

Секция «Социальная психология: группа, общение, личность»

Некоторые теоретические аспекты исследования юмора зарубежными психологами

Губенко Виктор Андреевич

Студент (специалист)

Филиал МГУ имени М.В.Ломоносова в г. Севастополе, Факультет психологии, Кафедра психологии, Севастополь, Россия

E-mail: boge01@yandex.ru

Чувство юмора является важным элементом в общении и деятельности людей. Оно взаимосвязано с нашим психологическим и физиологическим здоровьем, играет огромную роль в межличностных и групповых отношениях, обладает большим количеством социальных функций и возможностей использования.

Если рассматривать юмор как психологический процесс, то можно выделить 4 компонента:

- **социальный.** Юмор - социальное взаимодействие людей, которое принимает форму игры. Мы смеемся и шутим в обществе других людей, таким способом обеспечивая себя возможностями для игры. Во время игры человек несерьезно анализирует совершаемые им поступки и сказанные слова, это происходит ради забавы. Бывают «псевдосоциальные» ситуации, когда мы смеемся одни, к примеру, при просмотре кинокомедии;
- **когнитивно-перцептивный.** Суть этого компонента заключается в особенностях юмористической информации. Она появляется за счет творческой обработки информации, игры воображения и мыслей. Информация имеет как внешнее происхождение, так и внутреннее (из памяти). Стимулом, который заставляет нас смеяться, является определенный нелепый, странный, необычный образ, текст или случай, вводящий нас в игривое и веселое состояние;
- **эмоциональный.** Чувство юмора вызывает усиление положительных эмоций, вызывает подъем настроения. Психологи до сих пор не определили специальный термин для данной эмоции в связи с её тесной связью с другими положительными эмоциями, но существуют следующие варианты обозначения: «понимание юмора», «приятное изумление», «приятное возбуждение». Психолог Род Мартин считает, что для обозначения данной эмоции лучше всего подходит «радость»;
- **вокально-поведенческое выражение смеха.** Смех носит сигнализирующую функцию, сообщая людям о несерьезных и дружественных намерениях. Его можно описать двумя характеристиками: громкость и продолжительность. Они зависят от уровня радости: чем он выше, тем интенсивнее смех. Еще одной важной особенностью смеха является создание игривого состояния и положительных эмоций у других людей, а также возможность контролировать это состояние, а, следовательно, и деятельность. Также смех может быть способом положительного подкрепления других людей (смеяться с кем-то) или реакцией на негативное или нежелательное поведение (смеяться над кем-то) [1].

Юмор является социальной игрой и одним из способов получения удовольствия и веселья, и, как любой психологический механизм, чувство юмора обладает определенным набором функций, среди которых выделяют следующие три категории:

- социальная коммуникация и влияние. Выше мы писали, что юмор - игра, целью которой является передача социальных сообщений, которые могут быть как положительными и просоциальными, так и агрессивными и манипулирующими. К положительным чертам можно отнести предотвращение образования конфликтной ситуации, передача информации, которая в неюмористическом формате может быть воспринята негативно (критика или неодобрительное отношение), сплочение, укрепление отношений. С отрицательной точки зрения стоит говорить о таких явлениях, как высмеивание человека, манипуляция им, принуждение или даже устранение из группы путем юмора;
- когнитивные и социальные выгоды радости. Радость развивает в человеке способность к творческому решению проблем, к более эффективному мышлению, к повышению уровня социальной ответственности. Стимулирование радости ведет к уменьшению уровня физиологического напряжения после негативных переживаний. Радость и другие положительные эмоции являются адаптационным механизмом, укрепляющим психическое и физиологическое здоровье. Особую роль отводят положительным эмоциям в регуляции межличностных отношений и решении следующих важных межличностных задач: определение потенциального партнера для общения, совместная деятельность, а также установление, развитие и поддержание ключевых отношений;
- снятие напряжения и противостояние проблемам. На протяжении своей жизни человек сталкивается с большим количеством стрессовых ситуаций. Функция юмора заключается в переосмыслении и совладании со стрессом. При юмористической оценке стрессовой ситуации она становится более понятна и управляема. Также стоит отметить положительное влияние юмора на сердечно-сосудистую систему после проявления негативных эмоций. Юмор, будучи одним из способов межличностной коммуникации, является важной частью для группового обсуждения и совладания со стрессовыми ситуациями. При этом стоит отметить, что чем сильнее напряжение и возбуждение, вызванное стрессовой ситуацией, тем больше удовольствия и наслаждения получит человек от шуток по поводу произошедших событий. Особое внимание уделяется юмору в экстремальных ситуациях. Юмор помогает тяжелобольным людям легче относиться к своей болезни и придерживаться позитивного настроения [1].

В случае конфликтов или сложной ситуации люди стремятся к переговорам или просят о помощи посредника. Чувство юмора может значительно облегчить вышеописанные способы разрешения сложившейся непростой ситуации. В посредничестве юмор может быть использован для устранения ожидания или переосмысления темы спора и анализа позиции оппонента, а также для передачи ему потенциально опасных сообщений, завуалированных под шутку [3].

При переговорах участники начинают шутить при необходимости изменить тему. Это является своего рода способом структурирования текущего процесса переговоров. При использовании юмора сторона сигнализирует своему оппоненту о необходимости перехода на другую тему, при этом не показав резкого и директивного стремления в данном намерении. Также смех во время переговоров может являться индикатором обсуждения особо тяжелого вопроса. Стоит отметить: чем сильнее позиция человека, который хочет использовать свое чувство юмора во время переговоров, тем будет и больше вероятность того, что его шутка вызовет смех. К примеру, здесь можно говорить о том, что возможность рассмешить кого-либо во время переговоров намного выше у лидера одной из групп, чем у человека с более низким статусом [2].

Таким образом, юмор - социальное взаимодействие, проявляющееся в форме игры, направленное на коммуникацию, снятие напряжения и получение позитивных эмоций. Данные характеристики играют особую роль при решении конфликтов, в частности, с помощью переговоров или медиации.

Источники и литература

- 1) Мартин Р. Психология юмора. СПб., 2009.
- 2) Adelsward, V & Oberg, B.-M. The function of laughter and joking in negotiation activities // Humour: International Journal of Humour Research, 11(4), 1998. 411-429.
- 3) Forester J. Responding to critical moments with humour, recognition, and hope // Negotiation Journal, 20(2), 2004. 147-163.