

David M. Buss (2002). *Zazdrość – niebezpieczna namiętność*. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, ss. 239

W naturę istoty ludzkiej wpisane są tendencje zdobywcze. Jak powietrza poszukujemy akceleracji wydarzeń zgodnie z potępięczym marzeniem przemiany ilości w jakość. W świecie pełnym namiętności i rozlicznych pokus człowiek wykształcił w drodze ewolucji mechanizmy obronne, służące zwalczaniu realnego zagrożenia. Jednym z takich narzędzi obrony jest zazdrość, niedoceniona emocja, tak często lekceważona przez psychologów. Czy jest ona tylko i aż strażnikiem moralności, czy zaledwie bezużytecznym wytworem ewolucji?

Dyskusję na temat zazdrości podejmuje w swej książce *Zazdrość – niebezpieczna namiętność* David M. Buss.

David M. Buss jest profesorem psychologii na Uniwersytecie w Austin, w Teksasie. Wiele lat wykładał w Harvardzie i na Uniwersytecie Michigan. Od lat zajmuje się badaniami nad genetycznymi uwarunkowaniami zachowań społecznych. Jest autorytetem w dziedzinie psychologii ewolucjonistycznej. Jego wcześniejsze prace – warto tu nadmienić chociażby *Ewolucję pożądania* (1996, Gdańsk: GWP) czy *Psychologię ewolucyjną* (2001, Gdańsk: GWP) – weszły na trwałe do kanonu lektur z zakresu socjobiologii.

David M. Buss wykazał się niezwykłą znajomością problematyki zachowań partnerskich. Z pełną swobodą wyjaśnia mechanizmy funkcjonowania natury ludzkiej, nie obawiając się sięgać do nieświadomych źródeł zachowania człowieka. Rozważania teoretyczne poparte są zakrojonymi na szeroką skalę badaniami

międzykulturowymi, które dowodzą słuszności postawionej tezy. Książka Davida M. Bussa może posłużyć jako przewodnik w zrozumieniu zawilości sfery emocjonalnej człowieka.

Rozdział 1 poświęcony jest wyjaśnieniu na pozór irracjonalnego postępowania człowieka, które w rzeczywistości posiada logiczną strukturę i ściśle określony cel. Autor w dokonanej analizie potrzeb formułuje podstawowe pragnienia kobiet i mężczyzn oraz wyjaśnia podłoże konfliktów, do których te pragnienia prowadzą. Wykazuje także rozbieżność jaka zachodzi między płciami w ich sposobach reagowania na niewierność partnera. Przeciwstawia się powszechnemu spojrzeniu na zazdrość ujmowaną dotąd w kategoriach patologii, wskazując na jej funkcje adaptacyjne. Tym samym dokonuje redefinicji zazdrości, ujmując ją jako mądrość emocjonalną.

W rozdziale 2 Autor ukazuje swoisty paradoks zazdrości. Dokonuje próby odpowiedzi na pytanie o sens istnienia zazdrości jako mechanizmu zabezpieczającego związek, skoro tak często prowadzi ona do jego rozpadu. Prezentuje także koncepcje i definicje zazdrości obecne w literaturze przedmiotu, dokonując wyraźnego rozróżnienia pomiędzy zazdrością a zawiścią, które niejednokrotnie traktowane są w kategorii synonimu. Sięga również do ewolucyjnych korzeni konfliktu pomiędzy mężczyznami i kobietami, zastanawiając się dlaczego negatywne emocje są potrzebne w konstruktywnym rozwiązywaniu konfliktów. Rozdział kończy omówieniem zjawiska koewolucji, tak istotnym w zrozumieniu zazdrości, która zakłada zmiany występujące sekwencyjnie na skutek wzajemnej interakcji mię-

dzy osobnikami płci przeciwnej tego samego gatunku.

Rozdział 3 *Zazdrość na Wenus i Marsie* zawiera przegląd badań prowadzonych na populacji mieszkańców Węgier, Irlandii, Meksyku, Holandii, krajów dawnego Związku Radzieckiego, Stanów Zjednoczonych i Jugosławii, a dotyczących poziomu i zakresu ujawnionej zazdrości u mężczyzn i kobiet. Wielkim odkryciem owych badań był fakt niezidentyfikowania znaczących różnic w poziomie odczuwania zazdrości u wszystkich siedmiu narodowości. Badania te dowodzą zatem, że mężczyźni i kobiety nie są aż tak bardzo odmienni. Różnice płciowe przejawiają się w zakresie reakcji emocjonalnych, natomiast strategie przystosowawcze mężczyzn i kobiet są jak najbardziej ze sobą zbieżne, a nawet się uzupełniają.

D.M. Buss przytacza także dane z badań przeprowadzonych na populacji holenderskiej, amerykańskiej i mieszkańcach Korei, które potwierdzają teorię zazdrości o rywali, sugerującą, że zagrożeniem dla kobiet są przede wszystkim rywarki uosabiające pragnienia mężczyzn, natomiast mężczyznom zagrażają osobnicy posiadający atrybuty cenione przez kobiety.

W rozdziale 4 Autor dokonuje prezentacji klinicznych przypadków patologicznej zazdrości, objawiającej się w postaci urojeń i kierowaniu podejrzeń w stronę partnera. Celem Autora jest próba wyjaśnienia funkcjonowania ludzkiego umysłu zdolnego do wykrywania nie tylko oznak niewierności, która już się dokonała, ale także do antycypowania na podstawie sygnałów prawdopodobieństwa wystąpienia zdrady.

Rozdział 5 poświęcony jest katastrofalnym skutkom niekontrolowanej zazdrości, która może przejawiać się

w postaci aktów przemocy fizycznej, prześladowaniach, a w ostateczności prowadzić do zabójstwa ukochanej osoby. Buss szczegółowo analizuje determinanty wpływające na zwiększone ryzyko u kobiet. Jednym z takich czynników jest wiek partnerki. Tak jak przypuszczano najbardziej narażone na zabójstwo są osoby młode o największym potencjale reprodukcyjnym, które mogą wzbudzać pożądanie wśród rywali męża. Innym czynnikiem obciążonym dużym stopniem ryzyka jest obecność dzieci z poprzedniego małżeństwa, w szczególności u kobiet planujących odejść od aktualnego partnera.

W rozdziale 6 Autor przedstawia cechy osobowości predestynujące kobiety i mężczyzn do niewierności. Dane te pochodzą z badań nad grupą 107 nowożeńców. Jak donosi David M. Buss po zanalizowaniu 100 cech osobowości, trzy z nich okazały się istotne: narcyzm i związany z nim brak empatii; niski poziom sumienności oraz wysokie wyniki na skali psychotyczności, które wyrażają się rozhamowaniem, impulsywnością i brakiem samokontroli. Autor wskazuje także na cechy osobowości, które przyczyniają się do nieświadomego popychania partnera w ramiona kochanków. Podkreśla tu dwie cechy zwiastujące możliwość wystąpienia zdrady: niestabilność emocjonalną i kłótniwość. Rozdział kończy omówieniem sygnałów świadczących o dokonanej zdradzie czy chęci dopuszczenia się niewierności. Do najczęściej identyfikowanych fizycznych oznak należą: seksualny zapach, nieznaną aromat perfum, zmiana stylu bycia, nowe zainteresowania, znużenie partnerem *etc.*

W rozdziale 7 Autor analizuje przyczyny podejmowania związków pozamałżeńskich przez kobiety. Przytacza też Steve'a Gangestada i Randy'ego Thornilla,

która głosi, że dzięki kontaktom seksualnym z atrakcyjniejszym partnerem kobiety mogą pozyskać lepsze geny niż od swojego stałego partnera. Oznaką świadcząca o posiadaniu dobrych genów jest symetryczność ciała, zapewniająca o „stabilności rozwojowej”. Taktyką, którą posilkują się kobiety w wyszukiwaniu mężczyzny o doskonałej symetrii ciała jest ich swoisty zapach, tak zwany „zapach symetrii”, którym kierują się kobiety, wyłącznie w okresie owulacji. Innymi uzasadnieniami romansowania są chęci pozyskania dodatkowych zasobów, zastępczego partnera czy awansu matrymonialnego. Na koniec warto jeszcze zapytać dlaczego część kobiet nie romansuje? Zasadniczą przyczyną, jak zaznacza Buss, jest obawa przed utratą partnera, lęk przed przemocą, także wobec dzieci, utrata reputacji oraz utrata poczucia własnej wartości.

Rozdział 8 poświęcony został strategiom radzenia sobie z zazdrością i zdradą. Autor dokonuje przeglądu strategii najczęściej stosowanych przez zagrożonych partnerów. Wymienia dwa rodzaje mechanizmów reagowania: skierowanych na partnera, jak inwigilacja, manipulacja emocjonalna, obniżanie wartości rywali czy zemsta i represje oraz skoncentrowanych na sobie, jak poprawa wyglądu zewnętrznego oraz stosowanie strategii psychologicznych między innymi zaprzeczania, polegania na sobie i wspierania siebie. Wyjaśnia także przyczyny niepowodzeń sesji terapeutycznych skierowanych na „wyleczenie” z zazdrości.

Ostatni, 9 rozdział jest niejako wskazówką pokazującą, jak w sposób konstruktywny można wykorzystać zazdrość, aby przyczyniała się ona do integracji związku, a nie jego rozpadu. Autor w podsumowaniu jeszcze raz podkreśla

użyteczność wiedzy na temat celowości ukrytych namiętności, która może służyć wzbogaceniu rozumienia naszych pragnień. Myślę, że spojrzenie na zazdrość z tej perspektywy umożliwi nam zaakceptowanie tej złożonej emocji jako mechanizmu adaptacyjnego, a nie powodującego destrukcję relacji międzyludzkich.

Recenzowana książka jest wartościowym dziełem dosyć wnikliwie przedstawiającym problem ludzkiej zazdrości. Autor niewątpliwie dysponuje dużą wiedzą z zakresu poruszanej problematyki. Uważam jednak, że analizowanie problemu zazdrości tylko i wyłącznie w nurcie socjobiologicznym powoduje nadmierne uproszczenie we wnioskowaniu o naturze ludzkiej. Nie możemy zapominać, że człowiek jest przede wszystkim istotą duchową, wyposażoną w mechanizm oceniania dobra i zła, który odróżnia go od genetycznych przodków. Może zatem w pełni kontrolować własne zachowanie albo przynajmniej poddawać je racjonalnej ocenie.

Niewątpliwym atutem przedstawionej pracy jest próba dodefiniowania pojęcia zazdrości, do tej pory używanej zamiennie z pojęciem zawiści. Wcześniejsze ujęcie ignorowało odmienną implikacji z niej płynących.

Walorem prezentowanej pracy jest także uwrażliwienie psychologów i psychoterapeutów na adaptacyjne znaczenie zazdrości, dotychczas tak silnie dyskredytowanej do miana patologii.

Reasumując, prezentowana książka jest cenną pozycją z zakresu psychologii emocji, która może być przydatna zarówno studentom, psychologom, jak i psychoterapeutom. Oparta na rzetelnej wiedzy, sięgającej po najnowsze doniesienia z dziedziny biologii, antropologii, psychologii, dowodzi swej aktualności.

Ścisły logiczny wywód oraz swoboda i przejrzystość języka, jaką posługuje się Autor, sprzyja łatwości odbioru książki. Rekomenduję tę pozycję wszystkim zainteresowanym problemem zazdrości.

Ilona Laskowska