

Az énkép-eltérések kapcsolata az étellel való elégedettséggel és irigységgel

Szokol Zsófia, Dr. Orosz Gábor
Szegedi Tudományegyetem, Pszichológiai Intézet
Email: zsofi2311@gmail.com; gaborosz@gmail.com

Absztrakt

Jelen kutatás témája az énkép-eltérések kapcsolata az étellel való elégedettséggel és irigységgel. Kutatásunk résztvevői középiskolások voltak, a mintát 95 diák alkotta (kor $M = 16,82$, kor $SD = 0,76$). A vizsgálat során az Integrált-Énkép Eltérések Index kérdőív (Hardin & Lakin, 2009) magyar verzióját használtuk, mellyel egyaránt vizsgálható az ideális, az elvárt és a nem-kívánt énkép aktuális énképtől való távolsága a válaszadó saját és egy releváns más szempontjából is. A kérdőívvel mérhető hat különböző énkép-diszkrepancia kapcsolatát vizsgáltuk az étellel való elégedettséggel és irigységgel. A kapott eredmények egybevágóak a korábbi adatokkal (Higgins et al., 1986; Higgins, 1987; Ogilvie, 1987). A vizsgálat során elvégeztük az Integrált-Énkép Eltérések Index előtesztelését is, mellyel előkészítettük a mérőeszköz magyar nyelvű adatptációját.

Kulcsszavak: énkép-eltérések, étellel való elégedettség, irigység, versengés

Az elmúlt 25 évben az énkép-eltérés (szelf-diszkrepancia) elméletek legmeghatározóbbja E. Troy Higgins 1987-ben megjelent cikke a volt (Hardin & Lakin, 2009). A korábbi elméletekkel szemben Higgins énkép-eltérés elméletének újszerűsége abban állt, hogy nem csupán a kellemetlen érzések és én-inkonzisztenciák kapcsolatát írta le, hanem szisztematikus kapcsolatot tárt fel az egyes énállapotok és az érzelmi tényezők között (Higgins, 1987).

Higgins az én három alapvető területét két nézőpontból vizsgálta: az aktuális ént, az ideális ént és az elvárt ént, a személy saját illetve valaki „*jelentős*”/”*fontos*” más (pl. anya, apa, testvérek, házastárs, közeli barátok) szempontjából (Higgins, Klein, & Strauman, 1985; Higgins, Bond, Klein, & Strauman, 1986; Higgins, 1987).

A három énaspektust a két nézőponttal párosítva hat énállapot-reprezentáció vizsgálható: *aktuális-saját* (aktuális énkép a válaszadó saját nézőpontjából), *aktuális-másik* (aktuális énkép egy fontos más személy nézőpontjából), *ideális-saját* (ideális énkép a válaszadó saját nézőpontjából), *ideális-másik* (ideális énkép egy fontos más személy nézőpontjából), *elvárt-saját* (elvárt énkép a válaszadó saját nézőpontjából), *elvárt-másik* (elvárt énkép egy fontos más

személy nézőpontjából). Higgins és munkatársai empirikus kutatásaikban az általuk kidolgozott Énképek-kérdőívet, és különböző hangulati tényezőket mérő kérdéseket és kérdőíveket használták (pl. Beck Depresszió Kérdőív, Blatt Depresszív Élmények Kérdőív, Hopkins Tünetlista, Érzelmek Kérdőív, Érzelmi Melléknév Kérdőív) (Higgins et al., 1986; Higgins, 1987). A vizsgálati eredmények bizonyítják, hogy az aktuális és ideális énképek közötti különbség, mind az aktuális-saját / ideális-saját, mind az aktuális-saját / ideális-másik nézőpontból a lehangoltsággal kapcsolatos érzésekkel (csalódottság, lehangoltság, szégyen, szomorúság) járnak együtt. E különbségek a pozitív kimenetel hiányából származnak, ami arra ural, hogy nem valósul meg a személy azon törekvése, hogy olyan legyen, amilyen lenni szeretne, vagy amilyennek a számára releváns mások szeretnék, hogy legyen (Higgins, 1987).

Az aktuális és elvárt énállapotok közötti különbségek (aktuális-saját / elvárt-saját; aktuális-saját / elvárt-másik) az izgatottsággal kapcsolatos érzésekkel járnak együtt (félelem, nyugtalanság, feszültség, szorongás, büntudat), melyek a személy erkölcsi kötelességeinek, felelősségeinek valós vagy vélt meg nem valósulásaiból származnak. Az e típusú diszkrepanciák a negatív kimenetel meglétével jellemezhetők (Higgins 1987). Azonban fontos megjegyezni, hogy az énkép-aspektusok közötti diszkrepanciák tudattalanul fejtik ki mind motivációs, mind negatív érzést keltő hatásukat az információk feldolgozásában és az események értelmezésében. Tehát automatikusan, a tudatosság igénye nélkül aktiválódnak, ha az aktivációhoz szükséges tényezők teljesülnek (Higgins, 1987; Higgins, 1989).

Higgins énkép-elmélete az aktuális, az ideális és az elvárt énképekre vonatkozóan közöl információkat. E három énállapot mellett Ogilvie (1987) az énkép-eltérések vizsgálatát kiegészítette a nem-kívánt énnel. Ogilvie (1987) definíciója alapján a nem-kívánt én a mások nem kívánatos tulajdonságait, életkörülményeit, a meg nem történt félelmetes eseményeket, illetve a valamikor megtörtént negatív emlékeket tartalmazó énállapot, mely tartalma konkrétabb és kevésbé fogalmi jellegű, mint az ideális énképé. E meghatározásból kiindulva Ogilvie azt feltételezte, hogy az emberek szubjektív jóllétében nagyobb jelentőségű a nem-kívánt éntől való távolság, mint az ideális énhez való közelség. Eredményei alátámasztják hipotézisét, a vizsgálatban részt vevők a nem-kívánt énképüket tekintették viszonyítási alapul az étellel való elégedettségük meghatározásához, vagyis az étellel való elégedettségüket szingifikánsan nagyobb mértékben befolyásolta a nem-kívánt éntől való távolság, mint az ideális énhez való közelség (Ogilvie, 1987).

Az Integrált-Énkép Eltérések Index

Az énkép-eltérések mérésére szolgáló egyik legmodernebb mérőeszköz a Hardin és Lakin (2009) által kidolgozott Integrált-Énkép Eltérések Index (ISDI). A Higgins és munkatársai által kidolgozott Énképek-kérdőív kritikai észrevételeiből kiindulva Hardin és Lakin (2009) úgy dolgozták ki mérőeszközüket, hogy módszertanilag könnyebben, ugyanakkor megbízhatóan használható legyen. Úgy gondoljuk, hogy Hardin és Lakin mérőeszköze módszertanilag megfelel az énkép-eltérések mérésére magyar nyelven is, ezért kutatásunk során mi is az Integrált-Énkép Eltérések Indexet használtuk, s vizsgálatunk hosszú távú célja a mérőeszköz magyar nyelvű adaptációja.

Az Integrált-Énkép Eltérések Index a válaszadók ideális, elvárt és nem-kívánt énképét vizsgálja a válaszadó saját és egy számára fontos másik személy nézőpontjából is. A kérdőív könnyebb kitölthetőségét célozza meg az idiografikus és nomotetikus módszerek ötvözése. Az Integrált-Énkép Eltérések Index idiografikusnak tekinthető, mert a válaszadóknak először a saját, majd a számukra fontos más személy nézőpontjából kell olyan tulajdonságokat felsorolniuk, melyekről úgy gondolják, hogy az adott énképüket jellemzik. Az ideális, az elvárt és a nem-kívánt énképre vonatkozóan is mindkét nézőpontból 5-5-5 tulajdonságot, tehát összesen 30 tulajdonságot kell felsorolni (Hardin, 2002; Hardin & Lakin, 2009). A nomotetikus kiegészítést a kérdőívben egy 100 szavas tulajdonságlista jelenti, melyet a válaszadók akkor látnak meg, miután megkísérelték saját maguktól felsorolni az énképenként elvárt öt tulajdonságot. A kiegészítő melléknevélista segítséget nyújt a hiányzó tulajdonságok kitöltéséhez vagy a már leírt tulajdonságok pontosításához. Hardin és munkatársai a mellékneveket Anderson (1968) 555 személyiségvonás listájából gyűjtötték (Hardin, 2002).

A tulajdonságok felsorolása után a hat énképes állapot tulajdonságait egy 1-5-ig terjedő skála szerint kell pontozniuk a kitöltőknek, az alapján, hogy aktuálisan mennyire érzik úgy, hogy jellemző rájuk az adott tulajdonság (1 = Egyáltalán nem jellemző rám, 2 = Alig jellemző rám, 3 = Közepesen jellemző rám, 4 = Jellemző rám, 5 = Meglehetősen jellemző rám). Az értékelés alapján az egyes énképes állapotokra vonatkozó tulajdonságokra adott számértékek átlagolásával számítható ki a válaszadók aktuális-ideális, aktuális-elvárt, és aktuális-nem-kívánt énkép-különbsége a válaszadó saját és a számára fontos másik személy nézőpontjából egyaránt. Az átlagértékek azt jelzik, hogy a személyek aktuálisan mennyire érzik úgy, hogy jellemzi őket az adott énképekre adott nézőpontból felsorolt tulajdonságok. Minél kisebb az öt tulajdonság

átlagértéke, annál nagyobbak tekinthető az adott énkép aktuális énképtől való távolsága (Hardin & Lakin, 2009).

Hardin (2002) doktori munkássága során elvégezte az Integrált-Énkép Eltérések index módszertani és pszichometriai vizsgálatait, majd Hardin és Lakin (2009) az Integrált-Énkép Eltérések Index kérdőívvel vizsgálták a különböző énkép-diszkrepanciák és a hangulati tényezők kapcsolatát. Kutatásaik során Higgins énkép-eltérés elméletével megegyező eredményeket kaptak, tehát az aktuális-ideális énkép-eltérések a lehangoltsággal kapcsolatos érzésekkel, az aktuális-elvárt eltérések pedig a szorongással kapcsolatos érzésekkel jártak együtt, emellett megbizonyosodtak arról is, hogy az Integrált-Énkép Eltérések Index megbízhatóan méri az énkép-eltéréseket (Cronbach's alpha >0.7) (Hardin & Lakin, 2009). Ezen kívül a kérdőív előnye, hogy a nem-kívánt-én mérésével kibővítette a mérhető énkép-diszkrepanciák körét.

Az élettel való elégedettség és irigység

A kutatók a szubjektív jóllét két aspektusát azonosították: egy érzelmi összetevőt, mely tovább osztható kellemetlen és kellemes érzelmekre, valamint egy kognitív összetevőt, mely az élettel való elégedettséget határozza meg (Pavot & Diener, 1993). Diener és munkatársai (1985) az élettel való elégedettség vizsgálatára kidolgozták a *Satisfaction With Life Scale*-t (magyarul: Élettel Való Elégedettség Skála). A kérdőív megalkotásakor figyelembe vették az elégedettség szubjektív voltát, ezáltal a kérdőív kérdései inkább globálisak, mint specifikusak, és engedélyezik a válaszadónak, hogy saját értékeik szerint súlyozzák életük területeit. A válaszadók életkörülményeiket saját standardjaikkal hasonlíthatják össze, ami által általános elégedettséget alkothatnak az életükről. Az öt itemet tartalmazó skála érvényessége és megbízhatósága miatt hasznos pszichometriai mérőeszköz, mely alkalmazása klinikai területeken is releváns (Diener, et al., 1985; Pavot & Diener, 1993).

Smith és munkatársai (1999) az irigységre olyan személyiségvonásként tekintettek, mely eltérő mértékben, de minden emberben fellelhető. Az irigységet, mint vonást nevezi a szakirodalom diszpozicionális irigységnek, mely mérésére Smith és munkatársai (1999) megalkották a *Dispositional Envy Scale*-t (DES) (magyarul: Diszpozicionális Irigység Skála). Smith, Parrot, Ozer, és Moniz (1994) szerint az irigységnek két alapvető érzelmi összetevője van: az ellenségesség és levertség. Az irigységhez kapcsolódó ellenséges és depresszív érzelmek az irigy ember arra vonatkozó szubjektív érzelmeit jelzik, hogy az irigyelt fél előnye nem fair, amiért az irigy személy igazságtalanságot érez. Továbbá azok a személyek, akik irigységre

hajlamosak (pl. magasabb diszpozicionális irigység) valószínűleg fogékonyabbak a frusztráció és igazságtalanság-érzésének átélésére is (Smith & Kim, 2007; Milfont & Gouveia, 2009).

Hipotézisek

Kutatásunk témája három változó: az énkép-eltérések, az étellel való elégedettség és az irigység közötti kapcsolatok feltárása. Hipotéziseinket a kutatást megalapozó legfontosabb korábbi empirikus eredményekre, illetve elméleti tanulmányokra támaszkodva alkottuk meg.

A bemutatott kutatások alapján az énkép-eltérések és az étellel való elégedettség kapcsán a következő hipotéziseket fogalmaztuk meg: **H1a**: Higgins (1987) és Ogilvie (1987) eredményei alapján feltételezhető, hogy az aktuális és ideális énkép közötti diszkrepancia negatív összefüggésben áll az étellel való elégedettséggel. **H1b**: Higgins (1987) és Ogilvie (1987) eredményei alapján feltételezhető, hogy a nem-kívánt és az aktuális énkép közötti diszkrepancia pozitív összefüggésben áll az étellel való elégedettséggel. **H1c**: Ogilvie (1987) eredményei alapján feltételezhető, hogy a nem-kívánt és aktuális énkép közötti diszkrepancia, ill. az elégedettség közötti korreláció abszolút értéke szignifikánsan erősebb, mint az ideális és aktuális énkép közötti különbség és az étellel való elégedettség közötti korreláció abszolút értéke.

Az irigység és az énállapotok közötti összefüggések kapcsán a következő hipotézist állítottuk fel: **H2a**: Smith és munkatársai (1994) és Higgins (1987) alapján feltételezhető, hogy az ideális és aktuális énkép közötti különbség pozitív összefüggésben áll a Smith és munkatársai (1999) skáláján elért irigység pontszámokkal. **H2b**: Ogilvie (1987) nem-kívánt énről vonatkozó definíciója, illetve Smith és munkatársai (1999) diszpozicionális irigység meghatározása alapján feltételezhető, hogy a nem-kívánt énkép és az aktuális énkép közötti diszkrepancia fordított viszonyban van az irigység skálán eltért pontszámokkal.

MÓDSZEREK

Résztevők

Kutatásunk résztvevői 10-, és 11-es középiskolások voltak. A makói József Attila Gimnázium és a szegedi SZISZSI Szeged-Móravárosi Tagintézménye tanulói töltötték ki a kérdőíveket. A hibásan és hiányosan kitöltött kérdőíveket kihagytuk az elemzésből (6 darab), így a vizsgálati mintát összesen 95 diák alkotta. A résztvevők között 57 gimnazista és 38 szakközépiskolában tanuló volt, közülük 40-en tizedikesek, 50-en tizenegyedikesek voltak (ötven

nem válaszoltak erre a kérdésre). Az összes résztvevő közül a legfiatalabbak 15 évesek voltak (2 fő), a legidősebb 19 éves volt. Az életkorok átlaga 16,82 év (szórás: 0,76). A vizsgálati személyek között 61 lány és 34 fiú szerepelt.

Vizsgálati eszközök

Kutatásunkhoz három pszichológiai témájú kérdőív magyar verzióját használtuk: A Hardin és Lakin (2009) által kidolgozott Integrált-Énkép-Eltérések Index-et, a Diener és munkatársai (1985) által szerkesztett Élettel Való Elégedettség Skálát, és a Smith és munkatársai (1999) által megalkotott Diszpozicionális Irigység Skálát. A három kérdőívet kiegészítettük az első oldalon demográfiai adatokra vonatkozó kérdésekkel, illetve az informált beleegyezéssel.

A vizsgálat menete

A két középiskola igazgatóságához engedélykérő dokumentumokat juttattunk el, majd a tanárokkal való egyeztetés után a nekik megfelelő órákhoz alkalmazkodtunk. Mivel a négy kérdőív kitöltése kb. 35-40 percet, tehát egy középiskolai tanórát igényelt, ezért osztályfőnöki órák voltak a legalkalmasabbak az adatfelvételhez. Először kettő osztállyal előtesztelés céljából töltöttük ki a kérdőíveket, azért hogy megtapasztaljuk, mennyire értik a diákok a feladatokat, hogyan magyarázzuk nekik az instrukciókat. E két osztály adatai nem kerültek bele az elemzésbe. Az elemzési mintát a kísérleti adatok alkotják.

EREDMÉNYEK

Az adatok elemzéséhez az SPSS for Windows 15.0.0-s és verzióját használtuk. Az Élettel Való Elégedettség Skála és a Diszpozicionális Irigység Skála érvényességét feltérképező („*Exploratory factor analysis*” – EFA) faktoranalízissel teszteltük. A faktorelemzést főtengeley faktorálás („*Principal Axis Factoring*”) módszerrel és direkt oblomináris rotációval ($\delta = 0$) végeztük, a hiányzó adatokat az átlagokkal helyettesítettük. A faktorelemzés során felállított faktorstruktúrákban az egyes tételek nem rendelkeztek 0,3 fölötti keresztöltéssel. Az Integrált-Énkép-Eltérések Index által mért hat fajta énkép-diszkrepanciát úgy állapítottuk meg, hogy minden egyes énállapot esetében kiszámoltuk az azokhoz felsorolt öt tulajdonság átlagát. Így meg tudtuk állapítani, hogy a személy mennyire érzi aktuálisan sajátjának a felsorolt tulajdonságokat,

mekkora az aktuális én és a különböző énállapotok közötti diszkrepancia. Az átlagértékek értelmezése a vizsgálati eszközöket bemutató részben már részletezésre kerültek.

Korrelációs számításokkal vizsgáltuk a különböző énkép-diszkrepanciák kapcsolatát az étellel való elégedettséggel és irigységgel. Az 1. táblázatban feltüntetett korrelációs eredmények alapján látható, hogy egy személy saját illetve egy fontos személy szempontjából reprezentált ideális énképe és aktuális énkép közötti egyezés pozitív együttjárást mutat az étellel való elégedettséggel ($r(95) = 0,37$; $r(95) = 0,32$, $p < 0,01$). A releváns mások szempontjából vélt nem-kívánt énkép és aktuális énkép közötti kisebb távolság pedig negatív együttjárást mutat az étellel való elégedettséggel ($r(95) = -0,34$, $p < 0,01$). Egy személy saját nem-kívánt és aktuális énállapota közötti egyezés az irigységgel pozitívan korrelál ($r(95) = 0,24$, $p < 0,05$), továbbá megvizsgáltuk az étellel való elégedettség és irigység kapcsolatát is, mely értékek között negatív együttjárás mutatkozott ($r(95) = -0,29$, $p < 0,01$).

Teszteltük azt is, hogy az étellel való elégedettséggel szignifikánsan erősebb kapcsolatban áll-e a más által nem-kívánt énkép és aktuális énkép közötti távolság, mint a saját magunk által ideálisnak tartott és nem-kívánt énkép közötti távolság. A két énkép-diszkrepancia korrelációs együtthatójának abszolút értékét hasonlítottuk össze ($r(95) = 0,37$, $p < 0,01$; $r(95) = -0,34$, $p < 0,01$). Eredményeink azt mutatják, hogy nem volt szignifikáns kapcsolat a korrelációs együttható között ($p = 0,81$).

Énkép-eltérések	Elégedettség, irigység	Korreláció
Ideális saját – aktuális saját	Élettel való elégedettség	0,37**
Ideális más – aktuális saját	Élettel való elégedettség	0,32**
Nem-kívánt más – aktuális saját	Élettel való elégedettség	- 0,34**
Nem-kívánt saját – aktuális saját	Irigység	0,24*
Élettel való elégedettség	Irigység	-0,29**

* $p < 0,05$ ** $p < 0,01$

1. táblázat: A különböző énkép diszkrepanciák kapcsolata az étellel való elégedettséggel és irigységgel

MEGVITATÁS

Kutatásunk során az énkép-eltérések az étellel való elégedettség és az irigység kapcsolatának vizsgálata volt a célunk az énkép-eltérések mérésére szolgáló egyik legújabb mérőeszközzel. Az Integrált-Énkép Eltérések Index-en elért átlagértékek hat különböző énkép-eltérés (ideális saját – aktuális, elvárt saját – aktuális, nem-kívánt saját – aktuális, ideális más – aktuális, elvárt más – aktuális, nem-kívánt más – aktuális) nagyságáról informálnak. Az énkép-diszkrepanciák kapcsolatát az étellel való elégedettséggel és irigységgel korrelációs számítással vizsgáltuk. **H1a** hipotézisünknek megfelelően azt az eredményt kaptuk, hogy az ideális és aktuális énkép közötti minél nagyobb egyezés (a válaszadó saját és egy fontos más szempontjából is) az étellel való elégedettség magasabb fokával jár együtt. A saját nem-kívánt énkép és aktuális énkép közötti nagyobb egyezés pedig negatív együttjárást mutatott az étellel való elégedettséggel, tehát a **H1b** hipotézis is bizonyítást nyert, azáltal, hogy eredmények rámutatnak, hogy egy személy minél inkább úgy érzi, hogy aktuálisan az általa nem-kívánatnak tartott tulajdonságokat birtokolja, annál inkább elégedetlenebb az életével. Ezek az eredmények összhangban vannak Ogilvie (1987) azon feltételezésével, miszerint az étellel való elégedettséget nem csak az ideális énképhez való közelség, hanem a nem-kívánt énképtől való távolság is meghatározza. Továbbá Ogilvie (1987) eredményeire alapozva megvizsgáltuk azt is (**H1c**), hogy az étellel való elégedettséget a nem-kívánt éntől való távolság jobban befolyásolja-e, mint az ideális énképhez való közelség. Az eredmények e hipotézis tekintetében nem mutatnak szignifikáns eltérést, vagyis kutatásunk résztvevőinek az étellel való elégedettségét egyformán befolyásolja a saját ideális énképük és a más által nem-kívánt énképük aktuális énképtől való távolsága.

Az irigység és énkép-eltérések kapcsolatának vizsgálata során azt az eredményt kaptuk, hogy minél közelebb áll egy személy saját nem-kívánt énképe az aktuális énképéhez, annál magasabb pontszámot ér el a diszpozicionális irigységet mérő skálán. Tehát a két konstruktum között pozitív együttjárás mutatható ki, ami **H2b** hipotézist támasztja alá. Mivel Higgins (1987) kutatásaiban arról számol be, hogy az ideális és aktuális énkép közötti nagyobb távolság a lehangoltsággal kapcsolatban álló érzelmekhez kapcsolódik, Smith és munkatársai (1999) pedig leírták, hogy az irigység egyik legalapvetőbb komponense a levertség, kutatásunkban az ideális és aktuális énkép közötti nagyobb távolság és az irigység pozitív együttjárását vártuk. Azonban az erre vonatkozó hipotézis (**H2a**) nem nyert bizonyítást. Az étellel való elégedettség és irigység

meghatározásának megfelelően a két konstruktum közötti negatív együttjárás is igazolódott, hasonlóan Milfont és Gouveia (2009) e témára vonatkozó kutatásához.

Jelen kutatás énkép-eltérések és élettél való elégedettség kapcsolatára vonatkozó pozitív együttjárása egybevághat a korábbi eredményekkel (Higgins, 1987, Ogilvie, 1987), valamint az élettél való elégedettség és irigység negatív korrelációja is a korábbi kutatásokat (Milfont & Gouveia, 2009) támasztja alá. Továbbá kutatásunk jelentősége, hogy az énkép-eltérések vizsgálatát egy új módszerrel, az Integrált-Énkép Eltérések Index-el végeztük. Az angol nyelvű kérdőív magyarra fordításával, előtesztelésével és kipróbálásával megbizonyosodtunk arról, hogy a mérőeszköz jól használható, alkalmas az énkép-eltérések mérésére magyar nyelven is. E tapasztalataink megerősítették, hogy releváns az Integrált-Énkép Eltérések Index magyar nyelvű adaptációja, kutatásunk folytatása.

Hivatkozások

- Diener, W., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Psychological Assessment, 49*, 1.
- Hardin, E. E. (2002). Depression and social anxiety among Asian and European Americans: The roles of self-discrepancy, optimism, and pessimism. (Doctoral dissertation, The Ohio State University, Dissertation Abstracts International, 63, 2056B.
- Hardin, E. E., & Lakin, J. L. (2009). The Integrated Self-discrepancy Index: A reliable and Valid Measure of Self-discrepancies. *Department of Psychology, 91(3)*, 245 – 253.
- Higgins, E. T. (1987). Self-Discrepancy: A Theory Relating Self and Affect. *Psychological Review, 94(3)*, 319 – 340.
- Higgins, E. T., Bond, R. N., Klein, R., & Strauman, T. (1986). Self-discrepancies and emotional vulnerability: How magnitude, accessibility, and type of discrepancy influence affect. *Journal of Personality and Social Psychology, 51(1)*, 5-15.
- Higgins, E. T., Klein, R., & Strauman, T. (1985). Self-concept discrepancy theory: A psychological model for distinguishing among different aspects of depression and anxiety. *Social Cognition, 3*, 51-76.
- Higgins, E. T. (1989). Self-discrepancy theory: What patterns of selfbeliefs cause people to suffer? In L. Berkowitz (Ed.), *Advances in experimental social psychology* (pp. 93–136). San Diego, CA: AcademicPress.

- Milfont, T. L., & Gouveia, V. V. (2009). A Capital Sin: Dispositional Envy and its Relation to Wellbeing. *Interamerican Journal of Psychology*, 43(3), 547 – 551.
- Ogilvie, D. M. (1987). The Undesired Self: The Neglected Variable in Personality Research. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(2), 379 – 385.
- Pavot, W., & Diener, E. (1993). Review of The Satisfaction With Life Scale. *Psychological Assessment*, 5(2), 164.
- Smith, R. H., & Kim, S. H. (2007). Comprehending Envy. *Psychological Bulletin*, 133(1), 46 – 64.
- Smith, R. H., Parrot, W. G., Diener, E., Hoyle, R. H., & Kim, S. H. (1999). Dispositional Envy. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 25, 1007 – 1020.
- Smith, R. H., Parrot, W. G., Ozer, D., & Moniz, A. (1994). Subjective injustice and inferiority as predictors of hostile and depressive feeling in envy. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 20, 705 – 711.