

УДК:316.613.4:159.923.3

Фізіологічні, гендерні та психологічні відмінності почуття гумору

Шпортун О.М.

Shportun_o@mail.ru

У статті визначаються фізіологічні, гендерні та психологічні відмінності почуття гумору. Медико-фізіологічний підхід розглядає гумор, як емоцію, яка має як фізіологічні, так й емпіричні компоненти. Поряд із характерними суб'єктивними почуттями задоволення, розваги і життєрадісності, ця емоція супроводжується цілим рядом біохімічних змін у мозку, вегетативної нервової системи та ендокринної системи, стосується таких речовин, як медіатори, гормони, опіоїди та нейропептиди. Психологічні визначення почуття гумору можна трактувати як комплекс перцептивних, когнітивних, емоційних, фізіологічних та поведінкових процесів. У сфері клінічної психології можна об'єднати у два підходи: кількісний, який фіксує «зниження» почуття гумору у результаті психопатології, і якісний, що передбачає наявність якісної специфіки гумору у хворих різних нозологічних груп. Гендерна психологія рекомендує використовувати гумор відносно характеристик і поведінки, яка витікає безпосередньо із біологічних відмінностей між чоловіками та жінками. У дослідженні ми акцентуємо увагу на такій функції гумору, як терапевтична, згідно із якою сміх заспокоює, покращує зовнішність людини, підвищує імунітет, підвищує стресостійкість.

Ключові слова: почуття гумору, психо-фізіологічні особливості, гендерні ознаки.

В статье определяются физиологические, гендерные и психологические различия чувства юмора. Медико-физиологический подход рассматривает юмор, как эмоцию, которая имеет как физиологические, так и эмпирические компоненты. Наряду с характерными субъективными чувствами удовольствия, развлечения и жизнерадостности, эта эмоция сопровождается целым рядом биохимических изменений в мозге, вегетативной нервной системы и эндокринной системы, касается таких веществ, как медиаторы, гормоны, опиоиды и нейропептиды. Психологические определения чувства юмора можно трактовать как комплекс перцептивных, когнитивных, эмоциональных, физиологических и поведенческих процессов. В сфере клинической психологии можно объединить в два подхода: количественный, который фиксирует «снижение» чувства юмора в результате психопатологии, и качественный, что предполагает наличие качественной специфики юмора у больных разных нозологических групп. Гендерная психология рекомендует использовать юмор в отношении характеристик и поведения, которое вытекает непосредственно из биологических различий между мужчинами и женщинами. В исследовании мы акцентируем внимание на такой функции юмора, как терапевтическая, согласно которой смех успокаивает, улучшает внешность человека, повышает иммунитет, повышает стрессоустойчивость.

Ключевые слова: чувство юмора, психофизиологические особенности, гендерные признаки.

Physiological, psychological and gender distinctions of a sense of humour are defined in the article. Medico-physiological approach considers the humour as the emotion that has both physiological and empirical components. Along with the characteristic subjective feelings of pleasure, fun and cheerfulness, this emotion is accompanied by a number of biochemical changes in the brain, autonomic nervous system and the endocrine system, concerning such matters as mediators, opioids, hormones and neuropeptides. The psychological definition of a sense of humour can be interpreted as a complex of perceptive, cognitive, emotional, physiological and behavioural processes. In the field of clinical psychology two approaches can be combined: quantitative, that captures the "elimination" of a sense of humour as a result of psychopathology, and qualitative, that stipulates the availability of high quality specific features of humour in patients with various nosological forms. Gender Psychology encourages the use of humour regarding the characteristics and behaviours that derived directly from biological differences. In the study, we focus our attention on the function of humour as therapy, in which laughter soothes, improves the appearance of the person, increases immunity and stress resistance.

Keywords: a sense of humour, psycho-physiological peculiarities, a gender indication.

Почуття гумору в психології до сих пір не отримало обґрунтованого наукового тлумачення, тому сьогодні рано ще говорити про точну й науково сформовану психологію гумору. Серйозні наукові дослідження в психології гумору представлені у працях таких вчених, як Рід Мартін, Раміль Гаріфулін, Ю. Борєв, Майкл Аптер, Роберт Уайер, Джеймс Коллінз, К. Глінк, А. Редозубов та М. Войнаровський.

Згідно з поглядами означених дослідників, розуміння природи гумору і комічного є можливим через вивчення даного предмету у його безпосередньому прояві, а процес гумору вміщує такі компоненти, як соціальний контекст, когнітивно-перцептивний процес, емоційну реакцію та вокально-поведінкове вираження сміху.

Більшість науковців (М. Аргайл, М. Аптер, М. Джервейс, Д. Вілсон) зосереджували науковий інтерес на соціальному контексті гумору, зазначивши, що гумор є соціальним явищем і виступає способом взаємодії людей у формі гри. Грайливий настрій, пов'язаний із гумором, Аптер називав парателічним станом, який відрізняється від серйозного, цілеспрямованого телічного стану. Артуру Кестлеру належить введення у науковий обіг терміну «бісоціація», що позначає психічний процес, який бере участь у сприйнятті гумористичної невідповідності.

Як зазначає С. Хазова, «адаптаційну природу почуття гумору можна прослідкувати, аналізуючи механізми й особливості його становлення та розвитку в онтогенезі» [17, с. 177].

К. Ізард у своїй монографії «Психологія емоцій» пише про те, що «рефлекс сміху закладений у людині на генетичному рівні, проте він може проявитися не відразу. Діти починають усміхатися, коли бачать обличчя близької людини, лише у віці трьох місяців. Немовля усміхається, тому що йому приємно бути сухим, ситим, слухати звернення до нього значимих близьких. Цілком виправдане

припущення, що у немовлят відсутня категорія комічного та рефлексія з цього приводу» [12, с. 124].

Як стверджують деякі науковці такі як Н. Кузнецова [8], Р. Березовська [5], «типові ситуації, в яких сміються маленькі діти, – це ті, коли вони переживають змішані почуття тривоги та безпеки (це стосується навіть таких прикладів, як гра у схованки, лоскотання та втеча від дорослого)» [8, с. 148].

О.Козинцев погоджується із даними спостереженнями, наводячи думку Дарвіна, згідно із якою дитячий сміх є відображенням радості, страху, а з часом, як і у мавп, – ігрової ворожості [7, с. 99].

На другому році життя починається етап становлення активного гумору. У цей час мозок починає формувати перші абстрактні символи і діти отримують інтелектуальне задоволення від «неправильного» вживання осмислених ними образів (наприклад, «чищення зубів» олівцем або «розмови по телефону» за допомогою ложки як слухавки телефонного апарату) [4, с. 18]. Приблизно на третьому році життя процес пізнання переходить на нову стадію, на якій діти пов'язують предмети не тільки із символами, але й з певними їхніми характеристиками. Напевно, вже в цьому віці можна прослідкувати перші ознаки використання гумору як ресурсу подолання негативних емоцій та виходу зі складних ситуацій [12, с. 109]. Коли діти досягають дошкільного віку, сміх все більше виникає у них у результаті ігрових взаємодій вже не тільки із дорослими, але й з іншими дітьми. Ставлення до гумору змінюється потенційно болочих, що викликають тривогу або почуття провини, тем: смерть, насильство, покарання, хвороба, сексуальність, дурість. Використовуючи ігрову гумористичну фантазію, дитина здатна перетворити загрозливу ситуацію у дещо смішне та приємне» [13, с. 286].

Як зазначає Рід Мартін у своїй праці «Психологія гумору» розуміння дітьми таких засобів вираження гумору як іронія і сарказм з'являється лише у 5-6 років, однак лише у 8-9 років діти починають сприймати іронічні образи як більш цікаві. У свою чергу, студенти коледжу давали ще більш високі оцінки іронії, що свідчить про те, що людина не може повністю розуміти гумористичні аспекти іронії до юності або ранньої дорослості [9, с. 284].

Більшість сучасних вчених заявляють, що діти часто використовують гумор з метою контролю таких емоцій як тривога, страх та напруга. У своїх дослідженнях на даний факт звернула увагу Вольфенштейн: «велика частина дитячого гумору стосується потенційно болочих, що викликають тривогу або почуття провини, тем: смерть, насильство, покарання, хвороба, сексуальність, дурість. Використовуючи ігрову гумористичну фантазію, дитина здатна перетворити загрозливу ситуацію у дещо смішне та приємне» [13, с. 286].

У дошкільному віці діти дізнаються про фізичні відмінності між статями, що також стає темою для жартів і потім сприяє все більш зростаючій популярності сексуальних жартів у підлітковому віці та у дорослому житті. Проте у формуванні та подальшому розвитку почуття гумору у дітей велику роль відіграють різні аспекти соціальної ситуації (наприклад, сімейне оточення), які і призводять до індивідуальних відмінностей в почутті гумору у майбутньому.

Величезне значення у формуванні почуття гумору у дитини має її взаємодія з матір'ю, із її емоційним станом, що потім знаходить відображення у взаємодії із сім'єю, а пізніше і в соціальних інститутах. Складно уявити собі життєрадісну дитину в сім'ї, де переважають депресивні взаємодії. Отже, сім'я є головним соціальним інститутом виховання почуття гумору у дитини. Дитина, що володіє почуттям гумору, набагато легше встановлює дружні зв'язки, заслуговує симпатію у однолітків, а виростаючи, легко знаходить контакт із колегами по роботі, «спритно» вирішує конфлікти та проблеми.

У шість років відбувається вдосконалювання гумору на мовленнєвому рівні [11]: діти отримують задоволення від перекручування слів, смішних загадок та рифм. Як зазначає Т.Любимова, у цьому віці можна спостерігати, як дитина, яка навчається розуміти гумор і жарти, опановує світ змісту та вдосконалює процес прийняття рішень. Дитина робить перші спроби сміятися над тим, що не містить ніякої радості. Такі спроби можна спостерігати, якщо вдивитися в обличчя дитини, яка сміється разом з дорослим над гуморескою – сміх дитини в даному разі є формальним. Саме в цьому віці відбувається перший протест дитини проти дорослих табу за допомогою гумору – жартів на тему статевих органів, «страшилок», «садистських куплетів» [11, с. 29].

Абстрактне мислення дитини розвивається до 12 років, і з його розвитком дитячі жарти стають все складнішими за змістовим наповненням. Як вважає І. Майер-Ліст [5], на цьому етапі формування почуття гумору можна вважати в цілому завершеним. Таким чином, шлях становлення почуття гумору в процесі онтогенезу демонструє роль почуття гумору як форми подолання негативних емоцій, що відчуває дитина. У цьому контексті розглянемо також етапи розвитку дотепності, наведені Фрейдом [16]. Автор вважає, що з розвитком мовлення дитина опановує гру, що полягає в поєднанні слів та думок. Вона отримує задоволення від повторення подібного матеріалу, від знаходження вже відомого, що пояснюється як економія психічних витрат. Ці ефекти задоволення заохочують дитину до гри та продовження таких ефектів, незважаючи на значення слів та зв'язок речень. Тобто, за Фрейдом, перший ступінь розвитку дотепності – гра словами та думками, що мотивується певними ефектами задоволення від економії [16, с. 118]. Посилення критичного ставлення до продукту своєї розумової та мовленнєвої активності призводить до відмови від гри як беззмістовної діяльності. Проте дитина не бажає відмовлятися від задоволення і тому шукає засобів, щоб знову пережити радісний настрій.

Починається другий ступінь розвитку дотепності: розвиток жарту. За допомогою жарту дитина прагне отримати задоволення, що дає гра, при цьому запобігти критиці. Жарт, що є типовим для другого ступеня розвитку, відрізняється від дотепу, який є характеристикою третього ступеня, тим, що у разі жарту задоволення отримується від здійснення того, що заборонено критикою. Дотеп, у свою чергу, здатний забезпечити задоволення, незважаючи на вплив критики, тобто за допомогою високорозвиненого вміння оперувати мовним матеріалом. Такий погляд на розвиток почуття гумору ще раз підкреслює переконання автора в наявності в ньому певного адаптивного потенціалу [15, с. 65].

В останні десятиліття особливо гостро стоять питання, пов'язані із особливостями статі людини та її психологічними відмінностями. Стать – це термін, який позначає ті анатомо-біологічні особливості людей, на основі яких люди визначаються як чоловіки або жінки. Його слід вживати відносно

характеристик і поведінки, яка витікає безпосередньо із біологічних відмінностей між чоловіками та жінками [10].

Розглянемо деякі біологічні відмінності між чоловіком і жінкою – так звані ознаки статевого диморфізму, що наводить Бендас Т.В. [3, с.46]:

1. Зріст. Сучасні дані про статеві відмінності за показником зростання демонструють перевагу хлопчиків, починаючи із народження, більш раннє дозрівання дівчаток і, як наслідок, раннє настання і першого, і другого ростового зрушення і неспівпадання періодів максимальних стрибків в зростанні у різної статі. 2. Вага. Дівчатка і жінки більше додають у вазі, чим хлопчики і чоловіки. Враховуючи, що відносно зростання спостерігається протилежна тенденція, то можна сказати, що чоловіки стають дедалі довшими, а жінки – круглішими. 3. Моторика. У дослідженнях Гейманса Р. наголошується, що хлопчики є більш рухомими («насилу можуть сидіти смирно») і такими, що віддають перевагу активним іграм. У свою чергу, дівчатка-гімназистки характеризуються спокійною поведінкою. Дорослішаючи, жінки стають більш рухомі та діяльні, ніж чоловіки, часто жестикулюють, схоплюються з місця, ходять по кімнаті. 4. Будова мозку. У чоловіків більш вираженою є асиметрія півкуль, зокрема більш вираженою є ліва півкуля, а у жінок – права півкуля, що обумовлює переважання у чоловіків аналітичного мислення, а у жінок інтуїтивного, образного і чуттєвого пізнання [3, с.57]

В огляді психологічних досліджень статевих відмінностей Г.Гейманс виділяє наступне: 1) У жінок виявлений менший об'єм свідомості. Оскільки істерія частіше зустрічається у жінок, а для неї характерна звужена свідомість, то об'єм свідомості у жінок менший, ніж у чоловіків. 2) Навіюваність не пов'язана зі статтю. Більш піддаються чужому впливу емоційні жінки та емоційні чоловіки порівняно з неемоційними представниками обох статей. 3) Емоційність жінок є їхньою головною відмінністю від чоловіків. У жінок вищий рівень тривожності, велика значимість зв'язку емоцій із міжособистими відносинами, велика чутливість до негативних життєвих подій друзів і близьких, частіше спостерігаються депресії, повідомлення про свої негативні емоції, наголошується велика яскравість позитивних емоцій, відсутність соромливості при демонстрації емоційних реакцій, більша відповідність невербальній експресії емоційному стану і велика точність декодування емоційних невербальних сигналів інших. Для хлопчиків і чоловіків характерне прагнення приховувати свої емоції, особливо негативні, емоційна стриманість. Можна говорити про існування гендерних типових «чоловічих» і «жіночих» емоцій: для чоловіків це гнів, а для жінок – сум та страх. 4) Жінки краще сприймають, але гірше спостерігають, що пояснюється їх меншим інтересом до деяких завдань. Жінки демонструють тонку спостережливість тільки в тому, що їх цікавить. В цілому одні речі краще сприймають жінки, інші – чоловіки. Для жінок характерний строгіший відбір матеріалу при одночасному пред'явленні [10].

5. Увага. Наголошується перевага жінок у вибірковості, стійкості і об'ємі уваги, орієнтація дівчаток і жінок на швидкість, а хлопчиків і чоловіків – на точність роботи (за показниками об'єму, стійкості і розподілу уваги), перевага чоловіків в роботі з новими, а жінок – із старими, шаблонними стимулами, а також перевага жінок в «комунікативній увазі» (до думок і відчуттів партнера). 6. Уявлення і уява. Жіноча фантазія є більш живою, зважаючи на їх більшу емоційність. Вони володіють виразнішими і барвистішими образами. Жінки краще за чоловіків уявляють майбутні розмови і спори із співбесідником, при чому у всіх подробицях. 7. Мислення. Чоловіки сприймають події, речі розчленовано і послідовно, мислення і відчуття відокремлені один від одного. Жінки ж сприймають те, що оточує злито, сумно, мислення і відчуття нерозривно зв'язані і існують у формі «генід» (чогось сумного, невловимого і невизначеного, як ранні дитячі спогади або думка, що вислизнула, під час розмови) [3, с. 214].

У 1974 р. Сандра Бем сформулювала свою гіпотезу про існування 3 типів людей із різною гендерною ідентичністю: із переважанням фемінінних характеристик, із переважанням маскуліних характеристик, і з переважанням андрогінних, тобто тих, у кого спостерігається баланс маскуліних і фемінінних характеристик. При цьому найпривабливішим їй здавався третій тип: на її думку, андрогінні особи володіють адаптивністю і гнучкістю поведінки, відрізняються творчими схильностями і найбільш психологічно благополучні. Перші ж два типи зображалися негнучкими, обмеженими, такими, що демонструють в своїй поведінці гендерні стереотипи, що існують в суспільстві [14, с. 23]. У 1975 р. Джудіт Спенс піддала критиці операціональне визначення андрогінності, зроблене Бем, і запропонувала інший показник: андрогінність – це поєднання високої маскуліності і високої фемініності. Це абсолютно інше розуміння андрогінності [14, с. 39]. Пізніше Сандра Бем відмовилася від ідеї андрогінності, оскільки в суспільстві, в якому дуже популярне чітке розділення на «чоловіче-жіноче» виховувати дітей у дусі невизначеної і не дуже зрозумілої андрогінності – означає ставити їх в складні умови.

Американські дослідники Мелірі Тейлор і Джудіт Холл провели мета аналіз робіт, присвячених андрогінності. Використовувалися традиційна (фрейдівська) модель психологічного добробуту (уявлення, що чоловіки повинні бути маскуліними, а жінки – фемінінними), андрогінна модель (поєднання помірно виражених маскуліності і фемініності), фемінінна модель (володіння фемінінними рисами забезпечує індивідові добробут в суспільстві) і маскулінна модель (психологічний добробут пов'язаний із переважанням маскуліних рис) [18]. Мета аналіз показав, що психологічний добробут забезпечувався тільки четвертою моделлю – маскуліною [10]. Численні дослідження на виявлення гендерних особливостей у почутті гумору, показали наявність відмінностей в останньому. Так, використання проектної методики для діагностики мотиваційної сфери особистості «Тест гумористичних фраз» (ТГФ), запропонованої у 1982 році А. Шмельовим і В. Болдиревою, показало, що жінки більше сприймають гумор на тему сімейних негараздів та ігнорують тему взаємин статі. Чоловіки ж більше цікавляться гумором на тему людської дурості, а ігнорують тему агресії та самозахисту [2].

Сприйняття гумору чоловіків та жінок відрізняється за тематикою: взаємини статі, сімейні негаразди, бездарність в мистецтві, людська дурість. Відмінності обумовлені соціальними нормами та ролями, біологічними передумовами.

На противагу до соціального підходу до вивчення гумору, в науці існує медико-фізіологічний погляд на гумор. Подібно іншим емоціям, радість від гумору має як фізіологічні, так й емпіричні

компоненти. Поряд із характерними суб'єктивними почуттями задоволення, розваги і життєрадісності, ця емоція супроводжується цілим рядом біохімічних змін у мозку, вегетативної нервової системи та ендокринної системи, стосується таких речовин, як медіатори, гормони, опіоїди та нейропептиди. Цей нейрохімічний коктейль впливає на серцево-судинну, скелетно-м'язову, травну та імунну системи. Біологічні компоненти емоції радості послужили основою для зроблених в останні роки заяв про потенційну користь гумору і сміху для здоров'я. Однак точний характер фізіологічних змін, що супроводжують радість, досі не є цілком зрозумілим і потребує додаткових досліджень у даній сфері. Неврологічні дослідження вказують на те, що ці різні компоненти процесу гумору включають різні, але пов'язані між собою області мозку. Слово «гумор» часто використовується у вузькому значенні для позначення когнітивно-перцептивного компоненту – психічних процесів, які беруть участь у створенні або сприйнятті чогось смішного або забавного.

У результаті тривалого періоду вивчення та дослідження психології гумору, сьогодні в науці існує велика кількість теорій гумору: теорії несумісності, теорії неконгруентності, теорії амбівалентності, конфігураційні теорії та теорії ворожості. Існує аналогічна група теорій Патриції Кейт-Шпігель, де виокремлені теорії переваги (сміх виникає, якщо людина відчуває себе не настільки дурною, повторною, нещасною або слабкою, як оточуючі) та теорії вивільнення (смішне є результатом вивільнення психічної енергії, звільняючи людину від деякого обмеження). Окремої уваги заслуговує теорія гумору З. Фрейда, в якій гумор виступав «засобом отримання задоволення, незважаючи на попередні болісні афекти», тобто задоволення від гумору виникає у зв'язку з «економією афективної витрати». Фрейд наділяє гумор захисною функцією вищого рівня, оскільки гумор не ховає від свідомості уявлення, які пов'язані із сильним афектом. Згодом ідеї Фрейда були розвинуті його послідовниками: Д. Флагелем, М. Чойсі, Е. Крісом.

Варто відмітити, що психологічні визначення почуття гумору підкреслюють його складну організацію та комплексність, а почуття гумору можна визначити як комплекс перцептивних, когнітивних, емоційних, фізіологічних та поведінкових процесів. За своїм практичним змістом, гумор є формою соціальної гри й, водночас, виконує ряд важливих і серйозних психологічних функцій, які прийнято ділити на три категорії: когнітивна та соціальна користь від позитивної емоції радості; використання гумору для соціальної комунікації та впливу; зняття напруги та збереження психічної рівноваги при настанні неприємностей. Психологія взаємовідносин (Мішель Шюта) припускають, що гумор відіграє важливу роль у вирішенні фундаментальних для міжособистісних відносин завдань (визначення потенційного партнера для відносин, встановлення, розвиток і підтримку ключових відносин; спільна діяльність) та виступає засобом пом'якшення конфліктів і напруги між людьми. Разом з тим, гумор не завжди є соціальним та доброзичливим, і в багатьох випадках гумор припускає сміх над поведінкою та рисами людей, які сприймаються дещо незвичайними і безглуздими. У процесі еволюції гумор використовується як для зміцнення групової ідентичності, так і виключення членів з групи шляхом висміювання. Роль гумору в управлінні поведінкою і забезпечення дотримання соціальних норм також передбачає, що люди можуть використовувати його для підтримки свого власного статусу у груповій ієрархії.

Отже, гумор в своїй основі не є ні дружнім, ні агресивним: це засіб одержання емоційного задоволення, який може використовуватися як із благими, так і з ворожими намірами – парадокс гумору. У рамках дослідження ми акцентуємо увагу на такій функції гумору, як терапевтична, згідно із якою сміх заспокоює, покращує зовнішність людини, підвищує імунітет, підвищує стресостійкість. Науково доведено, що сміх має знеболювальний ефект, оскільки гормони щастя ендорфіни, які виробляються, коли людина сміється, є природними болезаспокійливими речовинами. У сучасному світі існують різні напрямки, де сміх цілеспрямовано використовується із цілющю-оздоровчою метою: сміхотерапія (як елемент гуморотерапії), його сміху (хасья-йога), сміх у духовних практиках та лікарняна клоунада (як частина клоунотерапії).

Почуття гумору виступає критерієм особистісного розвитку, інтелекту, здатності до самоіронії, а це означає – і до подальшого розвитку. Існують фізіологічні особливості формування гумору у людей різних вікових категорій. Найбільш складним є питання формування почуття гумору у дітей. Згідно із К. Ізардом, «рефлекс сміху закладений у людини на генетичному рівні, проте він може проявитися не відразу». Численні дослідження на виявлення гендерних особливостей у почутті гумору, показали наявність відмінностей в останньому. Так, використання проектної методики для діагностики мотиваційної сфери особистості «Тест гумористичних фраз» (ТГФ) А. Шмельова та В. Болдирєвої показало, що жінки більше сприймають гумор на тему сімейних негараздів та ігнорують тему взаємин статі. Чоловіки ж більше цікавляться гумором на тему людської дурості, а ігнорують тему агресії та самозахисту. Сприйняття гумору чоловіків та жінок відрізняється за тематикою: взаємини статі, сімейні негаразди, бездарність в мистецтві, людська дурість. Відмінності обумовлені соціальними нормами та ролями, біологічними передумовами. Вчені зі Стенфордського університету (США) прийшли до висновку, що жінки реагують на гумор і жарти повільніше, ніж чоловіки. Зате сміються довше. Ймовірно, останнім фактом пояснюється і їх більш висока тривалість життя – адже сміх діє як релаксант.

Завдяки експериментам було встановлено, що у жінок для оцінки гумору і сміху надто задіяні ділянки мозку, які відповідають за мову і комплексний аналіз. Чоловіки використовують їх набагато менше, реагуючи тим самим на гостроти швидше. Тому був зроблений висновок, що жінки надають перевагу м'яким комедіям, добре підготовленим жартам, тоді як чоловікам подобаються короткі і влучні вислови. При цьому чоловіки є більш цинічними, ніж жінки, і тому вони обожають «чорний гумор». У будь-якому разі наявність почуття гумору традиційно вважається атрибутом здоров'я та психологічного добробуту. За умови наявності різного роду психічних захворюваннях здатність жартувати і сприймати гумор, так чи інакше, страждає. Проте дослідження механізмів порушення почуття гумору й дотепності при різних видах психопатології все ще перебуває на початковому етапі.

Таким чином, наявні дослідження почуття гумору у сфері клінічної психології можна об'єднати у два підходи: кількісний і якісний. Перший – фіксує «зниження» почуття гумору у результаті психопатології, а другий – передбачає наявність якісної специфіки гумору у хворих різних нозологічних груп. Наприклад, при шизофренії у зв'язку зі спотворенням процесів узагальнення, знижується здатність до впізнавання гумору. Зниження емоційної залученості і схильність до ідентифікації із висміюваним персонажем перешкоджають отриманню задоволення при сприйманні гумору, хворі не схильні запам'ятовувати анекдоти. Хворі шизофренією люблять жарти, засновані на парадоксі і порівняно із віддаленою ознакою. При наявності в клінічній картині депресивного синдрому, хворим шизофренією подобається також цинічно-песимістичний гумор, вони відкидають непристойні анекдоти. Депресія і почуття гумору мають зворотний зв'язок. Для депресивного синдрому характерні тенденції до самозвинувачення, самознищення, самокритики. Однак, при депресії сприйняття гумору страждає не тотально, а лише на рівні окремих компонентів. Зниження сміхової активності у пацієнтів із різною психопатологією може пояснюватися самим фактом захворювання і стаціонарування. Незважаючи на зниження сміхової активності, хворі із депресивним синдромом здатні отримувати задоволення при сприйнятті гумору. Хворі із депресивним синдромом не люблять непристойних анекдотів. Це може пояснюватися або зниженням сексуального інтересу, або загальним зниженням рівня експансії цих хворих. Суїцидальним пацієнтам подобається гумор на тему смерті. Пацієнти із маніакальним синдромом схильні жартувати і сміятися, вони люблять сексуальний гумор і анекдоти на тему алкоголізму і наркоманії.

Клінічні дані показали те, що високий рівень тривожності знижує ефект комізму при сприйнятті гумору. Однак вплив фактора тривожності на виникнення почуття смішного не завжди є однозначним, він залежить від рівня інтелектуальної складності жарту. Порушення почуття гумору у тривожних хворих описані психоаналітиками. Ними обговорюється феномен неусвідомлюваних жартів, коли людина говорить смішні речі, не усвідомлюючи їхньої комічності. Можна зробити висновок, що використання гумору у якості інструменту клінічної діагностики, очевидно, є привабливим, оскільки підвищує мотивацію та емоційну включеність як пацієнта, так і лікаря або психолога, може скорочувати час обстеження.

Література

1. Аверинцев, С.С. Бахтин, смех, христианская культура / С.С. Аверинцев // М. М. Бахтин как философ. – М.: «Наука», 1992. С. 7-19.
2. Апробация опросника отношения к юмору и смеху на российской выборке / Е.М. Иванова, Е.А. Стефаненко, С.Н. Ениколопов, Р. Проьер, В. Рух // Сборник материалов Всероссийской юбилейной научно-практической конференции (к 85-летию Ю.Ф. Полякова). – М., 2013. – С. 59-61.
3. Бендас Т.В. Гендерная психология. Учебное пособие. – СПб.: Питер, 2006. – 431 с.
4. Бергсон А. Смех. – М.: Искусство, 1992. – 127с.
5. Березовская Р.А. Роль юмора в развитии синдрома профессионального выгорания менеджеров / Березовская Р.А., Буенок А.Г. // Вестник СПбГУ. Серия 12: Психология. Социология. Педагогика. – 2011. – Вып. 4. – С. 36-43.
6. Иванова Т.В. Остроумие и креативность // Вопросы психологии. – 2002. – №1. – С.76-87.
7. Козинцев А.Г. Человек и смех / А.Г. Козинцев – СПб.: Алетейя, 2007. – 236 с.
8. Кузнецова Н. Психологическое исследование юмора / Н. Кузнецова / Вопросы психологии. – 1984. – № 6. – С. 146-150.
9. Мартин Р. Психология юмора / Р. Мартин. – СПб.: Питер, 2009. – 480 с.
10. Наталія Чухим. Гендер та гендерні дослідження в ХХ столітті. – Режим доступу на: <http://www.gendercentre.org.ua/htdocs/article%2001.htm>
11. Оллпорт Г. Личность в психологии / Г. Оллпорт. – М.: КСП; СПб.: Ювента, 1998. – 345 с.
12. Психология эмоций / Под. ред. Изарда К. – СПб: Питер, 2000. – 606 с.
13. Психология: учебник / В.М. Аллахвердов, С.И. Богданова, Л.И. Вансовская и др.; отв. ред. А.А. Крылов; 2-е изд., перераб. и доп. М.: Изд. группа «Проспект», 1998. – 583 с.
14. Симонов П.В., Ширшов П.М. Темперамент, характер, личность. – М.: Наука, 1984. – 161 с.
15. Степанова М. Смеяться, право, не грешно...или с юмором о психологии и психологах. – М.: 2009.
16. Фрейд З. Остроумие и его отношение к бессознательному. – Донецк: Сталкер, 1999. – 349с.
17. Хазова С.А. Юмор как ресурс совладающего поведения / С.А. Хазова // Сибирский педагогический журнал. – 2012. – № 3. – С. 177-182.
18. Individual differences in uses of humor and their relation to psychological well-being: Development of the Humor Styles Questionnaire / R.A. Martin, P. Puhlik-Doris, G. Larsen, J. Gray, K. Weir // Journal of Research in Personality. – 2003. – No. 37. – P. 48-75.

Literatura

1. Averintsev S.S., Bahtin, smekh, hristianskaya kultura // M.M. Bahtin kak filosof. – M.: "Nauka", 1992. – S. 7-19.
2. Aprobatsiya oprosnika otnosheniya k umoru i smehy na rossiyskoi vyborke / Ye.M. Ivanova, Ye.A. Stefanenko // Sbornik materialov Vserossiyskoi yubileynoi nauchno-prakticheskoi konferentsii (k 85-letiyu Yu. F. Polyakova). – M., 2013. – S.59-61.
3. Bendas T.V. Gendernaya psihologiya. Uchebnoye posobiye. – Spb.: Piter, 2006. – 431 s.
4. Bergson A. Smeh. – M.: Iskustvo, 1992. – 127 s.
5. Berезovskaya R.A., Buenok A.G. // Vestnik SPbGU. Seriya 12: Psihologiya. Sotsiologiya. Pedagogika. – 2011. – Vyp. 4 – S. 36-43.
6. Ivanova T.V. Ostroumiye i kreativnost // voprosy psihologii. – 2002. – № 1. – S.76-87.

7. Kozintsev A.G. Chelovek i smeh. – SPb.: Alteya, 2007. – 236 s.
8. Kuznetsova S. Psihologicheskoye issledovaniye umora / N.Kuznetsova // Voprosy psihologii. – 1984. – № 6. – S.146-150.
9. Martin R. Psihologia umora / R. Martin. – SPb.: Piter, 2009. – 480 s.
10. Nataliya Chukhym. Gender ta genderni doslidzhennia v XX stolitti. – Rezhym dostupu: <http://www.gendercentre.org.ua/htdocs/article%2001.htm>
11. Ollport G. Lichnost v psihologii / Ollport G. – M.: KSP; SPb: Uventa, 1998. – 345 s.
12. Psihologia emotsyi / Pod red. Izarda K. – SPb: Piter, 2000. – 606 s.
13. Psihologia: uchebnik / V.M. Allahverdov, S.I. Bogdanova, L.I. Vansovskaya i dr.: otv.red. A.A. Krylov: 2-e izd., pererab. i dop. M.: Izd.gruppa "Prospekt", 1998. – 583 s.
14. Simonov P.V. Shirshov P.M. Temperament, Harakter, lichnost. – M.: Nauka, 1984. – 161 s.
15. Stepanova M. Smeyatsia pravo ne greshno ... ili s umorom o psihologii i psihologah. – M.: 2009.
16. Freid Z. Ostroumiye i yego otnosheniye k bessoznatelnomu. – Donetsk: Stalker, 1999. – 349 s.
17. Hazova S.A. Umor kak resurs sobladaushchego povedeniya / Hazova S.A. // Sibirskiy pedagogicheskiy zhurnal. – 2012. – № 3. – S.177-182.
18. Individual differences in uses of humor and their relation to psychological well-being: Development of the Humor Styles Questionnaire / R.A. Martin, P. Puhlik-Doris, G. Larsen, J. Gray, K. Weir // Journal of Research in Personality. – 2003. – No. 37. – P. 48-75.