975). Люди сравнивают себя с другими членами группы, к которой они себя причисляют, с людьми из других групп, они сравнивают свою группу с другими группами. На основе этих сравнений люди понимают, что они из себя представляют и как их оценивают другие люди, возникают групповые нормы, формируются структура групп и межгрупповые отношения, которые, в свою очередь, обеспечивают основу для групповых социальных сравнений (Hogg, 2000).

Сравнение, ориентированное на субъектно-релевантные социальные группы, также разделяется на два вида: *ин-групповое*, когда субъект сравнивает саму с собой группу, к которой он принадлежит; и *ин-аут групповое*, когда субъект осуществляет сравнение ин-группы, частью которой

он себя воспринимает, с внешней аут-группой, к которой он себя не причисляет (Самойленко, 2023).)

Каждое из отмеченных видов сравнения могут иметь разное направление: *горизонтальное* и *вертикальное* (Locke, 2014).

*Горизонтальное сравнение* означает сравнение себя с теми, которых человек считает подобными себе. Фестингер высказывал предположение о том, что человек стремится сравнивать себя с теми людьми, которых он субъективно оценивает как близких к нему по уровню той или иной способности или мнению, и полагал, что стремление субъекта сравнивать себя с каким-то другим человеком уменьшается по мере того, как увеличивается разница между мнением или способностями субъекта и того, с кем осуществляется сравнение (Festinger, 1954a). «Человек не стремится оценивать свои мнения или способности путем сравнения с теми, кто слишком отличны от него. Если способности другого человека слишком далеки от его собственных, выше или ниже, невозможно точно оценить собственные способности по сравнению с этим другим человеком. Аналогичная ситуация и с оценкой мнений» (Festinger, 1954a, с.120). При этом Фестингер отмечал, что применительно к способностям человек стремится сравнивать себя с теми, кто немного лучше него (то есть осуществлять однонаправленное движение вверх), а при оценке мнений - с теми, кто подобны ему (в этом случае действует принцип подобия).

Идея о сравнении человеком себя с подобными ему, изначально сформулированная Фестингером, была позднее развита и подверглась некоторой критике другими исследователями, которые отмечали путаницу в ее формулировке. В частности, была предложена идея о том, что горизонтальное сравнение касается так называемых дополнительных признаков (например, пол или возраст), на которые человек опирается при выборе референта сравнения (Alicke, 2000). Выбор дополнительных признаков определяется субъективным представлением или предположением человека о том, что они могут быть связаны с особенностями той

способности, которая подвергается сравнению (Goethals, Darley, 1977; Miller, 1982; Zanna et al., 1975). Отмечалось, что человек при сравнении собственного мнения с другим мнением выбирает не просто кого-то, у кого есть мнение, похожее на его, а того, кто, по его предположению, должен иметь похожее мнение в силу сходства с ним по атрибутам, которые могут быть связаны со сравниваемым мнением (Wheeler et al., 1969, 1982).

*Вертикальное сравнение* – это сопоставление себя с теми, кто обладает лучшими или худшими характеристиками; в первом случае оно обозначается как восходящее, а во втором – как нисходящее.

При *восходящем сравнении* референт сравнения лучше в каком-то смысле, чем человек сравнивающий себя с ним (Gerber, Wheeler, Suls, 2018). При таком виде сравнения возможны два последствия (Arigo, 2020). С одной стороны, человек может ассимилировать себя с тем, кто обладает лучшими характеристиками (Collins, 1996, 2000; Wheeler, 1966) и, таким образом, будет вдохновляться успехами другого человека, предполагая, что он сможет также их достичь. С другой стороны, если человек будет видеть контраст между собой и другим человеком (фиксироваться на различиях между собой и референтом сравнения), обладающим лучшей, чем он, характеристикой, то он будет испытывать разочарование от понимания того, что существует большая разница между тем, каков он в настоящий момент, и каким хочет стать (Buunk, Ybema, 1997). Лок (Locke, 2014) отмечает ряд эмпирических исследований, в которых показано, что восходящее сравнение, сопровождающееся эффектом контраста, может спровоцировать чувство негодования и злонамеренной зависти, а также попытки унижить или подорвать превосходство другого (Johnson, 2012; Lam, Van der Vegt, Walter, & Huang, 2011). Исследования также свидетельствуют о том, что люди особенно склонны проявлять враждебность, если восходящее сравнение с феноменом контраста угрожает их самооценке (Tesser, 1988) или если они воспринимают контраст между собой и социальным референтом сравнения как несправедливый или незаконный (Križan & Smith, 2014).

При *нисходящем сравнении* референт сравнения хуже по некоторому параметру, чем человек сравнивающий себя с ним (Gerber, Wheeler, Suls, 2018). Согласно концепции Уиллса (Wills, 1981), человек стремится осуществлять нисходящее сравнение, когда самооценка человека оказывается низкой или существует возможность того, что она понизится. Однако, последствия осуществления нисходящего сравнения могут быть и двоякими (Arigo, 2020). С одной стороны, люди, идентифицирующие себя с теми, кто хуже них, склонны испытывать тревогу в ответ на очевидное подтверждение того, что их ситуация является или может стать ужасной. С другой стороны, люди, которые противопоставляют себя тем, кто хуже них, (сосредотачиваясь на различиях), как правило, испытывают удовлетворение своим собственным статусом, поскольку пример того, кто находится в худшей, чем он позиции, свидетельствует о том, что у них все не так плохо и могло быть и хуже (см. Buunk and Ybema, 1997). В этом случае нисходящее сравнение может выполнять функцию поддержания и усиления самоуважения человека и являться способом совладания со сложными жизненными ситуациями. Люди часто прибегают к такому сравнению в сложных ситуациях, когда им кажется, что они исчерпали все возможные ресурсы (Wills, 1986).

Таким образом, как при восходящем, так и при нисходящем сравнении возможны феномены ассимиляции и контраст, которые возникают у субъекта, осуществляющего сравнение, в отношении того, с кем он себя сравнивает. Ассимиляция, означающая сближение самооценки осуществляющего сравнение субъекта с характеристиками референта сравнения, приводит к тому, что самооценка становится более положительной после восходящего сравнения и более отрицательной после нисходящего сравнения. И наоборот, контраст, означающий отклонение самооценки осуществляющего сравнение субъекта от референта сравнения, приводит к тому, что самооценка становится более отрицательной после восходящего сравнения и более положительной после нисходящего сравнения (Verdyun et al, 2020).

Важно отметить, что предложенные в литературе идеи в отношении горизонтального, восходящего и нисходящего видов сравнения сформулированы, прежде всего, применительно к субъектно-ориентированному сравнению, но могут быть экстраполированы и на сравнение, ориентированное на субъектно-релевантные социальные группы.

Виды субъектно-ориентированного сравнения и сравнения, ориентированного на субъектно-релевантные социальные группы, могут происходить в актуальном плане, то есть осуществляться одновременно и относиться к характеристикам, присущим индивиду или группе в определенный момент, либо иметь темпоральный характер, то есть заключаться в сопоставлении выраженности характеристик в настоящий момент, с их выраженностью в прошлом и их предполагаемой выраженностью в будущем (Самойленко, 2023); первый из этих видов сравнения иногда называют *интравременным*, а второй интервременным (Kruglanski, Mayselless, 1990).

Рассмотренные выше виды социального сравнения могут осуществляться по разнообразным конкретным параметрам. Так, в теории социального сравнения Фестингера (Festinger, 1954a) сформулировано утверждение о том, что сравнение человеком себя с другими людьми осуществляется по двум параметрам – способностям и мнениям, в отношении которых, согласно Фестингеру, у человека есть особая потребность в оценивании. Позднее Дж. Салс в своей триадической модели сравнения мнений выделил среди них те, которые касаются предпочтения или антипатии в отношении чего-то, прогнозирования предпочтения и верности утверждений (Suls, 2000).

В настоящий момент интенсивно исследуются особенности сравнения человеком себя с другими людьми по конкретным параметрам (Arigo, 2020). И интер-субъектное, и интра-субъектное сравнение может выражаться в установлении сходства и различия специфичных характеристик людей, например, способностей, профессиональных или учебных показателей,

особенностей внешности и т.д., и тех их характеристик, которые являются составляющими их социальной идентичности, определяемой как «знание индивидом своей принадлежности к определенным социальным группам в сочетании с некоторым эмоциональным и ценностным значением для него принадлежности к этой группе» (Tajfel, 1972, с. 292).

В качестве широко изучаемого в последнее время параметра сравнения выступает внешность, понимаемая в широком смысле слова: сюда включают сравнение общего внешнего вида, формы тела, веса, мускулиности, физическая форма (Arigo, 2020; Drutschinin et al., 2018; Fardouly et al., 2017; Fitzsimmons-Craft, 2015, 2016a, 2016b, 2017; Fuller-Tyszkiewicz et al., 2019; Leahey, Crowther, 2008; Leahey et al., 2007; Patrick et al., 2004; Pila et al., 2016; Ridolfi et al., 2011; Rogers et al., 2017). Основное предположение для большей части исследований данного параметра состоит в том, что люди склонны осуществлять восходящее сравнение своей внешности с внешностью других более привлекательных людей (Brien, 2009). Это еще в большей степени относится к сравнению внешности, и вообще онлайн-профилей, на страничках социальных сетей (напр., Burke, Cheng-Gang-2020; Haferkamp and Krämer, 2011).

Было показано, что ценность параметра социального сравнения, то есть той характеристики (например, доход, профессиональный статус, способности в определенной сфере, внешний вид или прогресс в достижении цели), по которой человек сравнивает себя или социальную группу, к которой он принадлежит, с другим человеком или группой, может зависеть как от индивидуальных особенностей человека, так и от ситуаций сравнения (Arigo, 2020), и в частности, от социокультурного контекста.

Кроме того, показано, что человек может сравнивать самого себя по нескольким параметрам, соотнося их друг с другом. В рамках психологии образования разработана теория сравнения по размерностям (Dimensional comparison theory, DCT), которая сфокусирована на таком сравнении, которое имеет место, когда человек сравнивает свои достижения в одной предметной



области (целевая область) с его достижением в другой предметной области (область-эталон) (Moller & Marsh, 2013; Moller et al., 2016); такое сравнение может иметь латеральное, восходящее и нисходящее направления. Теория сравнения по размерностям основывается на модели внутренней/внешней референции при сравнении (Internal/External frame of reference model, I/E model, Marsh, 1986), относящейся только к сравнению учащимся своих способностей по математике и родному языку, и содержащей в себе главное утверждение о том, что учащийся при формировании самооценки относительно академической успеваемости осуществляет сравнение своих способностей (например, по математике и языку) не только с внешними референтами (другими учащимися), но и так называемые сравнения своих способностей в двух дисциплинах (например, способностей по математике со способностями по родному языку). В теории сравнения по размерностям выделяются 4 вида мотивов межпредметного сравнения по размерностям: самодифференцирование, соотносимое с самооценкой, сохранение собственной позитивной глобальной самооценки, поддержание себя, то есть восстановление позитивной глобальной самооценки после получения негативной обратной связи, и самосовершенствование (Helm, Marsh, Dicke, Moller, 2020). Такое сравнение в рамках внутренней референции может приводить к эффектам ассимиляции, когда представления о собственных способностях по двум дисциплинам становятся похожими, и контраста, когда представление о собственной способности в той дисциплине, по которой студент более успешен, улучшается, а представление по другой дисциплине, с которой связан меньший успех, ухудшается (Moller & Marsh, 2013). Центральное положение теории DST заключается в том, что на возникновение того или иного из этих эффектов влияет воспринимаемое сходство двух дисциплин: при сравнении очень различных предметов, как например, английский и математика, возникает эффект контраста, при сравнении сходных предметов (математики и физики) – эффект ассимиляции (Moller et al., 2016).

Теория DCT была в дальнейшем расширена в обобщенную модель внутренней/внешней референции (GI/E model, Moller et al., 2016; Helm, Marsh, Dicke, Moller, 2020). Теория интегрирует процессы сравнения, касающиеся сравнения человеком себя с другими людьми и сравнения своих способностей в любых сферах жизни, не сводящихся к академической успеваемости в области математики и знания родного языка, и описывает эффекты таких сравнений в связи с особенностями мотивации, самооценки и процессов обучения.

Таким образом, люди сравнивают себя с друзьями, членами семьи, коллегами по работе, незнакомцами и знаменитостями, важность которых как социальных референтов сравнения определяется контекстом (Wheeler and Miyake, 1992; Leahey and Crowther, 2008). При этом, человек сравнивает себя не со всеми, с кем сталкивается (Mullin, 2017), выбирая тот или иной референт, прежде всего, в зависимости от степени сходства с ним по некоторыми дополнительным характеристикам, а также в соответствии с мотивами или целями социального сравнения.

## **1.2. Механизмы социального сравнения**

Социальное сравнение предоставляет человеку возможность оценить его способности и позиции. Согласно теории социального сравнения Л. Фестингера, именно *оценивание себя* является основным мотивом социального сравнения. «В человеческом организме существует стремление оценивать свое мнение и свои способности» (Festinger, 1954, p. 117). Как правило, люди стремятся использовать для этого объективные критерии. Однако, согласно гипотезе Фестингера, в той мере, в какой объективные критерии недоступны, люди прибегают к субъективному сравнению с другими людьми, которое возникает, как правило, в ситуации неопределенности (Festinger, 1954; Taylor, Buunk, & Aspinwall, 1990; Wills & Suls, 1991).

Существует также представление о том, что в периоды стресса, новых событий или изменений люди чаще обращаются к социальным сравнениям (Aspinwall, 1997; Molleman, Pruyn, & Van Knippenberg, 1986; Schachter, 1959). Ситуации, подразумевающие конкуренцию, также порождают у большинства людей интерес к социальному сравнению (Ruble, Frey, 1987), в частности, в организационных контекстах (Hoppen, 2024).

В развитии теории Л. Фестингера был выделен еще ряд мотивов социального сравнения (например, Hackmiller, 1966; Helgeson, Mickelson, 1995; Thornton, Arrowood, 1966; Wood, 1989; Wood & Taylor, 1991). Одним из них является *мотив самосовершенствования*, который представляет собой обдуманый выбор осуществляющего сравнение человека, желание найти информацию о том, как улучшить собственные характеристики (Collins, 1996; Corcoran, Crusius, & Mussweiler, 2011; Huguet, Dumas, Monteil, & Genestoux, 2001) и который не выделялся Фестингером в качестве самостоятельного. Однако, согласно Гиббонсу, идея о том, что люди могут использовать социальную информацию сравнительного плана для самосовершенствования, согласуется с гипотезой Фестингера об «однонаправленном движении вверх», применимой к способностям. Таким образом, один из мотивов социального сравнения заключается в том, чтобы узнать больше о своих способностях и тем самым совершенствовать себя (Gibbons and Buunk 1999). Данный мотив характерен не только для межличностного, но и для межгруппового социального сравнения.

Другим значимым мотивом является *улучшение представления о себе или о группе*, к которой принадлежит осуществляющий сравнение человек (Collins, 1996; Huguet, Dumas, Monteil, & Genestoux, 2001; Wills, 1981). Этот мотив характерен и для ин-аут группового сравнения, как это подчеркивается в теории социальной идентичности (Tajfel & Turner, 1986). Предполагается, что людям нужна позитивная социальная идентичность, и поэтому они стремятся находить такие характеристики у своей группы, которые положительным образом отличают ее от релевантных внешних групп.

Следовательно, люди сравнивают группу, к которой они себя причисляют, с внешними группами, чтобы истолковать свою группу как отличную от других групп и превосходящую их (Zagefka and Brown, 2006).

Применительно к ин-аут групповому сравнению выделяется также *мотив достижения справедливости* (Tyler, 2001), когда человек мотивирован привлекать внимание к социальной несправедливости, имеющей место в отношении него самого или других людей, с которыми он себя сравнивает, и, в конечном итоге, исправлять ее (Zagefka and Brown, 2006).

Было также предложено множество других мотивов, таких как мотив установления психологической близости с референтом сравнения посредством сравнительной деятельности и альтруизм (Hegelson & Mickelson, 1995); мотив общения с другими людьми (Corcoran, Crusius, & Mussweiler, 2011); мотив валидации правильности своих мнений (Goethals, Darley, 1977), саморазрушение (Hegelson & Mickelson, 1995); формирование знаний и выводов в определенных сферах (Kruglanski, Mayseless, 1987) и получение информации (Nosanchuk, Erickson, 1985), мотив оценки эмоций (Schachter, 1959).

В комплексном исследовании с применением процедуру «Незаконченное предложение» и индуктивного контент анализа свободных вербализаций, были выделены цели интер-субъектного и интра-субъектного сравнения (Самойленко, 2012). Категории целей сравнения человеком себя с другими людьми были следующими: поддержание социальных отношений и связей, налаживание общения; поддержание собственного Я: повышение самооценки, уверенности в себе и эмоциональной стабильности; положительная самопрезентация перед другими людьми; научение: овладение знаниями и опытом; самопознание и самооценивание; самосовершенствование; достижение социальной идентичности и стремление иметь сходство с другими людьми; познание других людей; субъективное позиционирование себя среди других людей, т.е. оценка степени сходства с

другими людьми или анализ своих и чужих преимуществ; без определенной цели; повышение мотивации к деятельности и целеполагание; самореализация; стремление иметь индивидуальность, быть непохожим на других. Категории целей сравнения человеком себя в настоящем и прошлом: поддержание собственного Я; научение; самопознание и самооценивание; самосовершенствование; повышение мотивации к деятельности и целеполагание; формирование представления о динамике собственной личности. Категории целей сравнения человеком себя в настоящем и себя в будущем: повышение мотивации к деятельности и целеполагание; самосовершенствование; самореализация.

Важной особенностью психологического содержания социального сравнения является то, что люди осуществляют его как осознанно с определенной целью, так и автоматически, без особых усилий и намерений (Bandura & Jourdan, 1991; Gilbert et al., 1995; Mussweiler, Epstude, 2009; Wood, 1989). Социальная среда может в ряде случаев навязывать «ненужные сравнения» (Wood, 1985), что особенно ярко проявляется в социальных сетях (Liu, 2024).

Общие механизмы социального сравнения были впервые обозначены Л. Фестингером (подробный анализ его теории социального сравнения дан в: Самойленко, 2012), который выдвинул ряд гипотез относительно сравнения человеком себя с другими людьми по параметрам способностей и мнений. Основными из этих гипотез являются, по нашему мнению, следующие. 1. Выраженность стремления к социальному сравнению увеличивается при уменьшении возможности получения объективной информации относительно уровня собственных способностей или правильности мнений. 2. Сравнение имеет селективный характер, проявляющийся в том, что человек стремится сравнивать себя с людьми, похожими на него по тем характеристикам, которые релевантны сравниваемой способности или мнению, и не сравнивать себя с теми, которые относятся к другим социальным группам и категориям или имеют сильно отличный от него

уровень той или иной релевантной характеристики. 3. Существуют различия в механизмах сравнения способностей и мнений. Сравнение собственных способностей со способностями других людей характеризуется «однонаправленным стремлением вверх»: человек выбирает для сравнения с собой тех социальных референтов, у которых предполагает более высокий уровень сравниваемой способности. Однако, в отношении сравнения мнений такое стремление вверх не имеет места.

В развитии теории социального сравнения Фестингера предложен ряд концепций (их подробный анализ дан, например, в: Самойленко, 2012), среди которых особое значение в контексте изучения роли индивидуально психологических характеристик в субъектно-ориентированном сравнении имеют, с нашей точки зрения, концепция социального сравнения в модели поддержания самооценки (Tesser, 1999), модель селективной доступности SAM (Selective accessibility model, Mussweiler, 2003), модель социального сравнения как «ассимиляции и контраста» (Blanton, 2001), модель идентификации-контраста Буунка (Buunk and Ybema, 1997), теории сравнения и оценки себя во времени (Albert, 1977; Wilson & Ross, 2001).

*Концепция социального сравнения в модели поддержания самооценки* (Tesser, 1991; 1999) опирается на положение о том, что человек, имеет потребность в поддержании положительной самооценки. Предполагается также, что формирование представления о себе частично зависит от социального контекста, в котором находится человек. Важной составляющей этого контекста является качество поведения и деятельности других людей в нем. Человек осуществляет два динамических и взаимодействующих процесса – отражение и социальное сравнение. Первый из них определяется автором как представление себя в положительном свете благодаря наличию некоторых отношений с человеком, обладающим положительными или выдающимися качествами. Это понятие заимствовано Тессером у Сиалдини (Cialdini, et al., 1976), который определял отражение как «тенденцию купаться в отраженной славе», как «склонность людей предавать гласности

связь с успешным человеком» (Cialdini, et al., 1976, с. 366). Феномен отражения возможен, когда достижения того, с кем ассоциирует себя человек, очень высоки, а психологическая близость с ним достаточно тесная. Феномен отражения имеет в качестве своего антагониста социальное сравнение. Отражение предполагает, что хорошие достижения близкого в каком-то отношении человека способствуют повышению самооценки того, кто пытается купаться в его славе. Напротив, хорошие достижения близкого человека могут представлять угрозу самооценке (Tesser, 1991). При этом выделяются две переменные – успешность деятельности и психологическая близость референта сравнения к человеку, осуществляющему сравнение себя с ним. При большой психологической близости и высокой успешности деятельности референта сравнения самооценка человека, сравнивающего себя с ним, может и повыситься, и понизиться. На это будет влиять такой фактор как значимые (релевантные) для человека, осуществляющего социальное сравнение, сферы деятельности. Если успешная деятельность референта сравнения не является высоко релевантной для человека, сравнивающего себя с ним, то у последнего будет возникать феномен отражения, если является релевантной, то возникает социальное сравнение, в результате которого его самооценка может понизиться. Для того, чтобы этого не произошло, человек может либо сократить психологическую близость между собой и референтом сравнения, либо добиться того, что успешность собственной деятельности будет более похожа на ту, которая характерна для референта сравнения, либо понизить степень значимости для себя данного вида деятельности (Tesser, 1991, 1999). Данная модель рассматривается ее автором как не линейная и системная, так как каждый из ее составных элементов (релевантность, психологическая близость и достижения) являются одновременно и причинами, и следствиями (Tesser, 1991, с. 121).

Согласно *модели селективной доступности SAM* (Mussweiler, 2003), человек, имеющий намерение осуществить сравнение любого рода, и в частности, социальное сравнение, делает предварительную и быструю

оценку сходства или несходства по нескольким очевидным признакам с референтом сравнения, основанную на любой имеющейся о нем информации. Выдвигается для проверки либо гипотеза о сходстве (при намерении сравнить себя с другим человеком по умолчанию присутствует именно эта гипотеза), либо гипотеза о различии. Выдвижение центральной гипотезы может сопровождаться автоматическим и бессознательным процессом активации знаний, имеющихся у человека, осуществляющего сравнение. Затем происходит когнитивный поиск информации, согласующейся с предварительной центральной гипотезой. В случае сравнений себя с другими людьми, независимо от того, осуществляется ли поиск информации о сходстве или о различии, человеку оказывается достаточно легко найти соответствующую центральной гипотезе информацию, которая становится наиболее доступной. Затем эта информация становится выборочно доступной для формирования суждения о себе. Если человек искал информацию, которая подтверждает сходство между ним и референтом сравнения, то он скорее будет ассимилировать собственные оценки себя с теми характеристиками, которые специфичны для референта сравнения. Если человек искал информацию, которая подтверждает различие между ним и референтом сравнения, то он скорее будет видеть контраст между собой и референтом сравнения (Gerber, Wheeler, Suls, 2018). Таким образом, в этой модели выделяются два основных эффекта социального сравнения: ассимиляция, которая возникает в том случае, когда люди начинают оценивать себя как похожих на того социального референта, с которым они себя сравнивают, и контраст, который означает то, что люди оценивают себя как отличных от тех людей, с которыми они себя сравнивают (Gerber, 2018).

В модели социального сравнения как «ассимиляции и контраста» (Blanton, 2001) «социальное сравнение относится к любой ситуации, в которой на самооценку человека может повлиять информация, оказывающаяся доступной в результате воображаемого или реального



присутствия другого человека» (Blanton, 2001, с. 77). Ассимиляция возникает тогда, когда самооценка совершающего социальное сравнение субъекта приближается к оценке референта сравнения, а контраст – наоборот. В данной модели используется понятие Я, в котором выделяются индивидуальное Я (представление о собственных текущих отличительных чертах), возможное Я (субъективные репрезентации тех характеристик, которыми хочет обладать и которых боится иметь человек, и которыми обладают другие люди) и коллективное Я (представление о себе как члене социальной группы) (Blanton, 2001). В случае индивидуального Я эффект контраста увеличивается в случае сравнения со сходными социальными референтами. Сравнение с другими людьми может влиять на возможное Я путем демонстрации новых возможностей (примеров других людей) или оживлении известных потенциальных возможности. В этом случае возникает скорее ассимиляция, а не контраст (Blanton, 2001). Влияние социального сравнения на коллективное Я проявляется в ситуациях угрозы той социальной группе, к которой принадлежит человек. В этом случае человек может оценивать себя с точки зрения его группового статуса, что будет сопряжено с появлением эффекта ассимиляции с группой (Blanton, 2001).

*Модель идентификации-контраста Буунка*, которая опирается на некоторые идеи эволюционной психологии, основывается на идее о том, что идентификация с социальным референтом приводит к ассимиляции (Buunk and Ybema, 1997). Авторы полагают, что люди в целом мотивированы идентифицировать себя с кем-то, кто лучше них, то есть фокусироваться на сходстве с теми, кого они считают лучше себя, рассматривать ситуацию, в которой они находятся как достижимую для себя. При этом люди склонны находить контраст между собой и теми, у кого дела обстоят хуже, чем у них. Модель подразумевает, что люди соревнуются между собой за статус в группе, пытаются найти способы привлечь внимание и положительную оценку со стороны других людей. То, будут ли люди идентифицировать себя с другими людьми или находить контраст между ними и собой, частично

зависит от того, какие цели они преследуют, и от уровня достигнутых ими навыков. Когда люди только овладевают навыками, они скорее склонны идентифицировать себя с кем-то, кто лучше них, а информация, касающаяся тех, которые хуже них, оказывается не релевантной. Когда же люди достигают какого-то стабильного уровня развития навыка, люди скорее стараются находить контраст между теми, кто лучше и кто хуже них для того, чтобы получить адекватное представление о своем уровне. Кроме того, тип информации, получаемой человеком при сравнении себя с другими людьми, может повлиять на наличие эффектов идентификации или контраста. Если эта информация имеет форму числовых показателей, то скорее возникает эффект контраста, если же информация касается действий других людей в сходных ситуациях или в ситуациях взаимодействия с ними, то скорее возникает идентификация с ними. На вероятность возникновения того или иного эффекта может влиять аффиляция с референтом сравнения, а также параметр сравнения. Идентификация с тем, кто лучше, возникнет с большей вероятностью в том случае, когда сравнение осуществляется по параметру, по которому осуществляющий сравнение субъект имеет возможность реально улучшить свое положение и контролировать его.

Основные концепции и эмпирические исследования социального сравнения касаются его интравременного вида, а интервременное сравнение было впервые концептуализировано в теории сравнения себя во времени (Albert, 1977), а затем в теории оценки себя во времени (Wilson & Ross, 2001, 2003).

Теория сравнения себя во времени, предложенная Альбертом (Albert, 1977), заключается в том, что люди с целью самооценки не только сравнивают себя с другими людьми, но и свое нынешнее положение с прошлым. Его теория отражает основные положения теории Фестингера применительно к сравнению человеком себя в два временных момента. В частности, предполагается, во-первых, что информация о себе в разные периоды жизни используется человеком для формирования представления о

себе только при отсутствии объективной информации. Во-вторых, чем больший временной промежуток отделяет представления человека о себе в настоящем и в прошлом, или чем больше человек изменился, тем менее выражена тенденция человека сравнивать себя в эти два временных периода. Одно из оригинальных положений теории заключается в том, что сравнение себя в настоящем и прошлом часто осуществляется в том случае, когда человек переживает кризисы и серьезные изменения в жизни, а также отрицательные эмоции. При этом такое сравнение используется человеком для того, чтобы обнаружить в себе прогресс. Другое оригинальное положение состоит в том, что сравнение себя в настоящем и прошлом позволяет лучше понять, каков будет человек в будущем.

Теория оценки себя во времени (Temporal self-appraisal theory, Wilson & Ross, 2001; Wilson, Shanahan, 2020) делает акцент на том, что люди сравнивают себя в настоящем и прошлом и в будущем таким образом, чтобы поддерживать текущее представление о себе. Теория предполагает значительную гибкость в активном построении собственных представлений о себе в разные моменты жизни. В частности, люди с целью поддержания или улучшения представления о себе выступают не только пассивными получателями информации, касающейся сравнения себя в разные периоды жизни, но и выборочно анализируют представления о себе в прошлом и настоящем (Wilson, Shanahan, 2020). Люди будут приуменьшать характеристики себя в прошлом, если это улучшит представление о себе в настоящем (Wilson, Ross, 2001). В данной теории заимствованы некоторые положения, сформулированные относительно сравнения человеком себя с другими людьми, в частности, идея Тессера (Tesser, 1988; Tesser & Campbell, 1982) о важности двух переменных в этом процессе – степени близости референта социального сравнения к осуществляющему сравнение субъекту и значимости для последнего параметра, по которому он осуществляет сравнение (Wilson, Ross, 2001). По аналогии, психологическая близость

настоящего Я и прежнего Я и важность параметра, по которому осуществляется сравнение, влияют на ретроспективные оценки прежнего Я.

Есть ряд причин, по которым люди особенно стремятся к сравнению себя в настоящем с более худшим вариантом себя в прошлом: во-первых, у людей есть обыденные представления о том, что они совершенствуются по сравнению с тем, какими они были в прошлом в результате нормального развития или благодаря совершаемым усилиям; во-вторых, люди склонны критически смотреть на свое прошлое. Однако, есть и ситуации, в которых такого рода сравнение не способствует поддержанию представления о себе: когда представление о себе в настоящем сравнивается с собой недавним или когда представление о себе в прошлом является однозначно положительным (Wilson, Shanahan, 2020). Показано также, что люди осуществляют сравнение себя в разные моменты жизни преимущественно по тем параметрам, которые они считают наиболее важными для себя (Wilson & Ross, 2001).

Салс с коллегами предложил модель жизненного цикла процессов сравнения (Suls, 1986; цит. по Robinson Whelen & Kiecolt-Glaser, 1997), согласно которой сравнения с похожими другими, непохожими другими и самим собой в разное время в жизни происходят на протяжении всей жизни, но относительная частота этих разных видов сравнения и их влияние на самооценку меняется с возрастом. Салс сформулировал идею о том, что сравнение себя на протяжении жизни гораздо менее распространено, чем сравнение себя с другими людьми, и скорее имеет место только в периоды быстрых изменений в развитии, таких как раннее детство и старость, когда сравнения во времени оказываются особенно доступными и информативными (напр., Suls, 1986; Suls, Marco, & Tobin, 1991).

Сравнение себя в настоящем и в прошлом могут осуществляться не только с целью оценивания себя, но и с целью самосовершенствования (Wilson, Shanahan, 2020). Нисходящее сравнение себя с собой в прошлом может повысить уверенность и поддержать стремление к достижению будущих целей (Huang, Zhang, & Broniarczyk, 2012). Восходящее сравнение

себя с собой в прошлом может предоставить возможность черпать из воспоминаний о лучшем прошлом собственного Я информацию о том, что было бы желательно возродить в себе (Kuwabara & Pillemer, 2010).

Человек может сравнивать себя в настоящем с собой не только в прошлом, но и с ожидаемым собой в будущем. Поскольку будущие «я» недостаточно четко определены или известны, сравнения с ними могут быть редкими. Однако, такие сравнения будут скорее носить восходящий характер, так как люди, прежде всего молодые, как правило, надеются на положительную динамику своих характеристик в будущем (Ross, 1989; Ryff, 1991; Wilson, Ross, 2001; Wilson, Shanahan, 2020). Такие восходящие сравнения могут принести скорее вдохновение и стремление к самоусовершенствованию. При этом высказывается предположение о том, что сравнение себя в настоящем с собой в будущем основывается на более позитивном видении себя в ближайшем будущем и более нейтральном – в далеком будущем (Wilson, Shanahan, 2020).

Сравнение во времени это выделение сходства и различия не только между собственным Я в настоящем и в прошлом или будущем, но и между социальной группой, к которой принадлежит человек, в настоящем и в прошлом или будущем (Zagefka and Brown, 2006). Сравнение себя во времени, которое показывает положительную динамику, является одним из важных способов поддержания не только собственного Я, но и положительного представления о собственной социальной группе.

Согласно концепции четырех уровней проявления временного параметра применительно к процессам сравнения (Redersdorff, Guimond, 2006), сравнение в разные моменты жизни применимо к сравнению человеком себя с собой (интраперсональный уровень), себя с другим человеком (интерперсональный), позиций своей социальной группы (интрагрупповой) и позиции своей группы с позицией некоторой другой группы.

Показано, что социальное сравнение имеет когнитивные, эмоциональные и поведенческие последствия (например, Bers, Rodin, 1984; Buunk, Ybema et al., 2001; Kulik, Gump, 1997; Tesser, Millar, Moore, 1988; Tesser, Collins, 1988; Salovey, Rodin, 1984; Wheeler, Miyake, 1992). Классический дизайн экспериментальных исследований эффектов социального сравнения включает в себя два условия, в которых участник получает информацию о том, что способности какого-то человека лучше/хуже, чем его собственные.

Обнаружено, что в целом эмоции человека становятся более отрицательными в том случае, когда он сравнивает себя с кем-то, кто лучше него, и более положительными – если сравнивает себя с кем-то, кто хуже него или такого же, как он уровня (Wheeler, Miyake, 1992). Закономерности эмоционального реагирования на социальное сравнение касаются роли релевантности параметра, по которому осуществляется сравнение, относительного уровня (более высокого или низкого) характеристики и степени психологической близости между осуществляющим сравнение человеком и референтом сравнения. Например, обнаружено, что человек, осуществляющий сравнение себя с превосходящим его близким человеком, испытывал большее возбуждение, чем при сравнении себя с кем-то, кто, кого он мало знал. Когда параметр сравнения не был значимым для человека, он испытывал более позитивный аффект при сравнении себя с превосходящим его другом, чем с другом, находящимся на том же уровне, что и он, или с превосходящим его незнакомым человеком (Tesser, Millar, & Moore, 1988)

Исследования также показывают, что сходство, которое люди обнаруживают между собой, (связующие сравнения) усиливает, а воспринимаемое несходство (контрастные сравнения) подрывает позитивные и эмпатические чувства по отношению друг к другу. Влияние воспринимаемого людьми сходства между собой на межличностное влечение и доброжелательность довольно сильное: оно проявляется не только тогда, когда люди разделяют важные основные ценности, но также и тогда, когда

люди обнаруживают сходство в датах дней рождений, в предпочтениях к каким-то видам деятельности и даже в наличии нежелательных качеств (Locke, 2014).

Исследователи выделили в качестве одного из последствий социального сравнения эмоцию зависти и так называемую «боль от сравнения» (напр. Salovey, Rodin, 1984). Сравнение человеком себя с кем-то, кто обладает лучшими характеристиками, лежит в основе эмоции зависти, определяемой как «боль, которая возникает, когда другие делают лучше, чем ты» и возникающей, когда человеку не хватает каких-то качеств, достижений или позиции, имеющихся у другого человека, и когда он либо желает их, либо желает, чтобы у другого человека их не было (Van de Ven, Zeelenberg, 2019, с. 227).

Согласно Смигу (Smith, 2000), зависть возникает тогда, когда человек сравнивает себя с кем-то, находящимся на более высоком уровне и чувствует себя ниже его. При этом человек сфокусирован и на себе, и на другом человеке, и может мало сделать для того, чтобы улучшить собственные показатели. Ключевым в возникновении этого разочарования является именно социальное сравнение, так как при его отсутствии и сфокусировании только на хороших достижениях другого человека возникает скорее восхищение, а не зависть.

Кроме того, интенсивность эмоции зависти зависит от того, осуществляется ли сравнение по значимому или по не значимому для человека параметру (Salovey, Rodin, 1984; Suls, Collins, Wheeler, 2019). Так, например, мужчины и женщины переживают эмоцию зависти применительно к тем сферам жизни, которые важны для них с эволюционной точки зрения, то есть мужчины больше завидуют в плане богатства и статуса, а женщины – в плане собственной привлекательности. На силу переживания человеком этой эмоции влияет также степень его сходства с тем, с кем он себя сравнивает (Salovey, Rodin, 1984; Smith, Kim, 2007; Suls, Collins, Wheeler, 2019).

Эмоция ревности возникает также при осуществлении социального сравнения в социальных сетях, которые предоставляют их пользователям обширную информацию сравнительного плана (Appel, Gerlach, Crusius, 2015; Appel, Gerlach, Crusius, 2016). Презентация информации на личных страничках в сетях часто слишком положительная, что увеличивает вероятность нелестных социальных сравнений и появления эмоции зависти, обозначаемого в этом случае термином «зависть в Facebook» (“Facebook envy”). Отрицательные эмоции, и в частности зависть, возникающие в результате такого сравнения, оказываются среди наиболее часто упоминаемых стрессоров и источников разочарование в Facebook (Appel, Gerlach, Crusius, 2016).

Наряду с тем, что социальное сравнение является неотъемлемой частью любой культуры (Baldwin, Mussweiler, 2018), существуют определенные социокультурные различия в особенностях его проявления (Baldwin, Mussweiler, 2018; Guimond et al., 2007; Ross, Heine, Wilson, & Sugimori, 2005; White & Lehman, 2005).

В настоящий момент в качестве основных размерностей культур (Hofstede, Bond, 1984), которые позволяют интерпретировать различия в склонности к социальному сравнению, рассматриваются: 1) «дистанция в отношении власти» (power distance), то есть степень жесткости социальной иерархии и возможности взаимодействия людей, имеющих разные социальные статусы и должности; 2) «ограниченность – раскованность» (tightness– looseness), которая определяется как сила социальных норм и степень, в которой поведение регулируется и санкционируется (Gelfand, Nishii, Raver, 2006; Pelto, 1968; Triandis, 1989); 3) «индивидуализм/коллективизм», основной характеристикой которого является независимость – взаимозависимость (independence–interdependence) (Baldwin, Mussweiler, 2018).

Применительно к параметру «дистанция в отношении власти» показано, например, что чем выше такая дистанция, тем менее выражена



склонность к интер-групповому сравнению и тем более - к интер-субъектному сравнению (Guimond et al., 2007).

Что касается параметра «ограниченность – раскованность», то существует представление о том, что в сильно ограниченных обществах, характеризующихся очень четкими и ясными социальными нормами, отступление от которых сурово карается, по сравнению с культурами с высокой степенью раскованности, для которых характерны ситуации, допускающие широкий диапазон поведенческих вариаций (Baldwin, Mussweiler, 2018), социальное сравнение является эффективным способом оценки уместности собственного поведения и мыслей, а также поведения других людей (Mussweiler, Epstude, 2009) и, соответственно, склонность к нему будет более выражена.

Особое значение для оценки различий в склонности к социальному сравнению имеет параметр «индивидуализм/коллективизм». Показано, что социальное сравнение проявляется более явно в коллективистских культурах, которые более ценят взаимозависимость и приспособление к группе, чем в индивидуалистических культурах, в которых приветствуются независимость и индивидуальность. Люди в культурах с высоким уровнем взаимозависимости склонны конструировать представление о себе во взаимосвязи с другими людьми, они стремятся использовать других людей в качестве стандартов сравнения. При этом наиболее ориентированы на социальное сравнение те представители взаимозависимого общества, у которых явно выражен мотив самосовершенствования (White, Lehman, 2005).

Так, в одном из недавно проведенных исследований (Baldwin, Mussweiler, 2018), при использовании самоотчетов и данных, касающихся поисковой активности в Интернете, было показано, что люди, которые чувствуют себя более зажатыми ограничениями и нормами поведения в повседневной жизни и которые более склонны к взаимозависимости, то есть включают в свою концепцию Я взаимосвязанность с другими людьми, также более склонны к сравнению себя с другими людьми. Кроме того, оказалось,

что при анализе связи ориентации на социальное сравнение с выраженностью коллективизма/индивидуализма важно учитывать два измерения – сфокусированность людей на равенстве или иерархических отношениях (горизонтальная/вертикальная) и статус Я как независимого или зависимого (индивидуализм/коллективизм).

Исследователи полагают, что социальное сравнение встроено в ткань коллективизма, потому что оно необходимо для определения себя в реляционном отношении, создания сильных социальных групп, а также для оценки своего статуса по отношению к другим в группе (Mussweiler, Epstude, 2009). Однако, люди из индивидуалистических культур также склонны к социальным сравнениям, в особенности те, которые сосредотачиваются на различиях между собой и другими; такие сравнения особенно полезны для индивидуалистов, которые ценят самобытность и статус. В отличие от них, люди из коллективистских культур склонны к обоим видам сравнения: к выделению сходства между собой и другими с целью групповой гармонии и к выделению различий между собой и кем-то, имеющим относительно более низкий или более высокий статус, с целью оценки иерархии (White, Lehman, 2005). Таким образом, параметр «индивидуализм/коллективизм» имеет особое значение для оценки различий в склонности к социальному сравнению.

### **1.3. Склонность к социальному сравнению и ее диагностика**

Люди в разной степени мотивированы и склонны к осуществлению социального сравнения по разным параметрам и с разными категориями социальных референтов. Для измерения данной склонности разработан ряд опросников.

Для оценки ориентации человека на сравнение собственных способностей и мнений с теми, которые присущи другим людям, широко используется шкала INCOM (Iowa-Netherlands Comparison Orientation

Measure, Gibbons and Buunk 1999). Теоретической основой создания шкалы послужило положение Фестингера о том, что человек оценивает себя с другими людьми по двум размерностям – способностям и мнениям, в отношении которых сравнение имеет специфические особенности (Gibbons and Buunk 1999). Первоначально шкала включала 34 пункта, семь из которых касались восходящего сравнения, семь – нисходящего сравнения, а 19 представляли собой общие пункты, касающиеся индивидуальных различий в отношении сравнения способностей и мнений. Финальный вариант шкалы INCOM состоял из 11 пунктов, которые на основе последующего статистического анализа были разделены на два фактора, соответствующие сравнению способностей и мнений.

Существует несколько шкал для оценки ориентации на сравнение по параметру внешности. Первая из шкал (*PACS, The Physical Appearance Comparison Scale*) состояла из пяти пунктов (Thompson, Heinberg, & Tantleff, 1991). Однако, данная шкала, по утверждению ее авторов, демонстрировала низкую ретестовую надежность и внутреннюю согласованность пунктов, а также была в большой степени ориентирована на озабоченность только женщин образом своего тела и позволяла оценивать только склонность к проксимальному сравнению внешности в ситуациях общения с людьми (Schaefer, Thompson, 2018). Эта шкала была преобразована в шкалу *PACS-R (the Physical Appearance Comparison Scale-Revised)*, включавшую уже 11 пунктов, которые рассматривались в качестве универсальных для мужчин и женщин и соответствовали более разнообразным социальным ситуациям сравнения (Schaefer, Thompson, 2014). Данная шкала, адаптированная также для русской выборки (Артемцева, Самойленко, 2022), не дифференцирует восходящее и нисходящее сравнение, а также не имеет отношения к сравнению собственной внешности с внешностью знаменитостей и рекламных моделей (Schaefer, Thompson, 2018). Для нивелирования этих ограничений был разработан еще один вариант шкалы - *PACS-3*, включающий 27 пунктов, разделенных на 9 подшкал (Schaefer, Thompson,

2018). Специфика PACS-3 заключается в том, что она касается сравнения параметров внешнего вида, релевантных для мужчин и женщин; сравнения с проксимальными и дистальными социальными референтами; восходящего и нисходящего сравнения, а также их эмоциональных последствий.

Томпсон разработал также универсальную для мужчин и женщин шкалу сравнения отдельных деталей тела, которая включает 25 пунктов, касающихся сравнения человеком себя с человеком того же пола, что и он, по 20 разным параметрам тела, как например, ноги, руки, губы, а также по общей форме тела, как например, мышечный тонус (Body comparison scale, BCS; Thompson et al., 1999). Шкала состоит из четырех подшкал или размерностей: сравнение, не относящееся к весу тела/мышечной массе (например, форма лица, носа и губ); сравнения мышечной массы (например, в плечах, руках и спине); сравнение веса (например, талии и бедер); общее сравнение тела.

Применительно к сравнению внешности разработаны также специфические однофакторные шкалы, позволяющие оценивать склонность к восходящему (Upward Physical Appearance Comparison Scale; UPACS) и нисходящему (Downward Appearance Comparison Scale, DACS) сравнению внешности (O'Brien et al., 2009). Шкалы содержат высказывания, выделенные экспертами на основе их представлений, касающихся образа тела, пищевых нарушений и социального сравнения, а также в результате анализа данных, полученных в предворительно проведенных фокус группах, касающихся сравнения внешности и тех типичных ситуаций, в которых оно имеет место. Высказывания, относящиеся к восходящему и нисходящему сравнению, касались, соответственно, ситуаций сравнения человеком себя с тем, кто выглядит лучше/хуже, чем он, сравнения собственной физической привлекательности с очень привлекательными людьми, и в частности, с журнальными моделями и кинозвездами, или с менее привлекательными; сравнения своего тела с более/менее красивым телом других людей, в частности, на побережье, в спортивном зале или на спортивном

соревновании. В результате, шкала восходящего сравнения внешности состояла из 10 высказываний, а шкала нисходящего сравнения – из 8 высказываний (O'Brien et al., 2009).

Разработан и апробирован опросник РООСС, состоящий из 12 утверждений, касающихся склонности к интер- и интра-субъектным сравнениям (Самойленко, 2012; Самойленко, Савченко, Корбут, 2019). Теоретическую базу опросника составляют представления о категориях социальных референтов сравнения, которые были выделены рядом исследователей (Alicke, 2000; Goethals, Klein, 2000; Wheeler, Miyake, 1992; Wood, 1989), концепция сравнения человеком себя во времени (Albert, 1977), а также представления о конструктах «возможное Я», «идеальное Я», «должное Я», «гипотетическое Я» как референтах сравнения (Higgins, 1987; Markus, Nurius, 1986; Olson et al., 2000).

Для оценки общей ориентации на сравнение человеком себя с теми, кого он встречает в Facebook, предложена шкала (Lee, 2014), состоящая из одного утверждения «Мне кажется, я часто сравниваю себя с другими в Facebook, когда читаю новостные ленты или просматриваю чужие фотографии», в отношении которого респондентов просили выразить степень своего согласия.

Для выявления индивидуальных различий в склонности к сравнению себя с кем-то, кто лучше (восходящее сравнение) и с кем-то, кто хуже (нисходящее сравнение) предложена рейтинговая шкала социального сравнения SCR (the Social Comparison Rating scale; Allan & Gilbert, 1995; Gilbert, Allan, 1994). Отправной точкой создания этой шкалы послужила методология семантического дифференциала Ч. Осгуда. Первый вариант шкалы (Gilbert, Allan, 1994), оценивающий общую склонность к социальному сравнению, содержал пять шкал, каждая из которых соответствовала одной из пяти размерностей сравнения человек себя с другими людьми: имеющий более низкий – более высокий социальный ранг, менее компетентный – более компетентный; менее привлекательный – более привлекательный, менее

сдержанный – более сдержанный, менее принимаемый – более принимаемый обществом. Респондентов просили завершить предложение: «В отношении других я обычно чувствую себя ...», поставив отметку на каждой из этих пяти шкал. Подсчитывался общий ранг социального сравнения, представляющий сумму баллов по пяти шкалам.

Эта шкала была в дальнейшем доработана на основе материала, полученного в клинической практике (Allan & Gilbert, 1995). В новую расширенную шкалу были включены основные размерности, выделенные теоретическим путем и в процессе клинических наблюдений. Основная задача заключалась в том, чтобы не включать в шкалу очень много пунктов, но при этом попытаться выявить более конкретные суждения, касающиеся параметров низший-высший, привлекательности и того, как человек оценивает себя, чтобы соответствовать другим или быть похожими на других (такой же-другой, инсайдер-аутсайдер). В итоге шкала стала включать 11 пунктов: имеющий более низкий – более высокий социальный ранг; менее компетентный – более компетентный; менее привлекательный – более привлекательный, менее принимаемый – более принимаемый обществом; такой же – другой; менее талантливый – более талантливый; слабее – сильнее; менее уверенный – более уверенный; менее желательный – более желательный; менее привлекательный – более привлекательный; скорее аутсайдер-скорее инсайдер. Эти пункты были разделены на три фактора: относительный ранг, соответствие группе и привлекательность (Allan & Gilbert, 1995). Данная рейтинговая шкала (Allan & Gilbert, 1995) была модифицирована для диагностики склонности к восходящему и нисходящему сравнению в Facebook (Feinstein et al., 2013). Инструкция была изменена таким образом, чтобы участники завершали предложение: «Когда я сравниваю себя с другими на Facebook, я чувствую себя ...», поставив отметку на каждой из 11 шкал, предложенных Алланом и Жильбером (Allan & Gilbert, 1995).

Разработаны специфические шкалы оценки склонности человека к идентификации или контрасту при восходящем или нисходящем сравнении себя с другими людьми (Van der Zee et al., 2000). Теоретическим основанием разработки данных шкал явилась идея о том, что человек может интерпретировать и восходящее, и нисходящее сравнение, как в положительном, так и в отрицательном свете. Интерпретация информации, касающейся социального сравнения, зависит от того, воспринимает ли человек контраст между собой и тем, с кем он себя сравнивает, или же он себя с ним идентифицирует. Соответственно были разработаны шкалы для оценки четырех вариантов социального сравнения: идентификация и контраст, в случае восходящего и нисходящего сравнения. Пункты шкал были основаны на утверждениях, которые были собраны в 20 интервью, проведенных с женщинами, страдающими раком груди. Итоговые шкалы, касающиеся каждого из четырех вариантов социального сравнения, состояли из трех утверждений, в отношении которых респонденты выражали степень согласия с ними. В качестве индикатора нисходящего контраста использовалось, например, высказывание: ``Когда я вижу других, у которых больше трудностей, чем у меня, я рад, что у меня все так хорошо получается''. Одним из примеров индикатора нисходящей идентификации было высказывание: ``Когда я вижу, что у других хуже, я испытываю страх, что состояние моего здоровья ухудшится''. Примеры высказываний, соответствующих восходящему контрасту и восходящей идентификации, соответственно, следующие: ``Когда я думаю о других, у которых дела идут лучше, чем у меня, я расстраиваюсь из-за моей ситуации '' и ``Когда я встречаю других людей, у которых меньше проблем, чем у меня, я рад осознавать, что моя ситуация может также стать лучше''. Таким образом, опросник состоит из 12 высказываний, распределенных на четыре фактора, соответствующих четырем вариантам социального сравнения: нисходящее-идентификация, нисходящее-контраст, восходящее-идентификация, восходящее-контраст (Van der Zee et al., 2000).

Для исследования ориентации на социальное сравнение применительно к хроническому состоянию болезни предложена специальная шкала SCIS (Social Comparison in Illness scale; Dibb, Yardley, 2006). Разработка данной шкалы осуществлялась в два этапа. Сначала с людьми, страдающими болезнью Меньера, было проведено эксплораторное качественное исследование в форме интервью, в котором респондентов просто спрашивали, насколько для них был полезен журнал, издаваемый специально для этой категории людей, в котором помещались личные истории болезни Меньера. Респонденты, описывавшие свое отношение к журналу, спонтанно упоминали ситуации сравнения себя с другими больными, рассказывавшими в журнале о своей болезни. Ответы респондентов подвергались индуктивному тематическому анализу, в результате которого были выделены высказывания, содержащие социальное сравнение. Данные высказывания были затем классифицированы, на основе их интерпретации участниками исследования, как положительные, отрицательные или информационные (то есть сравнение, которое не имело для человека эмоционального эффекта и просто содержало информацию). В свою очередь, положительные высказывания были разделены в соответствии с направлением сравнения на те, которые содержали восходящее, нисходящее и горизонтальное сравнение респондентов с авторами писем, а также сравнение в виде траектории (то есть респонденты положительно комментировали истории других людей, которые рассказывали о том, что ранее чувствовали себя хуже, но потом стали чувствовать лучше, или кто плохо справлялся с болезнью, но потом стал справляться с ней хорошо). На основе выделенных в качественном исследовании категорий высказываний была разработана шкала SCIS, в которой пункты были изменены таким образом, чтобы они относились конкретно к сравнению болезни. Были также добавлены другие высказывания, чтобы отразить весь спектр возможных направлений и эффектов социального сравнения. В результате шкала содержит 20 пунктов, распределенных на пять факторов: положительное восходящее,



положительное латеральное и положительное в форме траектории сравнение; отрицательное восходящее, отрицательное в форме траектории и отрицательное латеральное; социальное сравнение с целью информации; нисходящее положительное социальное сравнение; отрицательное нисходящее сравнение и отрицательное отношение к сравнению в виде положительной траектории и к латеральному сравнению (Dibb, Yardley, 2006).

Таким образом, все многообразие шкал, разработанных для диагностики склонности к социальному сравнению можно дифференцировать, по нашему мнению, на основе двух аспектов.

Первый аспект – сфокусированность шкал на определенных параметрах сравнения (по способностям и мнениям; по отдельным аспектам внешности) или на специфических категориях его социальных референтов.

Второй аспект – сфокусированность шкал на склонности к социальному сравнению без учета или с учетом его направления (восходящего, нисходящего, горизонтального, которые конкретизируются или нет с точки зрения идентификации/контраста с референтом сравнения). Инструменты, разработанные для изучения социального сравнения, позволяют не только выявить степень индивидуальной склонности к данному процессу, но и определить его некоторые социокультурные особенности.

## **Заключение к главе 1**

Итак, в качестве заключения к Главе 1 отметим следующее.

Социальное сравнение, представляющее собой основополагающий когнитивно-оценочный процесс, играет важную роль в ситуациях взаимодействия между отдельными людьми и группами, в познании человеком себя и других людей. Термином «социальное сравнение» традиционно обозначаются процессы сравнения человеком себя с другими людьми (напр., Festinger, 1954; Wood, 1996). Однако, в настоящее время это понятие используется иногда более широко (Wheeler, Suls, 2020): и

применительно к межгрупповому сравнению (в частности, в теории социальной идентичности), и для обозначения сравнительных суждений о любых социальных объектах, в качестве которых могут выступать отдельные индивиды и социальные группы (напр., Kruglanski, Mayseless, 1990). Применительно к разным временным моментам выделяются уровни проявления социального сравнения: человеком себя с собой (интраперсональный уровень), себя с другим человеком (интерперсональный), позиций своей социальной группы (интрагрупповой) и позиции своей группы с позицией некоторой другой группы (Redersdorff, Guimond, 2006).

В диссертационной работе с целью конкретизации предметной области исследований используется термин «субъектно-ориентированное сравнение» для обозначения сравнения, относящегося к отдельным индивидам, одним из которых в той или иной мере является осуществляющий сравнение субъект, и которое, в свою очередь, включает в себя *интер-субъектное сравнение*, в процессе которого субъект сравнивает себя с другими людьми; и *интра-субъектное*, когда субъект осуществляет сравнение себя с самим собой или само-сравнение. (Самойленко, 2023),

С момента разработки Л. Фестингером первой теории социального сравнения (Festinger, 1954), опирающейся на положение о наличии у человека потребности в оценивании собственных способностей и мнений, предложен ряд концепций. В контексте проблематики взаимосвязи склонности к субъектно-ориентированному сравнению с индивидуально психологическими характеристиками особый смысл, наряду с теорией Фестингера, имеют концепция социального сравнения в модели поддержания самооценки (Tesser, 1999), (Mussweiler, 2003), теории сравнения и оценки себя во времени (Albert, 1977; Wilson & Ross, 2003), модель жизненного цикла процессов сравнения (Suls, 1986).

## **Глава 2. Социальное сравнение и базовые психологические характеристики человека**

### **2.1. Представления о структуре психологических характеристик человека**

Представления о базовых характеристиках человека развивались в контексте осмысления и сопоставительного анализа категорий «индивид», «индивидуальность», «личность» и «субъект» (сопоставительный анализ этих категорий представлен, например, в: Богданович, 2004, 2005; Скотникова, 2008; Харламенкова, 2023).

Основа этих представлений в отечественной психологии заложена в работах С.Л. Рубинштейна, который ввел различие индивидуальных и личностных свойств, подчеркивал несводимость личностных свойств к индивидуальным особенностям и полагал, что личностные свойства включают в себя общее, особенное и единичное. «Человек есть индивидуальность в силу наличия у него особенных единичных неповторимых свойств, человек есть личность в силу того, что он сознательно определяет свое отношение к окружающему» (Рубинштейн, 1976, с. 233). По мнению Б.Г. Ананьева, у Рубинштейна отсутствовало четкое определение индивидуальных свойств, к которым были отнесены и «неповторимые» явления индивидуальности отдельного человека, взятого в целом, и комплекс природных свойств индивида. Таким образом, индивидуальное фигурирует и в собственном смысле как психологическая неповторимость отдельного, единичного человека, взятого в целом, так и в естественнонаучном толковании как индивид, обладающий комплексом определенных природных свойств (Ананьев, 1977).

Если говорить о личности, то она, согласно Рубинштейну, «формируется во взаимодействии, в которое человек вступает с окружающим

миром» (Рубинштейну, 1976, с. 232). Для человека как личности важнейшее значение, согласно Рубинштейну, имеют сознание и способность занять определенную позицию, а также неосознанные тенденции личности, все то, что составляет «Я» личности. При этом основные свойства личности взаимодействуют друг с другом в процессе человеческой деятельности и смыкаются в единстве личности (Рубинштейн, 2008, с.518). Личности, соответственно, нельзя сводить к простому набору черт. В качестве собственно личностных свойств Рубинштейн рассматривал, во-первых, систему мотивов и задач, во-вторых, способности человека, то есть свойства, делающие его пригодным к исторически сложившимся формам общественно полезной деятельности и, в-третьих, свойства характера, то есть действия, которые выражают отношения человека к другим людям. Темперамент рассматривался Рубинштейном в качестве динамической характеристики психической деятельности (Рубинштейн, 1957).

В. Н. Мясищев, рассматривая личность как систему отношений человека к окружающей действительности (Мясищев, 1995) выделял в качестве первого плана характеристики личности ее доминирующие отношения. Вторая группа свойств касается психического уровня человека: его желаний, уровня его достижений и функциональных возможностей, то есть интеллектуальных, волевых и эмоциональных свойств, а также сложности, тонкости и дифференцированность личности. Третий компонент - это динамика реакций личности, то есть темперамент, который проявляется во всех сторонах личности и в области ее активных отношений, а также, согласно Мясищеву, может меняться под влиянием жизненных условий (Мясищев, 1995). Четвертый компонент представляет собой взаимосвязь основных компонентов - общую структуру личности, то есть соотношение различных свойств психики или характер личности («пропорциональность, гармоничность, цельность личности, ее широта и глубина, ее функциональный профиль») (Мясищев, 1995, С. 27).

К.К. Платонов разработал концепцию динамической функциональной структуры личности, выделяя в ней особенности и черты, относящиеся к одной из четырех основных групп взаимодействующих сторон личности (Платонов, 1986): 1) биологически обусловленных особенностей личности (темперамент, тип нервной системы, задатки и др.); 2) индивидуальные особенности различных психических процессов; 3) опыт и уровень ее подготовленности (объем и качество имеющихся знаний, навыков, умений и привычек); 4) социально обусловленных качеств личности (направленность, моральные качества), которые во взаимосвязи этих групп особенностей играют ведущую роль.

Идеи Рубинштейна о необходимости различения индивидуальных и личностных свойств получили дальнейшее развитие в работах Б.Г. Ананьева, согласно которому, основными формами существования человека выступают индивид, личность, субъект деятельности и индивидуальность (Ананьев, 1977, 1980, 2001).

Человеку как индивиду свойственны два основных класса свойств (Ананьев, 1977): 1) возрастно-половые (возрастные свойства и половой диморфизм), и 2) индивидуально-типические: конституциональные особенности, нейродинамические свойства мозга, особенности функциональной геометрии больших полушарий. Взаимодействие возрастно-половых и индивидуально-типических свойств характеризует динамику психофизиологических функций и структуру органических потребностей. Эти свойства интегрируются в темпераменте, с одной стороны, и задатках – с другой.

Личность человека образована структурно-динамическими свойствами, среди которых исходным является ее статус в обществе и статус общности, в которой она формировалась. На основе статуса и во взаимосвязи с ним формируются «системы: а) общественных функций-ролей и б) целей и ценностных ориентаций» (Ананьев, 1977, с.146). Статус, роли и ценностные ориентации составляют первичные личностные свойства, которые

определяют вторичные личностные свойства: мотивацию поведения и структуру общественного поведения. В свою очередь, первичные и вторичные личностные свойства интегрируются в характере и склонностях человека (Ананьев, 1977). Ананьев подчеркивал, что структура личности представляет собой целостное образование из взаимосвязанных компонентов, относящихся к разным уровням и сторонам развития личности. Такая структура складывается в процессе социального развития, оказывая влияние на динамику поведения, процессы деятельности и все виды общения личности. Структура личности включает «структуру индивида в виде наиболее общих и актуальных для жизнедеятельности и поведения комплексов органических свойств» (Ананьев, 2001, с. 269). Таким образом, согласно Ананьеву, структура личности строится по двум принципам: «1) субординационному, или иерархическому, при котором более сложные и более общие социальные свойства личности подчиняют себе более элементарные и частные социальные и психофизиологические свойства; 2) координационному, при котором взаимодействие осуществляется на паритетных началах, допускающих... относительную автономию каждого из них» (Ананьев, 1980, с. 163).

Человек как субъект деятельности характеризуется сознанием, представляющим собой отражение объективной реальности, и деятельностью, преобразующей действительность. Высшей интеграцией субъектных свойств является творчество, а обобщенными эффектами – способности и талант (Ананьев, 1977).

Необходимо отметить, что Ананьев подчеркивал относительный характер разделения свойств на индивидуальные, личностные и субъектные, так как рассматривал их в качестве характеристик человека как целого, ядром которого является структура личности, в которой пересекаются важнейшие свойства личности, индивида и субъекта. При этом, каждая из этих групп свойств рассматривалась Ананьевым как открытая внешнему миру система.

Самой интегральной формой существования человека является, с точки зрения Б.Г. Ананьева, индивидуальность. Он полагал, что если говорить об индивидуальности с точки зрения целого, то человека надо представлять как систему и открытую, и «закрытую», исходя из внутренней взаимосвязанности свойств личности, индивида и субъекта. «В такой относительно замкнутой системе, «встроенной» в открытую систему взаимодействия с миром, образуется определенное соответствие тенденций и потенций человека, самосознание и «я» — ядро человеческой личности» (Ананьев, 2001, с. 276). Как писал Ананьев, «если личность — «вершина» всей структуры человеческих свойств, то индивидуальность — это «глубина» личности и субъект деятельности» (Ананьев, 1980, с. 172).

В сравнении с таким пониманием личности Б.Г. Ананьевым, отметим, что А.Г. Асмолов (Асмолов, 2001) рассматривает личность как высшую интегральную характеристику человека и формулирует три методологические ориентации исследования человека: биогенетическую, то есть обращенную к человеку как индивиду (к его природным свойствам); социогенетическую историко-эволюционную, то есть касающуюся социотипических характеристик, диспозиций и ролей личности, и персоногенетическую историко-эволюционную, то есть рассматривающую человека как индивидуальность (его мотивационно-смысловые образования, жизненный путь, психологический возраст).

В предложенной В.М. Русаловым «имплицативной модели свойств человека (1979; 1991, 2006) выделяются четыре уровня индивидуальности: субъектно-содержательный личностный (индивидуально личностные смыслы жизни, ценности, самооценка); личностно-динамико-содержательный (интеллект, характер), зависящий от социальных факторов и свойств нервной системы; уровень поведенческих, формально-динамических, темпераментальных свойств, обусловленных в основном биологическими факторами; индивидуальный уровень: свойства нервной системы и телесные свойства. В отношении данной модели позволим себе согласиться с точкой

зрения И.Г. Скотниковой о возможности рассмотрения именно индивидуальности как наиболее интегративной категории в концепции В.М. Русалова (Скотникова, 2008). В.М. Русалов выделил формальные и содержательные психические свойства. Биологически обусловленные характеристики психики представляют собой формальные свойства, к которым, в частности, относятся общая активность и эмоциональность, образующие, согласно, Небылицыну, темперамент, который наследуется, обладает универсальностью и устойчивостью, а также не зависит от содержания деятельности, общения и познания. Формальные свойства - это системные качества, формирующиеся по законам генетики и общей конституции, в отношении которых Русаловым сформулирован принцип «системного обобщения» природных предпосылок личности, заключающийся в понимании их как изначально организованной системы с иерархией органических потребностей, свойств нервной системы и т.д. Что касается содержательных свойств, то они, согласно Русалову, формируются преимущественно под воздействием социальных факторов, действующих опосредованно через внутренние биологические механизмы. Таким образом, согласно Русалову, темперамент – это низший психологический уровень личностных свойств, за которым следуют интеллект, динамический аспект и характер.

Если говорить о структурах личности, предложенных в зарубежной психологии, то согласно Ананьеву (1980), их можно разделить на автономные и иерархические.

Автономная структура личности предложена Р. Кеттелом, который полагал, что черты личности можно классифицировать по нескольким основаниям. Кеттел (Cattell, 1950) выделял в качестве основных аспектов личности интересы, способности и темперамент. Эти аспекты, согласно Мясищеву представлены не как структуры, а как части или разделы, которые анализ открывает в личности (Мясищев, 1995).



Кеттел выделил в общей структуре личности 16 независимых и рядоположенных по отношению друг к другу факторов, рассматривая черты личности как относительно постоянные тенденции реагирования определенным образом в разных ситуациях (характеристика структуры личности Кеттела дана, например, в: Хьел, Зиглер, 1990). Кеттел подчеркивал необходимость рассмотрения взаимодействия генетических факторов и факторов окружающей среды при изучении личности.

Одна из иерархических структур личности предложена Г. Айзенком, который основывался на многоуровневой организации субординированных свойств, при которой более частные свойства детерминированы более общими (характеристика теории Айзенка дана в: Фрейджер, Фэйдимен, 2004). Айзенк выделил четыре уровня организации поведения: специфические действия или мысли, которые не всегда являются характеристиками личности; привычные действия или мысли; черты как относительно постоянные личностные свойства, формирующиеся из нескольких взаимосвязанных привычных реакций, и типы или суперфакторы. Айзенк выделил три общих типа или фактора, каждый из которых формируется из нескольких связанных между собой черт и является биполярным. При этом Айзенк рассматривал три данных типа как в существенной степени зависящие от генетических факторов и не придавал существенного значения воздействию окружающей среды на формирование личности (Фрейджер, Фэйдимен, 2004).

Другой иерархической структурой личности является пятифакторная модель «Большая пятерка». В том ее варианте, который предложен П. Костой и Р. Маккреем «NEO-PIR» (Costa & McCrae, 1992), выделяется пять основных черт личности: экстраверсия, нейротизм, приветливость, сознательность и открытость опыту; каждый из них включает в себя субфакторы.

Таким образом, представители разных психологических направлений и школ предлагают более и менее совпадающие концепции базовых

психологических характеристик человека и разные трактовки структуры личности или теории черт, что оставляет данный вопрос дискуссионным.

В отечественной психологии предложены разные структуры самосознания. Так, В.С. Мерлин выделил четыре компонента в структуре самосознания: сознание тождественности, сознание «Я» как активного начала, то есть субъекта деятельности, осознание собственных психических качеств и социально-нравственная самооценка (Мерлин, 2009).

В.С. Мухина предложила рассматривать, в качестве структурных единиц самосознания систему ценностных ориентаций, наполняющих структурные звенья самопознания и выделила семь соответствующих компонентов: ориентация на признание собственной внутренней психической сущности и внешних физических данных; ориентация на признание собственного имени; ориентация на социальное познание; ориентацию на признаки определенного пола (физические, психические и социальные); ориентация на значимые ценности в настоящем, в будущем и в прошлом; ориентация на права и положение в обществе; ориентация на долг перед людьми (Мухина, 2009).

В концепции В.В. Столина самосознание имеет горизонтальное строение, в котором выделяются самопознание и самоотношение, а также «вертикальное строение с организменным, индивидуальным и личностным уровнями (Столин, 1983).

Концепция самосознания, в которой, по-нашему мнению, наиболее эксплицитно представлено функциональное значение интер- и интра-субъектного сравнения, предложена И.И. Чесноковой, выделяющей самопознание, эмоционально-ценностное отношение к себе и саморегулирование поведения личности в качестве составляющих структуры самосознания (Чеснокова, 1977). И.И. Чеснокова различала два уровня самопознания на основе характера соотнесения знаний о себе. Первым уровнем является познание себя через соотнесение с другими людьми, а в качестве внутренних приемов самопознания выступают преимущественно

самовосприятие и самонаблюдение. На втором уровне соотнесение знаний о себе происходит в процессе аутокоммуникации, т.е. в рамках "Я и Я". Человек оперирует уже сформированными в разное время и в разных ситуациях знаниями о себе и в качестве специфического внутреннего приема самопознания выступают самоанализ и самоосмысление.

Так, например, согласно И.И. Чесноковой, в течение всего доподросткового возраста, самопознание происходит, в большей степени, в системе «Я – другие люди». Ребенок формирует представление о себе посредством соотнесения себя с другими людьми. На данном возрастном этапе одним из наиболее активно задействованных механизмов самопознания является именно сравнение себя с другими людьми (Чеснокова, 1977).

Аналогичным образом Е.А. Сорокоумова включает сравнение в самопознание, понимая последний как «процесс получения знаний о самом себе путем выделения себя среди других, идентификации и обособления от других людей на основе сравнения себя с ними и самим собой в прошлом, настоящем и отдаленном будущем» (Сорокоумова, 2012, с. 107). С точки зрения представителей когнитивной психологии, одной из важных составляющих самопознания личности выступает «образ Я» (Хьелл, 1990). Х. Маркус в структуре «Я» выделил «Я-схемы», то есть когнитивные структуры и обобщения о себе, сделанные на основе прошлого опыта, которые направляют и упорядочивают процесс переработки информации, которая связана с «Я» (Хьелл, 1990).

С точки зрения К. Хорни, имеет смысл разделять «актуальное» или «эмпирическое Я» и «идеализированное Я», с одной стороны, а также «реальное Я» - с другой. Под «актуальным Я» подразумевается то, что собой представляет человек в настоящее время (душа, тело). Что касается «идеализированного Я», К. Хорни описывает его через такое понятие, как «иррациональное воображение» (Хорни, 1993). Сила, которая изначально действует в направлении индивидуального роста и самореализации, свобода

от невроза и полной идентификации, определена К. Хорни как «реальное Я», которое является в принципе недостижимому «идеальному Я» (Хорни, 1993).

В отечественной психологии «образ Я», рассматриваемый в контексте самосознания, понимается как набор характеристик, при помощи которых каждый человек имеет возможность описать себя как индивидуальность, обладающую основными психологическими свойствами: личностными особенностями, способностями, характером, привычками, склонностями. С точки зрения Е.Т. Соколовой «образ Я» является интегративным установочным образованием, включающим когнитивный, аффективный и оценочный компоненты (Соколова, 2010).

Более интегративные представления о себе отражаются в таком конструкте как Я-концепция, основоположником теории которой был К. Роджерс (Роджерс, 2001). Принято выделять реальную и идеальную концепции себя, которые во многих случаях не совпадают. Я-концепция - это устойчивая и осознанная система представлений человека о его физических, интеллектуальных, характерологических и социальных качествах. Как система представлений человека о себе, Я-концепция удерживает осознание и когнитивных свойств, которые организуются в Я-образе, и эмоционально-ценностного самоотношения, которое проявляется в самооценке, и креативных действий, которые характеризуются проявлениями первых двух компонентов, и субъективно приемлемых социальных моментов, которые воздействуют на аффективное состояние личности (Роджерс, 2001).

Аналогичным образом, Р. Бернс выделяет в структуре Я-концепции когнитивный, аффективный и поведенческий компоненты (Бернс, 1986). Когнитивный компонент содержит образ собственных качеств человека, его способностей, внешнего вида, статуса, ролевых характеристик и так далее. Аффективный компонент связан с отношением индивида к себе, либо к отдельным своим качествам и включает в себя такие важные составляющие, как самооценка, самопринятие, самоотношение, уважение себя, ощущение своей значимости. Поведенческая составляющая Я-концепции,

характеризующая проявления в поведении когнитивного и оценочного компонентов, направлена на их подтверждение (Бернс, 1986).

В свою очередь, самооценка, рассматриваемая как аффективный компонент Я-концепции (Heatherton & Wyland, 2003), понимается как сложная система, которая определяет характер отношения к себе или отдельным своим качествам (Бернс, 1986; Coopersmith, 1967), как устойчивое эмоциональное отношение, которое имеет выраженный предметный характер, являющийся результатом специфического обобщения эмоций (Леонтьев, 1965, с. 304). Согласно И.И. Чесноковой, самооценку можно рассматривать в качестве обобщенных результатов познания человеком себя и эмоционально-ценностного отношения в себе (Чеснокова, 1977). Общая самооценка отражает уровень самоуважения, целостное принятие или непринятие себя, а частные самооценки характеризуют отношение к отдельным сторонам своей личности, поступкам, успешности отдельных видов деятельности. Самооценка концептуализируется и как преимущественно стабильная черта, развивающаяся на протяжении жизни, и как динамичное состояние, возникающее в ответ на повседневные события и в определенных ситуациях (Heatherton & Polivy, 1991).

Таким образом, рассмотренные теоретические представления о базовых характеристиках человека различаются, прежде всего, по тому, какие основания выбираются для их дифференцирования.

Наша позиция заключается в том, что при изучении связи склонности к субъектно-ориентированному сравнению и индивидуально-психологических характеристик, представляет интерес рассматривать последние как систему, образованную индивидуальными и личностными свойствами человека, характеристиками его самосознания (самооценкой и «образом Я») и его субъективным отношением к данному сравнению. Данная позиция основана на идеях ряда исследователей о целесообразности разведения характеристик человека как индивида и как личности (Ананьев, 1977; Асмолов, 2001), на представлениях о самосознании как ядре личности (Ананьев, 2001) и образе

Я как интегративном образовании, включающем набор характеристик, при помощи которых человек имеет возможность описать себя как индивидуальность (Соколова, 2010), на концепции В. Н. Мясищева, рассматривавшего личность как систему отношений человека к окружающей действительности (Мясищев, 1995).

## **2.2. Современное состояние проблемы связи социального сравнения с индивидуально-психологическими характеристиками**

Особенности социального сравнения в связи со свойствами человека как индивида изучаются исследователями применительно к возрастнополовым характеристикам.

### ***Половые особенности социального сравнения***

В отношении ориентации на социальное сравнение, измеряемой с помощью шкалы INCOM, существуют противоречивые результаты в плане половых различий. Так, на больших выборках представителей из США и Нидерландов авторы шкалы INCOM выявили у девушек по сравнению с юношами значимо более высокие значения общего показателя ориентации на социальное сравнение (Gibbons, Buunk, 1999; Guimond et al., 2007). Напротив, в исследовании, проведенном на более разнообразной с точки зрения культурной принадлежности выборке (Burke, Cheng, de Gant Bethany, 2020), на выборке румынских подростков (Brassai et al., 2013), на выборке российских студентов (Гаранян, Пушкина, 2016) у мужчин обнаружены значимо более высокие значения общего показателя ориентации на социальное сравнение по шкале INCOM, чем у женщин.

В отношении половых различий в ориентации на сравнение внешнего вида показано, что женщины с высокой ориентацией на социальное сравнение (начиная со старшей школы) чаще сравнивают свою внешность, чем мужчины, и эти сравнения связаны с низким уровнем удовлетворенности телом и увеличением расстройств пищевого поведения у женщин. Для

мужчин ориентация на сравнение внешнего вида фокусируется на мышечном тоне и приводит к поведению, направленному на наращивание мышечной массы (Gerber, 2018). Показано также, что девушки по сравнению с юношами значимо более склонны к сравнению себя с другими людьми в Интернете по большинству параметров физической привлекательности, а также по форме/телосложению и лицу (Jones, 2001).

Существуют половые различия в степени дифференцирования себя по отношению к другим людям (Steers et al., 2014). Например, обнаружено, что (Goethals, Messick, and Allison, 1991) мужчины чаще, чем женщины, отмечали свое превосходство по сравнению с другими людьми, то есть считали, что они более умные, спортивные, креативные и т.д. Что касается женщин, то они, напротив, чаще оценивали себя по аналогичным показателям примерно на таком же или на более низком уровне, чем другие люди, отмечая у себя только более высокий уровень нравственности.

Показано, что пол является опосредующей переменной взаимосвязи уровня самооценки и направления сравнения: снижение самооценки отмечалось у мужчин при восходящем сравнении себя с представителями того же пола, а у женщин – при восходящем сравнении себя с представителями противоположного пола (Martinot, Redersdorff, Guimond, & Dif, 2002). Обнаружено, что для мужчин более низкий уровень самооценки был характерен только тогда, когда они осуществляли восходящее сравнение с женщинами по параметрам, касающимся традиционно женских сфер деятельности (Redersdorff, 2002). Кроме того, у мужчин по сравнению с женщинами обнаруживалось меньшее несоответствие между реальным и идеальным Я после просмотра в социальных сетях биографических данных менее успешных людей (Haferkamp, Krämer, 2011).

Показано, что связь между склонностью к социальному сравнению в Facebook и выраженностью депрессивных симптомов была более сильная у женщин, чем у мужчин (Nesi & Prinstein, 2015).

### ***Возрастные особенности социального сравнения***

Большинство исследований возрастных особенностей социального сравнения касается содержательных изменений, которые оно претерпевает на рубеже возрастных этапов (Gerber, 2018). Как правило, его начинают исследовать у детей младшего школьного возраста (напр. Ruble et al. 1976); одним из исключений является исследование Мосатча и др. на дошкольниках (Mosatche and Bragonier, 1981).

Согласно теории социального научения (Бандура, 2000), сравнение детей друг с другом выстраивается с учетом возрастных норм. Однако, дети далеко не всегда в качестве объектов для сравнения выбирают сверстников и опираются также на стандарты, наблюдаемые у взрослых (Курышева, 2013). В младшем школьном возрасте главным референтом сравнения выступает сверстник, сравнение с которым дает возможность школьнику сформировать более точное представление о собственных качествах и способностях. При этом, младшие школьники испытывают сложности в выделении и соотнесении сущностных личностных качеств, присущих им самим и другим детям, и чаще осуществляют сравнение по внешним признакам или путем сопоставления отдельных поступков (Карпушова, 2014).

В исследовании Е.С. Самойленко с коллегами (Самойленко, Костыгова, 2009; Самойленко, Костыгова, Денисова, 2008), проведенном на представителях разного возраста (учащихся 3–4; 6-х, 8–9-х классов и студентах), обнаружена общая для всех четырех возрастных групп закономерность относительно более частого сравнения себя с членами семьи, но более редкого сравнения с одноклассниками (однокурсниками), которые не считались друзьями, и с просто знакомыми сверстниками. Возрастные особенности проявились в том, что только младшие школьники относительно часто сравнивали себя с яркими популярными личностями и относительно редко - с друзьями-сверстниками, не учащимися с ними в одном классе, а все группы школьников относительно редко сравнивали себя со знакомыми взрослыми. Кроме того, было показано, что для респондентов трех возрастных групп (младших школьников, подростков и студентов)



характерны единые тенденции сравнения себя с социальными референтами, имеющими определенные характеристики. Сходство выразилось в том, что чаще всего респонденты всех возрастных групп совершали сравнение с такими людьми, которые обладали положительными личностными чертами или были успешны в учебной и профессиональной деятельности, а также с теми референтами, которые превосходили их в целом или по конкретным личностным характеристикам или параметрам деятельности, то есть, осуществляли «восходящее» сравнение. В отношении параметров сравнения было показано, что в качестве одного из наиболее используемых параметров младшие и старшие подростки использовали образ и стиль жизни, младшие подростки и студенты – отношение к окружающим, а старшие подростки и студенты - характер. При этом обе группы подростков наименее часто осуществляли сравнение по уровню жизни (Самойленко, 2012).

В работе О.В. Курышевой и К.В. Нужных сопоставлялись критерии, на которых базируется социальное сравнение, у представителей двух возрастных категорий: 17-21 год и 40-60 лет (Курышева, Нужных, 2008). При использовании техники репертуарных решеток Дж. Келли, было показано, что в ходе социального сравнения люди ориентируются на критерии, которые были объединены авторами в четыре смысловые категории: внешние признаки, личностные особенности, ценностные предпочтения, статусно-ролевые характеристики (Курышева, Нужных, 2008). Соотношение этих категорий при социальном сравнении оказалось различным в разном возрасте. В юношеском возрасте в качестве критериев социального сравнения используются чаще всего личностные особенности, реже – ценностные предпочтения и статусные характеристики, совсем редко – внешние признаки. Люди зрелого возраста чаще всего в качестве основных ориентиров при социальном сравнении выбирают статусно-ролевые характеристики, на втором месте находятся личностные и ценностные характеристики и лишь на последнем месте внешние показатели (Курышева, Нужных, 2008).

Показано, что люди более зрелого возраста более склонны сопоставлять себя с другими людьми по параметру достижений. В настоящее время, когда размываются строгие возрастные ориентиры, гораздо в большей степени в процесс социального сравнения вовлекаются ролевые диспозиции (Barrett, 2005).

Обнаружено также, что в преклонном возрасте сравнение себя в настоящем и в прошлом приобретает особое значение. В исследовании (Ferring and Hoffmann 2007) с использованием соответствующего опросника (Filipp et al., 1997) на выборке людей в возрасте от 50 до 90 лет изучались сравнение человеком себя во времени (в настоящем и прошлом), а также разные виды сравнения себя с другими людьми (нисходящее, восходящее и латеральное) применительно к таким параметрам как физическое и психическое состояние, а также психологическая устойчивость. Сравнивались четыре возрастные группы: 50-59; 60-69; 70-79; 80-90, выделенные в соответствии с задачами и наличием определенных проблем со здоровьем, актуальных для каждого из этих возрастных периодов. Были выявлены значимые взаимосвязи между возрастными группами и видами сравнения себя с другими людьми применительно к параметрам физического и психического состояния: постепенное снижение представленности латерального сравнения и увеличения представленности восходящего сравнения, а также увеличение нисходящего сравнения применительно к физическому здоровью в более старших возрастных группах. Применительно к сравнению себя в настоящем и в прошлом снижение латерального сравнения и увеличение восходящего сравнения в более старших возрастных группах наблюдалось относительно всех трех параметров. Различия в тенденциях, характерных для сравнения себя с другими людьми и сравнения себя в настоящем и в прошлом, касались нисходящего сравнения, частота осуществления которого с возрастом увеличивалась при первом из этих видов сравнения и уменьшалась при втором.

Показано также, что с возрастом сравнение приобретает все более скрытый характер. Например, в лонгитюдном исследовании, проведенном с использованием наблюдения и интервью на протяжении трех лет с дошкольниками и младшими школьниками (Pomerantz et al. 1995) обнаружено, что дети по мере обучения в школе все более осознают, что социальное сравнение может быть источником как положительных, так и отрицательных эмоций, а также начинают понимать социальные нормы, ограничивающие сравнение себя с другими людьми. В то время как дошкольники открыто декларировали возможность сравнение себя со сверстниками как способ получения информации о себе и других людях, более старшие дети чаще оценивали эксплицитное социальное сравнение как социально неприемлемый способ и осуществляли его реже, при этом задействовали более тонкие и скрытые формы сравнения себя со сверстниками, выражающиеся, например, в незаметном для окружающих поиске относящейся к ним информации.

### ***Социальное сравнение и нейротизм***

На протяжении последних десятилетий получено достаточно большое количество эмпирических исследований (Buunk, van der Zee, & van Yperen, 2001; Van der Zee et al., 1996, 1998), свидетельствующих о том, что одной из черт личности, связанных со склонностью к социальному сравнению, является нейротизм, характеризующийся уязвимостью, раздражительностью и тревожностью.

Например, на двух выборках здоровых и страдающих онкологическими заболеваниями участников из Дании (Van der Zee et al., 1996) исследованы корреляции между нейротизмом, оцениваемым по шкале четырехфакторного опросника Айзенка, и несколькими аспектами социального сравнения, при оценке которых использовался опросник Буунка и Шофели (Buunk, Schaufeli, 1993), состоящий из пунктов, касающихся потребности в социальном сравнении; предпочтения его нисходящего и восходящего видов, а также их эмоциональных последствий. На обеих выборках выявлены положительные

корреляции уровня нейротизма с выраженностью склонности к социальному сравнению. Было также обнаружено, что люди с высоким уровнем нейротизма значимо чаще осуществляли восходящее сравнение и отмечали большее количество негативных эмоциональных переживаний относительно как восходящего, так и нисходящего сравнения (Van der Zee et al., 1996).

Эти же авторы провели экспериментальное исследование (Van der Zee et al., 1998) на выборке страдающих раковыми заболеваниями мужчин и женщин из Дании, в котором использовался дизайн, предоставляющий возможность участникам прослушать фиктивные интервью с больными, находящимися либо в лучшей, либо в худшей, чем они, ситуации, а также шкала INCOM, опросник Айзенка и аффективная шкала (Ybema, Buunk, 1995). Было показано, что чем более выраженным нейротизмом обладали люди, тем большее количество интервью выбирали они для прослушивания, то есть тем чаще они стремились осуществлять социальное сравнение, а также тем более положительно они реагировали на восходящее сравнение. При этом не обнаружено связи между выраженностью нейротизма и направленностью сравнения (частотой прослушивания интервью людей, находящихся в лучшей или худшей ситуации).

Для сравнения, в экспериментальном исследовании, проведенном теми же авторами и с использованием аналогичного экспериментального дизайна, но на датских женщинах с заболеванием рака груди (Van der Zee et al., 1998) было также показано, что при высоком уровне нейротизма проявились большая склонность к социальному сравнению и более положительные эмоциональные реакции на восходящее, чем на нисходящее сравнение. Однако, на выборке датских медицинских сестер и с использованием такого же экспериментального дизайна (Buunk, van der Zee, & van Yperen, 2001) показано, что чем выше был уровень нейротизма, тем менее положительные эмоции возникали в отношении восходящего сравнения.

Таким образом, взаимосвязи уровня нейротизма со склонностью к социальному сравнению и эмоциональным отношением к его восходящему и

нисходящему видам были продемонстрировано на категориях здоровых и страдающих различными заболеваниями людей.

### ***Социальное сравнение и склонность к депрессии***

Особое развитие получили эмпирические исследования взаимосвязи социального сравнения и склонности к депрессии (напр., Гаранян, 2015; Гаранян, Пушкина, 2016; Allan & Gilbert, 1995; Ahrens, 1991; Dagnan & Sandhu, 1999; Gilbert, 2000a; Gilbert et al., 2002; Gilbert, Allan, & Trent, 1995).

Обнаружена прямая взаимосвязь между выраженностью склонности к социальному сравнению и склонностью к депрессивным состояниям (например, Bätzner et al., 2006; Gibbons, Buunk, 1999; McCarthy, Morina, 2020; Pinkley et al., 1988; Swallow, Kuiper, 1988, 1990; Taylor et al., 1996; Van der Zee et al., 1998; Weary et al., 1994). Эта взаимосвязь выявлена, в частности, при проверке внешней валидности разноязычных вариантов опросника ориентации на социальное сравнение INCOM: напр., Гаранян, Пушкина, 2016; Gibbons & Buunk, 1999).

Показано, что для людей с более выраженными депрессивными симптомами и повторяющимися эпизодами депрессии на протяжении жизни характерны более высокие баллы по шкале INCOM, чем у людей, не страдающих этим заболеванием. Примером может служить исследование (Bätzner, et al., 2006), в котором изучались взаимосвязи выраженности депрессии (использовались шкала BDI-II, Beck, Steer, & Brown, 1996; шкала DSQ, Wittchen & Perkonig, 1997) с ориентацией на социальное сравнение, оцениваемой шкалой INCOM (Gibbons & Buunk, 1999), и восходящим сравнением, изучаемым с помощью процедуры, в соответствии с которой участники должны были сравнивать себя с более успешными по нескольким параметрам людьми. Было выявлено, что склонные к депрессии люди были более склонны к социальному сравнению и реагировали более негативно на восходящее сравнение, чем здоровые.

Противоречивость данных отмечена в отношении вопроса о том, склонны ли депрессивные люди к более частому осуществлению

нисходящего или восходящего сравнения, чем не страдающие этим нарушением люди (Wood & Lockwood, 1999). Одни исследователи утверждают, что склонные к депрессии люди чаще осуществляют нисходящее сравнение, чтобы почувствовать себя лучше. Другие полагают, что такие люди не способны применять самозащитные стратегии сравнения и чаще предпочитают осуществлять восходящее сравнение, которое является для них неблагоприятным.

Примером второй позиции может служить исследование (Butzer, Kuiper, 2006), в котором ориентация на социальное сравнение оценивалась шкалой INCOM (Gibbons & Buunk, 1999); частота восходящего и нисходящего сравнения – с помощью разработанных авторами шкал COMPU и COMPD, соответственно; уровень депрессии - шкалой CES-D (Radloff, 1977); четкость Я-концепции – шкалой SCC (Campbell et al., 1996) и нетерпимость к неопределенности – шкалой IUS (Freeston et al., 1994). Была обнаружена положительная взаимосвязь уровня депрессии с ориентацией на социальное сравнение и частотой осуществления восходящего сравнения. При этом четкость Я-концепции и нетерпимость к неопределенности опосредовали взаимосвязь между депрессией, с одной стороны, и общей ориентацией на социальное сравнение и восходящим сравнением, с другой стороны.

Еще в одном исследовании (MacMahon, Jahoda, 2008) анализировались различия между страдающими и не страдающими депрессией людьми, относительно сравнения себя с другими людьми по таким параметрам как достижения, социальная привлекательность и воспринимаемая собственная позиция в группе, а также сравнения себя с тремя знакомыми людьми, с которыми они реально общались. В последнем случае оценивалась также субъективная значимость такого сравнения. Было показано, что страдающие депрессией люди чаще, чем те, которые не страдали депрессией, сообщали о негативных результатах сравнения себя как с людьми вообще, так и со знакомыми людьми (то есть оценивали себя хуже, чем они). Не страдающие

депрессией люди чаще рассматривали положительные сравнения, в соответствии с которыми они оценивали себя лучше по сравнению с другими, как более важные, чем отрицательные сравнения.

Другим примером является исследование, в котором здоровые и страдающие депрессией студенты в течение трех недель вели дневники и записывали случаи сравнения себя с другими людьми (Giordano et al., 2000). В качестве диагностических инструментов использовались опросник Бека (Beck Depression Inventory, BDI) и опросник Робинса (PSI-II) для оценки уровня депрессивности и ее типов, соответственно, а также дневниковый метод (Wheeler and Miyake's, 1992). В результате было показано, что в целом депрессивные респонденты сообщали о меньшем количестве социальных сравнений, осуществляемых ими в повседневной жизни, чем здоровые. Сопоставлялись закономерности у двух типов депрессивных людей: «социотропных» («зависимых»), характеризующихся высокой потребностью в близких межличностных отношениях, любви и восхищении со стороны других, и «автономных» («самокритичных»), придающих большое значение достижению значимых целей, статуса, а также личной независимости и свободе. Было показано, что тип депрессивных людей опосредовал частоту социального сравнения и его эмоциональный эффект. Депрессивные люди чаще осуществляли сравнение себя с другими людьми по тем параметрам, которые соответствовали основным характеристикам их личности, и такие сравнения были связаны с более выраженными изменениями настроения, чем сравнения, касающиеся других параметров. Однако эта закономерность не была обнаружена для совокупной выборки участников.

Другим примером является исследование, которое также было выполнено на выборке здоровых и страдающих депрессивными заболеваниями людей и в котором изучалось опосредующее влияние параметров сравнения и их значимости для других людей (Thwaites & Dagnan, 2004). В качестве диагностических инструментов использовались: опросник Бека (Beck Depression Inventory, BDI) для оценки уровня

депрессивности, а также опросник, разработанный авторами для оценки сравнения себя с другими людьми по 10 параметрам (интеллект, социальные навыки, артистические / музыкальные способности, спортивная компетентность, физическая привлекательность, лидерские качества, способность к здравым рассуждениям, эмоциональная стабильность, чувство юмора и дисциплина). Эти же параметры легли в основу еще одного опросника, использованного для оценки того, как респондент оценивает степень их важности для себя и для других людей. В результате было показано, что воспринимаемая респондентами важность определенного параметра социального сравнения для окружающих (но не его важность для самих респондентов) опосредует отрицательную взаимосвязь сравнительной оценки по этому параметру и уровня депрессивности. Чем ниже оценивали респонденты себя по значимому для других параметру, тем выше был уровень выраженности у них депрессии.

Если же говорить в целом, то в результате проведенного недавно мета-анализа исследований взаимосвязей ориентации на социальное сравнение и выраженности депрессии (McCarthy, Morina, 2020) показано, что социальное сравнение играет значительную роль в развитии и сохранении депрессивных симптомов: снижение частоты осуществления социального сравнения приводит к снижению уровня депрессии. Данные также свидетельствуют о том, что серьезные депрессивные эпизоды чаще встречаются у людей, которые негативно оценивают себя по сравнению с другими. Исследования показали, что страдающие депрессией люди часто оценивают других как более состоятельных, особенно при осуществлении восходящего сравнения, и даже несмотря на противоречивые или неоднозначные факты.

Таким образом, более выраженная склонность к социальному сравнению может служить одним из ключевых факторов риска возникновения депрессивных состояний. Однако, необходимо принимать во внимание дополнительные факторы, которые могут опосредовать взаимосвязи между этими конструктами.



В последние годы получили развитие исследования взаимосвязи депрессии со склонностью к социальному сравнению в социальных сетях (см. обзор методологии этих исследований в: Appel, Gerlach, Crusius, 2016). Большинство исследователей обнаружили значимое влияние таких сравнений на депрессию (Feinstein et al., 2013; Steers, Wickham, & Acitelli, 2014; Faranda and Roberts, 2019). Однако, высказывается также гипотеза о том, что симптомы депрессии могут являться их предикторами (Nesi & Prinstein, 2015).

В исследовании Фейнштейна (Feinstein, 2013), где ориентация на социальное сравнение оценивалась с помощью шкалы INCOM (Gibbons & Buunk, 1999), предпочитаемое направление социального сравнения в Facebook - с помощью шкалы SCR (Allan & Gilbert, 1995), которая была адаптирована авторами к контексту социальных сетей, депрессия - с помощью шкалы CES-D (Radloff, 1977) и размышления и переживания во время подавленного настроения - с помощью опросника RRS (Nolen-Hoeksema & Morrow, 1991), показано, что социальное сравнение в Facebook, депрессия и размышления положительно и значимо взаимосвязаны. Нисходящее сравнение себя с другими при использовании Facebook являлось предиктором увеличения количества размышлений, что, в свою очередь, было связано с увеличением выраженности депрессивных симптомов.

Другое исследование (Steers, Wickham, & Acitelli, 2014), в котором использовались субъективные оценки количества времени, проведенного в Facebook, шкала INCOM (Gibbons & Buunk, 1999) и ее вариант, адаптированный для контекста Facebook (INCOM-F), а также шкала CES-D (Radloff, 1977) для оценки депрессии, показано, что взаимосвязь между количеством времени, проводимом в Facebook, и выраженностью депрессивных симптомов опосредовано восходящим, латеральным и нисходящим сравнением в Facebook. Показано, что люди переживают депрессивные состояния после долгого нахождения в Facebook, так как испытывают отрицательные эмоции при сравнении себя с другими людьми.

Целью еще одного корреляционного исследования (Faranda and Roberts, 2019) было изучение того, какое социальное сравнение является лучшим предиктором депрессии: ориентация на социальное сравнение офлайн, оцениваемая с помощью шкалы INCOM (Gibbons & Buunk, 1999); ориентация на социальное сравнение в Facebook, оцениваемое с помощью шкалы INCOM-F (Steers et al., 2014); предпочитаемое направление социального сравнения (восходящее или нисходящее) офлайн, оцениваемое с помощью шкалы SCR (Allan & Gilbert, 1995); предпочитаемое направление социального сравнения в Facebook, оцениваемое с помощью шкалы SCR-F (Feinstein et al., 2013). Была обнаружена значимая взаимосвязь между депрессивными симптомами и тремя предикторами: ориентацией и направлением социального сравнения, осуществляемого офлайн, и направлением сравнения, осуществляемого в Facebook. При этом, взаимосвязь между направлением сравнения в Facebook и депрессивными симптомами оказалась сильнее у тех, кто реже использовал Facebook. Ключевой вывод этого исследования заключался в том, что тенденции сравнения в Facebook отражают тенденции сравнения офлайн, а депрессивные симптомы могут быть функцией общей склонности человека к социальному сравнению.

В квази-экспериментальном исследовании (Appel, Crusius, Gerlach, 2015) сравнивались группы склонных к депрессии и здоровых людей (уровень депрессивности оценивался с помощью варианта шкалы BDI-V), которым было предложено сравнить себя со специально сконструированными привлекательными и непривлекательными профилями в Facebook, а затем оценить степень возникающих у них зависти и чувства неполноценности, а также выполнить тест на самооценку Розенберга. Для измерения чувства неполноценности участникам предлагалось оценить по шкале, насколько счастлив человек с тем или иным профилем и насколько он счастливее самого участника (отрицательные показатели по шкале соответствовали степени неполноценности). Для измерения степени

выраженности зависти участникам предлагалось указать по шкале, насколько они переживали зависть, чувствовали себя неполноценными, ожесточенными и обездоленными, когда смотрели тот или иной профиль, и в какой степени они хотели бы поменяться ролями с ним, быть похожими на него и были вдохновлены наличием такого профиля. Согласно результатам исследования, депрессивность оказалась связана с более высоким уровнем зависти, являвшейся результатом восходящего сравнения, особенно в тех случаях, когда стандарты сравнения были высокими. Таким образом, характер социального сравнения, в сочетании с низкой самооценкой, играл важную роль в выраженности данной закономерности.

Еще в одном исследовании (Lup, Trub, Rosenthal, 2015) измерялись частота использования Instagram в день, количество прослеживаемых профилей, уровень депрессии, оцениваемый с помощью шкалы CES-D (Radloff, 1977), и предпочитаемое направление социального сравнения в Instagram, оцениваемое с помощью шкалы SCR-F (Feinstein et al., 2013). Было показано, что более положительные социальные сравнения, в соответствии с которыми респондент оценивал себя выше по ряду характеристик, чем неизвестный профиль, были связаны с менее выраженными симптомами депрессии.

Исследование, проведенное на подростках (Nesi & Prinstein, 2015), продемонстрировало интересные закономерности, касающиеся этой возрастной группы. Уровень депрессии, измерявшийся с помощью адаптированного для подростков опросника SMFQ (Angold et al. 1995), оценивался в начале и в конце исследования. С помощью социометрической процедуры оценивалась популярность подростков среди одноклассников. Для оценки частоты реализации подростками социального сравнения в социальных сетях авторами был сконструирован опросник MEIS-SCFS. С помощью шкалы оценивалось количество времени, проведенного в Facebook и Instagram. В результате проведенного множественного регрессионного анализа было показано, что социальные сравнения в сетях взаимосвязаны с

выраженностью депрессивных симптомов, а модераторами этой взаимосвязи выступили популярность среди сверстников и пол. То есть, наиболее высокие показатели этой взаимосвязи были отмечены у девушек и подростков, имеющих низкий социометрический статус среди сверстников. Значимость данного исследования заключается в том, что показана необходимость изучения тех индивидуальных характеристик людей, при которых показатели взаимосвязи между социальным сравнением в сетях и депрессивными симптомами являются наиболее высокими.

***Социальное сравнение во взаимосвязи с личностными свойствами,  
поведением и профессиональной деятельностью***

Наряду с такими наиболее широко изучаемыми в связи с социальным сравнением характеристиками как нейротизм и депрессия, в отдельных исследованиях выявлены связи ориентации на социальное сравнение и поведенческим паттерном А/Б, экстраверсии, психотизма, уверенности в себе, тревожности, ревности, зависти, перфекционизма, эмпатии.

Так, в исследованиях взаимосвязи выраженности паттернов А/Б (Friedman and Rosenman, 1959) и особенностей социального сравнения показано, что личности типа А реже используют информацию, содержащую результаты сравнения их с другими людьми, в качестве средства поддержания собственного Я (Gastorf, Suls, et al., 1980; Strube, Boland, Manfredo, Al-Falaj, 1987; Yuen, Kuiper, 1992), но чаще осуществляют социальное сравнение, когда у них нет определенного представления относительно собственных способностей (Strube, Boland, 1987). Показано, что люди типа А часто имеют заниженную самооценку, которая формируется в результате того, что они реализуют неадекватные стратегии социального сравнения (Yuen, Kuiper, 1992).

В корреляционном исследовании с участием здоровых и страдающих онкологическими заболеваниями датчан, о котором говорилось выше в контексте соотнесения социального сравнения с нейротизмом (Van der Zee et al., 1996), изучались связи между склонностью к экстраверсии, оцениваемой

с помощью опросника Айзенка, и различными аспектами социального сравнения (Buunk, and Schaufeli, 1993). На совокупной группе участников показано, что склонность к экстраверсии положительно коррелировала с выраженностью нисходящего сравнения. Выявлены отрицательные корреляции между психотизмом и нисходящим сравнением у страдающих онкологическими заболеваниями людей, а также между психотизмом и потребностью осуществлять социальное сравнение у здоровых людей.

На выборке студентов выявлены значимые положительные связи ориентации на социальное сравнение с различными показателями эмоционального неблагополучия, признаками тревоги, ревности и зависти, с общим показателем перфекционизма и его отдельными шкалами, а также с общим повседневным стрессом в разных сферах студенческой жизни (Гаранян, Щукин, 2014; Гаранян, Пушкина, 2016). Показано, что склонность к социальным сравнениям и выбор стратегии контрастных восходящих сравнений служат значимыми предикторами тревоги на рабочем месте (Гаранян, Шарапова, 2022).

У группы людей с более выраженной склонностью к сравнению себя с другими людьми, измеряемой опросником РООСС (Самойленко, 2012), выявлены, по сравнению с группой менее склонной к такому сравнению людей, значимо более низкие показатели уверенности в себе и социальной смелости (по тесту Ромека), но значимо более высокие показатели личностной тревожности (по шкале Спилберга) и эмпатии (по опроснику Бойко). У группы людей с более выраженной склонностью к сравнению себя с самим собой, измеряемой опросником РООСС, также выявлены, по сравнению с группой менее склонной к такому сравнению людей, значимо более низкие показатели уверенности в себе и социальной смелости, но значимо более высокие показатели личностной тревожности (Самойленко, Корбут, 2011).

В исследовании связи склонности человека к сравнению себя с другими людьми и сравнению себя с самим собой, измеряемыми с помощью

опросника РООСС, с одной стороны, и выраженностью личностных свойств, диагностируемых с помощью пятифакторного опросника «Большая пятерка», с другой стороны, обнаружена значимо более выраженная эмоциональная устойчивость у людей с более выраженной склонностью к сравнению себя с самим собой по сравнению с людьми, у которых эта склонность менее выражена (Самойленко, 2012).

Согласно одной из современных позиций, склонность к социальному сравнению может быть связана с поведением и деятельностью людей в разных контекстах (Buunk, Gibbons, Dijkstra, 2020).

Обнаружено, что люди, характеризующиеся доминирующим, амбициозным и соревнующимся поведением, демонстрировали более частое обращение к нисходящему, чем к восходящему и латеральному сравнению, в то время, как люди, у которых эти характеристики были слабо выражены, демонстрировали одинаковое соотношение этих трех видов сравнения (Locke & Nekich, 2000).

Показано, что то, насколько люди оценивают какое-то поведение как угрожающее их собственному здоровью (например, употребление алкоголя), связано с тем, насколько часто они сравнивают себя с другими (Klein & Weinstein, 1997). У людей, имеющих низкий показатель ориентации на социальное сравнение, восприятие того, что делают другие люди, не было связано с выводами относительно риска такого же поведения для их собственного здоровья (Litt et al., 2015).

Показано, что более выраженная склонность к социальному сравнению может быть связана с более здоровым образом жизни, в частности, с более низким потреблением подростками наркотических веществ (Piko, et al., 2005). Подростки из четырех стран, более склонные к социальному сравнению, чаще придерживались здорового питания и чаще занимались спортом, чем те, у которых эта склонность была менее выражена. Однако, такая закономерность возможна только в таком социальном контексте, который активно пропагандирует здоровый образ жизни. Напротив, в той

социальной среде, в которой референты социального сравнения (например, подростки) толерантны к нездоровому образу жизни, люди с выраженной склонностью к социальному сравнению могут быть, наоборот, склонными к нездоровому образу жизни (Gibbons, Helweg-Larsen, & Gerrard, 1995).

Обнаружено, что склонность к социальному сравнению связана с удовлетворенностью работой и выраженностью чувства профессионального выгорания. В профессиональном контексте более выраженная склонность к социальному сравнению часто играет скорее отрицательную, чем адаптивную роль. Однако, может играть и позитивную роль, как это было показано на примере студентов выпускников, которым предлагалось прочитать фиктивное интервью со студентом, который смог или не смог быстро найти работу (Buunk, Peiro and Griffioen, 2007). Наличие успешного примера оказалось связанным с большим воодушевлением у тех студентов, которые были более склонны к социальному сравнению. Таким образом, можно говорить о том, что высокий показатель ориентации на социальное сравнение может быть сопряжен как с преимуществами, так и с отрицательными эффектами в отношении профессиональной деятельности человека.

### ***Социальное сравнение и самосознание***

Как отмечал Л. Фестингер, одним из важных мотив поведения человека является самопознание и формирование субъективного представления о самом себе, что может быть достигнуто с помощью сравнения себя с другими людьми (Festinger, 1954). Социальное сравнение рассматривается в качестве одного из ведущих механизмов выстраивания Я-концепции (Buunk, Mussweiler, 2001). Согласно И.С. Кону (Кон, 1989), социальное сравнение является механизмом построения Я-концепции в юношеском возрасте и основывается на подчеркивании отличий в ценностных и личностных характеристиках. Такое сравнение участвует в формировании модели собственной личности, при помощи которой молодые люди определяют отношение к себе и к другим людям (Кон, 1989). При переходе от юношества

к взрослому возрасту чаще всего происходит упрочение чувства идентичности, переоценка ценностей и переосмысление жизни. В ходе социального сравнения люди среднего возраста обращают внимание, прежде всего, на статусные и ролевые характеристики как показатели общей продуктивности человека в таких жизненных сферах как семья, работа и общение с людьми. Соответственно, в круге объектов сравнения оказываются, кроме родственников и друзей, коллеги, а также обобщенная категория «люди моего возраста».

Сильное воздействие на Я-концепцию человека оказывают факторы, которые выделяют его из группы, делают особенными. Так, анализ рассказов школьников о себе показал, что большинство из них часто акцентируются на аспектах своего Я, которые отражают их отличия от других людей (McGuire, & McGuire, 1982; McGuire, McGuire, & Cheever, 1986; McGuire, & Padawer-Singer, 1976).

В процессе наблюдения за другими людьми человек соотносит собственные действия и характеристики с их особенностями и поведением. Следствием этого процесса социального сравнения является возникновение двух эффектов. Эффект ассимиляции проявляется в склонности и потребности приписать себе черты, сходные с чертами объекта сравнения и в итоге дать себе такую же оценку по этим характеристикам, как и ему. Эффект контраста, заключается в склонности человека приписывать себе качества, противоположные тем, которыми обладает другой человек. Появление указанных эффектов предопределяется гипотезой, проверяемой в процессе социального сравнения. Выдвигая предположение о собственной похожести на других людей, человек акцентирует внимание на сходстве и, соответственно, появляется эффект ассимиляции. В поисках отличия от других людей человек при сравнении обращает внимание на них, и появляется эффект контраста (Mussweiler, Strack, 2000). Эффекты социального сравнения второго типа имеют мотивационную природу и исходят именно из потребности человека в сохранении позитивного



представления о себе. К этой группе относят эффекты ложного согласия и уникальности, ложного превосходства, собственной сложности, чувствительности и нереалистического оптимизма. Такие эффекты чаще всего появляются в процессе сравнения человеком себя с людьми вообще. Эффект ложного согласия определяется склонностью человека переоценивать число людей, обладающих такими же качествами, ценностями и особенностями поведения, как он сам. Наиболее часто указанный эффект проявляется по отношению к чертам и поступкам, которые считаются социально нежелательными. Под эффектом ложной уникальности понимается склонность человека недооценивать число людей, которые обладают такими же качествами и ценностями, как он. Чаще всего он отмечается в отношении социально одобряемых поступков и качеств. Эффект ложного превосходства заключается в склонности человека давать себе более высокую оценку по положительным качествам и более низкую – по отрицательным характеристикам, чем другим людям. Что касается эффекта собственной сложности, он находит проявление в склонности человека приписывать себе больше личностных качеств, чем другим людям, воспринимая себя как более сложную, многоплановую личность. Эффект собственной чувствительности проявляется в склонности человека приписывать себе по сравнению с другими людьми более существенную интенсивность социально желательных эмоций и меньшую интенсивность эмоциональных проявлений, считающихся эмоционально нежелательными (Mussweiler, Strack, 2000).

Ряд исследователей высказали идею о том, что социальное сравнение имеет непосредственное отношение к формированию самооценки (напр., Gibbons & Buunk, 1999; Sanders, 1982), названной И.И. Чесноковой центральным звеном сферы самосознания личности, выполняющим регулирующую функцию поведения (Чеснокова, 1977).

Процессы социального сравнения включают в себя одновременно стремление к объединению с другими людьми, получению значимой

информации о них, а также оценке себя по отношению к ним (Taylor, Lobel, 1989). Сравнение себя с другими людьми и сравнение себя в разные моменты жизни – это два способа получения информации, используемой при формировании самооценки на протяжении всей жизни (Ferring, Hoffmann, 2007). Оба вида сравнения могут быть «горизонтальными», «нисходящими» и «восходящими», и применительно к самооценке существенное значение играет эта направленность.

Важно принимать во внимание то, что взаимосвязь социального сравнения и самооценки не однозначна (Wheeler, 2000). Например, показано, что люди, которые имеют заниженную самооценку и нечеткое представление о себе, особенно склонны к тому, чтобы совершать социальное сравнение (Buunk & Gibbons, 2007). Кроме того, люди с заниженной самооценкой склонны испытывать более положительные эмоции в отношении нисходящего, чем восходящего сравнения, которое составляет некоторую угрозу для самооценки (Tesser, 1988), но при этом, что парадоксально, реже в целом, чем люди с высокой самооценкой, стремятся осуществлять нисходящее сравнение, которое, казалось бы, должно приводить к возникновению у них положительных эмоций, поскольку является средством поддержания положительного самоотношения и сохранения позитивного настроения (Wills, 1981). Интересно также, что неуверенные в себе люди активно прибегают к социальному сравнению после ситуаций успеха, в то время, как люди с высокой самооценкой чаще сравнивают себя с кем-то, кто лучше их, и используют сравнение после неудачи, стремясь компенсировать ее последствия (Wood, Taylor, & Lichtman, 1985; Wood et al., 1994), менее остро воспринимая отрицательные результаты сравнения себя с другими людьми (Buunk, 1990).

Большой интерес представляют исследования самооценки и социального сравнения в социальных сетях. Например, показано, что частота осуществления человеком социального сравнения на Facebook связана

отрицательно с его самооценкой и положительно с частотой возникновения у него отрицательных эмоций в результате такого сравнения (Lee, 2014).

В цикле исследований (Vogel et al., 2014) обнаружена обратная взаимосвязь между частотой использования Facebook и уровнем самооценки, а также показано, что частота восходящего (но не нисходящего) сравнения в Facebook значимо опосредовала взаимосвязь между использованием Facebook и самооценкой.

В целом, отмечается, что самооценка влияет на склонность к сравнению себя с другими людьми, которая, в свою очередь, влияет на включенность в социальные сети, предоставляющие широкие возможности для социального сравнения (Bergagna, Tartagliaa, 2018). Например, показано, что самооценка отрицательно связана со склонностью к социальному сравнению, которое, в свою очередь, являлось предиктором количества времени, проводимого в Facebook. Был сделан вывод о том, что женщины с низкой самооценкой проводят больше времени на Facebook, чем мужчины, чтобы сравнить себя с другими и, возможно, повысить свою самооценку, поскольку важными функциями социального сравнения являются поддержка себя и самосовершенствование. При этом, склонность мужчин к социальному сравнению лишь частично опосредовала связь между самооценкой и временем, проведенным в Facebook, что объяснялось тем, что мужчины возможно чувствуют менее острую потребность сравнивать себя с другими, и те из них, кто обладает низкой самооценкой, могут проводить больше времени на Facebook и по другим причинам.

### ***Социальное сравнение и социальная идентичность***

Социальное сравнение выступает в качестве одного из фундаментальных процессов социального познания, который, согласно О.В. Курышевой, играет основополагающую роль в построении групповой и шире – социальной идентичности (Курышева, 2013, с.109), представляющей собой осознание и переживание собственной принадлежности к различным социальным общностям (Ядов, 1995).

Согласно Н.Л. Ивановой, социальная идентичность является «целостным динамичным образованием, выступающим как система ключевых социальных конструктов личности. Она активно конструируется субъектом, оказавшимся в ситуации пересмотра своего места в социальной среде, в ходе взаимодействия, социального сравнения...» (Иванова, 2004, с.54).

В теории самокатегоризации (Turner & Oronato, 1999) проводится различие между индивидуальным «я» (личностная идентичность) и коллективным «я» (социальная идентичность) и выдвигается положение о том, что личностная идентичность основана на интра-групповых сравнениях (сходствах и различиях между собой и другими членами группы), тогда как социальная идентичность основана на интер-групповых сравнениях (Turner et al., 1994). А. Тернер выделил в качестве одной из функций социального сравнения достижение и поддержание позитивной социальной идентичности. Стремление к восприятию своей группы в положительном свете за счет ин- и интра-группового сравнения, приводит к межгрупповой дифференциации. При этом отмечается, что интер-групповое сравнение применяется к релевантным группам (Turner, 1975).

М. Брюер (Brewer, 1994), рассматривая проблематику социальной идентичности, обратил внимание на то, что человек имеет две противоположные потребности: подтверждение сходства с другими людьми и сохранения индивидуальности. Как считает ученый, для каждого человека важно походить на окружающих и, в то же время, отличаться от них, и, если разделить людей на членов своей и чужих групп, можно достичь обеих этих целей. То, что человек имеет нечто общее с членами своей группы подтверждает верность его действий и рождает чувство принадлежности к ней, притом, что отличие его группы от других является доказательством его уникальности. Проведенные исследования показали, что в некоторых социальных контекстах сравнение себя с другими показывает, что личная идентичность социально определена, зависит от того, какое место занимают

индивид и группа в социальной иерархии, сами результаты социального сравнения будут существенно отличаться в зависимости от того, задействованы ли межличностные или межгрупповые процессы сравнения (Brewer, 1994).

Таким образом, социальное сравнение, будучи важнейшим концептом социальной идентичности, является при этом одним из основных механизмов ее формирования на индивидуальном и межгрупповом уровне. Важны также такие функции социального сравнения как самоутверждение, компенсация сниженного самоуважения и стимулирование ощущения субъективного благополучия (Brickman, 1978).

### ***Социальное сравнение и субъективное благополучие***

Одним из концептуальных оснований исследований взаимосвязи социального сравнения и субъективного благополучия, отражающего общую оценку качества жизни человека с его собственной точки зрения, включая как когнитивные оценки, так и аффективные чувства (Diener et al., 2018), служит теория удовлетворенности на базе множественных расхождений (Multiple discrepancy theory of satisfaction, Michalos, 1985). Согласно этой теории, отмечаемый человеком реальный уровень удовлетворения является функцией воспринимаемых им расхождений между тем, что есть у человека, и а) чего он желает; б) что есть у других людей; в) тем лучшим из того, что было у него в прошлом; г) тем, чего он ожидал 3 года назад; д) тем, что ожидает получить через 5 лет; е) тем, чего заслуживает и в чем нуждается. Все воспринимаемые расхождения, за исключением того, которое существует между тем, что человек имеет и хочет, являются функциями объективно измеримых расхождений, которые также оказывают непосредственное влияние на удовлетворенность. Воспринимаемое расхождение между тем, что человек имеет и хочет, является опосредующей переменной по отношению ко всем остальным воспринимаемым расхождениям и отмечаемому конечному уровню удовлетворенности.

Обнаружено, что на показатели субъективного благополучия может влиять уровень других людей. Например, показано, что люди, склонные сравнивать свои способности со способностями окружающих, представляют себя менее счастливыми, чем те, кто не склонен к такого рода сравнению (Schneider, Schupp, 2011).

В исследовании взаимосвязи сравнения человеком себя с другими людьми и его субъективного благополучия (Kleinke, Miller, 1998) была обнаружена линейная взаимосвязь между сравнительной субъективной оценкой себя респондентами по отношению к среднему уровню заданных характеристик и всеми показателями субъективного благополучия. С другой стороны, в исследовании эффектов сравнения с живущими по соседству человеком по таким параметрам как достижения, физическая привлекательность и социальные отношения было показано, что ни объективное положение, ни воспринимаемое положение соседа не оказали негативного влияния на субъективную удовлетворенность жизнью (Fujita, 1993). В исследовании на выборке больных шизофренией показано, что при нисходящем социальном сравнении значительно увеличивалось субъективное качество жизни (Franz, 2000).

Предложена также идея о том, что эффект социального сравнения на субъективное благосостояние не является гомогенным, в частности, зависит от того, с кем человек сравнивает себя: насколько близким к нему является референт сравнения. То есть большее значение человек придает сравнению с более социально близкими людьми. Для субъективного благосостояния важна не только направление социального сравнения (восходящее и нисходящее сравнение), но и то, насколько отличается доход человека в сравнении с доходом другого (Barcena-Martin, 2016).

В одном из недавно проведенных исследований (Cardle, Speck, 2019) изучались взаимосвязи между восходящим социальным сравнением, имеющим место при просмотре телевизионных программ и рекламы, материальной удовлетворенностью и субъективной удовлетворенностью

жизнью среди студентов из четырех стран (США, Китая, Хорватии и Индии). Результаты показали, что с одной стороны, социальное сравнение, возникающее при просмотре телевизионных программ, связано со значимостью материальных ценностей как в индивидуалистической, так и в коллективистской культурах, имеющих разный уровень экономического развития. Материальная удовлетворенность оказалась в значительной степени связанной с субъективной удовлетворенностью жизнью во всех четырех странах. С другой стороны, обнаружены межкультурные различия в особенностях взаимосвязи социального сравнения, опосредованного материальными ценностями и материальным удовлетворением, и субъективной удовлетворенности жизнью.

Сравнение человеком себя в времени также важно для субъективного благополучия и особенно в пожилом возрасте (Wilson and Ross 2000). Сравнение себя в настоящем с собой в прошлом и констатирование того, что в прошлом дела шли лучше, может с большой вероятностью приводить к снижению субъективной оценки собственной характеристики и снижению субъективного благополучия (Ferring, Hoffmann 2007). Однако, в пожилом возрасте возможна и обратная ситуация, когда отмечают преимущества настоящей позиции по сравнению с прошлым, что способствует поддержанию собственного Я (Ferring, Hoffmann 2007).

Особое значение приобретают исследования взаимосвязи субъективного благополучия и склонности к социальному сравнению в социальных сетях (см. обзор в: Савченко, Самойленко, 2022), которые зачастую создают условия для восходящего сравнения с более успешными людьми (Wang et al, 2017) ввиду присутствия в сетях большого количества приукрашенной информации. Показано, например, что такое сравнение может приводить к возникновению у пользователя сети ощущения отсутствия у себя чего-то, что есть у других людей (the fear of missing out, FoMO) (Przybylski et al., 2013) и к снижению субъективного благополучия (Verduyn, 2017). Показано, что переживание зависти увеличивается, а

уровень субъективного благополучия снижается при восприятии профилей привлекательных и успешных людей (Haferkamp, Kramer, 2011). Обнаружены отрицательные взаимосвязи между степенью отрицательного восприятия себя в сравнении с другими пользователями социальных сетей и удовлетворенностью жизнью (Gerson et al., 2106). Важно отметить, что в ряде исследований показано, что социальное сравнение имеет идентичные взаимосвязи с субъективным благополучием и самооценкой.

## **Заключение к главе 2**

Анализ работ, касающихся взаимосвязи социального сравнения и базовых психологических характеристик, показывает ее многоаспектный характер и позволяет говорить об актуальности высказанного два десятилетия назад утверждения о наличии многочисленных несоответствий в эмпирических результатах, релевантных данной проблеме (Wheeler, 2000).

Анализ современных исследований, выполненных преимущественно в зарубежной психологии, позволяет говорить о том, что их результаты касаются, во-первых, возрастно-половых особенностей социального сравнения и при этом в ряде случаев оказываются противоречивыми: в одних исследованиях показано, что склонность к нему выше у женщин, в других - у мужчин. Важно также принимать во внимание высказываемое исследователями предположение о том, что относительные различия в склонности к социальному сравнению у подростков и взрослых могут различаться в разных странах (Cheng, Burke, de Gant et al, 2020).

Во-вторых, в контексте проблематики социального сравнения наиболее широко изучаемыми индивидуальными характеристиками явились те, которые изучаются в клинической психологии, а именно, нейротизм и склонность к депрессии. В отдельных исследованиях выявлены связи склонности к социальному сравнению и поведенческим паттерном А/Б, экстраверсией, психотизмом, уверенностью в себе, тревожностью, ревностью, завистью, перфекционизмом, эмпатией, социальной смелостью,



тенденцией к поиску впечатлений, эмоциональной устойчивостью и тенденцией к напряженности.

В-третьих, показано, что степень склонности к социальному сравнению, а также выраженность его восходящего и нисходящего видов, может быть связана с поведением и деятельностью людей в разных контекстах.

В-четвертых, в отношении связи социального сравнения с самосознанием, рядом исследователей в теоретическом плане высказана идея о том, что социальное сравнение является одним из ведущих механизмов выстраивания Я-концепции и формирования социальной идентичности. В эмпирическом плане показана связь склонности к социальному сравнению, выраженности его восходящего и нисходящего видов, во-первых, с самоуважением, во-вторых, с субъективным благополучием и, в-третьих, с самооценкой, в частности, в контексте социального сравнения в социальных сетях.

В качестве трех обобщающих характеристик субъекта, часто сравнивающего себя с другими людьми были выделены (Buunk et al., 2020), во-первых, фокусирование на себе, высокое самосознание, постоянная активация собственного Я, сочетающаяся с озабоченностью тем, чтобы соответствовать социальным и личным ожиданиям; во-вторых, выраженная межличностная ориентация, проявляющаяся в мотивации развивать и поддерживать продолжительные взаимоотношения и участвовать в положительных социальных взаимодействиях, более высокий уровень эмпатии по отношению к незнакомым людям, нуждающимся в помощи, а также более выраженный конформизм и страх отрицательной оценки; в-третьих, высокий уровень общего нейротизма.

Исследования, выполненные преимущественно в зарубежной психологии, носят разрозненный характер и проведены в большинстве случаев на европейских и американских выборках, что ограничивает

возможность обобщения их результатов на более широкую, и в частности, российскую аудиторию.

Данные моменты обусловили план проведения эмпирических исследований, в которых для измерения склонности к интер- и интра-субъектным сравнениям использовались два взаимодополняющих инструмента: адаптированный для русской выборки вариант шкалы INCOM, касающийся ориентации на сравнение способностей и мнений, и опросник РООСС, имеющий отношение к референтам сравнения; был также разработан оригинальный количественно-качественный инструмент для изучения отношения к интер- и интра- субъектным сравнениям. Результаты эмпирических исследований склонности к субъектно-ориентированному сравнению в системе индивидуально психологических характеристик послужили основой для построения соответствующих эмпирических структурных моделей. Данный план нашего исследования составляет новизну эмпирической части диссертационной работы.

## **ГЛАВА 3. Эмпирические исследования связи склонности к субъектно-ориентированному сравнению с индивидуально-психологическими характеристиками**

### **3.1. Программа эмпирических исследований**

В работе использован набор методических процедур, позволивших получить как количественные, так и качественные эмпирические данные.

#### **Методические инструменты изучения склонности к субъектно-ориентированному сравнению**

При изучении склонности к субъектно-ориентированному сравнению использовались два опросника: русскоязычная версия шкалы INCOM (Gibbons, Buunk, 1999) и русскоязычный опросник РООСС (Самойленко, 2012).

#### **Шкала INCOM**

Шкала INCOM (Iowa-Netherlands Comparison Orientation Measure, Gibbons, Buunk, 1999) состоит из 11 пунктов, содержащих утверждения относительно сравнения человеком себя с другими людьми. Утверждения касаются сравнения способностей выполнять дела, успешности в социальном плане, а также мнений. Респонденты должны указать, насколько они согласны с утверждениями, используя 5-балльную шкалу (1 – абсолютно не согласен; 5 – совершенно согласен).

Русскоязычный вариант шкалы INCOM был подвергнут апробации и валидации в исследовании Н.Г. Гаранян и Е.С. Пушкиной (Гаранян, Пушкина, 2016), проведенном на выборке студентов, а также в нашем исследовании, реализованном на более широкой возрастной категории людей, представлявших не только период юности, но и два периода зрелости (Савченко, Самойленко, Корбут, 2019).

В нашем исследовании на основе факторного анализа в русскоязычной версии шкалы INCOM выделены 3 фактора (полученная факторная структура

русскоязычной версии шкалы INCOM представлена в Приложении 1): фактор 1. «Ориентация на сравнение способностей», фактор 2 «Ориентация на сравнение мнений», фактор 3 - «Ориентация на глобальное сравнение жизненной ситуации». Подсчитываются общий показатель как сумма баллов по всем 11 пунктам шкалы INCOM, а также отдельно показатели (суммы баллов) по трем факторам.

### **Опросник РООСС**

Опросник РООСС разработан Е.С. Самойленко на основе анализа разнообразия категорий референтов субъектно-ориентированного сравнения, выявленных в зарубежных исследованиях (см. Самойленко, 2010), и является продолжением работ в области психометрического измерения социального сравнения. РООСС, который позволяет изучать не только интер-субъектное, но и интра-субъектное сравнение, можно использовать в сочетании с опросником INCOM (Gibbons, Buunk, 1999).

По результатам оценки РООСС, проведенной нами на выборке из 476 респондентов (Самойленко, Савченко, Корбут, 2019) показано, что опросник обладает достаточно хорошей конструктивной и внешней валидностью, высокой внутренней согласованностью и временной стабильностью. В РООСС были выделены 3 фактора: фактор 1 «Ориентация на сравнение себя с самим собой», фактор 2 «Ориентация на сравнение себя со знакомыми людьми», фактор 3 «Ориентация на сравнение себя с незнакомыми людьми».

В рамках диссертационного исследования на большей выборке из 819 был проведен повторный анализ его факторной структуры с использованием аналогичного анализа методом главных компонент (метод вращения: Варимакс с нормализацией Кайзера, SPSS). Полученная факторная структура, совпала с той, которая была получена на меньшей выборке из 476 респондентов. Аналогичным образом совпали факторные нагрузки отдельных пунктов опросника, за исключением одного пункта, вес которого оказался одинаковым при включении его в фактор 1 и в фактор 3 и снизился

до 0,38. Низкая весомость пункта послужила для нас основанием его не учитывать и использовать вариант опросника РООСС, состоящий из 12 пунктов. Конфирматорный анализ подтвердил факторную структуру опросника, состоящего из 12 пунктов: Comparative Fit Index (CFI) - 0.986; Tucker-Lewis Index (TLI) - 0.991; RMSEA - 0.058. Данная версия опросника РООСС, использованная в диссертационном исследовании, представлена в Приложении 2.

Пункты опросника РООСС касаются интер-субъектного сравнения, то есть сравнения человеком себя с другими знакомыми и незнакомыми людьми, и интра-субъектного сравнения, то есть сравнения себя в настоящем с самим собой в разные моменты жизни, а также сравнения себя с желаемым, возможным, идеальным Я. Вопросы, касающиеся интра-субъектного сравнения, фактически отражают основные компоненты структуры самосознания, в котором принято выделять: «Я»-реальное, т.е. совокупность представлений о себе в настоящем, «Я»-идеальное – т.е. то, каким бы хотел быть вообще, «Я»-прошрое, т.е. совокупность представлений о своем прошлом «Я», «Я»-будущее, т.е. совокупность представлений о себе в будущем. Согласно опроснику, респонденты должны указать, насколько часто они осуществляют тот или иной вид социального сравнения, используя 5-балльную шкалу (0-никогда; 1-редко; 2-иногда; 3-часто; 4-все время). Подсчитываются общий показатель как сумма баллов по всем 12 пунктам опросника, а также отдельные показатели (суммы баллов) по трем факторам.

### **Методические инструменты диагностики индивидуально-психологических характеристик**

Индивидуально-психологические характеристики тестировались с помощью батареи методик, предназначенных для диагностики свойств индивида, личностных свойств, характеристик самосознания и отношения к субъектно-ориентированному сравнению.

### **Методика изучения структуры темперамента Я. Стреляу**

Методика изучения структуры темперамента Я. Стреляу (адаптация Н.Н. Даниловой, А.Г. Шмелева) основана на концепции И. П. Павлова о типах нервной системы. Методика содержит 134 вопроса, в отношении которых возможны ответы: «да», «не знаю», «нет». Данные вопросы распределяются на три шкалы, соответствующие процессам нервного возбуждения («СВ»), торможения («СТ»), подвижности нервных процессов («П»). Степень выраженности этих процессов оценивается через сумму баллов, полученных за ответы на вопросы, относящиеся к каждой из трех соответствующих этим процессам шкал. Сумма в 42 балла и выше по каждому из этих процессов означает высокую степень его выраженности (Деркач, 1996, с. 248-253).

По шкале «СВ» высокие баллы соответствуют сильной ответной реакции на стимул и отсутствию признаков задержанного торможения, а низкие баллы - слабой и запоздалой реакции на возбуждение, быстрому достижению задержанного торможения, вплоть до ступора (<https://psylab.info>).

По шкале «СТ» высокие баллы характеризуют наличие сильных нервных процессов со стороны торможения, что проявляется в способности легко гасить возбуждения, быстро реагировать ответными действиями на простые сенсорные сигналы, осуществлять высокий самоконтроль, поддерживать собранность, сохранять бдительность и хладнокровие в поведенческих реакциях. Низкие баллы по шкале «СТ» свидетельствуют о слабости процессов торможения, импульсивности в ответных действиях на стимул, слабом самоконтроле, расторможенности, нетребовательности к себе, плохой реакции, неровном или неадекватном реагировании (<https://psylab.info>).

По шкале «П» высокие баллы характеризуют легкость переключения нервных процессов от возбуждения к торможению и наоборот; быстрый переход от одних видов деятельности к другим; решительность и смелость. Чем ниже баллы по шкале «П», тем люди более склонны работать по стереотипу и не любят быстрых и неожиданных изменений, тем они более инертны и

менее способны адаптироваться к изменяющимся условиям, осваивать новые виды работ и профессии (<https://psylab.info>).

Подсчитывается также дополнительный показатель «У» - уравновешенность по силе или уровень подвижности нервных процессов, который равен отношению силы возбуждения к силе торможения. Чем ближе к 1 этот показатель, тем более уравновешенным является человек. Если показатель «У» выходит за пределы интервала 0,85 - 1,15, то можно полагать, что для человека характерна неуравновешенность психологической активности. При значении этого показателя меньше 0,85 речь идет о неуравновешенности в сторону возбуждения, выражающейся в том, что процессы возбуждения не уравновешивают процессы торможения. В тех случаях, когда значение этого показателя превышает 1,15, можно говорить о неуравновешенности в сторону торможения, выражающейся в том, что процессы торможения не уравновешивают собою процессы возбуждения (<https://psylab.info>).

### **Опросник ОЧХ-В**

Опросник ОЧХ-В (Русалов, Манолова, 2003) представляет собой переработанную В. М. Русаловым и О. Н. Маноловой методику Г. Шмишека и К. Леонгарда, которая предназначена для выявления акцентуаций характера и основана на разработанной К. Леонгардом концепции акцентуированных личностей. Опросник ОЧХ-В соответствует специальной теории индивидуальности В.М. Русалова и представлению о сильном влиянии на характер его динамической основы – темперамента. Опросник позволяет получить индивидуальный профиль характера, состоящий из «деакцентуаций», «нормы» и «акцентуаций».

Опросник, содержит 80 пунктов, в отношении которых используется четырех бальная система оценивания (1- полностью не согласен; 2 – скорее не согласен; 3 – согласен; 4 – полностью согласен). Подсчитываются сырые баллы, которые затем переводятся в стены, которые по каждой шкале можно отнести к одной из трех групп: деакцентуация - низкие значения (1-3 стена); средние значения (4 – 6 стен); акцентуация - высокие значения (7 – 10 стен).

Пункты опросника разделены на 10 шкал, каждая из которых соответствует определенному типу характера:

1. *Застревание*: *деакцентуация* - отсутствие честолюбия, нечувствительность к оскорблениям и критике; *акцентуация* - повышенная чувствительность к любым критическим замечаниям, мстительность, бескомпромиссность.

2. *Демонстративность*: *деакцентуация* - стеснительность, развитый этический комплекс, искренность и глубина чувств; *акцентуация* - наблюдаются у людей наблюдательных, артистичных, обаятельных, с развитым воображением, социально адаптивных и решительных.

3. *Педантичность*: *деакцентуация* - наблюдается у людей, отрицающих в себе стремление к тщательности, аккуратности, самоконтролю; *акцентуация* - высокий уровень аккуратности, добросовестности и пунктуальности.

4. *Возбудимость*: *деакцентуация* - хладнокровие, высокий уровень самоконтроля и саморегуляции; *акцентуация* - лица, которые не контролируют свои импульсивные влечения и побуждения, аффективны. Эмоциональные реакции развиваются у них стремительно и бурно.

5. *Гипертимность*: *деакцентуация* - пониженное настроение (безынициативность, мимика не выражена, общая пассивность); *акцентуация* - повышенное настроение, оптимизм жизнелюбие.

6. *Дистимность*: *деакцентуация* наблюдается у людей, которые многословны, подвижны, постоянно включены в какую-нибудь деятельность; *акцентуация* - люди, которые по своей натуре серьезны и сосредоточены на мрачных, печальных сторонах собственной жизни. В жизни общества почти не участвуют.

7. *Циклотимность*: *деакцентуация* - люди, которые рефлексиируют свое поведение как устойчивое, стабильное, независимое от внешних обстоятельств; *акцентуация* - люди, которые подвержены частым и резким сменам настроения в зависимости от внешних обстоятельств или по



внутренним причинам, причем, поводы для смены настроения могут быть самые ничтожные.

8. *Экзальтированность: деакцентуация* - эмоционально подавленные, холодные и эмоционально «тупые» люди; *акцентуация* - люди, которые бурно реагируют на различные жизненные ситуации (приходят в восторг от радостных событий и в отчаяние от печальных).

9. *Эмотивность: деакцентуация* - люди, которые не плачут, грубы и бесчувственны к другим людям; *акцентуация* - сострадательность, чуткость, обостренное чувство справедливости.

10. *Тревожность: деакцентуация* - люди, которые отрицают (или блокируют) субъективные переживания страха; бесстрашны в любой неизвестной ситуации, не боятся несчастных случаев; *акцентуация* - высокая ранимость, панический страх, нерешительность.

### **Опросник Дженкинса**

Опросник Дженкинса, предназначенный для оценки поведенческих паттернов А/Б (Jenkins Activity Survey, JAS), позволяет измерять выраженность быстрого темпа и соревновательного стиля жизни. Опросник основывается на психофизиологической составляющей поведения человека. Опросник содержит 61 высказывание с ответами - альтернативами (от 2 до 5). Из предложенных вариантов на каждое высказывание нужно выбрать один наиболее подходящий ответ. По результатам подсчитывается общая сумма баллов, на основе которой у людей определяют выраженность одного из трех типов поведенческой активности А/Б/АБ (Легостев, 2008):

- *Тип А* - повышенная активность, стремление к успеху и достижениям, хорошая способность к социализации, склонность к развитию заболеваний сердца (до 335 баллов)
- *Тип В* (в противоположность типу А) - медлительность, подверженность стереотипам, отсутствие склонности к конфликтности, рациональность (от 460 баллов и выше)

- *Тип АВ* - наиболее гармоничный тип поведенческой активности (от 336 до 459 баллов).

### **Big Five («Большая пятерка»)**

Пятифакторный личностный опросник «Большая пятерка», разработанный Р. МакКрае и П. Коста и адаптированный А.Б. Хромовым (Батаршев, 2006), включает в себя как психологические, так и психофизиологические компоненты.

Опросник состоит из 75 пар противоположных по значению утверждений, отражающих поведение человека. Респонденты должны указать степень согласия с утверждениями, используя шкалу (-2;-1;0;1;2). На основе полученных ответов выявляется степень выраженности пяти факторов: 1. экстраверсия – интроверсия; 2. привязанность – обособленность; 3. самоконтроль – импульсивность; 4. эмоциональная неустойчивость – эмоциональная устойчивость; 5. экспрессивность – практичность.

### **Тест на самооценку (С. Будасси)**

Тест на самооценку Будасси (Никиреев, 2007) построен на несовпадении Я-реального и Я-идеального в представлении самого человека, что дает средний показатель самооценки, т.е. отражающий непосредственную самооценку личности.

Методика содержит 48 слов, отражающих свойства личности, из которых испытуемому необходимо выбрать 20, наиболее характерных, по мнению испытуемого, для эталонной личности. Далее из выбранных свойств строится эталонный ряд (20 ранг – наиболее желательный, 1 ранг – наименее желательный). Показатель уровня самооценки рассчитывается с помощью коэффициента корреляции, который является коэффициентом самооценки. Анализируются следующие значения коэффициента корреляции: от  $-1 \leq p \leq 0$  (непритие себя, заниженная самооценка по невротическому типу);  $0 < p \leq 0,3$  (заниженная самооценка);  $0,3 < p \leq 0,6$  (адекватная самооценка);  $0,6 < p \leq 0,9$  (высокая адекватная),  $0,9 < p \leq 1$  (завышенная по невротическому типу).

### **Методика «Кто Я»**

Методика «Кто Я» М. Куна и Т. Мак-Партленда в модификации Т.В. Румянцевой (Румянцева, 2006) предназначена для изучения внутреннего содержания характеристик идентичности личности, восприятия человеком самого себя в различных аспектах своей жизни. Методика, в основе которой лежит анализ самоописаний, позволяет изучать самовосприятие человека, базирующееся на его социальном ролевом поведении, и представления человека о своей личности.

В рамках диссертационной работы участникам исследования предлагалось в течение 12 минут дать ответ на вопрос «Кто я?», записывая на бланке первые приходящие в голову ответы. Ответы были подвергнуты количественно-качественному анализу в следующих направлениях (Румянцева, 2006, с. 82-103).

Первое направление анализа касается *выраженности рефлексии личности*, который оценивается по количеству ответов, данных за отведённый промежуток времени. Предполагается, что выраженность рефлексии тем выше, чем больше ответов предлагается. Согласно опыту работы Т.В. Румянцевой с данной методикой, «о низком уровне рефлексии можно говорить, когда за 12 минут человек может дать только два-три ответа», о достаточно высоком уровне рефлексии свидетельствуют 15 и более разных ответов (Румянцева, 2006, с. 92).

Второе направление анализа касается *степени дифференцированности идентичности*, который оценивается через общее количество показателей идентичности, использованных человеком при самоидентификации. Согласно Т.В. Румянцевой, высокий уровень дифференцированности характеризуется использованием 9-14 показателей, низкий уровень дифференцированности – использованием 1-3 показателей (Румянцева, 2006).

Третье направление анализа касается *соотношения социальной идентичности*, которая характеризуется принадлежностью к социальной группе и социальными ролями, и *личностной идентичности* (коммуникативной, материальной, физической, деятельной, перспективной,

рефлексивной), определяемой индивидуальными характеристиками, которые отличают человека от других людей. Данное соотношение свидетельствует о том, «насколько человек осознает и принимает свою уникальность, а также насколько ему важна принадлежность к той или иной группе людей» (Румянцева, 2006, с. 97). Анализируются 28 показателей идентичности, которые объединяются в семь обобщенных компонентов идентичности (Румянцева, 2006, с. 164-166):

1. «Социальное Я»: прямое обозначение пола (например, женщина); сексуальная роль (например, любовник); учебно-профессиональная ролевая позиция (например, студент); семейная принадлежность, проявляющаяся через обозначение семейной роли (например, дочь) или через указание на родственные отношения (например, у меня много родных); этническо-региональная идентичность: этническая идентичность, гражданство (например, русский) и местная идентичность (например, из Ярославля); мировоззренческая идентичность: конфессиональная, политическая принадлежность (например, христианин); групповая принадлежность (например, коллекционер, член общества).

2. «Коммуникативное Я»: восприятие себя членом группы друзей (например, я друг); особенности и оценка общения и взаимодействия с людьми (например, умею выслушать людей).

3. «Материальное Я»: описание своей собственности (например, имею квартиру); ценка своей обеспеченности, отношение к материальным благам (например, богатый); отношение к внешней среде (например, люблю море).

4. «Физическое Я»: субъективное описание своих физических данных, внешности (например, привлекательный); фактическое описание своих физических данных, включая описание внешности, болезненных проявлений и местоположения (например, блондин, рост, возраст, живу в общежитии); пристрастия в еде, вредные привычки.

5. *«Деятельное Я»*: деятельность, интересы, увлечения, опыт (например, люблю решать задачи, был в Болгарии); самооценка способности к деятельности, навыков, умений, знаний, компетенции, достижений, (например, хорошо плаваю, умный).

6. *«Перспективное Я»* включает показатели, которые отражают пожелания, намерения, мечты, связанные с: учебно-профессиональной перспективой (например, буду хорошим учителем); семейной перспективой (например, буду иметь детей); перспективой групповой принадлежности (например, хочу стать спортсменом); коммуникативной перспективой, связанной с друзьями, общением; материальной перспективой (например, заработаю на квартиру); физической перспективой, связанной с психофизическими данными (например, буду заботиться о своем здоровье); деятельностной перспективой, связанной с интересами, увлечениями, конкретными занятиями и достижением определенных результатов (например, буду больше читать); персональной перспективой, то есть с личностными качествами (например, хочу быть более веселым); оценкой стремлений (например, стремящийся человек).

7. *«Рефлексивное Я»*: персональная идентичность, то есть личностные качества, особенности характера, описание индивидуального стиля поведения (например, добрый), персональные характеристики (например, кличка, имя); эмоциональное отношение к себе (например, я супер); глобальное, экзистенциальное «Я», то есть утверждения, которые глобальны и которые недостаточно проявляют различия одного человека от другого (например, человек разумный, индивид). Подсчитывается количество показателей по каждому компоненту и оценивается соотношение социальной и личностной идентичностей.

### **Методика «Отношение к субъектно-ориентированному сравнению»**

Методика включает закрытые и открытые вопросы (Приложение 3).

Разработанная нами методика представляет собой количественно-качественный инструмент изучения субъективного отношения к феноменам сравнения себя с другими людьми и себя с самим собой. Методика включает два закрытых вопроса, касающиеся субъективно оцениваемой жизненной значимости сравнения, то есть того, является ли сравнение себя с другими людьми или сравнение себя с самим собой в настоящем с собой в прошлом и в будущем полезным (имеющим положительную валентность) /вредным (имеющим отрицательную валентность) /не имеющим значения (нейтральным) для людей. После каждого из этих вопросов респондентам предлагается написать в свободной форме, почему они считают, что интер-субъектное и интра-субъектное сравнение полезно/вредно/не имеет значения (в зависимости от того, какой вариант ответа был дан на закрытый вопрос).

Ответы на закрытые вопросы подвергаются количественному анализу, в результате которого выделяются три группы респондентов, давших ответы «полезно» / «вредно» / «не имеет значения». Далее подсчитывается относительная представленность каждого варианта ответа на выборке в целом и отдельно для выборок мужчин и женщин, что позволяет выявить соответствующие значимые закономерности.

Ответы на открытые вопросы подвергаются индуктивному контент анализу, в процессе которого сначала выделяются отдельные вербальные высказывания, содержащие какое-то одно объяснение полезности, вредности, незначимости сравнения, с последующей их группировкой в более общие тематические категории.

Дизайн исследований, состоящий из их 8 блоков, представлен в Таблице 1.

Таблица 1. Дизайн эмпирических исследований.

№	Название блока исследований	Методические инструменты		Участники исследований
		Измерение выраженности	Измерение индивидуально-	

		склонности к субъектно-ориентированному сравнению	психологических характеристик	
1	Исследование склонности к субъектно-ориентированному сравнению в зависимости от возрастно-половых характеристик	Шкала INCOM	Анализ возрастно-половых характеристик	843 студента и служащих от 17 до 59 лет: 435 женщины и 410 мужчины
		Опросник РОСС		819 студентов и служащих от 17 до 59 лет: 521 женщина и 298 мужчин
2	Исследование склонности к субъектно-ориентированному сравнению в зависимости от характеристик темперамента	Шкала INCOM	Методика изучения структуры темперамента Я. Стреляу (адаптация Н.Н. Даниловой, А.Г. Шмелева)	88 студентов и служащих, средний возраст: 29 лет, 17 мужчин и 71 женщина
		Опросник РОСС		
3	Исследование склонности к субъектно-ориентированному сравнению в зависимости от типов характера	Шкала INCOM	Опросник ОЧХ-В (Русалов, Манолова, 2003)	43 студента и служащих, средний возраст: 21 год, 30 женщин и 13 мужчин
		Опросник РОСС		
4	Исследование склонности к субъектно-ориентированному сравнению в зависимости от выраженности поведенческого паттерна А	Шкала INCOM	Опросник Дженкинса для оценки поведенческих паттернов А/Б (Jenkins Activity Survey, JAS),	254 студента и служащих, средний возраст: 28 лет, 166 женщин и 88 мужчин
		Опросник РОСС		
5	Исследование склонности к субъектно-ориентированному сравнению в зависимости от личностных свойств («Большая пятерка»)	Шкала INCOM	«Большая пятерка» (Р. МакКрае и П. Коста, адапт. А.Б. Хромовым)	208 студентов и служащих, средний возраст: 26 лет, 83 мужчины, 125 женщин
		Опросник РОСС		
		Опросник РОСС		

6	Исследование связи склонности к субъектно-ориентированному сравнению и самооценки	Шкала INCOM	Тест на самооценку (С. Будасси)	135 студентов и служащих, средний возраст: 24 года, 82 женщины и 53 мужчины
		Опросник POCC		
7	Исследование связи склонности к субъектно-ориентированному сравнению с выраженностью рефлексии и характеристик идентичности личности	Шкала INCOM	Методика «Кто Я» (М. Кун и Т. Мак-Партленд) в модификации Т.В. Румянцевой	140 студентов и служащих, средний возраст: 23 года, 108 женщин и 32 мужчины
		Опросник POCC		
8	Исследование взаимосвязи склонности к субъектно-ориентированному сравнению с оценочными и когнитивными компонентами отношения к нему	Шкала INCOM	Методика «Отношение к субъектно-ориентированному сравнению»	276 студентов и служащих, средний возраст 24 года, 212 женщин и 64 мужчины
		Опросник POCC		

### Статистический анализ эмпирических данных

В отношении эмпирических данных применялись описательные статистики и статистики вывода (использовался пакет SPSS Statistics 21). Оценка нормальности распределения значений осуществлялась с помощью критерия Колмогорова-Смирнова. Распределение считалось нормальным, если асимптотическая значимость по критерию Колмогорова-Смирнова была больше 0,05.

Корреляционный анализ осуществлялся либо с помощью непараметрического критерия Спирмена (при отсутствии нормальности распределения значений), либо с помощью параметрического критерия



Пирсона (при нормальном распределении значений). Критерий подтверждения корреляционных гипотез - наличие значимых корреляций при  $p \leq 0,05$ , подтвержденных после проведения поправки Бенджамини-Хохберга на множественную проверку гипотез. Поправки считались в среде R ver. 4.1.2.<sup>1</sup>

Оценка значимых различий между средними значениями в независимых выборках осуществлялась с помощью непараметрического U-критерия Манна-Уитни (при отсутствии нормальности распределения значений), либо с помощью параметрического T-теста (при нормальном распределении значений). Для сравнения соотношений использовался Difference test. Различия считались значимыми при  $p \leq 0,05$ .

### **3.2. Исследования склонности к субъектно-ориентированному сравнению в зависимости от возрастно-половых характеристик индивида**

**Целью** исследований являлось изучение выраженности склонности к субъектно-ориентированному сравнению в зависимости от пола и возраста.

#### **Гипотезы:**

**H<sub>0</sub>:** Не существует значимых различий между мужчинами и женщинами в выраженности у них склонности к интер-субъектному и интра-субъектному сравнениям.

**H<sub>1</sub>:** Между мужчинами и женщинами существуют значимые различия в выраженности склонности к интер-субъектному и интра-субъектному сравнениям.

**H<sub>0</sub>:** Выраженность склонности к интер-субъектному и интра-субъектному сравнениям не связана с возрастом.

**H<sub>2</sub>:** Выраженность склонности к интер-субъектному и интра-субъектному сравнениям связана с возрастом.

---

<sup>1</sup> R Core Team (2021). R: A language and environment for statistical computing. R Foundation for Statistical Computing, Vienna, Austria. URL: <https://www.R-project.org/>

Для проверки гипотез были использованы шкала INCOM (Gibbons, Buunk, 1999) – для оценки склонности к интер-субъектному сравнению по способностям, мнениям и общей жизненной ситуации и опросник РООСС (Самойленко, 2012) - для оценки склонности к субъектно-ориентированному сравнению с разными категориями социальных референтов.

Применительно к шкале INCOM и опроснику РООСС анализировались общие показатели и показатели по отдельным факторам. Были сделаны описательные статистики, касающиеся общего показателя и отдельных факторов. Статистический анализ проводился с использованием U-критерия Манна-Уитни и критерия Спирмена.

### **Склонность к интер-субъектному сравнению, оцениваемая по шкале INCOM, и возрастно-половые характеристики**

**Участники.** В исследовании приняли участие 843 респондента, (435 женщин и 410 мужчины). Возраст респондентов составил от 17 до 59 лет. Респонденты представляли три возрастные периода: юность, первый и второй периоды зрелости.

#### **Анализ результатов**

Анализ **фактора пола** в выраженности склонности к интер-субъектному сравнению показал следующее.

Анализ медиан, касающихся общего показателя и показателей по отдельным факторам шкалы INCOM, выявил одинаковые значения, полученные на выборках мужчин и женщин: медианы общего показателя – 35; медианы показателя по фактору 1 – 15; медианы по фактору 2 – 14; медианы по фактору 3 – 6. Полуинтерквартильные размахи значений общего показателя и показателей по отдельным факторам шкалы INCOM были также одинаковыми для выборок мужчин и женщин. Статистический анализ с использованием U-критерия Манна-Уитни свидетельствует об отсутствии значимых различий.

Таким образом, результаты исследования позволяют констатировать, что между мужчинами и женщинами не существует значимых различий в

выраженности склонности к интер-субъектному сравнению, оцениваемому по шкале INCOM.

Анализ связи **возраста** мужчин и женщин с выраженностью у них склонности к интер-субъектному сравнению по способностям, мнениям и общей жизненной ситуации показал следующее.

Согласно критерию Спирмена, для выборки в целом не выявлено значимых корреляций между возрастом, с одной стороны, и общим показателем, показателями по первому, второму и третьему факторам шкалы INCOM, с другой стороны. Отдельно на выборках мужчин и женщин также не выявлено значимых корреляций возраста с общим показателем и показателями по трем факторам шкалы INCOM.

Таким образом, результаты исследования позволяют констатировать, что возраст мужчин и женщин не связан с выраженностью у них склонности к интер-субъектному сравнению, оцениваемому по шкале INCOM.

### **Склонность к субъектно-ориентированному сравнению, оцениваемому опросником РООСС, и возрастно-половые характеристики**

**Участники.** В исследовании приняли участие 819 респондентов (521 женщина и 298 мужчин). Возраст респондентов от 17 до 59 лет. Респонденты представляли три возрастные периода: юность, первый и второй периоды зрелости.

#### **Анализ результатов**

Анализ фактора **пола** в выраженности склонности к субъектно-ориентированному сравнению с разными категориями социальных референтов показал следующее.

Анализ медиан, касающихся общего показателя и показателей по отдельным факторам опросника РООСС, выявил одинаковые значения, полученные на выборках мужчин и женщин: медианы общего показателя – 21; медианы показателя по фактору 1 – 12; медианы по фактору 2 – 7; медианы по фактору 3 – 2. Полуинтерквартильные размахи значений общего

показателя и показателей по отдельным факторам были также одинаковыми для выборок мужчин и женщин.

Статистический анализ с использованием U-критерия Манна-Уитни свидетельствует об отсутствии значимых различий между мужчинами и женщинами по общему показателю и отдельным факторам опросника РООСС.

Таким образом, результаты исследования свидетельствуют о том, что выраженность склонности к субъектно-ориентированному сравнению, оцениваемая опросником РООСС, значимо не различается у мужчин и женщин.

Анализ роли **возраста** в выраженности склонности к субъектно-ориентированному сравнению, оцениваемой опросником РООСС, показал следующее.

Результаты корреляционного анализа, проведенного на общей выборке и отдельно на выборках мужчин и женщин, представлены в таблице 2.

Таблица 2. Корреляции между возрастом, общим показателем и тремя факторами опросника РООСС.

Показатели РООСС	Мужчины N=298	Женщины N=521	Общая выборка N=819
Общий показатель	<b>-0,17**</b>	<b>-0,11*</b>	<b>-0,13**</b>
Фактор 1	<b>-0,18**</b>	<b>-0,16**</b>	<b>-0,16**</b>
Фактор 2	<b>-0,14*</b>	-0,04	-0,07
Фактор 3	-0,01	-0,02	-0,02

\*при  $p \leq 0,05$ ; \*\*при  $p \leq 0,01$

Анализ с использованием критерия Спирмена выявил на общей выборке очень слабые, но значимые отрицательные корреляции возраста: 1) с общим показателем склонности к субъектно-ориентированному сравнению ( $\rho = -0,13$ ,  $p < 0,01$ ); 2) с фактором 1 ( $\rho = -0,16$ ,  $p < 0,01$ ).

Сравнительный анализ выраженности корреляций, полученных отдельно на выборках мужчин и женщин, показал, что величина значимой отрицательной корреляции возраста с общим показателем РООСС больше у

мужчин ( $\rho = -0,17, p < 0,01$ ), чем у женщин ( $\rho = -0,11, p < 0,05$ ), и с фактором 1 также больше у мужчин ( $\rho = -0,18, p < 0,01$ ), чем у женщин ( $\rho = -0,16, p < 0,01$ ). Кроме того, у мужчин, в отличие от женщин, обнаружена не большая, но значимая отрицательная корреляция ( $\rho = -0,14, p < 0,05$ ) между возрастом и фактором 2 РООСС (Таблица 2).

Для коррекции уровня значимости статистических выводов при выполнении множественной проверки гипотез была использована поправка Бенджамини-Хохберга. В результате проведения данной процедуры все значимые корреляции сохранились (Приложение 4, таблица 1), что позволило констатировать, что выраженность склонности к субъектно-ориентированному сравнению, измеряемому с помощью опросника РООСС, связана у взрослых людей на минимально значимом уровне с их возрастом.

Структурная эмпирическая модель значимых взаимосвязей представлена на рисунке 1.

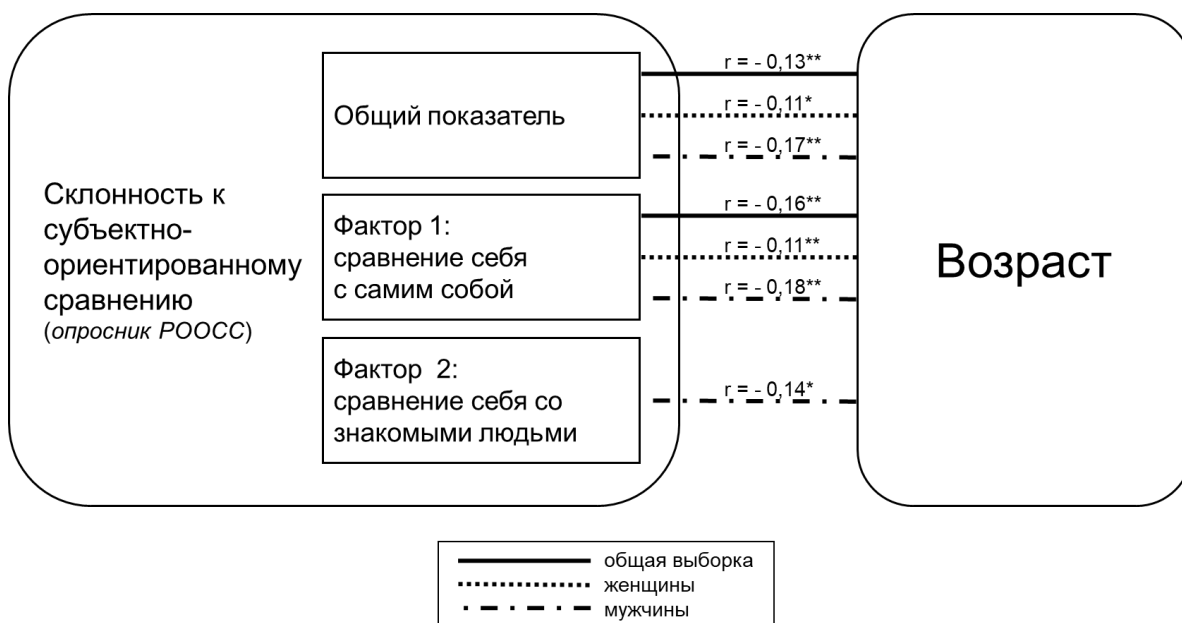


Рисунок 1. Связь показателей выраженности склонности к субъектно-ориентированному сравнению, измеряемой опросником РООСС, с возрастом.

### Выводы

В исследовании роли пола в выраженности склонности к субъектно-ориентированному сравнению принята нулевая гипотеза. Пол как

индивидуальная характеристика не влияет на выраженность склонности к интер- и интра- субъектным сравнениям у людей, представляющих три возрастных периода: юность, первый и второй периоды зрелости.

Этот результат, полученный нами на большой и широкой по возрасту выборке, дополняет противоречивые результаты, которые получены другими авторами на выборках представителей разных культур, но относящихся только к одному возрастному периоду юности (Гаранян, Пушкина, 2016; Brassai et al., 2013; Gibons, Buunk, 1999; Guimond et al., 2007; Burke, Cheng, de Gant Bethany, 2020).

В исследовании возрастных особенностей склонности к субъектно-ориентированному сравнению, измеряемой опросником РООСС, частично подтверждена исследовательская гипотеза. Обнаружено, что выраженность склонности к субъектно-ориентированному сравнению в небольшой степени значимо связана с возрастом взрослых людей: чем старше мужчины и женщины, тем менее они склонны в целом к субъектно-ориентированному сравнению и, в частности, к интра-субъектному сравнению, а мужчины – к сравнению себя с знакомыми людьми.

Данный результат в совокупности с результатами, полученными другими исследователями (напр., Карпушова, 2014; Курышева, 2013; Курышева, Нужных, 2008; Самойленко, 2012; Gerber, 2018), свидетельствуют о том, что возрастные различия проявляются, прежде всего, на рубеже некоторых возрастных этапов (младшие школьники, подростки, студенты, люди 40-60 и 50-90 лет) и в отношении отдельных аспектов субъектно-ориентированного сравнения, среди которых его параметры, цели, виды социальных референтов и направленность (восходящая, нисходящая, латеральная), но присутствуют в небольшой степени в отношении выраженности общей склонности к интер-и интра- субъектному сравнению в рамках возрастного периода 17-59 лет, дифференцирование которого на отдельные периоды имеет достаточно условный характер ввиду размытости их границ.

### **3.3. Исследования склонности к субъектно-ориентированному сравнению в зависимости от характеристик темперамента**

**Цель исследования:** изучение склонности к субъектно-ориентированному сравнению в зависимости от характеристик темперамента.

**Гипотезы:**

**H<sub>0</sub>:** Выраженность склонности к субъектно-ориентированному сравнению не связана с выраженностью основных характеристик темперамента.

**H<sub>1</sub>:** Выраженность склонности к субъектно-ориентированному сравнению связана с выраженностью основных характеристик темперамента.

**Участники исследования.** В исследовании приняли участие 88 человек 17 мужчин, 71 женщина (средний возраст – 30 лет): студенты, а также служащие, работающие в университетах, школах, детских садах и других сферах.

**Методы:** шкала INCOM и опросник РООСС, позволяющие оценивать разные аспекты интер-субъектного и интра-субъектного сравнения, и методика Я. Стреляу (в адаптации Н.Н. Даниловой, А.Г. Шмелева), по которой анализировались четыре показателя: сила процесса возбуждения («СВ»), сила процесса торможения («СТ»), подвижность нервных процессов («П») и уравновешенность нервных процессов («У»). Для проведения корреляционного анализа использовались критерии Пирсона и Спирмена (в зависимости от наличия или отсутствия нормальности распределения данных).

#### **Склонность к интер-субъектному сравнению, оцениваемая по шкале INCOM, и характеристики темперамента**

##### **Анализ результатов**

Результаты корреляционного анализа показателей шкалы INCOM с показателями методики Я. Стреляу представлены в таблице 3 (на выборке в целом) и в таблице 4 (отдельно на выборках мужчин и женщин); применялся критерий г-Пирсона.

Таблица 3. Корреляции показателей INCOM с показателями методики Я. Стреляу на выборке в целом.

Показатели шкал методики Я. Стреляу	Шкала INCOM			
	Общий показатель	Фактор 1	Фактор 2	Фактор 3
«СВ»	-0,08	<b>-0,25*</b>	0,10	0,19
«СТ»	-0,09	-0,07	-0,11	0,08
«П»	0,08	-0,08	<b>0,23*</b>	0,05
«У»	0,05	<b>-0,26*</b>	0,16	0,18

\* значимые показатели, при  $p < 0,05$ . Курсивом отмечены корреляции, значимые до поправки.

Таблица 4. Корреляции показателей INCOM с показателями методики Я. Стреляу на выборках мужчин (N=17) и женщин (N=71).

Показатели шкал методики Я. Стреляу	Шкала INCOM							
	Общий показатель		Фактор 1		Фактор 2		Фактор 3	
	Муж.	Жен.	Муж.	Жен.	Муж.	Жен.	Муж.	Жен.
«СВ»	0,34	-0,15	0,3	<b>-0,33**</b>	0,24	0,08	-0,10	0,22
«СТ»	0,21	-0,16	0,37	-0,15	-0,05	-0,13	-0,13	0,1
«П»	-0,15	-0,16	-0,04	-0,09	-0,19	<b>0,32**</b>	-0,02	0,1
«У»	0,09	-0,08	-0,10	<b>-0,29*</b>	0,25	0,15	0,06	0,2

\* значимые показатели, при  $p \leq 0,05$ ; \*\* значимые показатели, при  $p \leq 0,01$ . Курсивом отмечены корреляции, значимые до поправки.

В результате корреляционного анализа по критерию Пирсона (Таблицы 3, 4) с последующим применением поправки Бенджамини-Хохберга (Приложение 4, таблица 2) обнаружено только на выборке женщин, что измеряемая с помощью шкалы INCOM склонность к сравнению собственных способностей со способностями других людей тем более выражена, чем менее выражена сила возбуждения ( $r = -0,33$ , при  $p \leq 0,01$ ), а склонность к сравнению собственных мнений с мнениями других людей тем более выражена, чем легче происходит переключение нервных процессов от возбуждения к торможению и от торможения к возбуждению ( $r = 0,32$ , при  $p \leq 0,01$ ). Корреляции, ставшие незначимыми после применения поправки Бенджамини-Хохберга, мы рассматриваем на уровне тенденции.



Корреляции, оставшиеся значимыми после выполнения процедуры поправки Бенджамини-Хохберга, отражены в структурной эмпирической модели на рисунке 2.

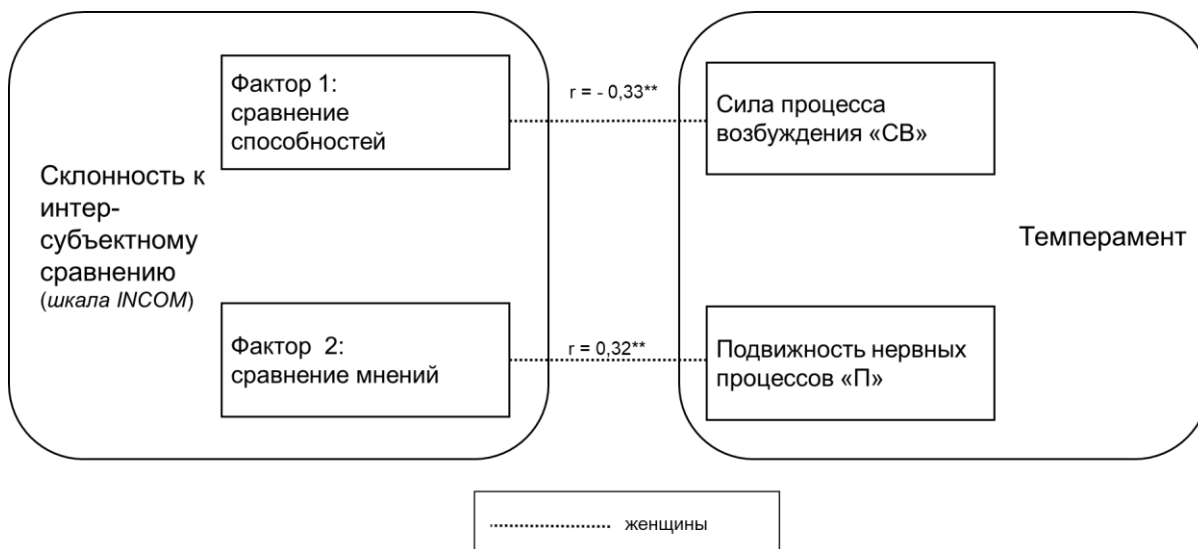


Рисунок 2. Связь выраженности склонности к интер-субъектному сравнению, измеряемой с помощью шкалы INCOM, с характеристиками темперамента.

## Склонность к субъектно-ориентированному сравнению, оцениваемому опросником РООСС, и характеристики темперамента

### Анализ результатов

В результате проведенного анализа не обнаружено значимых корреляций между общим показателем РООСС, а также его тремя факторами, с одной стороны, и показателями темперамента «СВ», «СТ», «П» и «У». При проведении данного анализа отдельно на выборках мужчин и женщин также не обнаружено соответствующих значимых корреляций.

### Выводы

В результате проведенного исследования частично подтверждена исследовательская гипотеза. На выборке женщин склонность к интер-субъектному сравнению собственных способностей со способностями других людей тем более выражена, чем меньше сила процесса возбуждения. Склонность к интер-субъектному сравнению собственных мнений с мнениями других людей тем более выражена, чем более подвижными

являются нервные процессы, то есть чем легче происходит переключение нервных процессов от возбуждения к торможению и от торможения к возбуждению.

### **3.4. Исследования склонности к субъектно-ориентированному сравнению в зависимости от типов характера**

**Цель исследования:** изучение склонности к субъектно-ориентированному сравнению в зависимости от выраженности типов характера.

**Гипотезы исследования:**

**H<sub>0</sub>:** Выраженность склонности к субъектно-ориентированному сравнению не зависит от выраженности типов характера.

**H<sub>1</sub>:** Выраженность склонности к субъектно-ориентированному сравнению зависит от выраженности типов характера.

**Участники.** В исследовании приняли участие 43 респондента, 30 женщин и 13 мужчин: студенты, а также служащие, работающие в университетах, школах, детских садах и других сферах.

**Методы:** шкала INCOM и опросник РООСС, по которым анализировались их общие показатели, а также показатели по трем факторам; «Опросник черт характера» взрослого человека (ОЧХ-В) - анализировались 10 показателей характера: застревание, демонстративность, педантичность, возбудимость, гипертимность, дистимичность, циклотимичность, экзальтированность, эмотивность, тревожность. Для анализа корреляций использовался непараметрический критерий Спирмена.

#### **Склонность к интер-субъектному сравнению, оцениваемому по шкале INCOM, и типы характера**

##### **Анализ результатов**

В результате корреляционного анализа обнаружена значимая положительная связь показателя «застревание» ОЧХ-В с общим показателем шкалы INCOM ( $\rho = 0,34, p \leq 0,05$ ) и ее первым фактором ( $\rho = 0,34, p \leq 0,05$ ).

После проведения процедуры поправки Бенджамини-Хохберга значимость полученных результатов не была подтверждена (Приложение 4, таблица 4), что, вероятно, связано с маленькой выборкой исследования. Таким образом, обнаруженные корреляции мы рассматриваем на уровне тенденции.

### **Склонность к субъектно-ориентированному сравнению, оцениваемому опросником РООСС, и типы характера**

#### **Анализ результатов**

В таблице 5 представлены результаты корреляционного анализа общего показателя и трех факторов РООСС с выраженностью типов характера.

Таблица 5. Корреляции между общим показателем и тремя факторами опросника РООСС и выраженностью типов характера.

Типы характера	РООСС			
	Общий показатель	Фактор №1	Фактор №2	Фактор №3
Застревание	0,15	0,16	0,1	0,02
Демонстративность	0,17	0,15	0,13	0,19
Педантичность	0,01	0,01	-0,01	0,05
Возбудимость	0,14	0,13	0,11	0,12
Гипертимность	-0,17	-0,14	-0,06	<b>-0,36*</b>
Дистимичность	0,20	0,21	0,00	0,24
Циклотимичность	0,27	0,16	0,25	<b>0,42*</b>
Экзальтированность	<b>0,38*</b>	0,29	<b>0,38*</b>	<b>0,31*</b>
Эмотивность	0,13	0,12	0,16	0,02
Тревожность	0,10	0,11	0,10	0,11

\* значимые показатели, при  $p \leq 0,05$ . Курсивом отмечены корреляции, значимые до поправки.

В результате корреляционного анализа обнаружена значимая положительная связь между выраженностью «экзальтированности» и определяемой с помощью опросника РООСС склонностью к субъектно-ориентированному сравнению в целом ( $\rho = 0,38$ , при  $p \leq 0,05$ ), и в частности, к сравнению себя со знакомыми ( $\rho = 0,38$ , при  $p \leq 0,05$ ) и с незнакомыми ( $\rho = 0,31$ , при  $p \leq 0,05$ ) людьми; между склонностью к сравнению себя с незнакомыми людьми и «циклотимичностью» ( $\rho = 0,42$ , при  $p \leq 0,05$ ), а также

отрицательная корреляция между этой склонностью и «гипертимностью» ( $r = -0,36$ , при  $p \leq 0,05$ ).

После проведения процедуры поправки Бенджамини-Хохберга значимость полученных результатов не была подтверждена (Приложение 4, таблица 5), что вероятно связано с маленькой выборкой исследования. Таким образом, был сделан вывод о том, что обнаруженные корреляции можно рассматривать только на уровне тенденции.

### **3.5. Исследование склонности к субъектно-ориентированному сравнению в зависимости от выраженности поведенческого паттерна типа А.**

**Цель исследования:** изучение склонности к субъектно-ориентированному сравнению в зависимости от выраженности поведенческого паттерна типа А, проявляющегося в повышенной активности, стремлении к успеху и достижениям и хорошей способности к социализации

**Гипотезы исследования:**

**H<sub>0</sub>:** Выраженность склонности к субъектно-ориентированному сравнению не зависит от выраженности поведенческого паттерна А.

**H<sub>1</sub>:** Выраженность склонности к субъектно-ориентированному сравнению зависит от выраженности поведенческого паттерна А.

**Участники.** В исследовании приняли участие 254 респондента, 166 женщин и 88 мужчин: студенты, а также служащие, работающие в университетах, школах, детских садах и других сферах.

**Методы:** шкала INCOM и опросник РООСС, по которым анализировались их общие показатели, а также показатели по трем факторам; опросник Д. Дженкинса. Выраженность паттерна А считалась тем больше, чем меньше была общая сумма баллов по опроснику Дженкинса.

Для проведения корреляционного анализа использовался критерий Спирмена.

## Склонность к интер-субъектному сравнению, оцениваемая по шкале INCOM, и выраженность поведенческого паттерна А

### Анализ результатов

В результате проведенного анализа не обнаружено значимых корреляций выраженности склонности к сравнению способностей, мнений и общей жизненной ситуации с выраженностью поведенческого паттерна А. Значимые корреляции не обнаружены как на выборке в целом, так и отдельно на выборках мужчин и женщин.

## Склонность к субъектно-ориентированному сравнению, оцениваемому опросником РООСС, и выраженность поведенческого паттерна А

### Анализ результатов

В таблице 6 представлены результаты анализа связи общего показателя и отдельных факторов опросника РООСС с выраженностью поведенческого паттерна А. Результаты представлены для выборки в целом и отдельно для выборок мужчин и женщин.

Таблица 6. Корреляции между общим показателем и отдельными факторами опросника РООСС и общей суммой баллов по опроснику Дженкинса.

Показатели опросника РООСС	Общий показатель	Фактор 1	Фактор 2	Фактор 3
Выборка в целом	<b>-0,20**</b>	<b>-0,22**</b>	0,07	0,01
Мужчины	<b>-0,30**</b>	<b>-0,34**</b>	-0,13	0,03
Женщины	-0,09	-0,1	-0,03	0,01

\*\* значимые показатели, при  $p \leq 0,01$

Из таблицы 6 видно, что присутствуют отрицательные значимые корреляции (при  $p \leq 0,01$ ) между общей суммой баллов по опроснику Дженкинса и: 1) общим показателем склонности к субъектно-ориентированному сравнению на выборке в целом ( $\rho = -0,20$ ) и на выборке мужчин ( $\rho = -0,30$ ); 2) фактором 1 как на выборке в целом ( $\rho = -0,22$ ), так и на выборке мужчин ( $\rho = -0,34$ ).

В результате применения поправки Бенджамини-Хохберга все значимые корреляции сохранились (Приложение 4, таблица 6). Данные корреляции отражены в структурной эмпирической модели на рисунке 3.

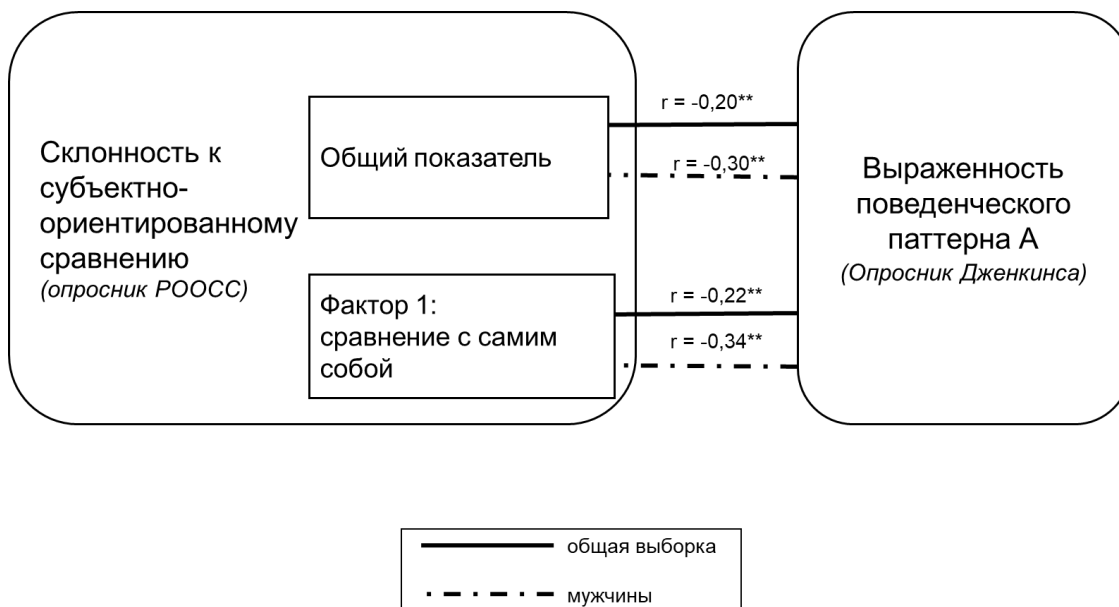


Рисунок 3. Связь склонности к субъектно-ориентированному сравнению (по шкале РООСС) с выраженностью поведенческого паттерна А.

Таким образом, в результате проведенного исследования подтверждена исследовательская гипотеза. При использовании опросника РООСС показано, что чем более выражен поведенческий паттерн А (то есть чем ниже суммарный показатель по опроснику Дженкинса), выражающийся в высокой импульсивности, нетерпеливости, чрезмерном стремлением к достижению целей, в том числе и через соперничество и доминирование, тем более выражена у взрослых людей, и прежде всего, у мужчин, склонность к субъектно-ориентированному сравнению в целом и к интра-субъектному сравнению, в частности.

Данные результаты дополняют те, которые свидетельствуют о том, что личности типа А чаще сравнивают себя с другими людьми, когда у них нет определенного представления относительно собственных способностей (Strube, Boland, 1987).

### **3.6. Исследование связи склонности к субъектно-ориентированному сравнению с индивидуально-личностными свойствами, определяемыми методикой «Большая пятерка»**

**Цель исследования:** изучение связи выраженности склонности к субъектно-ориентированному сравнению с индивидуально-личностными свойствами человека, измеряемыми с помощью методики «Большая пятерка».

**Гипотезы исследования:**

**H<sub>0</sub>:** Склонность к субъектно-ориентированному сравнению не связана с выраженностью индивидуально-личностных свойств человека.

**H<sub>1</sub>:** Склонность к субъектно-ориентированному сравнению связана с выраженностью индивидуально-личностных свойств человека.

**Участники исследования.** В исследовании приняли участие 208 человек 83 мужчины, 125 женщин: студенты, а также служащие, работающие в университетах, школах, детских садах и других сферах.

**Методы:** шкала INCOM и опросник РООСС, по которым анализировались их общие показатели, а также показатели по трем факторам; методика Big 5 («Большая пятерка»). Для проведения корреляционного анализа использовался критерий Спирмена.

#### **Склонность к интер-субъектному сравнению, оцениваемая по шкале INCOM, и показатели методики Big 5**

##### **Анализ результатов**

В таблицах 7 и 8 представлены результаты корреляционного анализа показателей шкалы INCOM с показателями шкал методики Big 5 на общей выборке и отдельно на выборках мужчин и женщин.

Таблица 7. Корреляции показателей INCOM с показателями методики Big 5 (на общей выборке).

	Общий показатель	I фактор	II фактор	III фактор
Показатели шкал методики Big 5				

I Экстраверсия / интроверсия	<b>0,21*</b>	0,12	<b>0,30**</b>	0,05
II Привязанность / обособленность	<b>0,15*</b>	0,11	<b>0,23**</b>	0,01
III Самоконтроль / импульсивность	<b>0,13*</b>	0,09	<b>0,20**</b>	-0,01
IV Эмоциональная устойчивость / эмоциональная неустойчивость	<b>0,15*</b>	<b>0,20**</b>	0,04	0,07
V Экспрессивность / практичность	<b>0,15*</b>	0,10	<b>0,20**</b>	0,02

\* значимые показатели при  $p < 0,05$ ; \*\* значимые показатели при  $p < 0,01$ . Курсивом отмечены корреляции, значимые до поправки.

Таблица 8. Корреляции показателей INCOM с показателями методики Big 5 (на выборках мужчин и женщин).

Показатели шкал методики Big 5	INCOM							
	Общий показатель		Фактор №1		Фактор №2		Фактор №3	
	Муж	Жен	Муж	Жен	Муж	Жен	Муж	Жен
I Экстраверсия / интроверсия	<b>0,31**</b>	0,14	0,19	0,07	<b>0,42*</b>	<b>0,22*</b>	0,04	0,03
II Привязанность / обособленность	<b>0,44**</b>	-0,02	<b>0,40**</b>	-0,06	<b>0,44*</b>	0,10	-0,00	-0,01
III Самоконтроль / импульсивность	<b>0,28**</b>	-0,02	<b>0,24*</b>	0,00	<b>0,28*</b>	0,11	0,06	-0,05
IV Эмоциональная устойчивость / эмоциональная неустойчивость	0,00	<b>0,19*</b>	0,05	<b>0,24**</b>	0,03	0,04	-0,12	0,11
V Экспрессивность / практичность	<b>0,25*</b>	0,08	0,17	0,07	<b>0,33*</b>	0,12	0,01	0,00

\* значимые показатели при  $p \leq 0,05$ . Курсивом отмечены корреляции, значимые до поправки.

В результате корреляционного анализа по критерию Спирмена с последующим применением поправки Бенджамини-Хохберга (Приложение 4, таблицы 7,8) обнаружено, что оцениваемая с помощью шкалы INCOM склонность к интер-субъектному сравнению в целом тем более выражена, чем более выражены экстраверсия ( $\rho = 0,21$ ,  $p \leq 0,05$  на общей выборке;  $\rho = 0,31$ ,  $p \leq 0,05$  на выборке мужчин), привязанность ( $\rho = 0,44$ ,  $p \leq 0,001$  на



выборке мужчин), самоконтроль ( $\rho = 0,28$ ,  $p \leq 0,05$  на выборке мужчин) и экспрессивность ( $\rho = 0,25$ ,  $p \leq 0,05$  на выборке мужчин). Склонность к интер-субъектному сравнению по способностям тем более выражена, чем более выражены привязанность ( $\rho = 0,40$ ,  $p \leq 0,001$  на выборке мужчин) и эмоциональная устойчивость ( $\rho = 0,20$ ,  $p \leq 0,05$  на выборке в целом и  $\rho = 0,24$ ,  $p \leq 0,01$  на выборке женщин). Склонность к интер-субъектному сравнению мнений тем более выражена, чем более выражены экстраверсия ( $\rho = 0,30$ ,  $p \leq 0,05$  на общей выборке;  $\rho = 0,42$ ,  $p \leq 0,001$  на выборке мужчин), привязанность ( $\rho = 0,23$ ,  $p \leq 0,01$  на общей выборке;  $\rho = 0,44$ ,  $p \leq 0,001$  на выборке мужчин), самоконтроль ( $\rho = 0,20$ ,  $p \leq 0,05$  на общей выборке;  $\rho = 0,28$ ,  $p \leq 0,01$  на выборке мужчин) и экспрессивность ( $\rho = 0,20$ ,  $p \leq 0,05$  на общей выборке;  $\rho = 0,33$ ,  $p \leq 0,01$  на выборке мужчин).

Корреляции, оставшиеся значимыми после выполнения процедуры поправки Бенджамини-Хохберга, отражены в структурных эмпирических моделях, построенных на общей выборке (рисунок 4) и на выборках мужчин и женщин (рисунок 5).

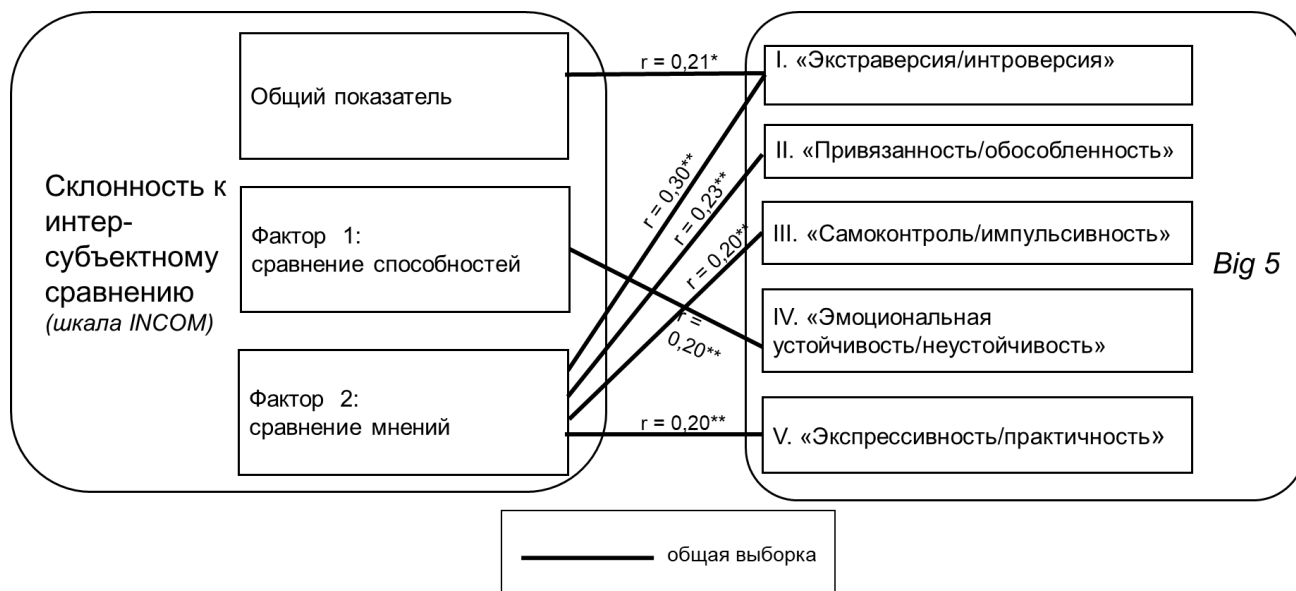


Рисунок 4. Связь склонности к интер-субъектному сравнению (по шкале INCOM) с показателями методик Big 5 на общей выборке.

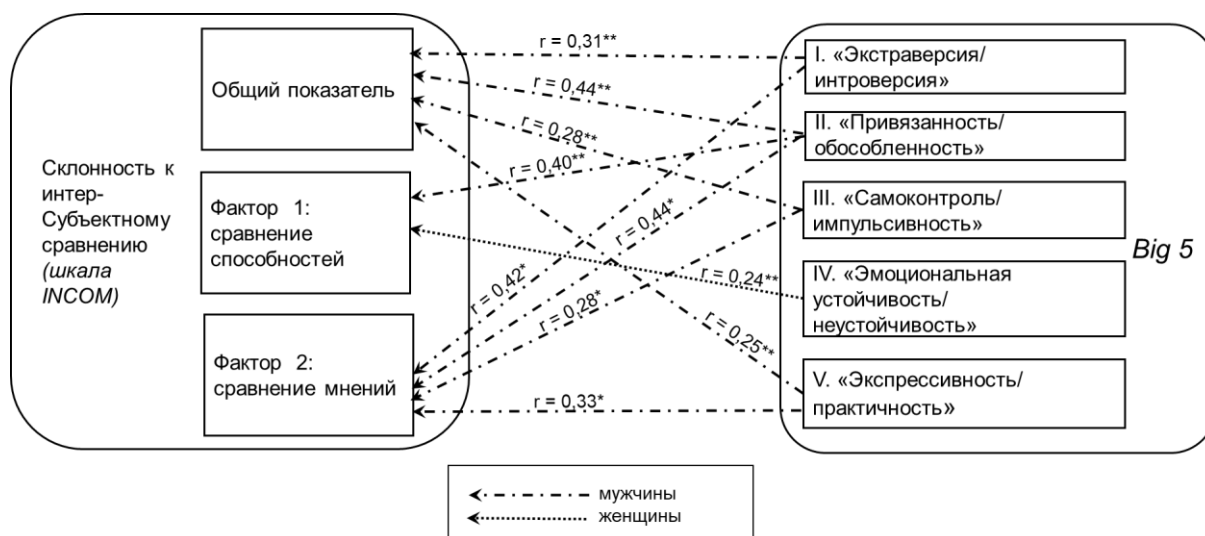


Рисунок 5. Связь склонности к интер-субъектному сравнению (по шкале INCOM) с показателями Big 5 на выборках мужчин и женщин.

## Склонность к субъектно-ориентированному сравнению по опроснику РООСС и показатели методики Big 5

### Анализ результатов

В таблицах 9 и 10 представлены результаты связи общего показателя и отдельных факторов опросника РООСС с показателями шкал методики Big 5 на общей выборке и выборках мужчин и женщин.

Таблица 9. Соотношение общего показателя и факторов опросника РООСС с показателями шкал методики Big 5 (на выборке в целом).

Показатели шкал методики Big 5	Общий показатель опросника РООСС	Фактор 1.	Фактор 2.	Фактор 3.
I Экстарверсия / интроверсия	<b>0,20*</b>	<b>0,26**</b>	0,11	-0,07
II Привязанность / обособленность	0,02	0,07	-0,04	-0,04
III Самоконтроль / импульсивность	-0,02	-0,02	0,00	-0,08
IV Эмоциональная устойчивость / эмоциональная неустойчивость	<b>0,17*</b>	0,13	0,15*	0,13
V Экспрессивность / практичность	<b>0,24**</b>	<b>0,32**</b>	<b>0,15*</b>	-0,01

\* значимые показатели, при  $p \leq 0,05$ . Курсивом отмечены корреляции, значимые до поправки.

Таблица 10. Соотношение общего показателя и факторов опросника РООСС с показателями шкал методики Big 5 (на выборках мужчин и женщин).

Показатели шкал методики Big 5	РООСС							
	Общий показатель		Фактор №1		Фактор №2		Фактор №3	
	Муж	Жен	Муж	Жен	Муж	Жен	Муж	Жен
I Экстраверсия / интроверсия	0,20	0,16	<i>0,24*</i>	<i>0,25*</i>	0,14	0,08	-0,02	-0,10
II Привязанность / обособленность	<i>0,24*</i>	-0,12	0,21	-0,02	0,14	-0,19*	0,14	-0,18*
III Самоконтроль / импульсивность	0,04	-0,08	0,09	-0,10	-0,05	0,01	-0,07	-0,08
IV Эмоциональная устойчивость / эмоциональная неустойчивость	0,06	0,18*	0,01	0,15	0,08	0,07	0,08	0,14
V Экспрессивность / практичность	<i>0,26*</i>	<i>0,22*</i>	<i>0,32*</i>	<i>0,32*</i>	0,19	0,09	0,02	-0,03

\* значимые показатели, при  $p \leq 0,05$ . Курсивом отмечены корреляции, значимые до поправки.

В результате корреляционного анализа по критерию Спирмена с последующим применением поправки Бенджамини-Хохберга (Приложение 4, таблицы 9,10) обнаружено, что измеряемая с помощью опросника РООСС склонность к субъектно-ориентированному сравнению в целом тем более выражена, чем более выражены на общей выборке экстраверсия ( $\rho = 0,20$ ,  $p \leq 0,05$ ), эмоциональная устойчивость ( $\rho = 0,17$ ,  $p \leq 0,05$ ) и экспрессивность ( $\rho = 0,24$ ,  $p \leq 0,001$ ). Склонность к сравнению себя с самим собой тем выше, чем более выражены экстраверсия ( $\rho = 0,26$ ,  $p \leq 0,001$  - на общей выборке;  $\rho = 0,25$ ,  $p \leq 0,05$  на выборке женщин) и экспрессивность ( $\rho = 0,32$ ,  $p \leq 0,001$  - на общей выборке; и  $\rho = 0,32$ ,  $p \leq 0,001$  на выборке женщин).

Структурная эмпирическая модель значимых взаимосвязей, полученных на общей выборке и выборке женщин, представлена на рисунке 6.

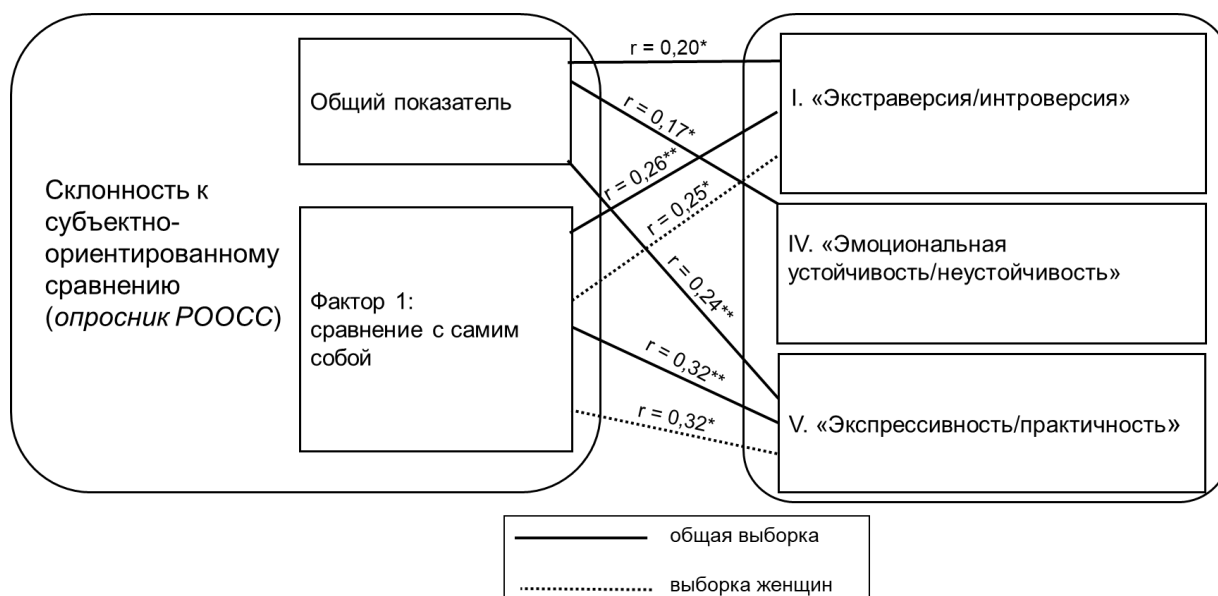


Рисунок 6. Связь склонности к субъектно-ориентированному сравнению по опроснику РООСС с показателями методик Big 5 на общей выборке и выборке женщин.

Таким образом, можно констатировать, что гипотеза исследования была подтверждена. Выраженность склонности к субъектно-ориентированному сравнению, измеряемая шкалой INCOM и опросником РООСС, связана с выраженностью некоторых свойств личности, измеряемых методикой Big 5.

Некоторые из обнаруженных нами закономерностей дополняют результаты, полученные другими авторами, которые, в частности, выявили положительную связь экстраверсии, измеряемой опросником Айзенка, со склонностью к нисходящему сравнению (Buunk, and Schaufeli, 1993); значимо более выраженную эмоциональную устойчивость у людей с более выраженной склонностью к сравнению себя с самим собой (Самойленко, 2012).

### 3.7. Исследование склонности к субъектно-ориентированному сравнению и уровня самооценки

**Цель исследования:** сравнительный анализ склонности к субъектно-ориентированному сравнению при разных уровнях самооценки.

**Гипотезы исследования:**

**H<sub>0</sub>:** Склонность к субъектно-ориентированному сравнению не различается у людей с разным уровнем самооценки.

**H<sub>1</sub>:** Склонность к субъектно-ориентированному сравнению различается у людей с разным уровнем самооценки.

**Участники.** В исследовании приняли участие 181 респондент, 121 женщины и 60 мужчин: студенты, а также служащие, работающие в университетах, школах, детских садах и других сферах.

**Методы:** шкала INCOM и опросник РООСС, по которым анализировались их общие показатели, а также показатели по трем факторам; тест на самооценку С.А. Будасси, по которому анализировался общий показатель.

Проводился сравнительный анализ (по Т-критерию для независимых выборок) средних значений общего показателя и факторов шкалы INCOM и опросника РООСС в пяти группах респондентов, дифференцированных по коэффициенту самооценки  $r$ : 1)  $-1 \leq r \leq 0$  (неприятие себя, заниженная самооценка по невротическому типу);  $0 < r \leq 0,3$  (заниженная самооценка);  $0,3 < r \leq 0,6$  (адекватная самооценка);  $0,6 < r \leq 0,9$  (высокая адекватная),  $0,9 < r \leq 1$  (завышенная по невротическому типу).

### **Склонность к интер-субъектному сравнению, оцениваемая по шкале INCOM, и уровень самооценки**

#### **Анализ результатов**

В результате сравнительного анализа (по Т-критерию для независимых выборок) средних значений общего показателя и факторов шкалы INCOM в пяти группах респондентов, дифференцированных по коэффициенту самооценки, не обнаружено значимых различий.

### **Склонность к субъектно-ориентированному сравнению по опроснику РООСС и уровень самооценки**

#### **Анализ результатов**

Выявлены значимые различия (при  $p < 0,02$ ) в средних значениях показателя фактора 2 между группами респондентов, имеющих заниженную

самооценку по невротическому типу и завышенную самооценку по невротическому типу.

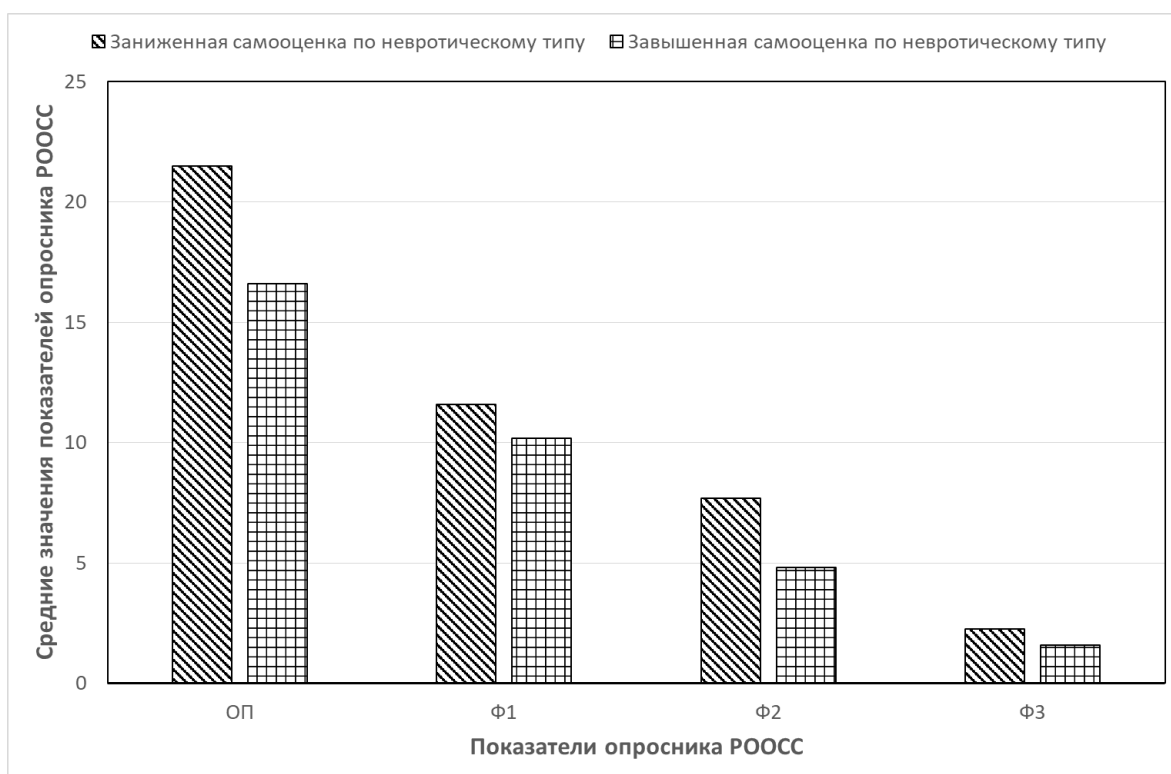


Рисунок 7. Средние значения показателей опросника ROOSS в группах респондентов с заниженной и завышенной самооценкой по невротическому типу.

Люди, характеризующиеся негативным отношением к себе, неприятием себя, ощущением собственной неполноценности, значимо чаще сравнивают себя со знакомыми людьми ( $M=7,7$ ), чем люди, имеющие неадекватно завышенную самооценку ( $M=4,8$ ).

Данный результат вписывается в представления о цикличном характере взаимосвязей самооценки как центрального звена самосознания (напр., Чеснокова, 1977) человека и частоты сравнения им себя с другими людьми. С одной стороны, соотнесение знаний о себя и о других является одним из способов осмысления правильности своих мнений, уровня своих способностей, учебных и профессиональных достижений, с другой стороны, при наличии заниженной самооценки человек чаще обращается к сравнению

себя с другими, возможно, с целью обнаружить дополнительную информацию, характеризующую его преимущества.

### **3.8. Исследование связи склонности к субъектно-ориентированному сравнению с выраженностью рефлексии и характеристик идентичности личности**

**Цель исследования:** изучение связи склонности к субъектно-ориентированному сравнению с выраженностью рефлексии и характеристик идентичности личности.

**Гипотезы исследования:**

**H<sub>0</sub>:** Склонность к субъектно-ориентированному сравнению не связана с выраженностью рефлексии и характеристик идентичности личности.

**H<sub>1</sub>:** Склонность к субъектно-ориентированному сравнению связана с выраженностью рефлексии и характеристик идентичности личности.

**Участники.** В исследовании приняли участие 138 респондентов, 108 женщин и 30 мужчин: студенты, а также служащие, работающие в университетах, школах, детских садах и других сферах.

**Методы:** шкала INCOM и опросник РООСС, по которым анализировались их общие показатели, а также показатели по трем факторам; методика «Кто Я» М. Куна и Т. Мак-Партленда в модификации Т.В. Румянцевой, которая предназначена для изучения содержания характеристик идентичности личности, восприятия человеком самого себя в различных аспектах своей жизни.

Количественно-качественный анализ по методике «Кто Я» осуществлялся по следующим параметрам: 1) **выраженность рефлексии личности**, которая оценивалась по количеству ответов, данных за отведённый промежуток времени; 2) **степень дифференцированности идентичности**, которая оценивалась через общее количество показателей идентичности, использованных человеком при самоидентификации; 3) **соотношение социальной идентичности и личностной идентичности** как совокупности

коммуникативной, материальной, физической, деятельной, перспективной и рефлексивной идентичностей.

Для проведения корреляционного анализа использовались критерии г-Пирсона и г-Спирмена в зависимости от наличия или отсутствия нормальности распределения данных.

**Связь склонности к интер-субъектному сравнению, оцениваемой по шкале INCOM, с выраженностью рефлексии и содержательных характеристик идентичности личности**

**Анализ данных**

В таблице 11 представлены результаты корреляционного анализа (на выборке в целом, а также отдельно на выборках мужчин и женщин) общего показателя и трех факторов шкалы INCOM с показателем **рефлексии**.

Таблица 11. Взаимосвязь общего показателя и трех факторов шкалы INCOM с показателем рефлексии.

<b>Выборки</b>	<b>Общий показатель шкалы INCOM</b>	<b>Фактор №1</b>	<b>Фактор №2</b>	<b>Фактор №3</b>
Выборка в целом (N=138)	<b>-0,19*</b>	<b>-0,19*</b>	<b>-0,17*</b>	-0,08
Мужчины(N=31)	-0,28	-0,20	-0,33	-0,25
Женщины(N=107)	-0,15	-0,19	-0,13	-0,03

\* значимые показатели, при  $p \leq 0,05$

После проведения процедуры поправки Бенджамини-Хохберга значимость полученных результатов не была подтверждена (Приложение 4, таблица 11), и соответственно был сделан вывод о том, что обнаруженные корреляции можно рассматривать только на уровне тенденции.

В таблице 12 представлены результаты корреляционного анализа общего показателя и трех факторов шкалы INCOM с показателем **дифференцированности идентичности**; анализ сделан на выборке в целом, а также отдельно на выборках мужчин и женщин.



Таблица 12. Взаимосвязь общего показателя и трех факторов шкалы INCOM с показателем дифференцированности идентичности.

Выборки	Общий показатель шкалы INCOM	Фактор №1	Фактор №2	Фактор №3
Выборка в целом	<b>-0,24*</b>	<b>-0,22*</b>	<b>-0,19*</b>	<b>-0,21*</b>
Мужчины	<b>-0,42*</b>	-0,30	<b>-0,38*</b>	<b>-0,52**</b>
Женщины	-0,15	<b>-0,20*</b>	-0,13	-0,10

\* значимые показатели, при  $p \leq 0,05$ ; \*\* значимые показатели, при  $p \leq 0,01$ .

В результате корреляционного анализа по критерию r-Пирсона (Таблица 12) с последующим применением поправки Бенджамини-Хохберга (Приложение 4, таблица 12) обнаружены значимые отрицательные корреляции: на выборке в целом (при  $p \leq 0,05$ ) - между показателем дифференцированности идентичности и общим показателем ( $r = -0,24$ ) шкалы INCOM, а также его фактором 1 ( $r = -0,22$ ), фактором 2 ( $r = -0,19$ ), фактором 3 ( $r = -0,21$ ); на выборке мужчин - между показателем дифференцированности идентичности и общим показателем ( $r = -0,42$ ,  $p \leq 0,05$ ) шкалы INCOM, а также его фактором 2 ( $r = -0,38$ ,  $p \leq 0,05$ ) и фактором 3 ( $r = -0,52$ ,  $p \leq 0,01$ ).

Структурная эмпирическая модель значимых взаимосвязей, полученных на общей выборке, а также на выборке мужчин представлена на рисунке 8.

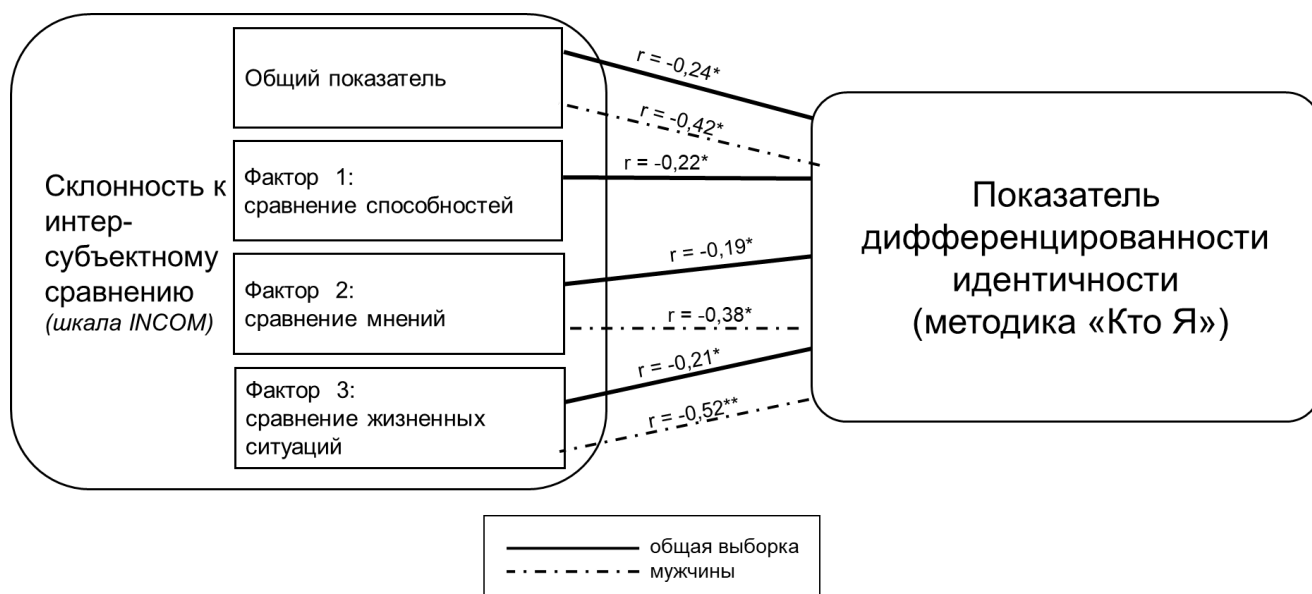


Рисунок 8. Связь склонности к интер-субъектному сравнению (по шкале INCOM) с показателем дифференцированности идентичности.

Таким образом, чем больше дифференцированность идентичности, тем менее выражена склонность к интер-субъектному сравнению в целом и, в частности, к сравнению собственных способностей, мнений и общей жизненной ситуации с таковыми у других людей. У мужчин более выраженная дифференцированность идентичности связана с менее выраженной склонностью к интер-субъектному сравнению в целом и, в частности, к сравнению мнений и жизненных ситуаций.

В таблице 13 представлены результаты корреляционного анализа общего показателя и трех факторов шкалы INCOM с показателем выраженности **социальной идентичности** относительно личностной идентичности; анализ сделан на выборке в целом, а также отдельно на выборках мужчин и женщин.

Таблица 13. Взаимосвязь общего показателя и трех факторов шкалы INCOM с выраженностью социальной идентичности относительно личностной идентичности.

Выборки	Общий показатель шкалы INCOM	Фактор №1	Фактор №2	Фактор №3
Выборка в целом (N=138)	-0,05	-0,07	-0,01	-0,12
Мужчины	<b>-0,44*</b>	<b>-0,38*</b>	-0,36	<b>-0,49**</b>
Женщины	0,15	0,10	<b>0,20*</b>	0,05

\* значимые показатели, при  $p = 0,05$

В результате проведенного корреляционного анализа по критерию  $r$ -Пирсона (Таблица 13) с последующим применением поправки Бенджамини-Хохберга (Приложение 4, таблица 13) на выборке в целом не обнаружено значимых корреляций общего показателя и трех факторов шкалы INCOM с выраженностью социальной идентичности относительно личностной идентичности. Однако, на выборке мужчин обнаружено несколько значимых отрицательных корреляций между выраженностью социальной идентичности относительно личностной идентичности и: общим показателем ( $r = -0,44$ ,  $p \leq 0,05$ ) шкалы INCOM, а также ее фактором 3 ( $r = -0,49$ ,  $p \leq 0,01$ ).

Структурная эмпирическая модель значимых взаимосвязей, полученных на выборке мужчин представлена на рисунке 9.

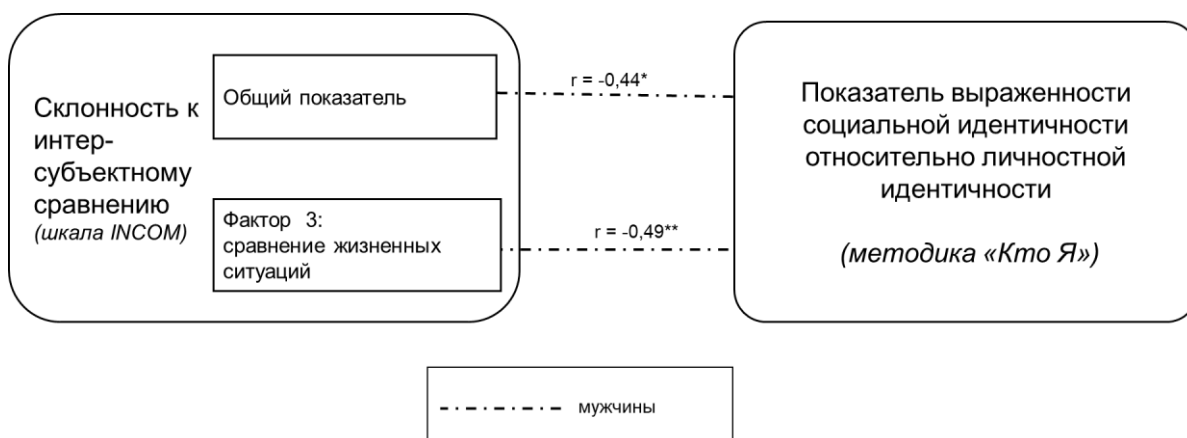


Рисунок 9. Связь склонности к интер-субъектному сравнению (по шкале INCOM) с показателем выраженности социальной идентичности относительно личностной идентичности.

Таким образом, у мужчин, чем более выражена социальная идентичность, и соответственно, чем менее выражена личностная идентичность, тем менее они склонны к сравнению себя с другими людьми в целом, а также к сравнению собственной и чужой жизненной ситуации.

**Связь склонности к интер-субъектному сравнению, оцениваемой опросником РООСС с выраженностью рефлексии и содержательных характеристик идентичности личности**

## Анализ данных

В результате проведения корреляционного анализа (на выборке в целом, а также отдельно на выборках мужчин и женщин) не обнаружено значимых связей общего показателя и трех факторов опросника РООСС с показателем **рефлексии**.

В таблице 14 представлены результаты корреляционного анализа (по критерию Пирсона) общего показателя и трех факторов опросника РООСС с показателем **дифференцированности идентичности** (на выборке в целом, а также отдельно на выборках мужчин и женщин). Результаты анализа не были подтверждены при использовании поправки Бенджамини-Хохберга (Приложении 4, таблица 14).

Таблица 14. Взаимосвязь общего показателя и трех факторов опросника РООСС с показателем дифференцированности идентичности.

Выборки	Общий показатель шкалы INCOM	Фактор №1	Фактор №2	Фактор №3
Выборка в целом (N=138)	0,14	0,06	0,15	0,10
Мужчины(N=31)	0,13	0,16	0,01	0,11
Женщины(N=107)	0,14	0,04	<b>0,21*</b>	0,09

\* значимые показатели, при  $p \leq 0,05$ .

В результате проведенного корреляционного анализа по критерию  $r$ -Пирсона на выборке в целом и отдельно на выборках мужчин и женщин не обнаружено значимых корреляций общего показателя и трех факторов опросника РООСС с выраженностью **социальной идентичности** относительно личностной идентичности.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что более выраженная неопределенность относительно собственного Я, заключающаяся в меньшей дифференцированности личности и менее выраженной социальной идентичности относительно личностной идентичности, сопряжена с большей склонностью к сравнению себя с другими людьми по способностями,

мнениям и общей жизненной ситуации. Эта закономерность особенно ярко проявляется у мужчин.

Данный результат можно интерпретировать в контексте представлений о взаимосвязях социального сравнения с самопознанием (Festinger, 1954), формированием Я-концепции (напр., Кон, 1989; Buunk, Mussweiler, 2001) и социальной идентичности (напр., Иванова, 2004; Курышева, 2013; Brewer, 1994; Turner et al., 1994).

### **3.9. Исследование связи склонности к интер- и интра-субъектным сравнениям с отношением к этим видам сравнения**

**Цель исследования:** исследованию связи склонности к интер- и интра-субъектным сравнениям с отношением к этим видам сравнения, выразившемуся в их оценках как значимых (имеющих положительное/отрицательное значение) или незначимых и вербальных объяснениях вынесенных оценок.

#### **Гипотезы исследования:**

**H<sub>0</sub>:** Не существует количественных и качественных различий в представлениях о значимости интер-субъектного и интра-субъектного сравнений в жизни людей.

**H<sub>1</sub>:** Существуют количественные и качественные различия в представлениях о значимости интер-субъектного и интра-субъектного сравнений в жизни людей.

**H<sub>0</sub>:** Выраженность склонности к субъектно-ориентированному сравнению не различается в группах людей, оценивающих его как имеющее и как не имеющее жизненное значение.

**H<sub>2</sub>:** Выраженность склонности к субъектно-ориентированному сравнению значимо различается в группах людей, оценивающих его как имеющее и как не имеющее жизненное значение.

**H<sub>0</sub>:** Склонность к субъектно-ориентированному сравнению значительно различается в группах людей, оценивающих его как полезное и как вредное для человека.

**H<sub>3</sub>:** Склонность к субъектно-ориентированному сравнению значительно различается в группах людей, оценивающих его как полезное и как вредное для человека.

**Участники:** В исследовании приняли участие 276 респондентов, средний возраст 24 года 212 женщин и 64 мужчины.

**Методы:** использовались методика «Отношение к субъектно-ориентированному сравнению», шкала INCOM и опросник POOSS. Для проверки значимых различий между средними использовался Т-тест для независимых выборок, для сравнения соотношений - Difference test.

Исследование состояло из *двух этапов*.

На *первом этапе* изучались характеристики оценочного и когнитивного компонентов отношения к интер- и интра- субъектным сравнениям. Анализировалась относительная представленность оценок данных видов сравнения как незначимых и как значимых (имеющих положительное или отрицательное значение для человека). С помощью индуктивного контент-анализа вербализаций, продуцированных респондентами при объяснении сделанных ими оценок, выделялись вербальные единицы, характеризующие когнитивный компонент отношения к данным видам сравнения, то есть субъективные представления о положительном, отрицательном или нейтральном их значении для человека.

На *втором этапе* проводился анализ выраженности склонности к интер- и интра- субъектным сравнениям при их субъективной оценке как имеющих положительное, отрицательное и нейтральное значение и соответствующих этим оценкам вербализациях.

## **Результаты**

### **Анализ оценок значимости интер-субъектного и интра-субъектного сравнения**

Результаты количественного анализа данных, полученных при ответах на закрытые вопросы опросника РОЗСС представлены в таблицах 15 - 18 и на рисунках 10-13.

Таблица 15. Оценки жизненной значимости интер-субъектного и интра-субъектного сравнения

	интер-субъектного сравнения		интра-субъектного сравнения	
	Количество ответов	% от общего количества ответов (N=276)	Количество ответов	Доля от общего количества ответов (N=276)
Имеет значение (полезно или вредно)	202	73	248	90
Не имеет значения	74	27	28	10

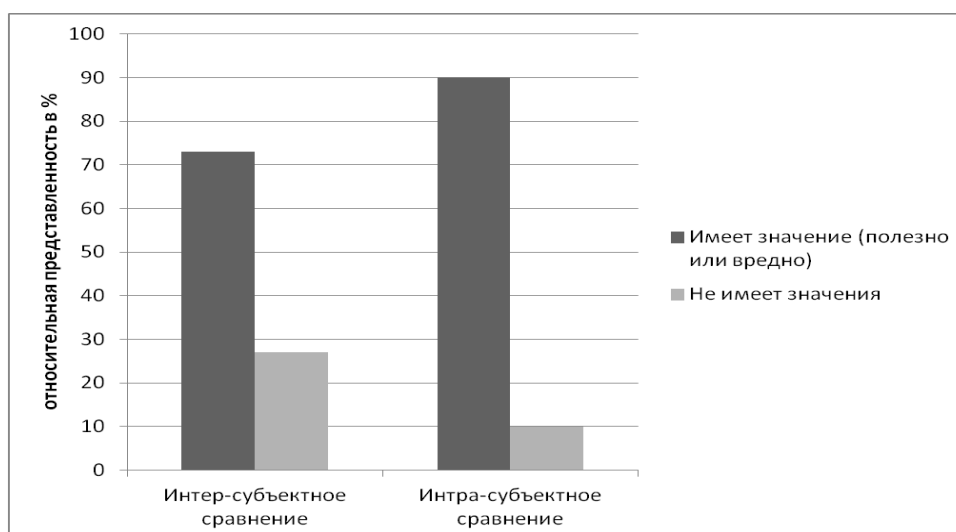


Рисунок 10. Относительная представленность субъективных оценок интер-субъектного и интра-субъектного видов сравнения как имеющих и не имеющих значение в жизни людей

Обнаружено, что и интер-субъектное, и интра-субъектное сравнение значимо чаще оцениваются как имеющие для человека жизненное значение, чем как не имеющие жизненного значения (Рисунок 10).

Отличие в субъективных оценках этих видов сравнения как имеющих и не имеющих значение в жизни людей выразилось в том, что применительно к интра-субъектному сравнению значимо более преобладала его оценка как значимого для людей (Difference test,  $p < 0.001$ ).

Таблица 16. Соотношение оценок интер-субъектного и интра-субъектного сравнений как полезных и вредных для людей

	Интер-субъектное сравнение		Интра-субъектное сравнение	
	Количество ответов	% от общего количества ответов «имеет значение» (N=202)	Количество ответов	% от общего количества ответов «имеет значение» (N=248)
Полезно	118	58	244	99
Вредно	84	42	4	1

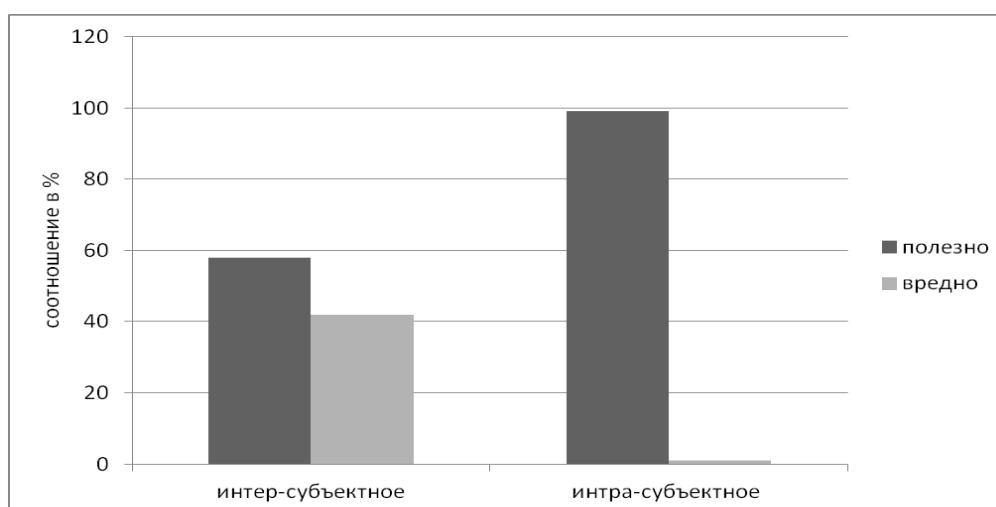


Рисунок 11. Относительная представленность оценок интер-субъектного и интра-субъектного сравнения как полезного и вредного для людей

Обнаружено, что и интер-субъектное, и интра-субъектное сравнение значимо чаще оцениваются как имеющие положительную валентность (положительное жизненное значение), чем как имеющие отрицательную валентность (отрицательное жизненное значение) (Рисунок 11). Отличительная особенность интра-субъектного сравнения выразилась в том, что преобладание его оценки как имеющего положительную валентность над его оценкой как имеющего отрицательную валентность было значимо более выраженным, чем в случае интер-субъектного сравнения (Difference test,  $p < 0.001$ ).

Результаты анализа половых особенностей в частоте оценивания жизненной значимости и валентности интер-субъектного и интра-



субъектного сравнений представлены в таблицах 17 и 18, а также на рисунках 12 и 13.

Таблица 17. Оценка жизненной значимости интер-субъектного и интра-субъектного сравнений мужчинами и женщинами.

	Интер-субъектное сравнение				Интра-субъектное сравнение			
	<i>женщины</i>		<i>мужчины</i>		<i>женщины</i>		<i>мужчины</i>	
	Кол-во ответов	%	Кол-во ответов	%	Кол-во ответов	%	Кол-во ответов	%
Имеет значение (полезно или вредно)	152	72	50	78	191	90	57	89
Не имеет значения	60	28	14	22	21	10	7	11

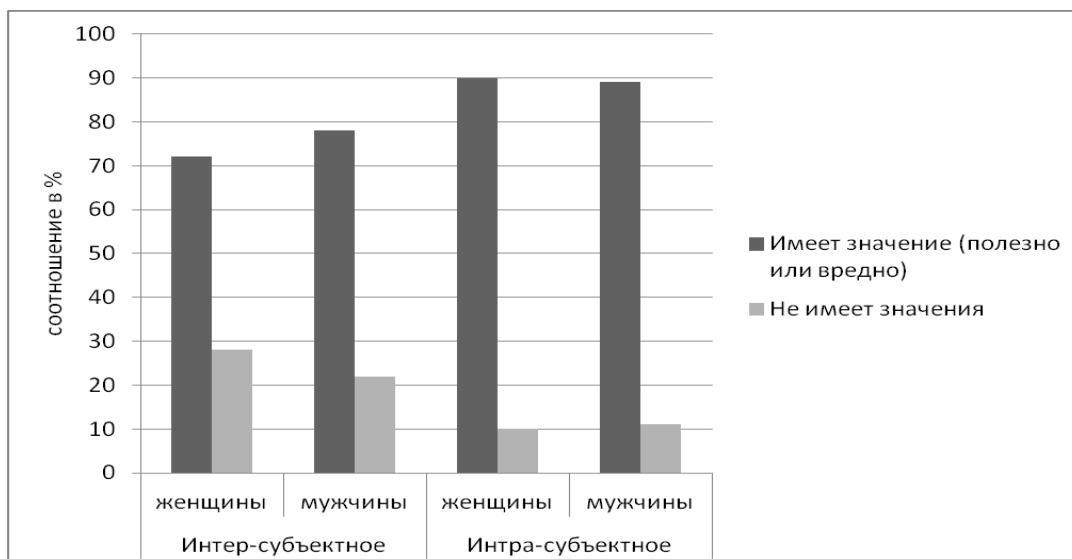


Рисунок 12. Половые особенности в оценках жизненной значимости интер-субъектного и интра-субъектного сравнения

Анализ оценивания мужчинами и женщинами значимости интер-субъектного и интра-субъектного сравнения для жизни людей (Таблица 17, Рисунок 12) показывает общий характер соотношений количества оценок этих видов сравнения как имеющих и не имеющих значение и отсутствие значимых различий в этих соотношениях (Difference test,  $p < 0.001$ ). Как мужчины, так и женщины оценивали и интер-субъектное, и интра-субъектное сравнение значимо чаще как имеющее для человека жизненное значение, чем как не имеющее жизненного значения.

Таблица 18. Половые особенности в оценках валентности интер-субъектного и интра-субъектного сравнения

	Интер-субъектное сравнение				Интра-субъектное сравнение			
	женщины		мужчины		женщины		мужчины	
	Кол-во ответов	%	Кол-во ответов	%	Кол-во ответов	%	Кол-во ответов	%
Полезно	77	51	41	82	189	99	56	98
Вредно	75	49	9	18	2	1	1	2

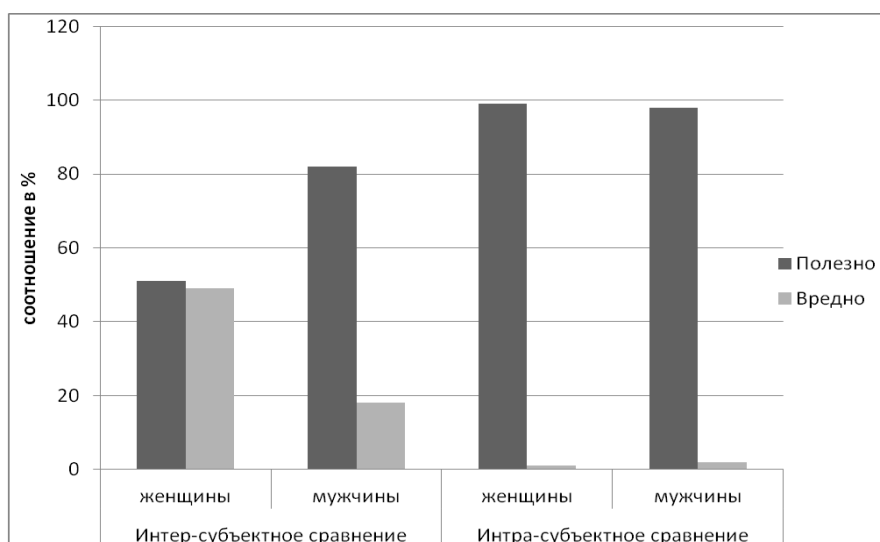


Рисунок 13. Половые особенности в оценке валентности интер-субъектного и интра-субъектного сравнения

Анализ оценивания мужчинами и женщинами валентности (полезности/вредности) интер-субъектного и интра-субъектного сравнения для жизни людей (Таблица 18, Рисунок 13) показывает в случае интра-субъектного сравнения отсутствии половых различий в характере соотношений количества его оценок как полезного и вредного для людей: 99% женщин и 98% мужчин оценивали интра-субъектное сравнение как полезное для человека.

Напротив, в случае интер-субъектного сравнения можно говорить о значимых половых различиях, заключающихся в том, что если у женщин соотношение случаев оценки такого сравнения как полезного и как вредного составляло 51% к 49%, соответственно, то у мужчин 82% и 18%, соответственно. Преобладание у мужчин оценки интер-субъектного

сравнения как полезного над его оценкой как вредного было значимо более выраженным, чем у женщин (Difference test,  $p < 0.001$ ).

### **Анализ вербальных описаний, характеризующих представления о значимости субъектно-ориентированного сравнения**

Результаты качественного анализа ответов на открытые вопросы, касающиеся того, почему респонденты считали полезным, вредным или не значимым интер-субъектное и интра-субъектное сравнение (примеры вербализации представлены в Приложении 5), заключаются в следующем.

Индуктивный контент анализ объяснений респондентами того, почему они считают полезным интер-субъектное сравнение (104 утверждения) и интра-субъектное сравнение (189 утверждений), позволил выделить несколько общих категорий утверждений, касающихся этих двух видов сравнения.

Согласно вербализациям, **польза** как интер-субъектного, так и интра-субъектного сравнения заключается в том, что они способствуют *самосовершенствованию* (например, стремлению к лучшему, работе над недостатками, прогрессированию) и *саморазвитию* (например, позволяет стремиться вперёд, выбирать направления развития, личностно развиваться), *самопознанию* (напр. оценка собственных возможностей, плюсов и минусов; оценка того, как продвигаешься к собственным целям; понимание собственного пути; анализ и упорядочивание своей жизни в своей голове; анализ своих действий в разном возрасте) и *целеполаганию*, *дают ориентиры*, *повышают мотивацию и самооценку*, *позволяют прогнозировать свою жизнедеятельность*, *работать над собственными ошибками* (находить, избегать и исправлять их).

Для **интер-субъектного** сравнения наиболее часто встречались высказывания, относящиеся к категориям «*самосовершенствование и саморазвитие*», «*самопознание*», «*создание мотивации*», доля встречаемости которых среди общего количества ответов, касающихся положительного

функционального значения этого вида сравнения, составила 40%, 25% и 6%, соответственно.

Для **интра-субъектного** сравнения наиболее часто встречались высказывания, относящиеся к категориям «самопознание», «целеполагание», «работа над собственными ошибками», «самосовершенствование и саморазвитие», «создает мотивацию», доля встречаемости которых среди общего количества высказываний, касающихся положительного функционального значения этого вида сравнения, составила 39%, 17%, 14%, 13% и 7%, соответственно.

**Специфичными** для **интер-субъектного** сравнения оказались такие категории как «самоудовлетворение», «познание мира», «социальная адаптация», «представляет интерес», «способствует решению проблем».

**Специфичными** для **интра-субъектного** сравнения были категории: «корректировка собственной деятельности», «помогает делать выводы», «помогает совладать с трудностями».

Интересно, что для интер-субъектного и интра-субъектного сравнения не обнаружено общих категорий вербализаций, характеризующих их отрицательное функциональное значение.

**Отрицательное** значение **интер-субъектного** сравнения, зафиксированного в 82 утверждениях респондентов, обнаруживалось в том, что оно бессмысленно из-за уникальности людей, может способствовать появлению зависти, ухудшению психического состояния (депрессивных состояний, комплексов, невротизации, стресса, отрицательных эмоций), искаженной самооценки, может мешать самосовершенствованию, отрицательно влияет на деятельность, снижает адаптацию к трудностям, может привести к зависимости от успехов окружающих, неадекватности восприятия мира, потере мотивации и потере собственной индивидуальности. Наиболее часто встречались четыре категории высказываний: может привести к «искаженной самооценке» (37%), «потере

собственной индивидуальности» (17%) и ухудшению психического состояния (17%), вредно, так как «все люди уникальны» (15%).

Что касается **интра-субъектного** сравнения, то его **отрицательное** функциональное значение фактически не отмечалось респондентами так как на всей выборке обнаружено всего 5 релевантных высказываний: «зависание человека в прошлом», «отсутствие переживания настоящего», «риск самобичевания», «появление чувства сожаления об упущенных возможностях» и «увеличение психологических проблем».

39 утверждений, содержащих объяснения **незначимости интер-субъектного** сравнения, были распределены на три категории: «все люди уникальны» (54%), «главное значение имеет собственная личность» (36%), а также категория «бессмысленность сравнения вне учета целей и контекста» (10%).

Единичные объяснения **незначимости интра-субъектного** сравнения (их оказалось всего 5) касались того, что прошлое или будущее не важны (например, «будущее и прошлое не должно нас определять»), и что оценка себя субъективна.

Таким образом, были обнаружены общее и различное в представлениях о значимости интер-субъектного и интра-субъектного сравнения в жизни людей.

Общие закономерности заключаются в значимо более частом оценивании интер-субъектного и интра-субъектного видов сравнения, во-первых, как жизненно значимых, чем как жизненно не значимых, и, во-вторых, как имеющих положительную валентность (положительное функциональное значение), чем как имеющих отрицательную валентность (отрицательное функциональное значение).

Различное заключается в том, что применительно к интра-субъектному сравнению, по сравнению с интер-субъектным сравнением, значимо более преобладала его оценка, во-первых, как значимого, чем как не значимого, и

во-вторых, как имеющего положительную валентность, чем как имеющего отрицательную валентность.

В отношении как интер-субъектного, так и интра-субъектного видов сравнения не обнаружено половых различий в характере соотношений их субъективных оценок как имеющих и не имеющих значение.

В случае интра-субъектного сравнения не обнаружены половые различия в характере соотношений количества его оценок как полезного и вредного для людей. В то время как преобладание оценок интер-субъектного сравнения как полезного над его оценками как вредного было значимо более выраженным у мужчин, чем у женщин.

Анализ представлений о положительном функциональном значении интер-субъектного и интра-субъектного сравнения позволил выделить ряд общих категорий, касающихся этих двух видов сравнения. Так, интер-субъектное и интра-субъектное сравнение способствуют самосовершенствованию, саморазвитию, самопознанию, целеполаганию, а также дают ориентиры, повышают мотивацию и самооценку, позволяют прогнозировать свою жизнедеятельность, работать над собственными ошибками.

Специфичными для интер-субъектного сравнения оказались такие категории как «самоудовлетворение», «познание мира», «социальная адаптация», «представляет интерес», «способствует решению проблем»; специфичными для интра-субъектного сравнения - «корректировка собственной деятельности», «помогает делать выводы», «помогает совладать с трудностями».

Не обнаружено общих категорий вербализаций, характеризующих отрицательное функциональное значение интер-субъектного и интра-субъектного сравнения.

Отрицательное значение интер-субъектного сравнения, было отражено в таких категориях как: бессмысленность из-за уникальности людей, появление зависти, ухудшение психического состояния, искажение

самооценки, препятствие самосовершенствованию, снижение деятельности, адаптации к трудностям, приводит к зависимости от успехов окружающих, неадекватности восприятия мира, потере мотивации и потере собственной индивидуальности. Отрицательное значение интра-субъектного сравнения было отражено только в пяти высказываниях, касающихся риска фиксации человека в прошлом и чувства сожаления об упущенных возможностях, отсутствия переживания настоящего, возникновения психологических проблем, в частности, самобичевания.

Не обнаружено общих категорий, отражающих незначимость интер-субъектного и интра-субъектного сравнения. В отношении интер-субъектного сравнения выделены такие категории как уникальность людей, значимость собственной личности и бессмысленность сравнения себя с другими людьми без учета целей и контекста; в отношении интра-субъектного сравнения – незначимость прошлого и будущего и субъективность оценки себя.

### **Исследование связи отношения и выраженности склонности к субъектно-ориентированному сравнению**

При изучении связи оценок значимости субъектно-ориентированного сравнения и склонности к субъектно-ориентированному сравнению, измеряемому с помощью шкалы INCOM, были получены следующие результаты.

Таблица 19. Средние значения показателей склонности к субъектно-ориентированному сравнению по шкале INCOM при оценивании интер-субъектного сравнения как имеющего значение (полезно или вредно) и как не имеющего значение в жизни

Оценка значимости интер-субъектного сравнения	Показатели шкалы INCOM			
	Фактор 1	Фактор 2	Фактор 3	Общий показатель INCOM
Имеет значение	<b>16,0*</b>	14,1	<b>5,7**</b>	35,8
Не имеет значения	<b>14,6*</b>	13,6	<b>6,8**</b>	35,0

\* значимые различия при  $p \leq 0,05$ ; \*\*значимые различия при  $p \leq 0,01$

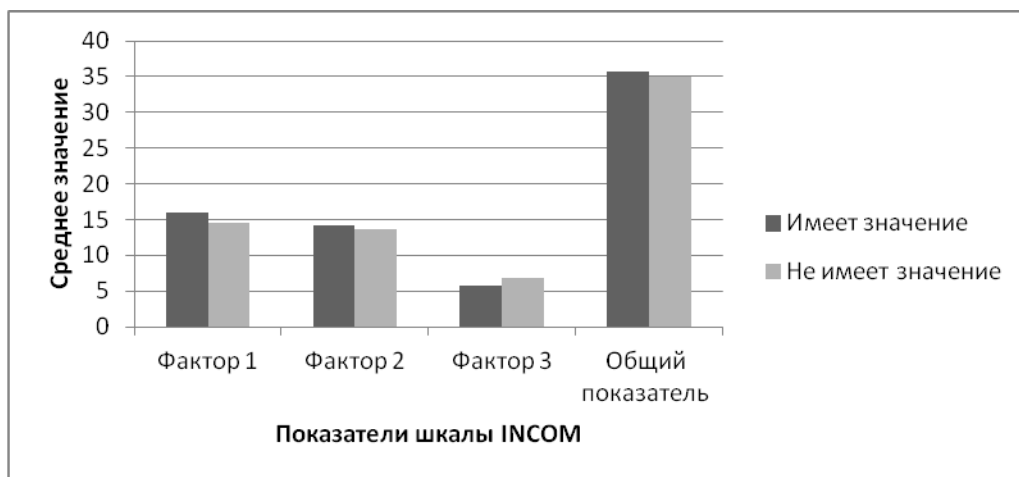


Рисунок 14. Средние значения показателей склонности к субъектно-ориентированному сравнению по шкале INCOM в группах респондентов, оценивающих интер-субъектное сравнение как имеющее и как не имеющее значение в жизни

Между группами респондентов, субъективно оценивающих интер-субъектное сравнение как имеющее значение (положительное или отрицательное) и как не имеющее значения в жизни, обнаружены значимые различия по Т-критерию для независимых выборок по фактору 1 (при  $p \leq 0,05$ ) и фактору 3 (при  $p \leq 0,001$ ) шкалы INCOM (Таблица 19, рисунок 14). Респонденты, оценивающие интер-субъектное сравнение как имеющее значение для человека либо в положительном, либо в отрицательном смысле, были более склонны к сравнению себя с другими людьми по способностям, но менее склонны к сравнению по глобальной жизненной ситуации.

Таблица 20. Средние значения показателей склонности к субъектно-ориентированному сравнению по шкале INCOM при оценивании интер-субъектного сравнения как полезного и как вредного.

Субъективная оценка валентности интер-субъектного сравнения	Показатели шкалы INCOM			
	Фактор 1	Фактор 2	Фактор 3	Общий показатель INCOM
Полезно	16,5	14,5*	5,6	36,5*
Вредно	15,4	13,5*	5,8	34,7*

\* значимые различия при  $p \leq 0,05$



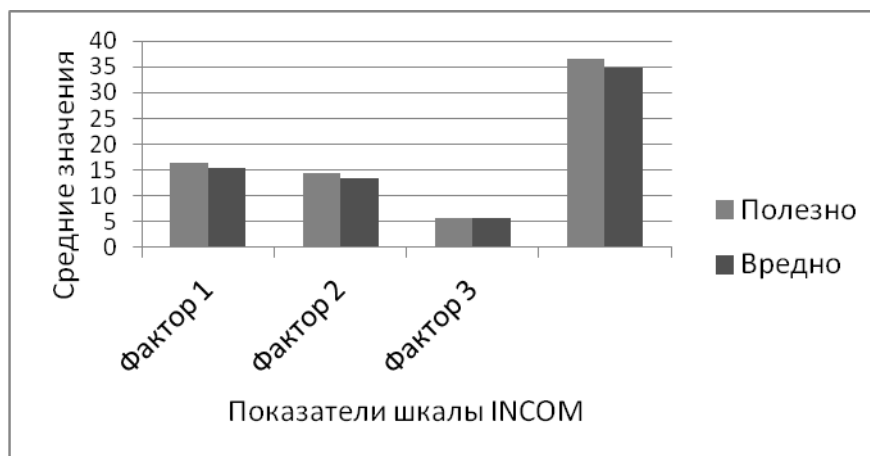


Рисунок 15. Средние значения показателей склонности к субъектно-ориентированному сравнению по шкале INCOM в группах респондентов, оценивающих интер-субъектное сравнение как полезное и как вредное.

Между группами респондентов, оценивающих **интер-субъектное** сравнение как имеющее положительное и отрицательное значение в жизни, обнаружены значимые различия (Т-критерий, при  $p < 0,05$ ) по фактору 2 и общему показателю шкалы **INCOM** (Таблица 20, рисунок 15). Респонденты, оценивающие интер-субъектное сравнение как имеющее положительное значение характеризовались значимо более выраженной склонностью к интер-субъектному сравнению в целом, и в частности к сравнению собственных мнений с мнениями других людей.

Таблица 21. Средние значения показателей склонности к субъектно-ориентированному сравнению по шкале INCOM при оценивании интра-субъектного сравнения как имеющего значение (полезно или вредно) и как не имеющего значение в жизни.

Субъективная оценка значимости интра-субъектного сравнения	Показатели шкалы INCOM			
	Фактор 1	Фактор 2	Фактор 3	Общий показатель
Имеет значение (полезно или вредно)	15,8*	14,1**	5,9	35,9**
Не имеет значения	13,9*	12,4**	6,4	32,6**

\*значимые различия при  $p \leq 0,05$ ; \*\*значимые различия при  $p \leq 0,01$

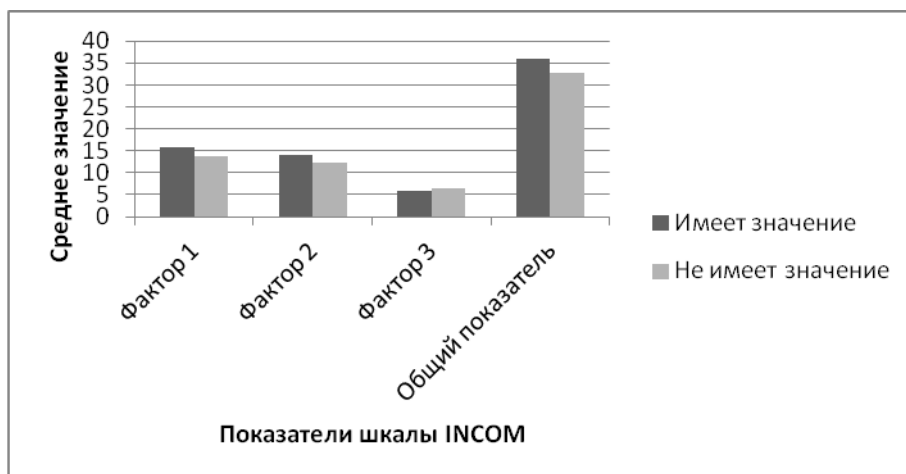


Рисунок 16. Средние значения показателей склонности к субъектно-ориентированному сравнению по шкале INCOM в группах респондентов, оценивающих интра-субъектное сравнение как полезное и как вредное.

Что касается интра-субъектного сравнения (Таблица 21, рисунок 16), то между группами респондентов, оценивающих его как имеющее значение (положительное или отрицательное) и как не имеющее значения в жизни, обнаружены значимые различия по Т-критерию для независимых выборок по фактору 1 (при  $p < 0,05$ ), фактору 2 (при  $p < 0,01$ ) и общему показателю шкалы INCOM (при  $p < 0,01$ ). Респонденты, оценивающие интра-субъектное сравнение как имеющее значение для человека либо в положительном, либо в отрицательном смысле, были более склонны к сравнению себя с другими людьми по способностям и в целом к субъектно-ориентированному сравнению.

Сравнение средних значений показателей склонности к субъектно-ориентированному сравнению по шкале INCOM при оценивании интра-субъектного сравнения как полезного и как вредного не проводился, так как респонденты отметили интра-субъектное сравнение как вредное только в четырех случаях.

При оценке выраженности склонности к субъектно-ориентированному сравнению с помощью **опросника РООСС** были получены следующие результаты.

Таблица 22. Средние значения показателей склонности к субъектно-ориентированному сравнению по опроснику РООСС при оценивании интер-субъектного сравнения как имеющего значение (полезно или вредно) и как не имеющего значение в жизни.

Субъективная оценка значимости интер-субъектного сравнения	Показатели опросника РООСС			
	Фактор 1	Фактор 2	Фактор 3	Общий показатель РООСС
Имеет значение	12,4	7,0**	2,5**	21,8**
Не имеет значения	11,3	6,0**	1,7**	18,9**

\*\*значимые различия при  $p \leq 0,01$

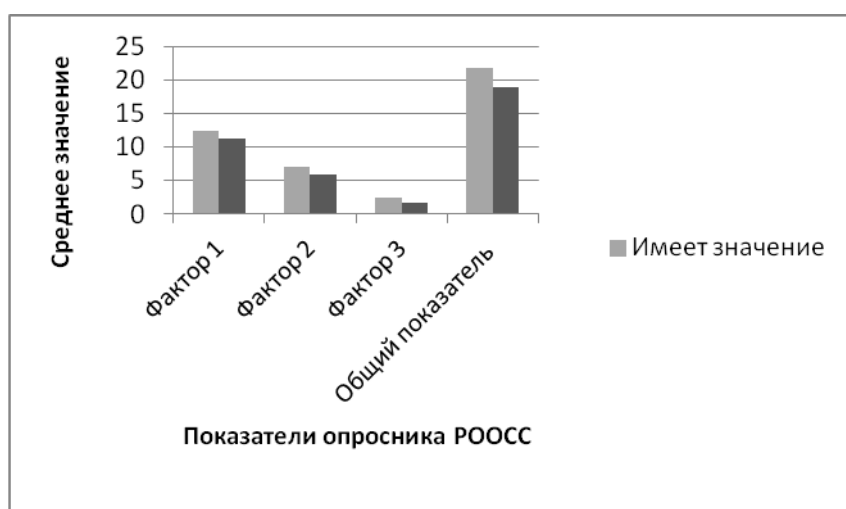


Рисунок 17. Средние значения показателей склонности к субъектно-ориентированному сравнению по опроснику РООСС в группах респондентов, оценивающих интер-субъектное сравнение как имеющее и как не имеющее значение в жизни.

Между группами респондентов, субъективно оценивающих **интер-субъектное** сравнение как имеющее значение (положительное или отрицательное) и как не имеющее значения в жизни, обнаружены значимые различия (Т-критерий, при  $p < 0,01$ ) по факторам 2 и 3, а также по общему показателю опросника РООСС (Таблица 22, рисунок 17). Респонденты, оценивающие интер-субъектное сравнение как имеющее значение для человека (либо положительное, либо отрицательное), характеризовались значимо более выраженной склонностью к субъектно-ориентированному сравнению в целом и, в частности, к сравнению себя со знакомыми и незнакомыми людьми.

Таблица 23. Средние значения показателей склонности к субъектно-ориентированному сравнению по опроснику РООСС при оценивании интер-субъектного сравнения как полезного и как вредного.

Оценка валентности интер-субъектного сравнения	Показатели опросника РООСС			
	Фактор 1	Фактор 2	Фактор 3	Общий показатель РООСС
Полезно	12,1	<b>7,4*</b>	2,5	22,0
Вредно	12,8	<b>6,4*</b>	2,5	21,7

\*значимые различия при  $p < 0,05$

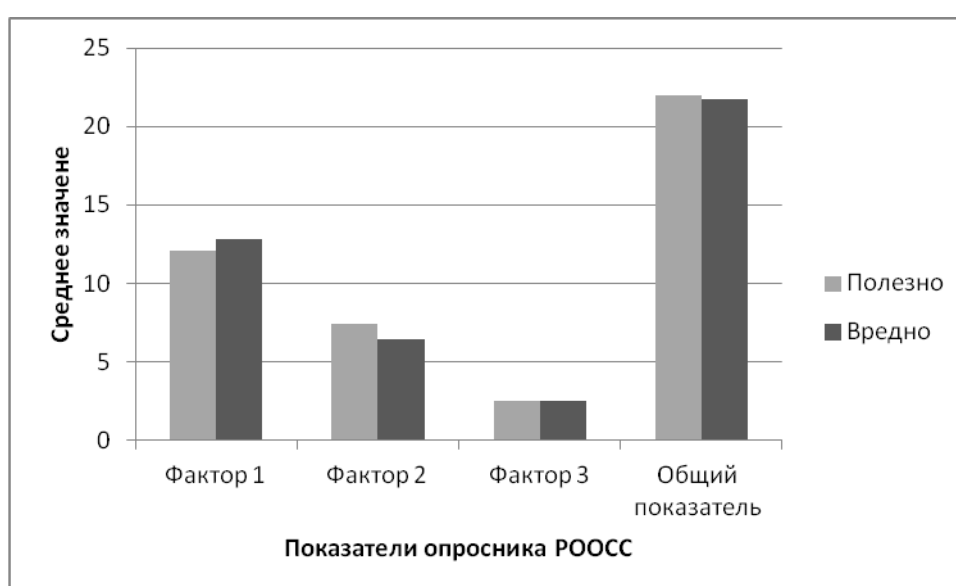


Рисунок 18. Средние значения показателей склонности к субъектно-ориентированному сравнению по опроснику РООСС при оценивании интер-субъектного сравнения как полезного и как вредного.

Между группами респондентов, оценивающих интер-субъектное сравнение как имеющее положительное и отрицательное значение в жизни, обнаружены значимые различия (Т-критерий, при  $p=0,05$ ) по фактору 2 опросника РООСС (Таблица 23, рисунок 18). Респонденты, оценивающие интер-субъектное сравнение как имеющее положительное значение характеризовались значимо более выраженной склонностью к сравнению себя со знакомыми людьми.

Таблица 24. Средние значения показателей склонности к субъектно-ориентированному сравнению по опроснику РООСС при оценивании интра-субъектного сравнения как имеющего значение (полезно или вредно) и как не имеющего значение в жизни.

Субъективная оценка значимости интра-субъектного сравнения	Показатели опросника РООСС			
	Фактор 1	Фактор 2	Фактор 3	Общий показатель
Имеет значение (полезно или вредно)	12,5**	6,8	2,3	21,6**
Не имеет значения	8,4**	6,1	2,0	16,4**

\*\*значимые различия при  $p \leq 0,001$



Рисунок 19. Средние значения показателей склонности к субъектно-ориентированному сравнению по опроснику РООСС в группах респондентов, оценивающих интра-субъектное сравнение как имеющее и как не имеющее значение в жизни.

Между группами респондентов, субъективно оценивающих **интра-субъектное** сравнение как имеющее значение (положительное или отрицательное) и как не имеющее значения в жизни, обнаружены значимые различия по Т-критерию по фактору 1 (при  $p \leq 0,001$ ), а также по общему показателю опросника РООСС (при  $p \leq 0,001$ ) (Таблица 24, рисунок 19). Респонденты, оценивающие интра-субъектное сравнение как имеющее жизненное значение (либо положительное, либо отрицательное), характеризовались по сравнению с теми, кто оценивал его как не имеющее значения, значимо более выраженной склонностью к сравнению себя с самим собой, а также склонность к субъектно-ориентированному сравнению в целом.

Сравнение средних значений показателей склонности к субъектно-ориентированному сравнению по опроснику РООСС при оценивании интра-субъектного сравнения как полезного и как вредного не проводился, так как респонденты отметили интра-субъектное сравнение как вредное только в четырех случаях.

Таким образом, анализ взаимосвязи склонности к субъектно-ориентированному сравнению, оцениваемой с помощью шкалы INCOM и опросника РООСС, и оценок его жизненной значимости позволяет сделать следующие выводы.

Люди, дающие оценку интер-субъектному сравнению как имеющему значение для человека, значимо более склонны, чем люди, оценивающие такое сравнение как не значимое, к сравнению себя с другими людьми по способностям, но менее склонны к сравнению по глобальной жизненной ситуации (по шкале INCOM).

Люди, оценивающие интер-субъектное сравнение как имеющее положительное значение в жизни, значимо более склонны, чем респонденты, оценивающие его как имеющее отрицательное значение, к интер-субъектному сравнению в целом, и в частности к сравнению собственных мнений с мнениями других людей (по шкале INCOM).

Люди, для которых интра-субъектное сравнение имеет значение (либо в положительном, либо в отрицательном смысле), более склонны, чем те, для которых оно не имеет значения, к сравнению себя с другими людьми по способностям, и в целом более склонны к интер-субъектному сравнению (по шкале INCOM).

Результаты, полученные при измерении склонности к субъектно-ориентированному сравнению с помощью опросника РООСС, дополняют результаты, полученные, при измерении этого конструкта с помощью шкалы INCOM.

Так, люди, оценивающие интер-субъектное сравнение как имеющее значение (либо положительное, либо отрицательное) для человека, обладают,

по сравнению с теми, для которых оно не имеет значения, значимо более выраженной склонностью к субъектно-ориентированному сравнению в целом, и, в частности, к сравнению себя со знакомыми и незнакомыми людьми.

Люди, для которых интер-субъектное сравнение имеет положительное значение обладают, по сравнению с людьми, оценивающими его как имеющее отрицательное значение, значимо более выраженной склонностью к сравнению себя со знакомыми людьми.

У людей, оценивающих интра-субъектное сравнение как имеющее жизненное значение, более выражена, по сравнению с теми, для которых оно не имеет значения, склонность к сравнению себя с самим собой, а также общая склонность к субъектно-ориентированному сравнению.

Таким образом, исследование отношения к субъектно-ориентированному сравнению дополняет релевантные работы в нескольких направлениях.

В большинстве известных нам работ функциональное значение интер-субъектного сравнения изучалось с точки зрения тех эмоциональных состояний, которые возникают при осуществлении восходящего и нисходящего сравнения себя с другими людьми (напр., Hemphill & Lehman, 1991; Wheeler, Miyake, 1992; Tesser, Millar, & Moore, 1988; Buunk, Ybema et al., 2001; Smith, 2000).

По отношению к этим работам, новизна нашего исследования заключается, во-первых, в выявлении сходного и различного в представлениях человека о значимости сравнения себя с другими людьми и самосравнения; во-вторых, в выделении *содержательных* категорий представлений о положительном и отрицательном значении таких видов сравнения; в-третьих, в выявлении взаимосвязей представлений о значимости этих видов сравнения и выраженности склонности к ним: люди, оценивающие интер-субъектное и интра-субъектное виды сравнения как имеющие значение (положительное или отрицательное) и как не имеющие

значения, характеризуются значимо разной выраженностью склонности к ним.

Полученные в диссертационном исследовании значимые закономерности в определенной степени не соответствуют данным об отсутствии взаимосвязи между субъективным восприятием смысла социального сравнения и обращением к процессу сравнения в реальной жизни (Pomerantz et al. 1995).

### **Заключение к главе 3**

Осуществленный в диссертационной работе цикл исследований склонности к субъектно-ориентированному сравнению в системе индивидуально-психологических характеристик характеризуется рядом особенностей.

Одна из особенностей заключалась в использовании выборки, достаточно разнообразной с точки зрения возраста и социальных характеристик респондентов, в отличие от известных работ, в большинстве которых основной упор делался на изучении школьников, подростков и студентов, а на выборках более старшего возраста изучались другие аспекты социального сравнения: критерии сравнения (Курьшева, Нужных, 2008) и особенности нисходящего, восходящего и латерального сравнения применительно к параметрам физического и психического состояния (Filipp et al., 1997).

В нашем исследовании возрастная выборка объединяла респондентов мужского и женского пола от 17 до 59 лет, что позволило более детально изучить взаимосвязи склонности к интер- и интра-субъектным сравнениям с характеристиками человека как индивида и личности, с компонентами его самосознания и отношения к данным видам сравнения. Общий характер данных взаимосвязей показан в структурных моделях, представленных на рисунках 18 и 19.



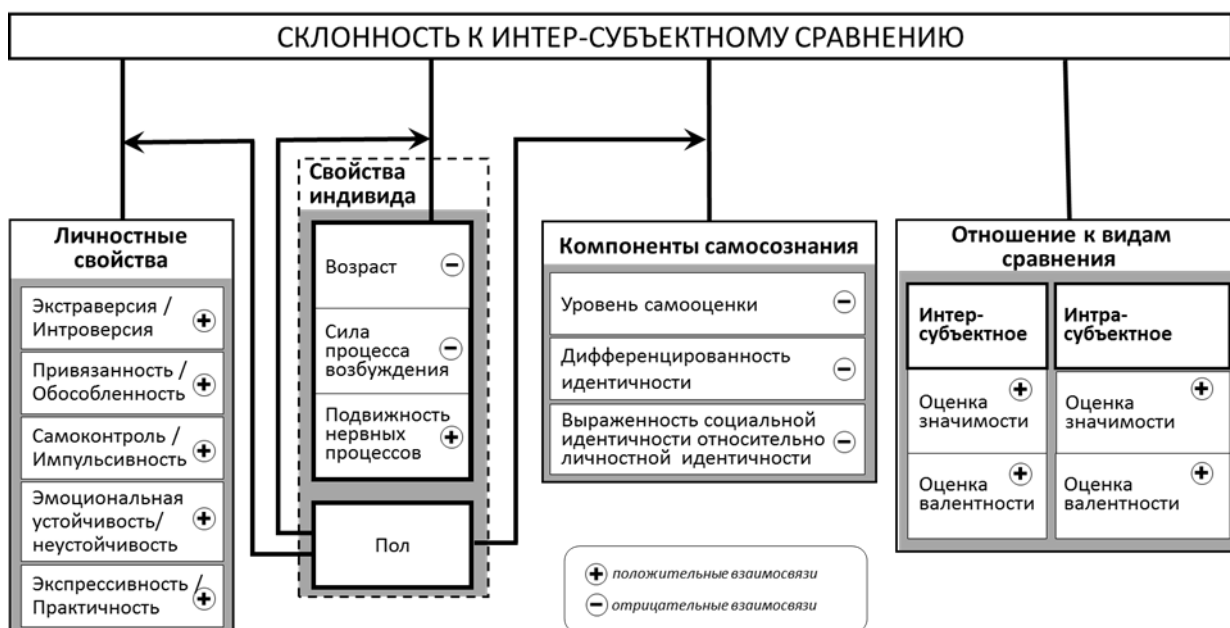


Рисунок 20. Склонность к интер-субъектному сравнению в системе индивидуально-психологических характеристик.

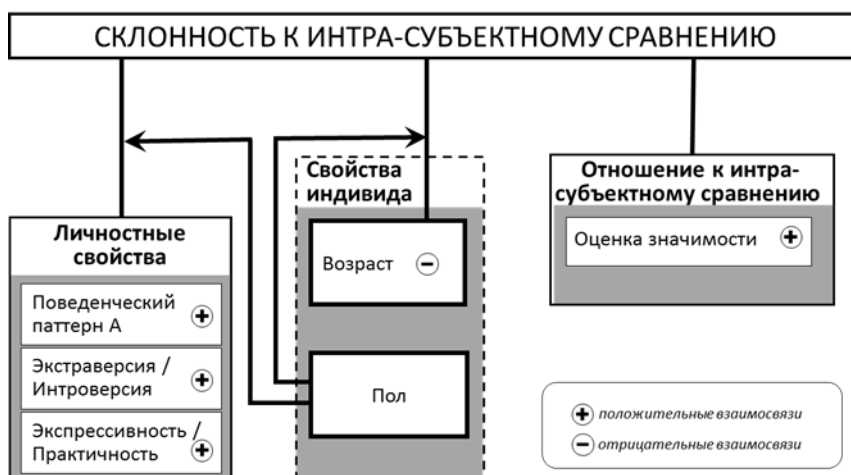


Рисунок 21. Склонность к интра-субъектному сравнению в системе индивидуально-психологических характеристик.

На основе обнаруженных в диссертационном исследовании взаимосвязей сконструированы психологические профили людей, более склонных к интер- и интра- субъектным сравнениям, то есть находящих больше поводов для таких сравнений.

Психологический профиль человека более склонного к интер-субъектному сравнению, то есть чаще обращающегося к сравнению себя с другими людьми, характеризуется, согласно нашим данным:

- менее выраженными процессами возбуждения и более легким переключением нервных процессов от возбуждения к торможению;
- более выраженными экстравертированностью, эмоциональной устойчивостью, стремлением к самоконтролю, склонностями к формированию привязанности и экспрессивным проявлениям;
- неадекватно заниженной самооценкой, меньшей дифференцированностью идентичности и менее выраженной социальной идентичностью относительно личностной идентичности.

Данный психологический профиль дополняет три обобщающие характеристики, которые были выделены Буунком применительно к субъекту, часто сравнивающего себя с другими людьми (Buunk et al., 2020): во-первых, фокусирование на себе, высокое самосознание, постоянная активация собственного Я, сочетающаяся с озабоченностью тем, чтобы соответствовать социальным и личным ожиданиям; во-вторых, выраженная межличностная ориентация, проявляющаяся в мотивации развивать и поддерживать продолжительные взаимоотношения и участвовать в положительных социальных взаимодействиях, более высокий уровень эмпатии по отношению к незнакомым людям, нуждающимся в помощи, а также более выраженный конформизм и страх отрицательной оценки; в-третьих, высокий уровень общего нейротизма.

Психологический профиль человека более склонного к интра-субъектному сравнению, то есть чаще обращающегося к сравнению себя с самим собой, характеризуется, согласно нашим данным:

- более выраженным поведенческим паттерном А, то есть большей импульсивностью, нетерпеливостью, стремлением к достижению целей, в том числе через соперничество и доминирование;
- более выраженными экспрессивным проявлениям в поведении и экстравертированностью.

## Общее заключение и выводы

Результаты диссертационного исследования склонности к субъектно-ориентированному сравнению в системе индивидуально-психологических характеристик позволили решить поставленные задачи и подтвердить ряд выдвинутых гипотез. Данные результаты, обнаруженные с помощью количественно-качественной методологии, получены на разнообразной по возрасту и социальной представленности выборке мужчин и женщин.

### Выводы

1. В системе индивидуально-психологических характеристик выраженность склонности человека юного и молодого возраста к интер- и интра-субъектным сравнениям в незначительной степени определяется его свойствами как индивида (возрастом и темпераментом).
2. В качестве внутренних условий проявления склонности к субъектно-ориентированному сравнению выступают такие личностные свойства как: поведенческий паттерн А, экстраверсия/интроверсия, привязанность, самоконтроль/импульсивность, эмоциональная устойчивость, экспрессивность/практичность).
3. Люди, характеризующиеся неадекватно заниженной самооценкой и соответственно неприятием себя, сравнивают себя со знакомыми чаще, чем люди, имеющие неадекватно завышенную самооценку.
4. Склонность к интер-субъектному сравнению сопряжена со степенью определенности, имеющейся у человека в отношении собственного Я, и оказывается более выраженной при меньшей дифференцированности идентичности и менее выраженной социальной идентичности относительно личностной идентичности.
5. Выраженность склонности к субъектно-ориентированному сравнению различается у людей, имеющих разное отношение к нему с точки зрения его значимости для человека.

6. Пол человека играет опосредующую роль в характере связей склонности к субъектно-ориентированному сравнению с возрастом, темпераментом, личностными свойствами, дифференцированностью идентичности и выраженностью социальной идентичности относительно личностной идентичности.
7. Методическая триангуляция в форме сочетания двух инструментов измерения склонности к субъектно-ориентированному сравнению (шкалы INCOM и опросника РООСС) позволила обнаружить взаимно дополняемые результаты относительно закономерностей, касающихся связей склонности к субъектно-ориентированному сравнению и индивидуально-психологических характеристик.
8. Структурные модели, построенные на основе совокупности полученных в исследовании эмпирических результатов, позволяют углубить представления о психологическом профиле человека с выраженной склонностью к интер- и интра-субъектным сравнениям.

В качестве перспектив дальнейших исследований мы видим, во-первых, изучение взаимосвязей склонности к восходящему и нисходящему (по типу ассимиляции/контраста) видам интер- и интра- субъектных сравнений, с одной стороны, и характеристик человека как индивида, личности и субъекта, с другой стороны; и во-вторых, расширение возрастного состава участников исследования за счет привлечения представителей более старших возрастных категорий.

## Литература

1. Ананьев Б. Г. О проблемах современного человекознания, 1977.
2. Ананьев Б. Г. Избранные психологические труды: Т. 1. М.: Педагогика, 1980.
3. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания. - СПб.: Питер, 2001. – 288 с.
4. Артемцева Н.Г., Самойленко Е.С. Шкала “сравнение физической внешности”: апробация на российской выборке / Психологический журнал. 2022. Т. 43. № 4. С. 99-108.
5. Асмолов А.Г. Психология личности: принципы общепсихологического анализа. М.: Смысл, 2001.
6. Бандура А. Теория социального научения / А. Бандура. - СПб. : Евразия, 2000. - 320 с.
7. Батаршев А.В. Диагностика черт личности и акцентуаций. М.: Психотерапия, 2006. 282 с.
8. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание / Р. Бернс. - М.: Прогресс, 1986. - 422 с.
9. Богданович Н.В. Проблема субъекта в отечественной психологии. Дис. ... канд. психол. наук. М., 2004.
10. Богданович Н.В. Субъект как категория отечественной психологии // Субъект, личность и психология человеческого бытия / Под ред. В.В. Знакова, З.И. Рябикиной. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2005. С. 58–84.
11. Брушлинский, 1994;
12. Гаранян Н.Г., Пушкина Е.С. Проверка валидности и надежности русскоязычной версии методики «Шкала ориентации на социальные сравнения Iowa-Netherlands» в выборке студентов // Консультативная психология и психотерапия. 2016. Т. 24. № 2. С. 64

- 13.Иванова Н.Л. Структура социальной идентичности личности: проблема анализа/Н.Л. Иванова//Психологический журнал. 2004. Т. 25. № 1.-. 52-60.
- 14.Карпушова О.А. Психолого-педагогические особенности поэтапного развития самопознания младших школьников // Изв. Саратов. ун-та Нов. сер. Сер. Акмеология образования. Психология развития. - 2014. - №4 - С.384-387.
- 15.Кон И. С. Психология ранней юности: кн. для учителя / И. С. Кон. - М.: Просвещение, 1989. - 255 с.
- 16.Корбут А.В., Самойленко Е.С. Социальное сравнение и тип личности А/Б / В сборнике: Процедуры и методы экспериментально-психологических исследований. Сер. «Интеграция академической и университетской психологии», Москва, 2016., с.788-794
- 17.Курьшева О.В. Возраст как критерий социального сравнения // Вестник ВолГУ. Серия 7: Философия. Социология и социальные технологии. -2013. - №2 - С.108-114.
- 18.Курьшева О.В., Нужных К.В. Социальное сравнение как механизм построения когнитивного компонента Я-концепции // Вестник ВолГУ. Серия 7: Философия. Социология и социальные технологии. - 2008. - №2 - С.142-148.
19. Лазурский А.Ф., 1912
- 20.Легостев, 2008
- 21.Леонгард К. Акцентуированные личности. - Берлин, 1976. — 328 с.
- 22.Леонтьев А. Н. Проблема развития психики. - М.: МГУ, 1965. – 584 с.
- 23.Ломов Б. Ф., 1963
- 24.Ломов Б. Ф. Методологические и теоретические проблемы психологии. М.: Наука, 1984. – 444 с.
- 25.Мерлин В. С. Психология индивидуальности / В. С. Мерлин. - М. : МОДЭК: МПСИ, 2009. - 544 с.

26. Мухина В.С. Возрастная психология. Феноменология развития / В. С. Мухина. - М. : Академия, 2009. - 640 с.
27. Мясищев В.Н. 1957
28. Мясищев В.Н. 1960
29. Мясищев В.Н. 1969
30. Мясищев В.Н. 1970
31. Мясищев В. Н. Психология отношений: под ред. А. А. Бодалева. - М.: Изд-во "Институт практической психологии", Воронеж: НПО "МОДЭК", 1995. – 356 с.
32. Мясищев В.Н. Понятие личности в аспектах нормы и патологии // Психология отношений. М., Воронеж, 1995. с. 48–55.
33. Никиреев, 2007
34. Платонов К.К. Структура и развитие личности. М.: Педагогика, 1986. с. 122–141.
35. Практическая психодиагностика. Методики и тесты: Учебное пособие / Под ред. Д. Я. Райгородского. - Самара: 2001. С. 486–490.
36. Психологические тесты. В 2т. /под ред. А.А. Карелина. – М.: Гуманитар. изд. Центр ВЛАДОС, 2005. – Т.1. – 312 с.
37. Рабочая книга практического психолога: Технология эффективной профессиональной деятельности (пособие для специалистов, работающих с персоналом) / Под ред. А.А. Деркача. – М.: Красная площадь, 1996. – 400 с. (с. 198-204).
38. Ромек В. Г. Тесты уверенности в себе // Практическая психодиагностика и психологическое консультирование. Ростов-на-Дону: Ирбис, 1998. С. 87–108.
39. Роджерс, К.Р. Становление личности: Взгляд на психотерапию / К.Р. Роджерс. - М.: Эксмо-Пресс, 2001. - 416 с.
40. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. - СПб.: Питер, 2008. - 712 с.
41. Рубинштейн С. Л. Бытие и сознание. М.: Педагогика, 1957. с. 307–312.

- 42.Рубинштейн С.Л. , 1958
- 43.Рубинштейн С.Л. Проблемы общей психологии. М., 1976.
- 44.Рубинштейн с. Л. Принципы и пути развития психологии. М.: Педагогика, 1959. с. 118–120.
- 45.Румянцева, 2006
- 46.Русалов В. М. Психология и психофизиология индивидуальных различий: некоторые итоги и ближайшие задачи системных исследований // Психол. журн. 1991. Т. 12. № 5. С.3 - 16.
- 47.Русалов В. М. Биологические основы индивидуально-психологических различий. М., 1979.
- 48.Русалов В.М. Психологическая зрелость: единая или множественная характеристика? // Психологический журнал. 2006. Т. 27. № 5. С. 83–91.
- 49.Русалов В.М., Манолова О.Н. Опросник черт характера взрослого человека (ОЧХ-В). М.: ИП РАН, 2003. — 100 с.
- 50.Русалов В. М., Манолова О. Н. Взаимосвязь характера и темперамента в структуре индивидуальности //Психологический журнал. – 2005. – Т. 26. – №. 3. – С. 65-73
- 51.Русалов, В.М., 1985
- 52.Русалов В.М., Трофимова И.Н. о представленности типов психической деятельности в различных моделях темперамента / Психологический журнал. 2011. Т. 32. № 3. С. 74-84.
- 53.Савченко Т.Н., Самойленко Е.С. Социальное сравнение как фактор субъективного благополучия / Социологические исследования. 2022. № 11. С. 74-85.
- 54.Самойленко, Костыгова, Денисова, 2008
- 55.Самойленко, Костыгова, 2009
- 56.Самойленко Е. С. Проблемы сравнения в психологическом исследовании. М.: Изд. «Институт психологии РАН», 2010.



- 57.Самойленко Е.С. Процесс сравнения в системах познания, общения и личности: дисс. ... д-ра психол. наук. М.: Институт психологии РАН, 2012.
- 58.Самойленко Е. С. О некоторых возрастных и личностных параметрах выраженности целей социального сравнения // Мир образования – Образование в мире. 2010 - Т. 4. - № 40. - С. 169–178.
- 59.Самойленко Е.С., Какубери М.Г. Соотношение выраженности целей социального сравнения и некоторых личностных характеристик // Вестник РУДН. Серия «Психология и педагогика». - 2010. - № 4. С. 29–34.
- 60.Самойленко Е.С., Корбут А.В. Взаимосвязь направленности субъектно-ориентированного сравнения и некоторых личностных характеристик // Экспериментальная психология, 2011 - том 4 - № 4, - С. 52–61.
- 61.Самойленко Е.С., Костыгова О.А., Корбут А.В. Особенности субъективно-ориентированного сравнения применительно к школьникам с разным социометрическим статусом // Экспериментальная психология. – 2011. - том 4. - № 1. - с. 65–84.
- 62.Самойленко Е.С., Савченко Т.Н., Корбут А.В. Методический инструмент измерения ориентированности на виды социального сравнения // Фундаментальные и прикладные исследования современной психологии: результаты и перспективы развития / Под ред. А.Л. Журавлева, В.А. Кольцовой. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2019. С. 532–541.
- 63.Самойленко Е.С., 2023
- 64.Скотникова И.Г. Проблемы субъектной психофизики. Издательство «Институт психологии РАН». Москва, 2008.
- 65.Соколова, Е.Т. Психотерапия. Теория и практика / Е. Т. Соколова. - М.: Академия, 2010. - 368 с.

66. Сорокоумова Е.А. Психология самопознания научная основа развития субъектов обучения: коллективная монография / Е.А.Сорокоумова, И.В.Усольцева и др.– М.: МГГУ им. М.А.Шолохова, 2012. – 200 с.
67. Спиркин, А.Г. Философия / А.Г. Спиркин. - Изд. 3-е, перераб. и доп. - М.: Юрайт, 2011. - 832 с.
68. Столин, В.В. Самосознание личности / В.В. Столин. - М.: Просвещение, 1983. -288 с.
69. Фрейджер Р., Фэйдимен Д. Теории личности и личностный рост. – М.: Прайм-Еврознак, 2004. – 608 с.
70. Харламенкова Н.Е. Психология личности. от методологии к научному факту. Москва, Институт психологии РАН, 2023.
71. Хорни К. Невротическая личность нашего времени. - М.: "Прогресс-Универс", 1993. – 208 с.
72. Хромов А.Б. Пятифакторный опросник личности. Учебно-методическое пособие. Курган: КГУ, 2000.
73. Хьелл Л. Теории личности. Основные положения, исследования и применение / Л. Хьелл, Д. Зиглер; пер. С. Меленевской и Д. Викторовой. - СПб.; М. ; Харьков ; Минск : Питер Пресс, 1990. - 606 с.
74. Чеснокова И. И. Проблема самосознания в психологии. М., 1977. 143 с.
75. Ядов В. А. Социальные и социально-психологические механизмы формирования социальной идентичности личности // Мир России. Социология. Этнология. 1995. №3-4 С.158-181.
76. Ahrens, A. H. (1991). Dysphoria and social comparison: Combining information regarding others' performances. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 10, 190–205. doi:10.1521/jscp.1991.10.2.190
77. Albright, J. S., Alloy, L. B., Barch, D., & Dykman, B. M. (1993). Social comparison by dysphoric and nondysphoric college students: The grass isn't always greener on the other side. *Cognitive Therapy and Research*, 17, 485–509. doi:10.1007/ BF01176075

78. Allan, S., & Gilbert, P. (1995). A social comparison scale: Psychometric properties and relationship to psychopathology. *Personality and Individual Differences*, 19(3), 293–299. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(95\)00086-L](https://doi.org/10.1016/0191-8869(95)00086-L)
79. Albert, 1977
80. Alicke M. D. Evaluating social comparison targets // *Handbook of Social Comparison: Theory and Research* / Eds. J. Suls, L. Wheeler. N. Y.: Kluwer Academic/Plenum Publishers, 2000. P. 271–293.
81. Angold et al. 1995
82. Appel H, Crusius J and Gerlach AL (2015) Social comparison, envy, and depression on Facebook: a study looking at the effects of high comparison standards on depressed individuals. *Journal of Social and Clinical Psychology* 34(4): 277–289.
83. Appel H, Gerlach AL and Crusius J (2016) The interplay between Facebook use, social comparison, envy, and depression. *Current Opinion in Psychology* 9: 44–49.
84. Arigo, 2020
85. Aspinwall, 1997
86. Baldwin, Mussweiler, 2018
87. Bandura & Jourdan, 1991
88. Barcena-Martin, 2016
89. Barrett A. Gendered experiences in midlife: Implications for age identity / A. Barrett // *Journal of Aging Studies*. - 2005. - Vol. 19. - P. 163-183.
90. Bänzner, E., Brömer, P., Hammelstein, P., & Meyer, T. D. (2006). Current and former depression and their relationship to the effects of social comparison processes. Results of an internet based study. *Journal of Affective Disorders*, 93, 97–103. doi:10.1016/j.jad.2006.02.017
91. Beck, Steer, & Brown, 1996
92. Bergagna E., Tartagliaa S. (2018) Self-Esteem, Social Comparison, and Facebook Use, *Europe's Journal of Psychology* 2018, Vol. 14(4), 831–845 doi:10.5964/ejop.v14i4.1592

93. Bers S. A., Rodin J. Social comparison jealousy: a developmental and motivational study // *Journal of Personality and Social Psychology*. 1984. V. 47. № 4. P. 766–779.
94. Blanton, 2001
95. Brassai, L., Piko, B. F., & Steger, M. F. (2013). Individual and parental factors related to meaning in life among Hungarian minority adolescents from Romania. *International Journal of Psychology*, 48, 308–315.
96. Brickman P., Coates D., J. Bulman R. Lottery winners and accident victims: Is happiness relative? // *Journal of Personality and Social Psychology*. – 1978. – № 36. – P. 917–927.
97. Brewer M B, Weber J G. Self-evaluation effects of interpersonal versus intergroup social comparison // *Journal of Personality and Social Psychology*, 1994.
98. Brien, 2009
99. Burke Moira, Cheng Justin, and de Gant Bethany. 2020. Social Comparison and Facebook: Feedback, Positivity, and Opportunities for Comparison. In *Proceedings of the 2020 CHI Conference on Human Factors in Computing Systems*.
100. Butzer B and Kuiper NA (2006) Relationships between the frequency of social comparisons and self-concept clarity, intolerance of uncertainty, anxiety, and depression. *Personality and Individual Differences* 41(1): 167–176
101. Buunk B. P., Collins R. L., Taylor S. E., Van Yperen N. W., Dakof G. A. The affective consequences of social comparison: Either direction has its ups and downs // *Journal of Personality and Social Psychology*. 1990. № 59. P. 1238–1249.
102. Buunk B. P., Mussweiler T. New directions in social comparison research // *European Journal of Social Psychology*. 2001. V. 31. № 5. P. 467–475.

103. Buunk, A. P., & Gibbons, F. X. (2007). Social comparison: The end of a theory and the emergence of a field. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 102(1), 3-21.
104. Buunk, A.P., Gibbons, F.X., Dijkstra, P., Krizan, Z. (2020). Individual differences in social comparison. The complex effects of social comparison orientation. In: *Social comparison, judgment, and behavior*, Edited by J. Suls, R. L. Collins, and L. Wheeler, Oxford University Press, 2020, pp. 77-104 DOI: 10.1093/oso/9780190629113.003.0004
105. Buunk, A.P., Peiro, J.M., and Griffioen, C. (2007). A positive role model may stimulate career-oriented behavior. *Journal of Applied Social Psychology*, 37, 1489-1500.
106. Buunk, and Schaufeli, 1993
107. Buunk, B. P., Schaufeli, W. B. & Ybema, J. (1994). Uncertainty, emotional exhaustion and the desire for social comparison among nurses. *Journal of Applied Social Psychology*, 24, 1701-1718.
108. Buunk, B. P., van der Zee, K. I., & van Yperen, N. W. (2001). Neuroticism and social comparison orientation as moderators of affective responses to social comparison at work. *Journal of Personality*, 69, 745–763.
109. Buunk, B. P., & Ybema, J. F. (1997). Social comparisons and occupational stress: The identification-contrast model. In B. P. Buunk & F. X. Gibbons (Eds.), *Health, coping and well-being: Perspectives from social comparison theory* (pp. 359–388). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
110. Buunk, Ybema et al., 2001
111. Campbell, J. D., Trapnell, P. D., Heine, S. J., Katz, I. M., Lavallee, L. F., & Lehman, D. R. (1996). Self-concept clarity: Measurement, personality correlates and cultural comparison behavior. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 11, 167–180.
112. Cardle, Speck, 2019
113. Cattell, 1950

114. Cialdini, et al., 1976
115. Cheng, Burke, de Gant et al, 2020
116. Collins R. L. For better or worse: The impact of upward social comparison on self-evaluations. // *Psychological Bulletin*, Vol 119(1), Jan 1996, 51-69.
117. Collins, 2000
118. Coopersmith S. *The antecedents of Self-Elsteem*. San-Francisco: Freeman, 1967.
119. Corcoran K, Crusius J., Mussweiler T. *Social Comparison: Motives, Standards, and Mechanisms // Theories in Social Psychology*, First Edition. – 2001. – P. 119-139.
120. Costa, P.T., Jr., & McCrae, R.R. (1992). *NEO PI-R professional manual*. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.
121. Dagnan & Sandhu, 1999
122. Dibb, Yardley, 2006
123. Diener, Fujita, 1997
124. Diener et al., 2018
125. Drutschinin, K., Fuller-Tyszkiewicz, M., Paoli, T. D., Lewis, V., and Krug, I. (2018). The daily frequency, type, and effects of appearance comparisons on disordered eating. *Psychol. Women Q.* 42, 151–161. doi: 10.1177/0361684317732001
126. Faranda-Roberts-2019
127. Fardouly, J., Pinkus, R. T., and Vartanian, L. R. (2017). The impact of appearance comparisons made through social media, traditional media, and in person in women’s everyday lives. *Body Image* 20, 31–39. doi: 10.1016/j.bodyim.2016.11.002
128. Feinstein, B. a., Hershenberg, R., Bhatia, V., Latack, J. a., Meuwly, N., & Davila, J. (2013). Negative social comparison on Facebook and depressive symptoms: Rumination as a mechanism. *Psychology of Popular Media Culture*, 2(3), 161–170. <http://doi.org/10.1037/a0033111>

129. Ferring, D., & Hoffmann, M. (2007). "Still the same and better off than others?": Social and temporal comparisons in old age. *European Journal of Ageing*, 4, 23–34.
130. Festinger, L. A theory of social comparison processes / L. Festinger // *Human Relations*. - 1954. -№ 1. - P 117-140.
131. Filipp S-H, Ferring D, Mayer A-K, Schmidt K (1997) Selbstbewertungen und selektive Präferenz für temporale vs. soziale Vergleichsinformation bei alten und sehr alten Menschen [Self-evaluations and selective preference for temporal and social comparison information in old and old old persons]. *Sozialpsychol* 28:30–43
132. Fitzsimmons-Craft, E. E. (2017). Eating disorder-related social comparison in college women's everyday lives. *Int. J. Eating Disord.* 50, 893–905. doi: 10.1002/eat.22725
133. Fitzsimmons-Craft, E. E., Bardone-Cone, A. M., Crosby, R. D., Engel, S. G., Wonderlich, S. A., and Bulik, C. M. (2016a). Mediators of the relationship between thin-ideal internalization and body dissatisfaction in the natural environment. *Body Image* 18, 113–122. doi: 10.1016/j.bodyim.2016.06.006
134. Fitzsimmons-Craft, E. E., Bardone-Cone, A. M., Wonderlich, S. A., Crosby, R. D., Engel, S. G., and Bulik, C. M. (2015). The relationships among social comparisons, body surveillance, and body dissatisfaction in the natural environment. *Behav. Ther.* 46, 257–271. doi: 10.1016/j.beth.2014.09.006
135. Fitzsimmons-Craft, E. E., Ciao, A. C., and Accurso, E. C. (2016b). A naturalistic examination of social comparisons and disordered eating thoughts, urges, and behaviors in college women. *Int. J. Eating Disord.* 49, 141–150. doi: 10.1002/eat.22486
136. Franz, 2000

137. Freeston, M. H., Rheume, J., Letarte, H., Dugas, M. J., & Ladouceur, R. (1994). Why do people worry? *Personality and Individual Differences*, 17, 791–802.
138. Friedman and Rosenman, 1959
139. Fujita, 1993
140. Fuller-Tyszkiewicz, M., Chhouk, J., McCann, L. A., Urbina, G., Vuo, H., Krug, I., et al. (2019). Appearance comparison and other appearance-related influences on body dissatisfaction in everyday life. *Body Image* 28, 101–109. doi: 10.1016/j.bodyim.2019.01.002
141. Gastorf J. W., J. Suls et al. Type A coronary-prone behavior pattern and social facilitation // *Journal of Personality and Social Psychology*. 1980. V. 38. № 5. P. 773–780.
142. Gerber, 2018
143. Gerber, Wheeler, Suls, 2018
144. Gerson, J., Plagnol, A.C. and Philip J. Corr, Ph. J. (2016). Subjective well-being and social media use: Do personality traits moderate the impact of social comparison on Facebook? *Computers in Human Behavior*, Volume 63, October 2016, P. 813–822. doi.org/10.1016/j.chb.2016.06.023
145. Gelfand, Nishii, Raver, 2006
146. Gilbert, 2000a
147. Gilbert et al., 2002
148. Gilbert, Allan, & Trent, 1995
149. Guimond, S., Branscombe, N. R., Brunot, S., Buunk, A. P., et al. Culture, gender, and the self: variations and impact of social comparison processes. *Journal of Personality and Social Psychology*. 2007. 92, 6, 1118.
150. Goethals, Darley, 1977
151. Goethals, G., Messick, D., & Allison, S. (1991). The uniqueness bias: Studies of constructive social comparison. In J. Suls & T. A. Wills (Eds.), *Social comparison research: Contemporary theory and research* (pp. 149–176). Hillsdale, NJ: Lawrence



152. Erlbaum Associates
153. Goethals, Klein, 2000
154. Gibbons F. X., Buunk A. P. Individual differences in social comparison: development and validation of a measure of social comparison orientation // *Journal of Personality and Social Psychology*. 1999. V. 76. № 1. P. 129–142.
155. Gibbons, F.X., Helweg-Larsen, M., & Gerrard, M. (1995). Prevalence estimates and adolescent risk behavior: Cross-cultural differences in social influence. *Journal of Applied Psychology*, 80, 107-121.
156. Gilbert P. Social comparison, social attractiveness and evolution: How might they be related? / P. Gilbert, J. Price, S. Allan // *New Ideas in Psychology*. - 1995. - № 13. - P 149-165.
157. Gilbert, Allan, 1994
158. Giordano, C., Wood, J. V., & Michela, J. L. (2000). Depressive personality styles, dysphoria, and social comparisons in everyday life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79, 438–451. doi: 10.1037/0022-3514.79.3.438. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.79.3.438>
159. Guimond S., Branscombe N. R, Brunot S, Buunk A.P., Chatard A., et al. (2007). Culture, gender, and the self: variations and impact of social comparison processes. *Journal of Personality and Social Psychology* 92, 6 (2007), 1118.
160. Hackmiller K. L. Threat as a determinant of downward comparison / K. L. Hackmiller // *Journal of Experimental Social Psychology*. - 1966. - Suppl. 1. -P 32-39.
161. Haferkamp, N., & Krämer, N. C. (2011). Social comparison 2.0: examining the effects of online profiles on social-networking sites. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 14, 309–314.
162. Heatherton & Polivy, 1991

163. Heatherton, T. F., & Wyland, C. (2003). Assessing self-esteem. In S. Lopez and R. Snyder, (Eds.), *Assessing positive psychology* (pp. 219 –233). Washington, DC: APA.
164. Helgeson, Mickelson, 1995
165. Helm F., Marsh H.W., Dicke Th., Moller J. (2020). Dimensional Comparison Theory. Extending the Internal/External Frame of Reference Model // Suls J., Collins R. & Wheeler, L. (eds.). *Social Comparison, Judgment, and Behavior*. Oxford university press. P. 201-225.
166. Hemphill K. J., Lehman D. R. Social comparisons and their affective consequences: The importance of comparison dimension and individual difference variables // *Journal of Social and Clinical Psychology*. 1991.№ 10. P. 372–394.
167. Higgins, Lurie, 1983
168. Higgins et al., 1986
169. Higgins, 1987
170. Hofstede G. H., Bond M. Hofstede's cultural dimensions: An independent validation using Rokeach's value survey. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 1984, vol. 15, pp. 417–433.
171. Hogg M.A. (2000) Social Identity and Social Comparison. In: Suls J., Wheeler L. (eds) *Handbook of Social Comparison*. The Springer Series in Social Clinical Psychology. Springer, Boston, MA. [https://doi.org/10.1007/978-1-4615-4237-7\\_19](https://doi.org/10.1007/978-1-4615-4237-7_19)
172. Huang, Zhang, & Broniarczyk, 2012
173. Huguet, Dumas, Monteil, & Genestoux, 2001
174. Johnson, 2012
175. Jones, D. C. (2001). Social comparison and body image: attractiveness comparisons to models and peers among adolescent girls and boys. *Sex Roles*, 45, 645–664.
176. Klein, W.M., & Weinstein, N.D. (1997). Social comparison and unrealistic optimism about personal risk. . In A.P. Buunk & F.X. Gibbons

- (Eds.) Health, coping and well-being: Perspectives from social comparison theory (pp. 25-61). Mahwah, N.J.: Erlbaum.
177. Kleinke, Miller, 1998
  178. Križan & Smith, 2014
  179. Kruglanski, Mayselless, 1987
  180. Kruglanski A. W., Mayselless O. Classic and current social comparison research: expanding the perspective // Psychological Bulletin. 1990. V. 108. № 2. P. 195–208.
  181. Kulik, Gump, 1997
  182. Kuwabara & Pillemer, 2010
  183. Lam, Van der Vegt, Walter, & Huang, 2011
  184. Lee, 2014
  185. Leahey, T. M., and Crowther, J. H. (2008). An ecological momentary assessment of comparison target as a moderator of the effects of appearance-focused social comparisons. *Body Image* 5, 307–311. doi: 10.1016/j.bodyim.2008.03.002
  186. Leahey, T. M., Crowther, J. H., and Mickelson, K. D. (2007). The frequency, nature, and effects of naturally occurring appearance-focused social comparisons. *Behav. Ther.* 38, 132–143. doi: 10.1016/j.beth.2006.06.004
  187. Litt, D.M., Stock, M.L., & Gibbons, F.X. (2015). Adolescent alcohol use: Social comparison orientation moderates the impact of friend and sibling behavior. *British Journal of Health Psychology*, 20, 514-533.
  188. Locke, 2014
  189. Locke, K. D., & Nekich, J. C. (2000). Agency and communion in naturalistic social comparison. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26, 864–874.
  190. Lup K, Trub L and Rosenthal L (2015) Instagram #instasad? Exploring associations among Instagram use, depressive symptoms, negative social comparison, and strangers followed. *Cyberpsychology*,

- Behavior, and Social Networking 18(5): 247–252. DOI: 10.1089/cyber.2014.0560
191. MacMahon, P., & Jahoda, A. (2008). Social comparison and depression: People with mild and moderate intellectual disabilities. *American Journal of Mental Retardation: AJMR*, 113(4), 307–318. . [https://doi.org/10.1352/0895-8017\(2008\)113\[307:SCADPW\]2.0.CO;2](https://doi.org/10.1352/0895-8017(2008)113[307:SCADPW]2.0.CO;2)
192. Markus, Nurius, 1986
193. Martinot, D., Redersdorff, S., Guimond, S., & Dif, S. (2002). Ingroup versus outgroup comparisons and self-esteem: The role of group status and ingroup identification. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 28, 1586–1600
194. Marsh, 1986
195. McCarthy, Morina, 2020
196. McGuire, W. J., & McGuire, C. V. (1982). Significant others in self-space: Sex differences and developmental trends in the social self. In J. Suls (Ed.), *Psychological perspectives on the self* (Vol. I). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
197. McGuire, W. J., McGuire, C. V. & Cheever, J. (1986). The self in society: Effects of social contexts on the sense of self. *British Journal of Social Psychology*.
198. McGuire, W. J. & Padawer-Singer, A. (1976). Trait salience in the spontaneous self-concept. *Journal of Personality and Social Psychology*. 33, 743-754.
199. Miller, 1982
200. Michalos, 1985).
201. Moller, J., & Marsh, H. W. (2013). Dimensional comparison theory. *Psychological Review*, 120, 544–560. doi:10.1037/a0032459
202. Moller et al., 2016
203. Molleman, Pruyn, & Van Knippenberg, 1986
204. Mosatche and Bragonier, 1981

205. Mullin, 2017 (biblio-Korbut)
206. Mussweiler, T. & Epstude, K. (2009). Relatively fast! Efficiency advantages of comparative information processing. *Journal of Experimental Psychology: General*, 138, 1-21.
207. Mussweiler T., & Ruter K. (2003). What friends are for! The use of routine standards in social comparison. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85, 467-481.
208. Mussweiler T., Strack F. The "relative self": Informational and judgmental consequences of comparative self-evaluation // *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol 79(1), Jul 2000, 23-38.
209. Nesi, J., & Prinstein, M. J. (2015). Using social media for social comparison and feedback-seeking: Gender and popularity moderate associations with depressive symptoms. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 43, 1427-1438. doi:10.1007/s10802-015-0020-0
210. Nolen-Hoeksema & Morrow, 1991
211. Nosanchuk, Erickson, 1985),
212. O'Brien et al., 2009
213. Olson et al., 2000
214. Patrick, H., Neighbors, C., and Knee, C. R. (2004). Appearance-related social comparisons: the role of contingent self-esteem and self perceptions of attractiveness. *Pers. Soc. Psychol. Bull.* 30, 501–514. doi: 10.1177/0146167203261891
215. Peltó, 1968
216. Piko, B.F., Luszczynska, A., Gibbons, F.X. & Tekozel, M. (2005). A culture-based study of personal and social influences of adolescent smoking. *European Journal of Public Health*, 15, 393-398.
217. Pila, E., Barlow, M. A., Wrosch, C., and Sabiston, C. M. (2016). Comparing the body to superior others: associations with daily exercise and body evaluation in men and women. *Psychol. Sport Exerc.* 27, 120–127. doi: 10.1016/j.psychsport.2016.08.001

218. Pinkley R. L., Laprelle J., Pyszczynski T., Greenberg J. Depression and the self-serving search for consensus after success and failure // *Journal of Social and Clinical Psychology*. 1988. № 6. P. 235–244.
219. Pomerantz et al. 1995
220. Przybylski AK, Murayama K, De Haan CR, et al. (2013) Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers in Human Behavior* 29(4): 1841–1848.
221. Radloff, 1977
222. Redersdorff, Guimond, 2006
223. Ridolfi, D. R., Myers, T. A., Crowther, J. H., and Ciesla, J. A. (2011). Do appearance focused cognitive distortions moderate the relationship between social comparisons to peers and media images and body image disturbance? *Sex Roles* 65:491. doi: 10.1007/s11199-011-9961-0
224. Robinson-Whelen, S., & Kiecolt-Glaser, J. (1997). The importance of social versus temporal comparison appraisals among older adults. *Journal of Applied Social Psychology*, 27, 959-966.
225. Rogers, A., Fuller-Tyszkiewicz, M., Lewis, V., Krug, I., and Richardson, B. (2017). A person-by-situation account of why some people more frequently engage in upward appearance comparison behaviors in everyday life. *Behav. Ther.* 48, 19–28. doi: 10.1016/j.beth.2016.09.007
226. Ross, M., Heine, S. J., Wilson, A. E., & Sugimori, S. (2005). Cross-cultural discrepancies in self-appraisals. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31, 1175–1188.
227. Ross, 1989
228. Ruble D. N.; Feldman N.S.; Boggiano A. K. Social comparison between young children in achievement situations // *Developmental Psychology*, Vol 12(3), May 1976, 192-197.
229. Ruble D. N., Frey K. Social comparison and self-evaluation in the classroom: Developmental changes in knowledge and function // *Theoretical, empirical, and policy perspectives*. 1987 (pp. 81–104).

230. Ryff, 1991
231. Salovey & Rodin, 1984
232. Sanders Glenn S. The effects of social comparison on ability evaluations // *European Journal of Social Psychology*, Vol. 12, 63-74 (1982)
233. Schachter, 1959
234. Schaefer, Thompson, 2018
235. Schaefer LM, & Thompson JK (2014). The development and validation of the Physical Appearance Comparison Scale-Revised (PACS-R). *Eating Behaviors*, 15, 209–217. 10.1016/j.eatbeh.2014.01.001 [PubMed: 24854806]
236. Schneider, Schupp, 2011
237. Smith, R. H. (2000). Assimilative and contrastive emotional reactions to upward and downward social comparisons. In J. Suls & L. Wheeler (Eds.), *Handbook of social comparison* (pp. 173–200). New York, NY: Kluwer Academic. [https://doi.org/10.1007/978-1-4615-4237-7\\_10](https://doi.org/10.1007/978-1-4615-4237-7_10)
238. Smith, R. H., & Kim, S. H. (2007). Comprehending envy. *Psychological Bulletin*, 133, 46–64. doi:10.1037/0033-2909.133.1.46
239. Steers, M. N., Wickham, R. E., & Acitelli, L. K. (2014). Seeing everyone else’s highlight reels: How Facebook usage is linked to depressive symptoms. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 33(8), 701–731. <http://doi.org/10.1521/jscp.2014.33.8.701>
240. Strube M. J., Boland S. M., Manfredi P. A., Al-Falaij A. Type A behavior pattern, and the self-evaluation of abilities: Empirical tests of the self-appraisal model // *Journal of Personality and Social Psychology*. 1987. № 52. P. 956–974.
241. Suls Jerry. (1986). Comparison processes in relative deprivation: A life-span analysis. In *Relative deprivation and social comparison: The Ontario Symposium*, Vol. 4. 95–116.
242. Suls, 2000

243. Suls, Marco, & Tobin, 1991
244. Suls & Wills, 1991
245. Suls J., Collins R. & Wheeler, L. (2020). *Social Comparison, Judgment, and Behavior*. Oxford university press.
246. Swallow S. R., Kuiper N. A. Social comparison and negative self-evaluations: An application to depression // *Clinical Psychology Review*. 1988. № 8. P. 55–76.
247. Swallow S. R., Kuiper N. A. Mild depression, dysfunctional cognitions and interest in social comparison information // *Journal of Social and Clinical Psychology*. 1990. № 9. P. 289–302.
248. Tajfel, 1972, c. 292
249. Tajfel, 1978
250. Tajfel & Turner, 1986
251. Tyler, 2001
252. Taylor S. E., & Lobel M. (1989). Social comparison activity under threat: Downward evaluation and upward contacts. *Psychological Review*, 96,569-575.
253. Taylor, Buunk, & Aspinwall, 1990
254. Taylor S. E., Wayment, H. A. & Carrillo M. (1996). Social comparison, self-regulation, and motivation. In R. M. Sorrentino & E.T. Higgins (Eds.), *Handbook of motivation and cognition* (pp. 3-27). New York: Guilford Press.
255. Tesser A. (1988). Toward a self-evaluation maintenance model of social behavior. In L. Berkowitz (Ed.), *Advances in experimental socialpsychology* (Vol. 21, pp. 181-227). San Diego, CA: Academic Press.
256. Tesser, Millar, & Moore, 1988
257. Tesser, Collins, 1988
258. Tesser, 1991
259. Tesser, 1999



260. Thornton D. A., Arrowood A. J. Self-evaluation, self-enhancement, and the locus of social comparison // *Journal of Experimental Social Psychology*. 1966. V. 1., Supplement 1. P. 40–48.
261. Thompson et al., 1999
262. Thompson, Heinberg, & Tantleff, 1991
263. Triandis, 1989
264. Turner J. Social comparison and social identity: Some prospects for intergroup behavior / J. Turner // *European Journal of Social Psychology*. - 1975. - № 5. - P 5-34.
265. Thwaites, R., & Dagnan, D. (2004). Moderating variables in the relationship between social comparison and depression: An evolutionary perspective. *Psychology and Psychotherapy*, 77, 309–323. <https://doi.org/10.1348/1476083041839376>
266. Thompson et al., 1999
267. Turner, J. C. (1975). Social comparison and social identity: Some prospects for intergroup behaviour. *European Journal of Social Psychology*, 5(1), 5-34.
268. Turner, J. C., Oakes, P. J., Haslam, S. A., & McGarty, C. (1994). Self and collective: Cognition and social context. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 20, 454 – 463.
269. Turner, J. C., & Onorato, R. S. (1999). Social identity, personality, and the self-concept: A self-categorization perspective. In T. R. Tyler, R. M. Kramer, & O. P. John (Eds.), *The psychology of the social self* (pp. 11–46). Mahwah, NJ: Erlbaum.
270. Van der Zee K., Buunk B., Sanderman R. The relationship between social comparison processes and personality // *Personality and Individual Differences*. 1996. V. 20. № 5. P. 551–565.
271. Van der Zee K. I., Buunk B. P., Sanderman R. Neuroticism and reactions to social comparison information among cancer patients // *Journal of Personality*. 1998. № 66. P. 175–194.

272. Van der Zee, K. I., Buunk, B. P., Sanderman, R., Botke, G., & van den Bergh, F. (2000). Social comparison and coping with cancer treatment. *Personality and Individual Differences*, 28, 17–34.
273. Van de Ven, Zeelenberg, 2019, c. 227
274. Verdyun, 2017
275. Verdyun et al, 2020
276. Vogel et al., 2014
277. Wang J-L, Wang H-Z, Gaskin J and Hawk S (2017). The Mediating Roles of Upward Social Comparison and Self-esteem and the Moderating Role of Social Comparison Orientation in the Association between Social Networking Site Usage and Subjective Well-Being. *Front. Psychol.* 8:771. P. 1-9. doi: 10.3389/fpsyg.2017.00771.
278. Weary G., Marsh K. L., McCormick L. Depression and social comparison motives // *European Journal of Social Psychology*. 1994. № 24. P. 117–129.
279. White, Lehman, 2005
280. Wheeler, 1966
281. Wheeler et al., 1969
282. Wheeler et al., 1982
283. Wheeler L. Individual differences in social comparison // *Handbook of Social Comparison: Theory and Research* / Eds. J. Suls, L. Wheeler. N. Y.: Kluwer Academic/Plenum Publishers. 2000. P. 141–158.
284. Wheeler L., Miyake K. Social comparison in everyday life // *Journal of Personality and Social Psychology*. 1992. V. 62. № 5. P. 760–773.
285. Wheeler, Suls, 2020
286. White K, Lehman DR (2005) Culture and social comparison seeking: The role of self-motives. *Pers Soc Psychol Bull* 31:232–242.
287. Wills T. A. Downward comparison principles in social psychology / T. A. Wills // *Psychological Bulletin*. - 1981. - № 90 (2). - P. 245-271.

288. Wills T A. Stress and coping in early adolescence: relationships to substance use in urban school samples // *Health psychology : official journal of the Division of Health Psychology, American Psychological Association*. 1986. - 5 (6): 503-29.
289. Wills & Suls, 1991
290. Wilson, A. E., & Ross, M. (2001). From chump to champ: People's appraisals of their earlier and present selves. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80, 572–584. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.80.4.572>
291. Wilson A.E., Shanahan E. Temporal Comparisons in a Social World // Suls J., Collins R. & Wheeler, L. (2020). *Social Comparison, Judgment, and Behavior*. Oxford University Press. pp. 309-348.
292. Wittchen & Perkonig, 1997
293. Wood J. V Social comparison in adjustment to breast cancer / J. V Wood, S. E. Taylor, R. R. Lichtman // *Journal of Personality and Social Psychology*. -1985. - № 49 (5). - P 1169-1183.
294. Wood J. Theory and research concerning social comparisons of personal attributes // *Psychological Bulletin*. 1989. V. 106. № 2. P. 231–248.
295. Wood J. V. What is social comparison and how should we study it? // *Personality and Social Psychology Bulletin*. 1996. V. 22. № 5. P. 520–537.
296. Wood J.V., Giordano-Beech M., Taylor K. L., Michela J.; Gaus V. Strategies of social comparison among people with low self-esteem: Self-protection and self-enhancement. // *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol 67(4), Oct 1994, 713-731.
297. Wood, J. V., & Lockwood, P. (1999). Social comparisons in dysphoric and low self-esteem people. In R. M. Kowalski & M. R. Leary (Eds.), *The social psychology of emotional and behavioral problems: Interfaces of social and clinical psychology* (pp. 97-135). Washington, DC: American Psychological Association.

298. Wood J. V., Taylor K. L. Serving self-relevant goals through social comparison. *Social comparison // Contemporary theory and research* /Eds. J. Suls, A. Wills. New York: Lawrence Erlbaum, 1991. P. 23–49.
299. Wood, J. V., Taylor, S. E., & Lichtman, R. R. (1985). Social comparison in adjustment to breast cancer. *Journal of Personality and Social Psychology*, 49, 1169–1183.
300. Ybema, Buunk, 1995
301. Yuen S. A., Kuiper N. A. Type A and self-evaluations: A social comparison perspective // *Personality and Individual Differences*. 1992. № 13. - P. 549–562.
302. Zanna et al., 1975
303. Zagefka, H., & Brown, R. (2006). Predicting comparison choices in intergroup settings: A new look. In S. Guimond (Ed.), *Social comparison and social psychology: Understanding cognition, intergroup relations and culture* (pp. 99–126). Cambridge, England: Cambridge University Press
304. Zell E. Alicke M.D. Effects of Local and General Comparisons on Self-Assessment. In: *Social Comparison, Judgment, and Behavior*. Edited by Jerry Suls, Rebecca L. Collins, and Ladd Wheeler, Oxford University Press 2020. © Oxford University Press

## Приложения

### Приложение 1. Факторная структура русскоязычной версии шкалы INCOM (Савченко, Самойленко, Корбут, 2019)

<b>Фактор №1. «Ориентация на сравнение способностей»</b>		
<b>№</b>	<b>Пункты шкалы</b>	<b>Факторная нагрузка</b>
1	Я часто сравниваю, как идут дела у моих близких (друзей или подруг, членов семьи и т.д.) с тем, как идут дела у других людей	0,62
2	Я всегда обращаю большое внимание на то, как я делаю дела, в сравнении с тем, как их делают другие люди	0,72
3	Если я хочу выяснить, насколько хорошо я сделал какое-то дело, я сравниваю то, как я его сделал, с тем, как другие его сделали	0,66
4	Я часто сравниваю собственную успешность в социальном плане (например, мои социальные навыки, популярность) с другими людьми	0,78
6	Я часто сравниваю себя с другими людьми в отношении того, что удалось сделать в жизни	0,72
<b>Фактор №2. «Ориентация на сравнение мнений»</b>		
<b>№</b>	<b>Пункты шкалы</b>	<b>Факторная нагрузка</b>
7	Я часто люблю обмениваться с другими людьми мнениями и опытом	0,61
8	Я часто пытаюсь выяснить, что думают другие люди, когда сталкиваются с теми же, что и я проблемами	0,81
9	Я всегда интересуюсь тем, как поступили бы другие люди в ситуации, аналогичной той, в которой я нахожусь	0,78

10	Если я хочу узнать больше о чем-то, я пытаюсь выяснить, что думают об этом другие	0,66
<b>Фактор 3. «Ориентация на сравнение глобальной жизненной ситуации»</b>		
<b>№</b>	<b>Пункты шкалы</b>	<b>Факторная нагрузка</b>
5	Я не тот, кто часто сравнивает себя с другими людьми	0,76
11	Я никогда не соотношу собственную жизненную ситуацию с той, в которой находятся другие люди	0,83

## Приложение 2. Факторная структура русскоязычного опросника РООСС

(получена А.В. Корбут на выборке из 819 респондентов)

<b>Фактор 1. «Ориентация на сравнение с собой»</b>		
<b>№ пунктов</b>	<b>Пункты опросника</b>	<b>Факторная нагрузка</b>
7	Я сравниваю себя в настоящем и себя в прошлом	0,59
8	Я сравниваю себя в настоящем с собой таким, каким я очень хочу быть в будущем	0,86
9	Я сравниваю себя в настоящем с собой, таким, каким я могу быть в будущем	0,84
10	Я сравниваю себя в настоящем с собой таким, каким я боюсь быть в будущем	0,61
11	Я сравниваю себя в настоящем с собой таким, каким я мог бы быть, но не стал	0,51
12	Я сравниваю себя в настоящем с собой таким, каким я должен стать в идеале в будущем	0,78
<b>Фактор 2. «Ориентация на сравнение со знакомыми людьми»</b>		
<b>№ пунктов</b>	<b>Пункты опросника</b>	<b>Факторная нагрузка</b>
1	Я сравниваю себя со знакомыми	0,55
2	Я сравниваю себя с людьми, с которыми нахожусь в интимных отношениях	0,71



**Полезно**

**Вредно**

**Не имеет значения**

**Если полезно, то почему?**

---

---

---

**Если вредно, то почему?**

---

---

---

**Если не имеет значения, то почему?**

---

---

---

---



## Приложение 4. Таблицы для исследований

Таблица 1. Корреляции между возрастом, суммарным показателем и тремя факторами опросника РООСС.

Показатели РООСС	Мужчины N=298		Женщины N=521		Общая выборка N=819	
	г	р	г	р	г	р
Общий показатель	-0,17**	(0,004 / 0,008)	-0,11*	(0,013 / 0,026)	-0,13***	(0,000 / 0)
Фактор 1	-0,18**	(0,002 / 0,008)	-0,16***	(0,000 / 0)	-0,16***	(0,000 / 0)
Фактор 2	-0,14*	(0,015 / 0,020)	-0,04	(0,410 / 0,547)	-0,07	(0,06 / 0,08)
Фактор 3	-0,01	(0,818 / 0,818)	-0,02	(0,631 / 0,631)	-0,02	(0,579 / 0,579)

*Примечания:* \* –  $p < 0,05$ ; \*\* –  $p < 0,01$ ; \*\*\* –  $p < 0,001$ . После косой черты указаны уровни значимости после поправки Бенджамини-Хохберга.

Таблица 2. Взаимосвязь показателей INCOM с показателями методики Я. Стреляу на выборке в целом.

Показатели шкал методики Я. Стреляу	Шкала INCOM							
	Общий показатель		Фактор 1		Фактор 2		Фактор 3	
	г	р	г	р	г	р	г	р
«СВ»	-0,08	0,570 (0,471)	<i>-0,25</i>	0,152 (0,019)	0,10	0,570 (0,364)	0,19	0,275 (0,070)
«СТ»	-0,09	0,570 (0,387)	-0,07	0,570 (0,499)	-0,11	0,570 (0,310)	0,08	0,570 (0,454)
«П»	0,08	0,570 (0,436)	-0,08	0,570 (0,465)	<i>0,23</i>	0,160 (0,030)	0,05	0,672 (0,672)
«У»	0,05	0,657 (0,616)	<i>-0,26</i>	0,152 (0,013)	0,16	0,336 (0,126)	0,18	0,275 (0,086)

*Примечание:* Показатели уровня значимости (р): в скобках указаны показатели до применения поправки Бенджамини-Хохберга на множественную проверку гипотез, перед скобками – показатели с учетом поправки. Курсивом отмечены корреляции, значимые на уровне  $p < 0,05$  до поправки.

Таблица 3. Взаимосвязь показателей INCOM с показателями методики Я. Стреляу на выборках мужчин и женщин.

Показатели шкал методики Я. Стреляу	Шкала INCOM															
	Общий показатель				Фактор 1				Фактор 2				Фактор 3			
	Муж.		Жен.		Муж.		Жен.		Муж.		Жен.		Муж.		Жен.	
	г	р	г	р	г	р	г	р	г	р	г	р	г	р	г	р

«СВ»	0,34 (0,18)	0,92 (0,15)	-0,15	0,40 (0,22)	0,31	0,92 (0,22)	<b>-0,33*</b>	0,04 (0,00)	0,24	0,92 (0,35)	0,08	0,55 (0,51)	-0,10	0,92 (0,71)	0,22	0,24 (0,06)
«СТ»	0,21 (0,42)	0,92 (0,42)	-0,16	0,40 (0,17)	0,37	0,92 (0,14)	-0,15	0,40 (0,20)	-0,05	0,92 (0,85)	-0,13	0,40 (0,27)	-0,13	0,92 (0,64)	0,10	0,54 (0,40)
«П»	-0,15	0,92 (0,56)	0,13	0,40 (0,26)	-0,04	0,92 (0,86)	-0,09	0,55 (0,47)	-0,19	0,92 (0,46)	<b>0,32*</b>	0,04 (0,00)	-0,02	0,93 (0,93)	0,06	0,59 (0,59)
«У»	0,09	0,92 (0,73)	-0,08	0,55 (0,50)	-0,10	0,92 (0,69)	<b>-0,29</b>	0,08 (0,01)	0,25	0,92 (0,32)	0,15	0,40 (0,21)	0,06	0,92 (0,81)	0,22	0,31 (0,09)

Примечание: «\*» – значимые показатели, при  $p < 0,05$ . Показатели уровня значимости ( $p$ ): в скобках указаны показатели до применения поправки Бенжамини-Хохберга на множественную проверку гипотез, перед скобками – показатели с учетом поправки. Курсивом отмечены корреляции, значимые на уровне  $p < 0,05$  до поправки.

Таблица 4. Взаимосвязь показателей INCOM с выраженностью типов характера.

Типы характера	Общий показатель		Фактор 1		Фактор 2		Фактор 3	
	<i>р<sub>о</sub></i>	<i>р</i>	<i>р<sub>о</sub></i>	<i>р</i>	<i>р<sub>о</sub></i>	<i>р</i>	<i>р<sub>о</sub></i>	<i>р</i>
Застревание	<b>0,34</b>	0,480 (0,024)	<b>0,34</b>	0,480 (0,024)	0,18	0,714 (0,224)	0,18	0,714 (0,224)
Демонстративность	0,14	0,714 (0,343)	0,15	0,714 (0,310)	0,08	0,847 (0,572)	0,08	0,847 (0,572)
Педантичность	0,24	0,714 (0,120)	0,27	0,714 (0,073)	0,11	0,783 (0,470)	0,11	0,783 (0,470)
Возбудимость	0,25	0,714 (0,105)	0,18	0,714 (0,246)	0,21	0,714 (0,171)	0,21	0,714 (0,171)
Гипертимность	-0,13	0,714 (0,375)	-0,16	0,714 (0,284)	-0,01	0,956 (0,922)	-0,01	0,956 (0,922)
Дистимичность	0,05	0,870 (0,718)	0,13	0,731 (0,402)	-0,13	0,714 (0,373)	-0,13	0,714 (0,373)
Циклотимичность	-0,00	0,981 (0,981)	0,16	0,714 (0,305)	-0,07	0,850 (0,634)	-0,07	0,850 (0,634)
Экзальтированность	0,14	0,714 (0,354)	0,26	0,714 (0,088)	0,06	0,850 (0,680)	0,06	0,850 (0,680)
Эмотивность	-0,06	0,850 (0,660)	0,05	0,873 (0,742)	0,01	0,956 (0,932)	0,01	0,956 (0,932)
Тревожность	-0,02	0,956 (0,899)	0,10	0,802 (0,501)	-0,17	0,714 (0,264)	-0,17	0,714 (0,264)

Примечание: Показатели уровня значимости ( $p$ ): в скобках указаны показатели до применения поправки Бенжамини-Хохберга на множественную проверку гипотез, перед скобками – показатели с учетом поправки. Курсивом отмечены корреляции, значимые на уровне  $p < 0,05$  до поправки.

Таблица 5. Взаимосвязь показателей РООСС с выраженностью типов характера.

Типы характера	РООСС							
	Общий показатель		Фактор №1		Фактор №2		Фактор №3	
	<i>р<sub>о</sub></i>	<b>р</b>	<i>р<sub>о</sub></i>	<b>р</b>	<i>р<sub>о</sub></i>	<b>р</b>	<i>р<sub>о</sub></i>	<b>р</b>
Застревание	,15	0,655 (0,336)	,16	0,655 (0,312)	,1	0,679 (0,535)	,02	0,986 (0,920)
Демонстративность	,17	0,655 (0,266)	,15	0,655 (0,325)	,13	0,655 (0,390)	,19	0,655 (0,219)
Педантичность	,01	0,986 (0,947)	,01	0,986 (0,947)	0,01	0,986 (0,961)	,05	0,881 (0,749)
Возбудимость	,14	0,655 (0,373)	,13	0,655 (0,425)	,11	0,655 (0,475)	,12	0,655 (0,460)
Гипертимность	0,17	0,655 (0,266)	0,14	0,655 (0,376)	0,06	0,838 (0,691)	<b>0,36</b>	0,160 (0,016)
Дистимичность	,20	0,655 (0,211)	,21	0,655 (0,169)	,00	0,997 (0,997)	,24	0,538 (0,121)
Циклотимичность	,27	0,474 (0,083)	,16	0,655 (0,316)	,25	0,500 (0,100)	<b>,42</b>	0,160 (0,006)
Экзальтированность	<b>,38</b>	0,160 (0,013)	,29	0,380 (0,057)	<b>,38</b>	0,160 (0,012)	<b>,31</b>	0,360 (0,045)
Эмотивность	,13	0,655 (0,410)	,12	0,655 (0,438)	,16	0,655 (0,293)	,02	0,986 (0,878)
Тревожность	,10	0,679 (0,526)	,11	0,655 (0,465)	,10	0,679 (0,543)	,11	0,655 (0,469)

*Примечание:* Показатели уровня значимости (р): в скобках указаны показатели до применения поправки Бенжамини-Хохберга на множественную проверку гипотез, перед скобками – показатели с учетом поправки. Курсивом отмечены корреляции, значимые на уровне  $p < 0,05$  до поправки.

Таблица 6. Взаимосвязь показателей РООСС с показателем опросника Дженкинса.

Показатель типа личности А/Б	Общий показатель ориентированности на субъектно-ориентированное сравнение		Фактор 1		Фактор 2		Фактор 3	
	<i>р<sub>о</sub></i>	<b>р</b>	<i>р<sub>о</sub></i>	<b>р</b>	<i>р<sub>о</sub></i>	<b>р</b>	<i>р<sub>о</sub></i>	<b>р</b>
Выборка в целом (N=254)	<b>-0,20*</b>	0,010 (0,005)	<b>-0,22**</b>	0,004 (0,001)	- 0,07	0,357 (0,268)	0,01	0,838 (0,838)
Мужчины (N=88)	<b>-0,30**</b>	0,008 (0,004)	<b>-0,34**</b>	0,004 (0,001)	- 0,13	0,329 (0,247)	0,03	0,798 (0,798)
Женщины (N=166)	-0,09	0,556 (0,278)	-0,1	0,556 (0,201)	- 0,03	0,903 (0,734)	0,01	0,903 (0,903)

*Примечание:* \*\* –  $p < 0,01$ ; \* –  $p < 0,05$ . Показатели уровня значимости (р): в скобках указаны показатели до применения поправки Бенжамини-Хохберга на множественную проверку гипотез, перед скобками – показатели с учетом поправки.

Таблица 7. Взаимосвязь показателей INCOM с показателями шкал методики Big 5 на общей выборке.

Показатели шкал методики Big 5	Общий показатель		I фактор «Ориентация на сравнение способностей»		II фактор «Ориентация на сравнение мнений»		III фактор «Ориентация на глобальное сравнение жизненной ситуации»	
	<i>р<sub>о</sub></i>	<b>р</b>	<i>р<sub>о</sub></i>	<b>р</b>	<i>р<sub>о</sub></i>	<b>р</b>	<i>р<sub>о</sub></i>	<b>р</b>
I Экстраверсия / интроверсия	<b>0,21*</b>	0,013 (0,002)	,12	0,140 (0,077)	<b>0,30***</b>	0,000 (0,000)	,05	0,619 (0,495)
II Привязанность / обособленность	<b>0,15</b>	0,064 (0,024)	,11	0,188 (0,113)	<b>0,23**</b>	0,010 (0,001)	,01	0,944 (0,944)
III Самоконтроль / импульсивность	<b>0,13</b>	0,118 (0,059)	,09	0,236 (0,165)	<b>0,20*</b>	0,027 (0,008)	0,01	0,944 (0,907)

IV Эмоциональная устойчивость / эмоциональная неустойчивость	<b>0,15</b>	0,064 (0,029)	<b>,20*</b>	0,024 (0,006)	0,04	0,652 (0,554)	,07	0,364 (0,273)
V Экспрессивность / практичность	<b>0,15</b>	0,064 (0,028)	,10	0,191 (0,124)	<b>0,20*</b>	0,015 (0,003)	,02	0,810 (0,729)

*Примечание:* \*\*\* –  $p < 0,001$ ; \*\* –  $p < 0,01$ ; \* –  $p < 0,05$ . Показатели уровня значимости (p): в скобках указаны показатели до применения поправки Бенжамини-Хохберга на множественную проверку гипотез, перед скобками – показатели с учетом поправки. Курсивом отмечены корреляции, значимые на уровне  $p < 0,05$  до поправки.

Таблица 8. Взаимосвязь показателей INCOM с показателями шкал методики Big 5 (на выборках мужчин и женщин).

Показатели шкал методики Big 5	INCOM															
	Общий показатель				Фактор №1				Фактор №2				Фактор №3			
	Муж		Жен		Муж		Жен		Муж		Жен		Муж		Жен	
I Экстраверсия / интроверсия	<b>0,31*</b>	0,013(0,004)	0,14	0,52 (0,105)	0,19	0,140 (0,077)	0,07	0,742 (0,408)	<b>0,42**</b>	0 (0,000)	<b>0,22</b>	0,120 (0,012)	0,04	0,836 (0,669)	0,03	0,879 (0,704)
II Привязанность / обособленность	<b>0,44**</b>	0,000 (0,000)	-0,02	0,879 (0,747)	<b>0,40**</b>	0,000 (0,000)	-0,06	0,788 (0,473)	<b>0,44**</b>	0 (0,000)	0,10	0,673 (0,269)	-0,00	0,965 (0,965)	-0,01	0,954 (0,859)
III Самоконтроль / импульсивность	<b>0,28*</b>	0,025 (0,009)	0,02	0,879 (0,746)	<b>0,24</b>	0,056 (0,028)	0,00	0,982 (0,962)	<b>0,28*</b>	0,025 (0,010)	0,11	0,571 (0,200)	0,06	0,816 (0,579)	-0,05	0,792 (0,515)
IV Эмоциональная устойчивость / эмоциональная неустойчивость	0,00	0,965 (0,960)	<b>0,19</b>	0,207 (0,031)	0,05	0,816 (0,612)	<b>0,24</b>	0,120 (0,006)	0,03	0,891 (0,757)	0,04	0,879 (0,662)	-0,12	0,397 (0,258)	0,11	0,571 (0,196)
V Экспрессивность / практичность	<b>0,25*</b>	0,049 (0,022)	0,08	0,742 (0,365)	0,17	0,208 (0,125)	0,07	0,742 (0,401)	<b>0,33*</b>	0,008 (0,002)	0,12	0,571 (0,181)	0,01	0,965 (0,925)	0,00	0,982 (0,982)

*Примечание:* \*\*\* –  $p < 0,001$ ; \*\* –  $p < 0,01$ ; \* –  $p < 0,05$ . Показатели уровня значимости (p): в скобках указаны показатели до применения поправки Бенжамини-Хохберга на множественную проверку гипотез, перед скобками – показатели с учетом поправки. Курсивом отмечены корреляции, значимые на уровне  $p < 0,05$  до поправки.

Таблица 9. Взаимосвязь показателей ROOSS с показателями шкал методики Big 5 (на выборке в целом).

Показатели шкал методики Big 5	Общий показатель опросника ROOSS		Фактор 1. «Ориентация на сравнение себя с самим собой»		Фактор 2. «Ориентация на сравнение себя со знакомыми людьми»		Фактор 3. «Ориентация на сравнение себя с незнакомыми людьми»	
I Экстраверсия / интроверсия	<b>0,20*</b>	0,030 (0,006)	<b>0,26***</b>	0,000 (0,000)	0,11	0,202 (0,101)	0,06	0,512 (0,333)
II Привязанность / обособленность	0,02	0,849 (0,692)	0,07	0,467 (0,269)	0,04	0,752 (0,564)	0,04	0,752 (0,563)

III Самоконтроль / импульсивность	-0,02	0,849 (0,745)	-0,02	0,849 (0,764)	0,00	0,897 (0,897)	0,07	0,467 (0,280)
IV Эмоциональная устойчивость / эмоциональная неустойчивость	<b>0,17*</b>	0,044 (0,011)	0,13	0,136 (0,061)	0,15	0,086 (0,030)	0,13	0,136 (0,059)
V Экспрессивность / практичность	<b>0,24***</b>	0,000 (0,000)	<b>0,32***</b>	0,000 (0,000)	0,15	0,086 (0,026)	0,01	0,887 (0,843)

*Примечание:* \*\*\* –  $p < 0,001$ ; \* –  $p < 0,05$ . Показатели уровня значимости (p): в скобках указаны показатели до применения поправки Бенжамини-Хохберга на множественную проверку гипотез, перед скобками – показатели с учетом поправки. Курсивом отмечены корреляции, значимые на уровне  $p < 0,05$  до поправки.

Таблица 10. Взаимосвязь показателей РООСС с показателями шкал методики Big 5 (на выборках мужчин и женщин).

Показатели шкал методики Big 5	РООСС															
	Общий показатель				Фактор №1				Фактор №2				Фактор №3			
	Муж		Жен		Муж		Жен		Муж		Жен		Муж		Жен	
I Экстарверсия / интроверсия	0,20	0,217 (0,065)	0,16	0,194 (0,068)	<b>0,24</b>	0,145 (0,026)	<b>0,25*</b>	0,040 (0,004)	0,14	0,444 (0,222)	0,08	0,448 (0,330)	-0,02	0,886 (0,842)	-0,10	0,430 (0,258)
II Привязанность / обособленность	<b>0,24</b>	0,145 (0,029)	-0,12	0,334 (0,167)	0,21	0,216 (0,054)	-0,02	0,868 (0,825)	0,14	0,442 (0,199)	-0,19	0,153 (0,031)	0,14	0,442 (0,186)	-0,18	0,153 (0,046)
III Самоконтроль / импульсивность	0,04	0,807 (0,661)	-0,08	0,448 (0,358)	0,09	0,687 (0,378)	-0,10	0,420 (0,231)	-0,05	0,807 (0,686)	0,01	0,912 (0,912)	-0,07	0,716 (0,503)	-0,08	0,448 (0,348)
IV Эмоциональная устойчивость / эмоциональная неустойчивость	0,06	0,716 (0,537)	0,18	0,153 (0,044)	0,01	0,892 (0,892)	0,15	0,205 (0,082)	0,08	0,716 (0,453)	0,07	0,476 (0,405)	0,08	0,716 (0,467)	0,14	0,242 (0,109)
V Экспрессивность / практичность	<b>0,26</b>	0,145 (0,018)	<b>0,22</b>	0,087 (0,013)	<b>0,32</b>	0,060 (0,003)	<b>0,32**</b>	0,000 (0,000)	0,19	0,274 (0,096)	0,09	0,448 (0,300)	0,02	0,886 (0,833)	-0,03	0,810 (0,729)

*Примечание:* \* –  $p < 0,05$ ; \*\*\* –  $p < 0,001$ . Показатели уровня значимости (p): в скобках указаны показатели до применения поправки Бенжамини-Хохберга на множественную проверку гипотез, перед скобками – показатели с учетом поправки. Курсивом отмечены корреляции, значимые на уровне  $p < 0,05$  до поправки.

Таблица 11. Взаимосвязь показателей INCOM с показателем рефлексии.

Выборки	Общий показатель шкалы INCOM		Фактор №1		Фактор №2		Фактор №3	
Выборка в целом (N=138)	<b>-0,19</b>	0,056 (0,031)	<b>-0,19</b>	0,056 (0,027)	<b>-0,17</b>	0,056 (0,042)	-0,08	0,338 (0,338)
Мужчины(N=31)	-0,28	0,239 (0,131)	-0,20	0,301 (0,301)	-0,33	0,239 (0,077)	-0,25	0,239 (0,179)
Женщины(N=107)	-0,15	0,242 (0,121)	-0,19	0,208 (0,052)	-0,13	0,275 (0,206)	-0,03	0,777 (0,777)

*Примечание:* Показатели уровня значимости (p): в скобках указаны показатели до применения поправки Бенжамини-Хохберга на множественную проверку гипотез, перед скобками – показатели с учетом поправки. Курсивом отмечены корреляции, значимые на уровне  $p < 0,05$  до поправки.

Таблица 12. Взаимосвязь показателей INCOM с показателем дифференцированности идентичности.

Выборки	Общий показатель шкалы INCOM		Фактор №1		Фактор №2		Фактор №3	
Выборка в целом (N=138)	<b>-0,24*</b>	0,016 (0,004)	<b>-0,22*</b>	0,016 (0,008)	<b>-0,19*</b>	0,021 (0,021)	<b>-0,21*</b>	0,021 (0,016)
Мужчины(N=31)	<b>-0,42*</b>	0,044 (0,022)	-0,30	0,113 (0,113)	<b>-0,38*</b>	0,049 (0,037)	<b>-0,52*</b>	0,012 (0,003)
Женщины(N=107)	-0,15	0,146 (0,073)	<b>-0,20</b>	0,146 (0,038)	-0,13	0,271 (0,203)	-0,10	0,348 (0,348)

*Примечание:* \* –  $p < 0,05$ . Показатели уровня значимости (p): в скобках указаны показатели до применения поправки Бенжамини-Хохберга на множественную проверку гипотез, перед скобками – показатели с учетом поправки. Курсивом отмечены корреляции, значимые на уровне  $p < 0,05$  до поправки.

Таблица 13. Взаимосвязь показателей INCOM с выраженностью социальной идентичности относительно личностной идентичности.

Выборки	Общий показатель шкалы INCOM		Фактор №1		Фактор №2		Фактор №3	
Выборка в целом (N=138)	-0,05	0,711 (0,533)	-0,07	0,711 (0,466)	0,01	0,918 (0,918)	-0,12	0,711 (0,185)
Мужчины(N=31)	<b>-0,44*</b>	0,032 (0,016)	<b>-0,38</b>	0,052 (0,041)	-0,36	0,052 (0,052)	<b>-0,49*</b>	0,024 (0,006)
Женщины(N=107)	0,15	0,258 (0,129)	0,10	0,400 (0,300)	<b>0,20</b>	0,144 (0,036)	0,05	0,591 (0,591)

*Примечание:* \* –  $p < 0,05$ . Показатели уровня значимости (p): в скобках указаны показатели до применения поправки Бенжамини-Хохберга на множественную проверку гипотез, перед скобками – показатели с учетом поправки. Курсивом отмечены корреляции, значимые на уровне  $p < 0,05$  до поправки.

Таблица 14. Взаимосвязь показателей POOCC с показателем дифференцированности идентичности.

Выборки	Общий показатель шкалы INCOM		Фактор №1		Фактор №2		Фактор №3	
Выборка в целом (N=138)	0,14	0,224 (0,112)	0,06	0,477 (0,477)	0,15	0,224 (0,072)	0,10	0,321 (0,241)
Мужчины(N=31)	0,13	0,739 (0,487)	0,16	0,739 (0,390)	0,01	0,977 (0,977)	0,11	0,739 (0,554)
Женщины(N=107)	0,14	0,318 (0,159)	0,04	0,702 (0,702)	<b>0,21</b>	0,120 (0,030)	0,09	0,508 (0,381)

*Примечание:* Показатели уровня значимости (p): в скобках указаны показатели до применения поправки Бенжамини-Хохберга на множественную проверку гипотез, перед скобками – показатели с учетом поправки. Курсивом отмечены корреляции, значимые на уровне  $p < 0,05$  до поправки.

## Приложение 5. Примеры вербализаций, полученных при выполнении методики «Отношение к субъектно-ориентированному сравнению»

Если полезно сравнение себя с другими людьми, то почему?

Вербализации	категории ответов
Саморазвитие	саморазвитие
Стимул быть лучше например	самосовершенствование
Мотивация развиваться, соавнивать себя нужно с успешными людьми и не смотреть на тех, у кого, что то не получилось	саморазвитие
Даёт возможности увидеть свои ошибки, недочеты.	работа над собственными ошибками
Быает есть к чему стремиться	саморазвитие
Появляется желание самосовершенствоваться	самосовершенствование
повышается самооценка :)	повышение самооценки
Позволяет стремиться вперед.	саморазвитие
чтобы находить решение на похожие проблемы	решение проблем
Позволяет ставить новые цели и достигать их	целеполагание
Мотивация и стремление	создает мотивацию
Мотивирует, лично меня	создает мотивацию
Полезно, потому что так человеку проще ориентироваться в различных ситуациях.	дает ориентир
потому что помогает ориентироваться в социальной ситуации	дает ориентир
потому что помогает выбирать направления развития	саморазвитие
Можно самосовершенствоваться	самосовершенствование
Это возможность оценить свой уровень, свою конкурентоспособность, свои возможности относительно других	самопознание
может дать толчок для дальнейшего развития или подкорректировать существующий вектор развития	саморазвитие
Да, так как можно определить, чего тебе не хватает из личных качеств.	самопознание
Потому что может помочь понять человеку, например, недостатки в его работе	самопознание
Выявление собственных изъянов и избавление от них	самопознание
Сравнивая с людьми, которые добились своей цели можно, например, замотивировать себя развиваться. "Он смог и я смогу".	самосовершенствование
можно увидеть и то, каким ты не хочешь быть, но мог не заметить что ты так делаешь ... И.т.п.	самопознание
Человек начинает стремиться к лучшему	самосовершенствование
Потому что это способствует социальной адаптации	социальная адаптация
помогает получить ретенциально полезную информацию.	познание мира
это помогает алдаптироваться к окружающей жизни	социальная адаптация
Потому что он может добиться чего-то нового	самосовершенствование
Потому что он может узнать чего-то нового	познание мира
Есть к чему стремиться	саморазвитие
Есть к чему стремиться и наоборот, понять свои успехи	самопознание
Человек старается быть лучше	самосовершенствование
Это позволяет ставить тебе цели	целеполагание
Человек меняется и находит плюсы и минусы в себе	самопознание

**Если вредно сравнение себя с другими людьми, то почему?**

<b>Вербализации</b>	<b>Категории ответов</b>
Это не имеет смысла, т.к. У каждого своя жизнь; это может привести к невротизации	Ухудшение психического состояния
У человека может быть стресс из-за того, что он в чём-то хуже других.	Ухудшение психического состояния
Потому что могут развиваться комплексы и т.д.	Ухудшение психического состояния
Это начинает его огорчать и делает зависимым от успехов другого человека	Ухудшение психического состояния
Возможно появления определённых отрицательных комплексов	Ухудшение психического состояния
При сравнении человек начинает видеть свои недостатки (может развиться и депрессия), но с другой стороны, может и дать толчок к движению вперед	Ухудшение психического состояния
Возможность впасть в отчаяние так как у других (так может показаться) получается все, сразу и легко	Ухудшение психического состояния
Сравнение себя с другими может способствовать депрессии	Ухудшение психического состояния
Сравнение себя с другими может способствовать негативным эмоциям	Ухудшение психического состояния
Потому что это может портить настроение	Ухудшение психического состояния
Депрессия	Ухудшение психического состояния

**Если не имеет значения сравнение себя с другими людьми, то почему?**

<b>Вербализации</b>	<b>категории</b>
Не имеет значения, если не принимать во внимание ситуацию	не имеет смысла без учета целей и контекста
Все зависит лишь от самого человека.	значимость Я
Я есть я	значимость Я
Ты таков, каков есть, что толку сравнивать?	значимость Я
Потому что ты сам за всё отвечаешь.	значимость Я
Мы сами творцы своей жизни	значимость Я
Все люди разные, и сравнивать их бесполезно.	все люди уникальны
Потому что для меня это не имеет значения, а для кого-то имеет	все люди уникальны
Все люди разные	все люди уникальны
Каждый человек такой какой он есть , не надо ни на кого ровняться в жизни,а жить так , как хочется самому	все люди уникальны
Каждый человек набирается опыта из разных источников	все люди уникальны
Потому что человек поступит так, как ему надо.	значимость Я
Человек должен ставить самого себя в пример	значимость Я
Потому что нет варианта ответа "В зависимости от человека"	значимость Я
Каждый человек по-своему уникален , я считаю, что сравнивать себя с другими людьми не нужно .	все люди уникальны
И не имеет значения, если ощущать собственную ценность в себе, если считать себя уже состоявшимся в духовном плане.	значимость Я
Потому что значение имеешь только ты сам и твое развитие	значимость Я
Своя жизнь	все люди уникальны
Каждый человек универсален	все люди уникальны
Важно собственное развитие, а не сравнение	значимость Я
все люди разные	все люди уникальны
Потому что каждый мыслит и действует по своему	все люди уникальны
Надо заниматься собой а не сравнением	значимость Я



Каждый живет так, как ему нужно	все люди уникальны
Каждый поступает так, как считает нужным	все люди уникальны
Мы все разные, с разным опытом и сравнение - это основа для невроза	все люди уникальны
я считаю, что человеку важно быть самодостаточным и автономным до определенной степени	значимость Я
У каждого свои факторы и свое положение, свои особенности.	все люди уникальны
Потому что у каждого свой индивидуальный путь, а равняясь на других, мы можем упустить из внимания то, что нужно именно нам	все люди уникальны
У каждого свой опыт, цели	все люди уникальны
Каждый поступает так, как считает нужным	все люди уникальны
Мы все разные, с разным опытом и сравнение - это основа для невроза	все люди уникальны
У каждого свои факторы и свое положение, свои особенности.	все люди уникальны
Потому что у каждого свой индивидуальный путь, а равняясь на других, мы можем упустить из внимания то, что нужно именно нам	все люди уникальны

### Если полезно самосравнение, то почему?

Вербализации	категории
Видны определенные ошибки или недостатки, которые можно будет корректировать	работа над собственными ошибками
Делает выводы, в правильном ли идёт он направлении	самопознание
Сравнивая себя можно увидеть прогресс) порефлексировать	самопознание
Можно отследить как развился и увидеть куда двигаться дальше	самопознание
Даёт возможность расставить приоритеты	целеполагание
Чтобы не повторить своих ошибок	работа над собственными ошибками
Можно проанализировать ошибки, допущенные в прошлом, и не повторять их в настоящем и будущем	работа над собственными ошибками
Появляется возможность отследить прогресс или регресс	самопознание
Это может помочь наметить цели, но также может угнетать	целеполагание
Учитывать ошибки и избегать их	работа над собственными ошибками
Рисовать картинку идеала, ставить цели и достигать их	целеполагание
Чтобы знать куда совершенствоваться	самосовершенствование
время, опыт	
Учесть ошибки	работа над собственными ошибками
совершенствоваться	самосовершенствование
Позволяет не делать тех же ошибок	работа над собственными ошибками
Опять же мотивирует	создает мотивацию
Полезно, так как анализ своего поведения в прошлом может помочь избежать ошибок в будущем	работа над собственными ошибками
Полезно, так как сопоставления себя с тем, каким хочешь стать в будущем полезно, потому что так человек видит что конкретно нужно изменить в себе для достижения цели.	самосовершенствование
потому что понимаешь пройденный путь и ориентируешься в направлении дальнейшего развития	самопознание
есть повод ценить, любить себя	повышение самооценки
есть повод развивать себя	саморазвитие
Чтобы понять, куда идёшь	самопознание
Ты самосовершенствуешь себя и развиваешь, делаешь выводы из прошлого, чтобы менять себя в лучшую сторону	самосовершенствование
Можно увидеть, как ты менялся на протяжении какого-то временного	самопознание

отрезка.	
Это может помочь развитию твоей личности.	самосовершенствование
Чтобы было на кого равняться (как тот, кем я хочу быть)	дает ориентир
Позволяет отследить прогресс	самопознание
Позволяет поставить новые цели	целеполагание
поиск ошибок в своем поведении или действиях	работа над собственными ошибками
мотивация	создает мотивацию
Появляются цели	целеполагание
Появляется стимул	создает мотивацию
Наблюдение изменений в себе	самопознание
работа над собой	самосовершенствование
Оценивать, в лучшую или худшую сторону идёшь.	самопознание
Позволят понять изменения	самопознание
Потому что это помогает разобраться в себе и грамотно расставить приоритеты.	самопознание
это помогает развиваться	саморазвитие
Он смотрит на то чего достиг	самопознание
Он смотрит на то чего стоит достичь.	целеполагание
Можно увидеть и понять свои успехи	самопознание
Поможет выстроить путь к цели и избежать повторение уже совершенных ошибок.	целеполагание
Поможет выстроить путь к цели и избежать повторение уже совершенных ошибок.	работа над собственными ошибками
Потому что важно наблюдать рост/падение личности, анализировать статистику	самопознание
Стремится стать лучше себя в прошлом	самосовершенствование
Человек может учиться на своих же ошибках.	работа над собственными ошибками
Мотивирует	создает мотивацию
Он видит как ему нудно измениться или как изменился	самопознание
Потому что он видит как он изменился	самопознание
Он видит как он изменился и это возможно его мотивирует	создает мотивацию
Возможно контролировать и прогнозировать свою жизнь	прогнозирование своей жизнедеятельности
Понять, движешься ли ты в правильном направлении	самопознание
Помогает развиваться	саморазвитие
Так так это поможет человеку стать лучше	самосовершенствование
Можно сделать работы над ошибками	работа над собственными ошибками
Можно подметить результаты	самопознание
Он анализирует свою жизнь	самопознание
Помогает в достижение целей	саморазвитие
Оценить, что нужно сделать ещё	целеполагание

**Если не имеет значения самосравнение, то почему?**

<b>Вербализации</b>	<b>категории</b>
Потому что оценка себя субъективна	субъективность оценки себя
Нет разницы какой ты был в прошлом, если сейчас готов меняться для лучшего себя в будущем.	наше прошлое или будущее не важны
Главное то, каков ты сейчас. Будущее и прошлое не должно нас определять	наше прошлое или будущее не важны