

# СВЯЗЬ СТИЛЕЙ ЮМОРА И УРОВНЕЙ ДЕПРЕССИИ ЛИЧНОСТИ

*Е. Л. Ханцевич*

Гродненский государственный университет имени Янки Купалы,

[khantsevich01@yandex.by](mailto:khantsevich01@yandex.by)

*Научный руководитель: доцент кафедры возрастной и педагогической психологии, кандидат психологических наук, доцент, А. И. Янчий*

В наше время информационное пространство наполнено негативным информационным воздействием, и не малую его часть в жизни современного человека может занимать контент, подаваемый в юмористическом ключе. В области житейской психологии бытует такая мысль, что юмор – несомненный атрибут психического здоровья, но всё не так однозначно. Идеи, почерпнутые из житейской психологии, нередко становятся объектом серьёзных научных исследований. Так, в области психологической науки существует множество научных трудов, в которых можно обнаружить разные мнения на предмет обсуждения. С одной стороны, подчёркивается идея о том, что юмор может и должен использоваться как способ развития личности, саморегуляции и социальной компетентности. С другой стороны, в некоторых научных источниках встречается идея о том, что юмор может влиять на человека в деструктивном ключе (примером тому могут быть идеи, высказанные Р. Мартином).

Двойственность этой позиции подтолкнула нас к выдвижению предположения о том, что юмор может влиять на человека особым образом в зависимости от его психологических характеристик и/или стилей использования юмора.

Как известно, ещё в Древней Греции использовали особую форму влияния на умы людей через комедийные театрализованные представления. Так, древнегреческий философ Платон утверждал, что смех происходит от злобы, а его ученик Аристотель рассматривал комедию как, условно говоря, инструмент для критики через подражание малопривлекательным персонажам.

Несмотря на то, что с тех пор прошло много времени, в науке вопрос о значении юмора в жизни человека остаётся открытым. По мере развития психологии как науки исследователи продвигались всё дальше в вопросах природы влияния юмора на человека.

Примером изучения значения юмора в историческом контексте может быть З. Фрейд. В рамках своей психоаналитической теории показал, что юмор – многогранный феномен, который можно разложить на несколько категорий, такие как острота, комизм и собственно юмор. Роль острот З. Фрейд определял согласно представленности в них тенденциозности, что легло в основание разграничения их на 2 типа: один, когда острота является самоцелью, её он называет «безобидной» («harmlos»), другой, когда она преследует определенную цель и становится тенденциозной. Там, где острота не является самоцелью, то есть там, где она не безобидна, она обслуживает только две тенденции: враждебную, которая обслуживает агрессивность, сатиру, оборону, либо скабрезную, которая обслуживает непристойность и имеет сексуальный подтекст [3].

Затрагивая феномен комизма, к технике которого принадлежит психический автоматизм, З. Фрейд говорил об «ошибке мышления», в ситуации которой человек выдаёт сам себя, тем самым веселя свидетелей его «провала». Однако остроумие и комизм в своём проявлении отличны от собственно юмора в том, что помимо следования принципу удовольствия, в собственно юморе находит выражение человеческий нарциссизм, требующий неприкосновенности личности. Юмор может быть направлен как вовне, например, на другого человека, так и на сам субъект юмора. В первом случае, осмеивая другого, человек признаёт его выгоды и огорчения ничтожным, ведёт себя как взрослый с ребёнком. Во втором случае, когда юмор обращён на собственную персону, субъект юмора, таким образом, отвергает возможность своих страданий, тем самым играя одновременно роль и ребёнка, и взрослого.

Если по З. Фрейду юмор может проистекать как из сексуальных, так и агрессивных побуждений, то Ч. Грунер, яркий представитель теорий

превосходства/унижения, настойчиво указывал, что любая шутка имеет исключительно агрессивный контекст. Данные теории пришли на смену психоаналитическим и основывались на эволюционной теории. Современный юмор, по Ч. Грунеру, является выражением агрессии игровой, призванной заменить человеку агрессию физическую. Юмор может прямо выражать ксенофобию или завуалированно желание показать своё превосходство, что в любом случае будет служить выражением враждебности и неприятия. Даже в безобидной игре слов, в каламбурах сторонники данной теории указывают на желание «побеждать», показывать своё интеллектуальное превосходство.

С ростом популярности когнитивных подходов в психологии в 1970-е гг. среди прочих теорий юмора выделились и стали завоевывать популярность теории несоответствия. В данных теориях, в сравнении со всеми вышеперечисленными, более всего внимания уделяется когнитивным аспектам юмора, они постулируют идею о том, что восприятие несоответствия – основа юмора.

Однако в нынешнее время исследователи не ограничиваются приверженностью к одной определённой теории, в науке всегда имеет место быть интегративных подход. Так Р. Мартин, профессор канадского Университета Западного Онтарио, проанализировав опыт предшествующих исследователей юмора, который зачастую противоречив, пришёл к выводу, что важным фактором, определяющим природные характеристики юмора, является предпочтение в способах воспроизведения и восприятия юмора. Изучив проблемы формирования данных предпочтений с позиции психологии личности, Р. Мартин заключил, что чувство юмора, вероятно, не сводится только к функционированию мозга и набору темпераментных характеристик, содержание и характер проявления юмора определяются мотивами и целями.

Р. Мартин разработал собственную многомерную концепцию юмора, в основе классификации которой юмор рассматривается через цели созданного или воспринятого юмористического содержания. Р. Мартин вводит понятие «стиль юмора» и выделяет четыре разных стиля: самоподдерживающий,

аффилиативный, агрессивный, самоуничижительный [2]. Его интересовало отличие индивидуальных стилей юмора, которые могут быть как адаптивными и способствующими умственному и физическому здоровью, так и неадаптивными и ведущими к ухудшению здоровья. К стилям юмора здоровой личности, у которой чувство юмора выступает как зрелый защитный механизм, можно отнести самоподдерживающий и аффилиативный стили юмора (выделенные Р. Мартином). Самоподдерживающий юмор выполняет сохранную функцию и формирует позитивный взгляд на жизнь. Человек, у которого преобладает самоподдерживающий стиль юмора, может иметь такие привлекательные черты как улыбчивость, оптимизм, способность поддерживать себя даже в состоянии стресса или давления негативной ситуации и способен использовать юмор как копинг-стратегию [1]. Аффилиативный стиль юмора предполагает поддержку и себя, и окружающих, чем способствует повышению межличностной сплочённости. Выражается он в склонности рассказывать забавные истории, шутки и добродушно подшучивать, чтобы развлечь других. Агрессивному и самоуничижительному стилям юмора присуще использование чувства юмора как способа иллюзорного решения проблемы или уход от её решения относится. Агрессивный стиль юмора проявляется в склонности использовать юмор для критики других или манипулирования ими, как это бывает при сарказме, поддразнивании, насмешках, высмеивании или унижающем юморе, а также при использовании потенциально оскорбительных (ксенофобских) форм юмора. Самоуничижительный юмор предполагает использование чрезмерно унижающего себя юмора, попытки развлечь других, делая или говоря что-то забавное в ущерб своей репутации, сопровождается смехом даже при насмешках и унижениях со стороны окружающих [1].

Вышеупомянутые идеи легли в основу наше исследования, целью которого было выявить связь между стилями юмора и уровнями депрессии у респондентов, работающих в учреждениях здравоохранения. Для проведения исследования мы выбрали опросник, который был разработан в 2001 году Р.

Мартин с соавторами (Опросник стилей юмора – Humor Styles Questionnaire – HSQ). Для определения уровня депрессии была взята шкала депрессии Бека, предложенная американским психиатром Аароном Т. Беком. Для выявления связи между исследуемыми феноменами был использован коэффициент ранговой корреляции Спирмена.

Базой для проведения исследования являлись Барановичский городской противотуберкулёзный диспансер, Барановичский межрайонный наркологический диспансер и Барановичский городской онкологический диспансер. В исследовании приняло участие 95 человек медперсонала вышеперечисленных учреждений, женщины и мужчины в возрасте от 20 до 67 лет. Средний возраст респондентов составил 41 год, мода – 36 лет, медиана – 41 год. Сбор фактического материала был проведён согласно всем методическим требованиям.

Нами установлено, что у 42 респондентов из 95 отсутствуют признаки депрессии, у 53 респондентов проявляются те или иные уровни депрессии. Так, у 18 человек обнаружена лёгкая степень депрессия, у 10 человек отмечается умеренная депрессия, у 22 – средняя, выраженная депрессия, и у 3 – тяжёлая депрессия.

Согласно полученным результатам, аффилиативный стиль юмора отрицательно коррелирует с сырыми баллами по шкале депрессии Бека, но связь статистически недостоверна для 5% уровня значимости. Но в то же время следует отметить, что юмор отрицательно коррелирует с уровнями шкалы депрессии Бека, сила корреляции по критерию Спирмена составляет  $r = -0,223708$ , что свидетельствует о слабой силе связи.

Нами установлено, что самоподдерживающий стиль юмора также отрицательно коррелирует с разными уровнями депрессии. Средние значения силы корреляции по критерию Спирмена составляет  $r = -0,364162$ , что свидетельствует об умеренной силе связи.

Результаты обработки данных на предмет выявления связей между стилями юмора и уровнями депрессии свидетельствуют, что между такими

деструктивными стилями юмора как агрессивный и самоуничижительный не обнаружено корреляции. Выраженность депрессивного состояния респондентов статистически недостоверна для уровня значимости при  $p < 0,05$ .

Исходя из результатов исследования, мы можем констатировать, что между положительными стилями юмора (аффилиативным и самоподдерживающим) и разными уровнями депрессии не обнаружены корреляционные связи. Результаты нашего исследования подтверждают идею, высказанную в своей теории Р. Мартином о том, что положительные стили юмора выполняют сохранную функцию и формируют позитивный взгляд на жизнь.

#### **Литература**

1. Иванова Е.М. Русскоязычная адаптация опросника стилей юмора Р. Мартина / Е.М. Иванова, О.В. Митина, А.С. Зайцева и др. *Теоретическая и экспериментальная психология*, 2013. Т. 6. № 2. С. 71-85.
2. Мартин Р. *Психология юмора* / пер. с англ. под ред. Л.В. Куликова. СПб.: Питер, 2009. 480 с.
3. Фрейд З. *Остроумие и его отношение к бессознательному* / пер. под ред. К. Красника. М.: Азбука, 2014. 288 с.