



# Критерії та рівні вияву почуття гумору

підготувала: практичний психолог  
ДНЗ ХПСЛ  
Бесонна В.В

Гумор може послугувати активним помічником у розвитку як емоційної, так й інтелектуальної сфер. Емоційна сфера характеризується: легкою чуйністю на події які відбуваються, безпосередністю і відвертістю власних переживань , значною емоційністю, нестійкістю тощо. Інтелектуальна сфера характеризується інтенсивністю, проте нерівномірністю. Працюючи з людьми, інколи буває складно зрозуміти, який рівень почуття гумору в людини. Тому для практичного психолога стануть у нагоді критерії оцінювання рівня почуття гумору.



**Низький рівень вияву  
почуття гумору**



**Середній рівень вияву  
почуття гумору**



**Високий рівень вияву  
почуття гумору**

# Ставлення до гумору

## Когнітивний компонент



Брак будь-яких уявлень про почуття гумору;  
дитина не може навести приклади вияву гумору;  
Брак диференціації ситуацій вияву почуття гумору;  
є заборона на гумор.



Чітке розуміння про те, що таке почуття гумору; наявна диференціація ситуацій вияву почуття гумору.



• Власне чітке уявлення про почуття гумору; наявна диференціація ситуацій вияву почуття гумору.



# Переживання емоції

## Емоційно-оцінний компонент



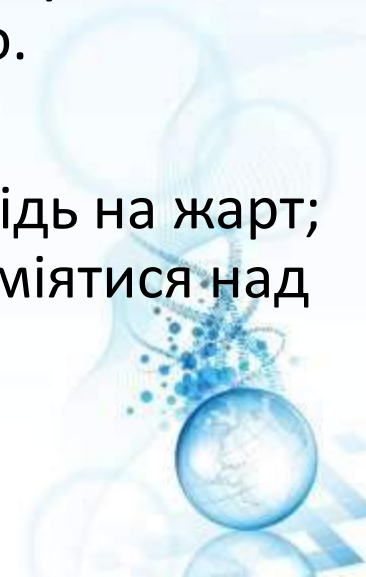
Брак зовнішньої реакції у відповідь на гумор взагалі або наявність негативної реакції. Відчуває образу, злість до тих, хто жартує. Власний гумор деструктивний, може містити глузування, сарказм, може бути використаний у цілях маніпулювання іншими.



Різна реакція на гумор. Здатний жартувати, розуміти гумор. Не завжди може посміятися над собою.



Реакція на гумор позитивна; сміється у відповідь на жарт; використовує гумор у своєму житті: може посміятися над собою.



# Поведінкові вияви

## Поведінковий компонент



Уникання ситуацій, пов'язаних з гумором, замикання в собі; дитина не використовує гумор у стресових ситуаціях, серйозно сприймає події, що відбуваються з нею.



Рідко використовує гумор у стресових ситуаціях і в житті взагалі.



- Більш оптимістичні, зменшують значення проблем, намагаючись знайти в них щось смішне; зазвичай такі діти можуть знайти, над чим посміятися або пожартувати, навіть у складних ситуаціях.



# Правила використання гумору під час освітнього процесу



Слід сміятися разом із учнями, але не над учнями. Приклад дорослого гумору повинен бути м'яким, інтелігентним. У жодному разі не можна висміювати невдачі дитини та жартувати над слабкими сторонами дитини.



Не перетворюйте навчання на суцільний жарт. Завжди можна знайти час для гумору, проте не можна перетворювати заняття на гумористичне шоу. Інакше учні не сприйматимуть учителя та предмет серйозно, а цінність гумору — втратиться. Привчайте учнів, що є час для роботи та відпочинку.



Не будьте клоуном. Дорослий повинен роз'яснити, які жарти допустимі, а які — ні. А також тримати власні межі.



Сміх та жарти повинні бути щирими, якщо ви не можете віднайти комічного — не варто використовувати заготовлені фрази та жарти. Діти завжди відчувають нещирість.



# Стилі гумору

## Самопідтримувальний гумор

Прагнення підтримувати гумористичний погляд на світ, а також використання гумору як стратегії поведінки; стиль гумору передбачає оптимістичний погляд на життя, уміння зберігати почуття гумору перед обличчям труднощів і проблем, тобто є регулятором емоцій і механізмом подолання стресу.

## Агресивний

Це гумор для критики і маніпулювання іншими, перебільшення негативних рис у людині; містить сарказм, глузування, жартування, він може бути використаний у цілях маніпулювання іншими.

## Афіліативний

Тенденція жартувати в толерантній манері для підвищення групової згуртованості; поєднується з екстраверсією, відкритістю новому досвіду, оптимізмом, життєрадісністю, самосприйняттям і самоцінністю, з успішністю встановлення і підтримання міжособистісних відносин, задоволеністю якістю життя, переважанням позитивних емоцій та гарного настрою.

## Саморуйнівний

Використання гумору, спрямованого проти себе, для здобуття прихильності інших. Такі люди, догоджаючи оточенню, дають змогу їм робити себе об'єктом жартів і готові розділити з ними такий сміх.

# Вікові особливості почуття гумору

## ❖ I етап (7-10 років)

У такому віці починають розуміти словесні жарти, комічні віршики, тобто сприймати вербальну інформацію і за допомогою уяви створювати картинки, які й відображають комічність. Добре розуміють жарти та анекдоти за формою схожі на казки. Наприклад, вовк — злий, лисиця — хитра, заєць — боягузливий тощо. Сміх може викликати нестандартна поведінка зазначених героїв, коли маленький перемагає великого або дуже страшного, комарик — павука.

Також у молодших школярів викликає сміх, якщо персонаж привласнює собі невластиві йому якості. Механізм смішного в такому віці: протиріччя — розуміння. У разі зі «сміливим» зайцем виникає протиріччя між образом маленької тваринки та її звичними якостями — слабкістю, боягузством, і якостями, які раптом приписують — силою та відвагою. Виникає розуміння, що сила і відвага, може бути, найвірогідніше, у ведмедя, а зайцю це не властиво.

Проте важливо пам'ятати, що *сміх з'являється тоді, коли розуміння виникає швидко*, якщо для цього потрібен тривалий час, то казку, анекдот не сприймають смішними. Слід зазначити ще один вид сміху — це *удаваний, наслідувальний сміх*. Діти бачать, що дорослі, розповідаючи одне одному анекдоти, сміються і радіють, це схвалювані всіма емоції.





## ❖ II етап (від 10 до 16 років)

Він цікавий тим, що саме в цей період життя в дитини і з'являється «справжнє» почуття гумору, а сміх набуває індивідуального характеру. У цей час підліток не лише повністю починає розуміти причини комічних ситуацій і анекдотів, а й вдається до генерування жартів та кепкування над іншими.

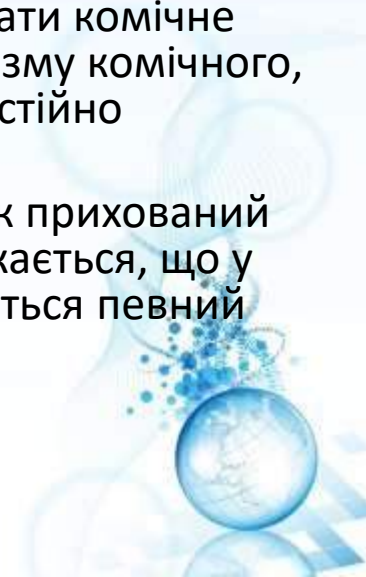
З урахуванням того, що головним видом діяльності підлітка стає спілкування з однолітками, у такий період соціальна роль сміху особливо очевидна та важлива: *сміх у підлітка — це захисний механізм у разі загрози психологічному благополуччю особистості, а також засіб згуртування малої групи.*

Також на такому етапі сміх втілює підлітковий нонконформізм (приниження значущості авторитетів, норм, заборон), і засіб самоствердження і підвищення самооцінки. Ще одна важлива роль сміху в учнів підліткового віку полягає в тому, що він є засобом для привабливості та утримання уваги.

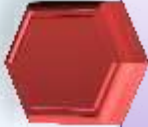
## ❖ III етап (16—17 років)

Це вже *період цілком «зрілого» почуття гумору, яке стає стійким.* Учень має спектр тем, які викликають у нього відчуття комічного та спектр тем, які навпаки здаються непридатними для жартів. Він виявляється в умінні розуміти й створювати комічне через аналогії, метафори, асоціації. З'ясування суті контрасту, як механізму комічного, виявляється не лише в здатності розуміти жарти, а й у здатності їх самостійно створювати через гру слів, словотворчість.


У гуморі особистості *починають з'являтися іронія, сатира і сарказм* як прихований більш-менш категоричний протест проти поведінки інших людей. Вважається, що у кожної людини формується власне почуття гумору, у якому зосереджується певний різновид сміху: від «невинних» жартів до жорсткого сарказму.



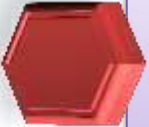
# Позитивний вплив гумору



Гумор знижує рівень стресу як в учнів, так і в учителя, створює атмосферу довіри в колективі. Дев'ять наукових досліджень підтверджують позитивний зв'язок між використанням гумору і довірою викладачів.




Гумор привертає та утримує увагу учнів, тому що несподіваний гумор активізує зону мозку, яка відповідає за увагу, більше ніж решта інших видів занять у групі.



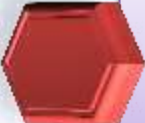
Гумор підвищує готовність до ризику та виходу із зони комфорту. За даними вчених із американського Північно-Східного університету, більше словесних асоціацій (а це вимагає творчого мислення) згадують ті, хто переглядав перед тим комедії. Це порівняно з контрольними групами, які дивилися фільми жахів або наукові програми.




# Позитивний вплив гумору



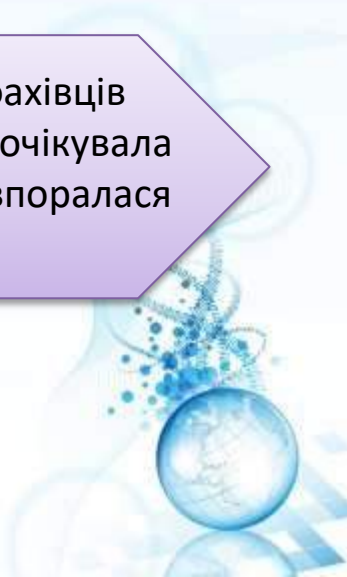
Гумор поліпшує швидкість і тривалість запам'ятовування матеріалу. Це довів під час наукового експерименту ще 25 років тому американський психолог Стенлі Шмідт.



Гумор та його вдале застосування дає перевагу під час спілкування, а також дає можливість привернути увагу (проте слід пам'ятати, що як позитивну увагу, так і негативну).



Гумор поліпшує швидкість мислення. Під час експерименту одна група фахівців годину повинна була розповідати одне одному анекдоти, а інша — просто очікувала початок роботи. Потім усім дали складне технічне завдання. Перша група впоралася значно швидше.



# Секрети усмішки

5 хвилин  
сміху  
продовжу  
ють життя  
людини на  
1 рік.

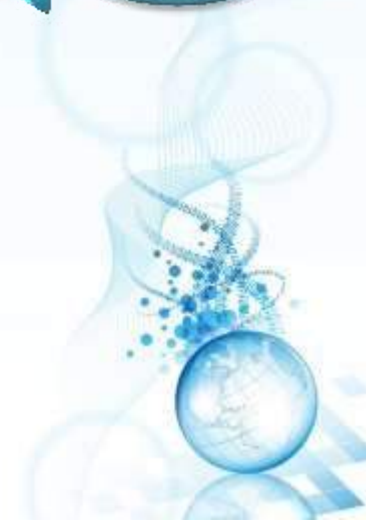
Усмішка  
лікує  
ліпше за  
ліки

*Сміх як прийом  
педагогічної дії  
допомагає  
дотримуватися  
загальноприйнятих  
соціальних норм  
поведінки.*

Даруйте  
одне  
одному  
усмішки.

Хто вміє  
спілкуватися  
з усмішкою,  
той матиме  
успіх у житті.

Від гніву  
старієш,  
від сміху  
молодієш.



Добрий гумор	Злий гумор
✓ об'єднує в розумінні труднощів і відповідальності;	✓ розділяє і шукає винних;
✓ сміється над собою;	✓ сміється лише над іншими;
✓ допомагає знайти рішення;	✓ нічого не вирішує;
✓ знімає напругу;	✓ посилює напругу;
✓ зміцнює впевненість у власних силах;	✓ руйнує впевненість у власних силах;
✓ радує всіх навколо.	✓ змушує сумувати інших.



**Дякую за увагу!**

