

УДК 159.9: 811.111

DOI <https://doi.org/10.32782/3041-1351/2026-2-19>**Комарницька Людмила Миколаївна**

кандидат філологічних наук,

доцент кафедри психології, реабілітації та адаптації,

Навчально-реабілітаційний заклад вищої освіти

«Кам'янець-Подільський державний інститут»

kob-1974@ukr.net

ORCID ID: 0000-0002-6742-8314

РИВАЛИТЕТ ЯК СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ ФЕНОМЕН: АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ

У статті розглядається ривалитет як складний соціально-психологічний феномен, що проявляється у різних сферах міжособистісної та суспільної взаємодії. Проаналізовано основні теоретичні підходи до вивчення суперництва. Акцентовано увагу на подвійній природі ривалитету, який, з одного боку, здатний виконувати адаптивну функцію, сприяючи саморозвитку, підвищенню результативності й формуванню здорових соціальних амбіцій, а з іншого – може мати деструктивні наслідки у вигляді конфліктів, емоційного виснаження та соціальної ізоляції. Особливу увагу приділено механізмам формування ривалитету на різних етапах соціалізації, його впливу на становлення особистісної ідентичності, розвиток емоційної сфери та поведінкових стратегій індивіда.

Мета дослідження – визначити психологічні особливості ривалитету як соціально-психологічного феномена та з'ясувати його значення для розвитку особистості й функціонування соціальних спільнот.

Наукова новизна. У роботі систематизовано та узагальнено сучасні підходи до аналізу ривалитету з позицій психології. Запропоновано комплексне бачення цього явища як багатовимірного феномена, що охоплює когнітивний, емоційний та поведінковий рівні, а також визначено його адаптивні й деструктивні функції у соціальних взаємодіях.

Висновки. Ривалитет є невід'ємним елементом міжособистісної та групової динаміки. Він може виконувати стимулюючу роль, сприяючи розвитку мотивації, підвищенню продуктивності та самореалізації особистості. Водночас надмірне чи деструктивне суперництво здатне призводити до конфліктів, зниження самооцінки та погіршення якості соціальних відносин. Подальші дослідження потребують зосередження на механізмах регуляції ривалитету та пошуку ефективних стратегій його конструктивного використання.

Ключові слова: ривалитет, суперництво, соціально-психологічний феномен, мотивація, особистість, соціалізація.

Komaritska Liudmyla Mykolaivna

PhD in Philology,

Associate Professor at the Department of Psychology,

Rehabilitation, and Adaptation,

Educational and Rehabilitation Institution of Higher Education

«Kamianets-Podilskyi State Institute»

RIVALRY AS A SOCIO-PSYCHOLOGICAL PHENOMENON: ASPECTS OF RESEARCH

The article examines rivalry as a complex socio-psychological phenomenon that manifests itself in various spheres of interpersonal and social interaction. The main theoretical approaches to the study of competition are analyzed. Emphasis is placed on the dual nature of rivalry, which, on the one hand, can perform an adaptive function by promoting self-development, increasing performance, and fostering healthy social ambitions, while on the other hand, it may lead to destructive consequences such as conflicts, emotional exhaustion, and social isolation. Particular attention is given to the mechanisms of rivalry formation at different stages of socialization, as well as its impact on the development of personal identity, the emotional sphere, and the behavioral strategies of the individual.

Research aim. To identify the psychological features of rivalry as a socio-psychological phenomenon and to determine its significance for personality development and the functioning of social communities.

Scientific novelty. The study systematizes and generalizes modern approaches to the analysis of rivalry from a psychological perspective. A comprehensive view of this phenomenon is proposed, considering it as a multidimensional construct encompassing cognitive, emotional, and behavioral levels. Its adaptive and destructive functions in social interactions are also outlined.

Conclusions. Rivalry is an integral element of interpersonal and group dynamics. It can play a stimulating role by fostering motivation, increasing productivity, and promoting self-realization. At the same time, excessive or destructive competition may lead to conflicts, reduced self-esteem, and deterioration in the quality of social relations. Further research should focus on mechanisms of rivalry regulation and on identifying effective strategies for its constructive use.

Key words: rivalry, competition, socio-psychological phenomenon, motivation, personality, socialization.

Актуальність дослідження. Феномен ривалитету посідає важливе місце у сучасних соціально-психологічних дослідженнях, оскільки він безпосередньо пов'язаний із процесами соціалізації, формуванням ідентичності та міжособистісними

взаємодіями. У глобалізованому та цифровізованому суспільстві ривалитет набуває нових форм і проявів: від академічного та професійного змагання до конкуренції у віртуальному середовищі. Його вплив на особистісний розвиток, емоційний стан та якість



© Комарницька Л. М., 2026

Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу (CC BY 4.0)

соціальних зв'язків може мати різний характер. Зростання інтересу до проблеми ривалитету зумовлене необхідністю глибшого розуміння психологічних механізмів, що регулюють суперництво, та пошуком ефективних стратегій його конструктивного використання. Вивчення цього феномена сприяє не лише розвитку психологічної науки, а й має практичне значення для освіти, професійної діяльності, медіа та соціальної політики.

Виклад основного матеріалу дослідження. Феномен ривалитету, тобто, суперництва, привертая увагу науковців ще з часів зародження психології як науки. Його витoki можна віднайти у працях античних мислителів. Зокрема, Платон і Арістотель розглядали суперництво як природну складову людської взаємодії, що може виступати як джерелом розвитку, так і причиною конфліктів.

У XIX столітті поняття суперництва активно почали вивчати в межах соціальної філософії та соціології. Чарльз Дарвін у своїй теорії еволюції підкреслював роль боротьби за існування, яка згодом була перенесена на аналіз соціальних процесів. Герберт Спенсер та інші соціологічні мислителі трактували суперництво як рушійну силу прогресу [2, с. 67].

У психології перші дослідження суперництва з'явилися наприкінці XIX – на початку XX століття. Психоаналітична школа З. Фрейда розглядала його крізь призму несвідомих потягів і конфліктів, зокрема у межах концепції «Едипового комплексу» [6]. Представники індивідуальної психології, зокрема А. Адлер, трактували суперництво як прояв прагнення до переваги та компенсації почуття меншовартості [1, с. 104].

Суттєвий внесок у розуміння феномена зробили когнітивні та біхевіористичні підходи середини XX століття. Вони розглядали суперництво у зв'язку з мотиваційними чинниками, соціальним навчанням і процесами підкріплення. У цей період з'явилися експериментальні дослідження впливу суперництва на навчальну успішність, продуктивність праці та спортивні досягнення.

У другій половині XX століття особлива увага приділялася соціально-психологічним аспектам суперництва. В межах теорії соціальної ідентичності суперництво почали розглядати як результат міжгрупової диференціації та прагнення підтримати позитивний соціальний статус своєї групи.

Сучасний етап досліджень даного феномену характеризується міждисциплінарністю: суперництво вивчають у психології, педагогіці, менеджменті, спортивних науках та навіть у контексті цифрових комунікацій. Окремі роботи присвячені гендерним відмінностям суперництва, його ролі в академічному середовищі та впливу на психічне здоров'я особистості.

Таким чином, історія вивчення феномена ривалитету демонструє поступовий перехід від філософських міркувань до систематичних емпіричних досліджень. Сьогодні він розглядається як багатовимірне явище, що поєднує в собі індивідуально-психологічні, соціокультурні та біологічні аспекти.

Варто зауважити, що суперництво є складним психологічним явищем, яке досліджується в різних теоретичних парадигмах. Основні підходи дозволяють виділити психоаналітичний, когнітивно-поведінковий, гуманістичний та соціально-психологічний підходи.

Психоаналітичний підхід розглядає суперництво як прояв несвідомих імпульсів, конфліктів та боротьби за ресурси (увагу, статус, владу). З. Фрейд акцентував на внутрішньому конфлікті між бажанням переваги та соціально прийнятними нормами, тоді як А. Адлер трактував суперництво як компенсаторний механізм подолання почуття меншовартості [6].

Когнітивно-поведінковий підхід пояснює суперництво через соціальне навчання та процеси соціального порівняння. Люди оцінюють власні досягнення відносно інших, що стимулює мотивацію досягнень і прагнення перевершити конкурентів. У цьому контексті суперництво виступає природним механізмом саморегуляції та розвитку навичок самоконтролю [5].

Гуманістичний підхід розглядає суперництво як двояке явище. Деструктивне суперництво виникає при незадоволенні базових потреб людини, тоді як конструктивне сприяє самореалізації, розвитку творчого потенціалу та внутрішньої мотивації. Гуманістичні психологи підкреслюють значення підтримки позитивного соціального середовища для формування «здорового суперництва» [7].

Соціально-психологічний підхід трактує суперництво як фактор міжгрупової динаміки та формування соціальної ідентичності. Люди прагнуть підтримати позитивний статус своєї групи у порівнянні з іншими, що призводить до появи конкуренції між колективами та індивідами. Сучасні дослідження підкреслюють, що суперництво взаємопов'язане із соціальною структурою, культурними нормами та гендерними особливостями поведінки.

Крім того, останні роботи нейропсихологів досліджують біологічні механізми суперництва, зокрема активацію систем винагороди, викид дофаміну та гормональні реакції при конкуренції. Це відкриває нові перспективи міждисциплінарних досліджень феномена.

Таким чином, теоретичні підходи до вивчення ривалитету у психології доповнюють один одного, забезпечуючи комплексне розуміння цього явища, його мотиваційних, емоційних та соціальних аспектів.

Ривалитет, як багатовимірне психологічне явище, може проявлятися у різних формах і видах залежно від контексту, індивідуальних особливостей та соціальних умов. У психології розрізняють кілька основних типів та форм суперництва.

1. Конструктивне та деструктивне суперництво. Конструктивне суперництво спрямоване на розвиток особистості, стимулює мотивацію досягнень, формує навички самоконтролю та соціальної взаємодії. Деструктивне суперництво супроводжується агресією, підвищеною тривожністю, конфліктами і

може негативно впливати на психічне благополуччя індивіда.

2. Особистісне та групове суперництво. Особистісне суперництво виникає між окремими індивідами, наприклад, у навчанні, спорті або професійній діяльності. Групове суперництво характерне для взаємодії колективів, організацій чи соціальних груп і визначається прагненням досягти переваги над іншою групою.

3. Відкрите та приховане суперництво. Відкрите суперництво проявляється у видимих формах, наприклад, у спортивних змаганнях, конкурсах або професійних відборах. Приховане суперництво маскується під співпрацю, але фактично спрямоване на досягнення переваги над іншими, часто через маніпуляції або соціальні стратегії.

4. Цифрове суперництво. Сучасні дослідження відзначають появу феномена «цифрового суперництва», коли конкуренція проявляється у соціальних мережах через порівняння лайків, підписників, публікацій та онлайн-успіху. Така форма суперництва впливає на самооцінку та емоційний стан індивіда, особливо у підлітковому віці.

Суперництво може проявлятися у різних формах залежно від цінностей, норм та очікувань конкретного соціального середовища. Дослідження психологів свідчать, що соціокультурний контекст визначає характер суперництва, його інтенсивність і наслідки.

У колективістських культурах (наприклад, східноазійські країни) суперництво часто пригнічується соціальними нормами та очікуваннями щодо гармонії у групі. Конкуренція тут зазвичай проявляється у прихованій формі і спрямована на досягнення групових цілей, а не індивідуальної переваги. В індивідуалістичних культурах (західні країни) суперництво є основним механізмом самореалізації та соціального статусу. Індивідуальні досягнення цінуються, а конкуренція часто заохочується у навчанні, професійній діяльності та спорті.

Варто відмітити, що гендерні відмінності у прояві суперництва визначаються як біологічними, так і соціокультурними чинниками. Дослідження показують, що чоловіки частіше схильні до відкритих і прямолінійних форм суперництва, спрямованих на досягнення видимих результатів і домінування у групі. Жінки, навпаки, більшою мірою проявляють приховані форми суперництва, часто опосередковані соціальними стосунками і орієнтовані на збереження міжособистісних зв'язків.

Феномен ривалитету також взаємопов'язаний із соціальним статусом, віком та соціально-економічним становищем. Наприклад, у професійних середовищах конкурентні стратегії різняться залежно від корпоративної культури та ієрархії. У навчальному середовищі конкурентна мотивація може підвищувати успішність студентів, але також провокувати стрес і конфлікти [6].

Таким чином, соціокультурні та гендерні аспекти є важливими чинниками формування та прояву ривалитету. Розуміння цих аспектів дозволяє корек-

тно оцінювати психологічні наслідки конкуренції та розробляти програми розвитку «здорового суперництва», яке стимулює мотивацію та самореалізацію без руйнівних наслідків для психічного здоров'я.

Суперництво формується під впливом різних внутрішніх і зовнішніх чинників та проявляється через специфічні механізми психологічної регуляції. Виділяють такі психологічні механізми суперництва:

- соціальне порівняння – люди оцінюють власні досягнення відносно інших, що стимулює мотивацію досягнень і прагнення перевершити конкурентів [5].

- мотивація досягнень – індивіди з високим прагненням до успіху активно шукають можливості для перевершення інших, що підвищує продуктивність і формує професійні та навчальні навички.

- формування соціальної ідентичності – суперництво використовується для підтримки позитивного статусу індивіда чи групи [9].

На інтенсивність суперництва впливають певні фактори, зокрема:

1. Індивідуальні особливості: рівень самооцінки, тривожності, емоційної стабільності та темпераменту впливають на спосіб участі у конкуренції.

2. Соціальні умови: норма конкуренції у суспільстві, корпоративна культура, сімейне виховання та освітнє середовище формують мотивацію до суперництва.

3. Ситуаційні чинники: обмеженість ресурсів, правила змагання та наявність зовнішньої оцінки стимулюють або пригнічують конкурентні дії.

Отож, психологічні механізми та фактори ривалитету взаємопов'язані і визначають інтенсивність, форми та наслідки конкуренції. Розуміння цих аспектів дозволяє прогнозувати поведінку індивіда у конкурентних ситуаціях, розробляти стратегії регуляції деструктивного суперництва та стимулювати конструктивні форми для особистісного розвитку та соціальної взаємодії.

Суперництво є універсальним феноменом, який проявляється в усіх сферах людської діяльності – від освіти та спорту до професійної діяльності, міжособистісних стосунків та соціальних мереж. Його психологічний аналіз дозволяє виявити як позитивні, так і негативні наслідки конкуренції. Зокрема, у навчальному середовищі суперництво виступає стимулом досягнень, розвитку мотивації та формування самодисципліни [3, с. 48]. Проте надмірна конкуренція може викликати стрес, тривожність та емоційне вигорання здобувачів освіти. Психологічні дослідження вказують на необхідність балансу між індивідуальною мотивацією та командною роботою.

У спортивній діяльності суперництво є центральним елементом, що стимулює фізичну та психологічну підготовку. Воно сприяє розвитку навичок самоконтролю, витривалості та стратегічного мислення. Водночас деструктивне суперництво може призводити до конфліктів у команді, травм та психологічного стресу [7].

У робочому середовищі конкуренція стимулює кар'єрне зростання, підвищення продуктивності та

професійних компетенцій. Водночас постійний тиск може викликати вигорання, агресію та зниження довіри серед колег. Психологи рекомендують впроваджувати корпоративні програми розвитку «здорового суперництва» та командної взаємодії.

У сімейному та дружньому колі суперництво може проявлятися як ревності, боротьба за увагу або соціальний статус. Конструктивне суперництво сприяє розвитку особистісних якостей та мотивації, тоді як деструктивне здатне руйнувати стосунки та формувати негативні емоційні стани [1].

У цифровому просторі суперництво проявляється в особливих формах: змаганні за кількість лайків, підписників, публікацій та рівень популярності. Таке змагання суттєво впливає на самооцінку, емоційний стан і характер соціальних взаємодій, особливо серед молодого покоління [8, с. 162].

Таким чином, суперництво проявляється у всіх сферах життя і має як позитивні, так і негативні наслідки для психічного здоров'я та соціальної взаємодії. Розуміння його проявів дозволяє розробляти психологічні та педагогічні стратегії стимулювання конструктивного суперництва та мінімізації деструктивних ефектів. Психологічний аналіз дозволяє визначити чинники, що впливають на ефективність та наслідки конкуренції.

Позитивні наслідки суперництва.

1. Стимулювання мотивації та досягнень. Конкуренція мотивує до саморозвитку, підвищення професійних і навчальних результатів, оволодіння новими навичками.

2. Розвиток особистісних якостей. Суперництво сприяє формуванню самодисципліни, витривалості, цілеспрямованості та стратегічного мислення.

3. Соціальна адаптація. Конструктивне суперництво дозволяє індивіду встановлювати соціальні зв'язки, розвивати комунікативні навички та підвищувати соціальний статус.

Негативні наслідки суперництва.

1. Психологічний стрес і тривожність. Надмірна конкуренція може викликати емоційне вигорання, тривожні стани та зниження самооцінки.

2. Конфлікти у соціальному середовищі. Деструктивне суперництво спричиняє конфлікти у колективі, сім'ї або навчальному середовищі, руйнує міжособистісні стосунки.

3. Моральні та етичні порушення. В умовах надмірної конкуренції можуть проявлятися агресивні, маніпулятивні та аморальні стратегії досягнення переваги.

Доречно наголосити, що суперництво є неоднозначним феноменом, який може як стимулювати розвиток особистості, так і створювати психологічні та соціальні ризики. Розуміння позитивних і негативних наслідків є ключовим для психологів, педагогів та менеджерів у формуванні ефективних стратегій мотивації та управління соціальною взаємодією.

Деструктивне суперництво може призводити до конфліктів, емоційного вигорання, агресії та зниження ефективності діяльності. Психологічний ана-

ліз показує, що його прояви можна регулювати та мінімізувати за допомогою різних стратегій [4, с. 76].

1. Розвиток конструктивного суперництва. Основна стратегія полягає у трансформації деструктивної конкуренції в конструктивну. Це передбачає встановлення чітких правил, позитивного підкріплення, заохочення співпраці та взаємного навчання. Конструктивне суперництво сприяє розвитку мотивації, самодисципліни та творчих здібностей.

2. Соціально-психологічне регулювання. Важливим є створення здорового соціального середовища. До стратегій належать:

- формування групових цінностей і норм, що підтримують співпрацю;
- використання командних завдань для балансування індивідуальної конкуренції;
- моніторинг конфліктів і своєчасне втручання психолога чи керівника (Tajfel, 1981; Ставицька, 2020).

3. Емоційна саморегуляція. Індивідуальні стратегії включають розвиток емоційного інтелекту, навичок самоконтролю, стрес-менеджменту та усвідомленого ставлення до конкуренції. Ці механізми допомагають зменшувати агресивні реакції та негативний емоційний вплив деструктивного суперництва.

4. Психологічне консультування та тренінги. Психологи рекомендують проводити тренінги з розвитку навичок конструктивної конкуренції, медіації та комунікативних стратегій. Консультування допомагає усвідомити причини деструктивного суперництва, розробити особисті стратегії взаємодії та підвищити соціальну компетентність.

5. Використання позитивного підкріплення та мотивації. Стимулювання досягнень через похвалу, нагороди та визнання результатів підтримує конструктивне суперництво та зменшує ризик агресивних або маніпулятивних стратегій.

Регуляція та подолання деструктивного суперництва є важливим завданням психології у навчальному, професійному та соціальному середовищі. Комплексний підхід, що поєднує розвиток конструктивного суперництва, соціально-психологічні стратегії, емоційну саморегуляцію та психологічне консультування, дозволяє мінімізувати негативні наслідки конкуренції та стимулювати позитивний розвиток особистості.

Висновки і перспективи подальших досліджень. Ривалитет виступає багатограним соціально-психологічним феноменом, що охоплює когнітивні, емоційні та поведінкові компоненти особистості й виявляється у міжособистісних та групових взаємодіях. Він може виконувати як адаптивні функції, стимулюючи розвиток мотивації, самореалізації та підвищення ефективності діяльності, так і деструктивні, зумовлюючи конфлікти, погіршення психологічного клімату та зниження самооцінки.

Перспективи подальших досліджень полягають у: вивченні специфіки ривалитету в умовах цифрового середовища та соціальних мереж; аналізі культурних і гендерних особливостей прояву суперництва;

дослідженні механізмів регуляції ривалитету на індивідуальному та груповому рівнях; розробленні практичних рекомендацій для використання конструктивного потенціалу ривалитету у сфері освіти, професійної діяльності та соціальних відносин.

Таким чином, подальше вивчення феномена ривалитету сприятиме не лише поглибленню наукових знань у психології, а й формуванню ефективних стратегій підтримки гармонійних соціальних взаємодій.

Література:

1. Адлер А. Наука жити / пер. з англ. Київ : Основи, 1997. 256 с.
2. Ананьїн В. О., Горлинський В. В., Пучков О. О., Уваркіна О. В. Соціальна філософія : навч. посіб. для самот. роботи аспірантів. Київ : КПІ ім. Ігоря Сікорського, Вид-во «Політехніка», 2021. 299 с.
3. Ставицька О. В. Суперництво як соціально-психологічний феномен. *Психологія і суспільство*. 2020. № 2. С. 45–52.
4. Черниш Н. М. Конкуренція і кооперація в сучасному суспільстві: соціально-психологічний вимір. Львів : Видавництво ЛНУ, 2021. 198 с.
5. Festinger L. A Theory of Social Comparison Processes. URL: <https://www.humanscience.org/docs/Festinger%20%281954%29%20A%20Theory%20of%20Social%20Comparison%20Processes.pdf> (дата звернення: 05.08.2025).
6. Freud S. The Interpretation of Dreams. URL: <https://psychclassics.yorku.ca/Freud/Dreams/dreams.pdf> (дата звернення: 13.08.2025).
7. Maslow A. Motivation and Personality. URL: <https://www.holybooks.com/wp-content/uploads/Motivation-and-Personality-Maslow.pdf> (дата звернення: 14.08.2025).
8. Smith J. Competition in the Digital Age. London : Routledge, 2022. 276 p.
9. Tajfel H. Human Groups and Social Categories: Studies in Social Psychology. URL: <https://ru.scribd.com/document/748392604/Henri-Tajfel-Human-Groups-and-Social-Categories-Studies-in-Social-Psychology-1981-Cambridge-University-Press-Libgen-li> (дата звернення: 26.08.2025).

References:

1. Adler, A. (1997). *Nauka zhyty* [The science of living] (per. z anhl.). Kyiv: Osnovy, 256 s. [in Ukrainian].
2. Ananyin, V. O., Horlynskyi, V. V., Puchkov, O. O., & Uvarkina, O. V. (2021). *Sotsialna filosofia* [Social philosophy]: navch. posib. dlia samost. roboty aspirantiv. Kyiv: KPI im. Ihoria Sikorskoho, Vyd-vo «Politekhnik», 299 s. [in Ukrainian].
3. Stavytska, O. V. (2020). Supernytstvo yak sotsialno-psykhohichnyi fenomen [Rivalry as a socio-psychological phenomenon]. *Psykhohohiia i suspilstvo*, (2), 45–52. [in Ukrainian].
4. Chernysh, N. M. (2021). *Konkurentsii i kooperatsii v suchasnomu suspilstvi: sotsialno-psykhohichnyi vymir* [Competition and cooperation in modern society: the socio-psychological dimension]. Lviv: Vydavnytstvo LNU, 198 s. [in Ukrainian].
5. Festinger, L. (1954). Festinger L. A Theory of Social Comparison Processes. Retrieved from <https://www.humanscience.org/docs/Festinger%20%281954%29%20A%20Theory%20of%20Social%20Comparison%20Processes.pdf>
6. Freud, S. (n.d.). The Interpretation of Dreams. Retrieved from <https://psychclassics.yorku.ca/Freud/Dreams/dreams.pdf>
7. Maslow, A. (n.d.). Motivation and Personality. Retrieved from <https://www.holybooks.com/wp-content/uploads/Motivation-and-Personality-Maslow.pdf>
8. Smith, J. (2022). *Competition in the Digital Age*. London : Routledge, 276 p.
9. Tajfel, H. (1981). Human Groups and Social Categories: Studies in Social Psychology. Retrieved from <https://ru.scribd.com/document/748392604/Henri-Tajfel-Human-Groups-and-Social-Categories-Studies-in-Social-Psychology-1981-Cambridge-University-Press-Libgen-li>

Дата першого надходження статті до видання: 21.03.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 15.04.2026

Дата публікації (оприлюднення) статті: 29.05.2026