

**Выявление «проблемных»  
установок на определенную  
сферу жизни  
взрослого человека  
посредством проведения  
теста «Чувство юмора»**

**Выполнил:** студент 2 курса

заочного отделения

направления

«Педагогическое образование»

Егорова К.В.

# Чувство юмора

**Чувство юмора** - психологическая особенность человека, заключающаяся в подмечании противоречий в окружающем мире и оценке их с комической точки зрения. Отсутствие чувства юмора может выступать объектом иронии со стороны социального большинства и нарекаться фанатизмом.

## **Формирование.**

Чувство юмора даётся человеку при рождении, но начинает проявляться и развивается в раннем детстве под влиянием окружающей среды, анекдотов и т. п. Отсутствие предпосылок для его развития приводит к формированию прямолинейного характера, человек с таким крайним типом личности может иметь проблемы в социальной адаптации.

## **Измерение чувства юмора.**

Существуют исследования, в которых была предпринята попытка измерить чувство юмора у разных людей и связать его с другими характеристиками человека.

Оценки чувства юмора производятся с точки зрения различных научных дисциплин, таких как лингвистика, социология, психология, антропология. Существует порядка сотни теорий юмора. Многие теории утверждают, что назначение юмора в том, чтобы разрядить напряженность и стресс, а также в том, чтобы побуждать к поиску новых интерпретаций ситуаций. Согласно этим теориям, каждая шутка сопровождается нарастающим вниманием по мере ее изложения с последующей разрядкой, когда шутка высказана. Новые интерпретации возникают потому, что шутка показывает неожиданную ассоциацию несвязанных или даже конфликтующих обстоятельств. Некоторые теории утверждают, что юмор позволяет разрядиться агрессии. Однако во многих сообществах людей (солдаты на войне, милиция, уголовники, врачи) процветает особый юмор, иногда называемый чёрным; таким образом, чувство юмора субъективно.

Чувство юмора определяют как способность человека видеть смешное в рассказе, окружении или ситуации. Выделяют также способность шутить. Это тенденция человека делать юмористические комментарии либо вести себя смешно в каких-то ситуациях. Исследователи полагают, что юмор является физиологической защитной функцией.

Определённые учёные считают, что юмор является формой вербальной агрессии, регулирующей иерархические отношения и легитимизированной в современном социуме. Этолог Протопопов относит юмор к выяснению ранговых отношений у мужского пола. Как следствие, женщины реагируют на такую борьбу положительно, рассматривая её как иерархическую активность (высокоранговость, конфликтность) и признавая её необходимость.

Если у человека нет чувства юмора, то хотя бы должно быть чувство, что у него нет чувства юмора.



Аtkritka.com

# Мини-исследование посредством теста

Для исследования были выбраны 10 человек в возрасте от 24 до 33 лет (коллеги по работе), из них 5 женщин и 5 мужчин.

Им был предложен тест, состоящий из 100 юмористических фраз и 10 сфер жизни, где нужно было соотнести фразу с наиболее подходящей, по мнению респондента, сферой жизни из предложенных:

1. Агрессия — самозащита.
2. Межполовые отношения.
3. Пагубные привычки (в данном случае — пьянство).
4. Деньги.
5. Мода.
6. Карьера.
7. Семейные неурядицы.
8. Социальные проблемы.
9. Бездарность в искусстве и другом творческом деле.
10. Человеческая глупость.

Наличие установки в одной или нескольких из перечисленных областей проявляется в том, что человек в многозначных юмористических фразах улавливает именно тот смысл, который соответствует его **установке**.

О наличии установки (или установок) судят по тому, какое количество фраз испытуемый отнес к той или иной сфере: чем больше карточек, отнесенных к данной сфере, тем сильнее установка на нее.

В свою очередь установка может свидетельствовать о нескольких вещах:

1. О наличии у испытуемого недостаточно осознаваемых, но достаточно сильных потребностей в данной сфере.
2. О наличии у него сильных проблем в этой сфере, вызывающих постоянные эмоциональные переживания.
3. О наличии комплексов, связанных с данной сферой.

*Методика в состоянии ответить только на вопрос, касающийся наличия установки, но полностью объяснить ее не может. Для этого требуется специальное исследование, которое может провести только профессионально подготовленный психолог.*

Тест был проведен таким образом: была выбрана доминирующая в тесте каждого респондента сфера жизни, касаясь ее были даны рекомендации, и уже при повторном тестировании диагностика была проведена именно по данной сфере, игнорируя остальные.

*Важно было узнать, выполнялись ли данные рекомендации, и как благодаря им изменилась динамика развития качества, либо она не изменилась совсем.*

**По результатам теста респондентам были даны следующие рекомендации:**

1. Постарайтесь разобраться в своей жизни, не закливаясь только лишь на своих потребностях. Попробуйте сменить обстановку: туризм, прогулки, поход по магазинам – появляйтесь чаще в людных местах. Не думайте об имеющихся у вас в подсознании комплексах, попробуйте совершить что-либо совершенно необдуманно. Проанализируйте результат, прислушайтесь к ощущениям.

2. Попробуйте сменить стиль и образ жизни. Постарайтесь чаще общаться с близкими вам людьми, послушайте свои чувства. Попробуйте заняться спортом, не столько для тела, сколько для духовного равновесия. Откажитесь от вредных привычек, если же не получится отказаться полностью, то попробуйте временно, проанализируйте, на какое время у вас получится держать положительный результат. Оцените свои возможности.

3. Постарайтесь проще относиться к вещам и к окружающим вас людям. Наденьте улыбку, впустите в свою жизнь позитивное настроение. Общайтесь с детьми. Чаще отправляйтесь на прогулки, обращая внимание на мелочи вокруг – цвет травы, щебет птиц, сила ветра и т.п. Чаще общайтесь с людьми в неформальной обстановке на совершенно различные темы. Постарайтесь быть терпимей к людям, прислушайтесь к ним.

4. Попробуйте в различных ситуациях взять контроль над своими эмоциями. Анализируйте слова, прежде чем их произнести. Подумайте о последствиях сказанных вами слов, и как они затронут эмоциональную сферу вашего собеседника. Поставьте себя на место своего оппонента. Чаще слушайте, чем говорите. Проанализируйте возможности вашей выдержки.



5. Попробуйте научиться считать – заведите тетрадь/ блокнот/ дневник ваших каждодневных затрат, некую «домашнюю бухгалтерию». Попробуйте снизить расход на ненужные мелочи, без которых можно будет обойтись. Выбираясь куда-либо, берите наличных денег в 2 раза меньше, чем вам бы хотелось – никаких «на всякий случай», он не произойдет. Сравните результат в конце месяца с результатом прошлого месяца, проанализируйте.

Через месяц данный тест был проведен в респондентами по той же методике.

**Какие же были получены результаты?**



# Анализ сдвига показателей

ФИО	Д1	Д2	Д2-Д1
Мальшин Иван	13	14	-1
Антропова Катя	19	22	3
Бобырь Саша	15	16	1
Денисюк Саша	15	15	0
Рожко Леша	18	10	-8
Седова Саша	15	8	-7
Горбунов Никита	20	14	-6
Креймер Карина	22	12	-10
Коротков Саша	18	16	-2
Гуминская Наталья	28	10	-18

По данной таблице мы наблюдаем, что у семи респондентов отрицательная динамика развития качества (70%), у одного динамика не наблюдается (10%), и у двух динамика положительная (20%). Из полученных результатов мы можем сделать вывод, что **рекомендации по выявленным при первом тестировании установкам применялись и в большинстве случаев оказались действенными.**