МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего образования

**«КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

**(ФГБОУ ВО «КубГУ»)**

**Кафедра психологии личности и общей психологии**

**КУРСОВАЯ РАБОТА**

**СТИЛИ ЮМОРА ИНТРОВЕРТОВ И ЭКСТРАВЕРТОВ**

Работу выполнила\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Сердюк Д.А.

(Подпись, дата)

Факультет управления и психологии 1 курс

Направление 37.04.01 – Психология

Научный руководитель:

Кандидат психологических наук, доцент\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Шлыкова Ю.Б.

 (Подпись, дата, оценка)

Нормоконтролер:

Кандидат психологических наук, доцент\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Шлыкова Ю.Б.

 (Подпись научного руководителя, дата)

Краснодар 2018

СОДЕРЖАНИЕ

|  |  |
| --- | --- |
| Введение ……………………………………………………………………… | 2 |
| 1 Теоретические положения: типы личности и стили юмора …………...... | 4 |
|  1.1 Типы личности: экстраверсия и интроверсия ……………………… | 4 |
|  1.2 Юмор и стили юмора ………………………………………………..... | 5 |
|  1.2.1 Психологические функции юмора …….. ……………………… | 8 |
| 2 Исследование стилей юмора интровертов и экстравертов ……………… | 11 |
|  2.1 Организация исследования: ход работы, методы и методики ……... | 11 |
|  2.2. Полученные результаты ……………………………………………... | 15 |
| Заключение …………………………………………………………………… | 20 |
| Список использованных источников ……………………………………….. | 24 |
| Приложение А Бланк личностного опросника Айзенка EPI, вариант А …. | 26 |
| Приложение Б Бланк опросника «Стили юмора» Р. Мартина ……………. | 28 |

ВВЕДЕНИЕ

 Юмор является важной составляющей жизни каждого человека – с помощью юмора мы выстраиваем своё взаимодействие с окружающими, справляемся с жизненными невзгодами и просто расслабляемся. При этом каждый человек реагирует на одну и ту же шутку по-разному, хотя определённые закономерности всё же можно выделить. Данное исследование – это попытка выявить особенности стилей юмора интровертов и экстравертов, как противоположных по своим характеристикам личностей. За счёт того, что юмор является одним из защитных механизмов, данное исследование в дальнейшем может положить начало работе по выявлению частоты прибегания к юмору в стрессовых ситуациях, и помочь в разработке стратегий совладания со стрессовыми ситуациями.

 В качестве предмета исследования выступают стили юмора, экстравертный и интровертный типы личности.

 В качестве объекта исследования выступают особенности стилей юмора интровертов и экстравертов.

 Цель данного исследования: выявить особенности стилей юмора у интровертов и экстравертов.

 Гипотеза: можно предположить, что существуют особенности стилей юмора у интровертов и экстравертов.

 Теоретические задачи:

1. ознакомиться с подходами к определению экстраверсии, интроверсии и юмора личности, выделить связанные с ними закономерности;
2. изучить особенности личностей с высоким и низким уровнем экстраверсии;
3. изучить основные стили юмора и выделить их особенности;
4. изучить особенности личностей, связанные с предпочитаемым стилем юмора.

Эмпирические задачи:

1. выявить путём опроса предпочитаемые экстравертами и интровертами стили юмора;
2. провести анализ полученных данных и выявить особенности и закономерности стилей юмора экстравертов и интровертов.

Гипотеза: можно предположить, что существуют особенности стилей юмора у интровертов и экстравертов.

 Методолого-теоретическую основу исследования составляют труды таких исследователей как К. Юнг, З. Фрейд, Г. Айзенк, Р. Мартин и др. в области психологии, психологии личности и психологии юмора.

 В качестве выборки данного исследования выступила работающая и учащаяся молодёжь женского и мужского пола возрастом от 20 до 25 лет.

 Так же в работе было использовано две методики: личностный опросник Г. Айзенка EPI, вариант А (диагностика экстраверсии/интроверсии) и опросник «Стили юмора» Р. Мартина (диагностика стилей юмора).

 1 Теоретические положения: типы личности и стили юмора

 1.1 Типы личности: экстраверсия и интроверсия

 Существует огромное количество типологий личности, но в нашем исследовании речь идёт о типологии К. Юнга: экстравертах и интровертах. В своей книге «Психологические типы» К. Юнг подробно описывает разницу между этими, противоположными со своей сути, типами. Он не даёт чёткого определения экстравертированному и интровертированному типам, рассматривая их сразу с нескольких сторон. Он пишет, что экстраверсия и интроверсия включает в себя разные общие установки сознания и бессознательного, разные способы адаптации, разные особенности психологических функции, различное отношение к окружающим людям, предметам и ситуациям, различное поведение, трату внутренней энергии и многое другое [13]. Обобщив идеи Юнга, Д. Шарп пишет, что «в природе существуют два фундаментально различных способа адаптации, которые обеспечивают непрерывное существование живого opганизма. Один заключается в высокой скорости воспроизводства, при относительно низкой защитной способности и короткой продолжительности жизни отдельного индивида, другой состоит в обеспечении самого индивида многообразными средствами само сохранения при относительно низкой плодовитости. Специфическая природа экстраверта постоянно побуждает его растрачиваться, размножать себя любым способом и внедряться во всё, в то время как тенденция интроверта – оборонять себя от любых внешних требований и воздерживаться от всякой затраты энергии, направленной прямо на объект, но зато создавать для себя самого возможно более консолидированное и могущественное положение [12]». То есть, можно сказать, что экстраверт это индивид, характерной чертой которого является внешняя направленность в социуме, а интроверт – индивид, который сосредоточен больше на себе и внутренних ощущениях. Многие авторы описывают экстраверта как человека общительного, ему интересны окружающие его люди и предметы, он живёт взаимодействием с окружающим его миром, черпает жизненную энергию извне. Для интроверта же характерна замкнутость, ему важны собственные ощущения, субъективная составляющая, он черпает энергию из своего внутреннего мира. К. Юнг пишет, что экстравертный тип всегда преимущественно ссылается на то, что приходит к нему от объекта, интровертный же опирается преимущественно на субъектную составляющую.

 Интроверты имеют характерные черты, выражающиеся в застенчивости, замкнутости, рефлективности, обеспечивающие сознание желанием отделится от мира, уединиться в себе, следовательно, отдалится от внешних объектов, давая приоритет субъективному направлению своих действий [11].

 Экстраверты имеют свойственные черты разговорчивости, раскованности, жизнерадостности, одухотворенности, позволяющие расширить свой объектный уровень путем активного взаимодействия с окружающим миром, людьми.

 Для экстраверта интроверт является скучным, нежизнерадостным человеком, а для интроверта экстраверт кажется слишком шумной, капризной личностью [11].

 Юнг считал, что не существует чистых экстравертов и интровертов, каждому типу, в той или иной степени, присущи проявления другого типа [13]. Впоследствии психологами был выделен третий тип – амбиверт, который включает в себя проявления как экстраверсии, так и интроверсии («золотая середина»), но данный тип в исследовании затрагиваться не будет.

 1.2 Юмор и стили юмора

 Различные авторы дают разные определения юмору. В своей книге «Психология юмора» Род Мартин формулирует наиболее полное определение юмора, включающее в себя несколько основных аспектов, которые выделяют в нём различные авторы: «юмор – это широкое понятие, которое относится ко всем словам и действиям людей, воспринимающимся как забавные и обычно вызывающие смех у других, а также к психическим процессам, которые участвуют в генерации и восприятии такого забавного стимула, и к эмоциональной реакции, связанной с получением удовольствия от него»[8]. Кроме того, юмор так же выступает в качестве игры, способа психологического воздействия, формы коммуникации, механизма регулирования эмоций и многого другого.

 Род Мартин пишет, что с психологической точки зрения процесс юмора может быть разделен на четыре основных компонента.

* 1. Социальный контекст.
	2. Когнитивно-перцептивный процесс.
	3. Эмоциональная реакция.
	4. Вокально-поведенческое выражение смеха.

 Социальный контекст юмора заключается в том, что юмор, в большинстве случаев, является явлением социальным, ведь люди используют его чаще всего именно в социуме (рассказывают друг другу шутки, анекдоты, смеются над другими людьми или комичными ситуациями и т.д.) [8].

 Когнитинво-перцептивный компонент юмора заключается в том, что юмор характеризуется специфическими видами когнитивных процессов. Для того, чтобы генерировать юмор, человеку необходимо обработать поступающую извне информацию, обработать её, и задействовать творчество, подходящие слова и фразы, которые воспринялись бы окружающими людьми как забавные. Для восприятия юмора так же необходимо задействовать мыслительные процессы, чтобы определить нечто к забавному, иронии, сарказму и др.

 Эмоциональный компонент заключается в том, что юмор неизменно вызывает эмоциональную реакцию, зачастую приятную. Исходя из когнитивно-перцептивного компонента, можно даже сказать, что юмор это эмоция, которую вызывают конкретные типы когнитивных процессов (описаны чуть выше).

 Вокально-поведенческая составляющая юмора заключается в том, что правильное использование юмора вызывает у людей экспрессивные проявления типа смеха и улыбки.

 Р. Мартин делит юмор на 3 категории. Это заранее заготовленные юмористические анекдоты, которые люди запоминают и рассказывают друг другу; спонтанный юмор в разговоре, который преднамеренно используется людьми в ходе социальных взаимодействий; случайный или ненамеренный юмор.

 Он так же выделяет 4 стиля юмора:

1. аффилиативный юмор (affiliative humor) – юмор, направленный на поддержание хороших отношений с другими, добрые шутки;
2. самоподдерживающий юмор (self-enchancing) – юмор, направленный на поддержание или улучшение собственного состояния. По сути, такой юмор выступает как стратегия совладания со стрессом;
3. самоуничижающий юмор (self-defeating) – юмор, направленный на развлечение окружающих людей путём самопринижения;
4. агрессивный юмор (aggressive) – юмор, направленный против других людей, злые шутки, сарказм.

 Р. Мартин не даёт определения стилю юмора, но его можно выделить, опираясь на описание самих стилей. Учитывая то, что автор рассматривал стили юмора с точки зрения их использования, можно сказать, что «стиль юмора» – это набор юмористических инструментов (шутки, анекдоты, рассказы, каламбур, сарказм и т.д.) одной направленности, который использует человек либо для взаимодействия с другими людьми, либо для изменения собственного состояния.

 Помимо этого, Мартин делит стили юмора на две группы: адаптивные стили и неадаптивные. Адаптивные стили юмора (самоподдерживающий и аффилиативный стиль), это те, которые являются «здоровыми», полезными для личности и взаимодействия с окружением. Неадаптивные стили (самоуничижительный и агрессивный) представляют собой стили юмора, которые являются «нездоровыми» и вредными для человека и его взаимодействия с окружающими.

 1.2.1 Психологические функции юмора

 Многие считают, что юмор полезен только тем, что помогает поднимать настроение тому, кто с ним сталкивается (шутит сам, или только слышит шутку). Но это не так. За счёт того, что юмор представляет собой многогранное явление, он обладает многими полезными психологическими функциями. Все эти функции можно разделить на три группы: когнитивные и социальные выгоды положительной эмоции радости; использование юмора для социальной коммуникации и влияния, а так же снятие напряжения и совладание с неприятностями [8].

 К когнитивным и социальным функциям положительной эмоции радости можно отнести несколько вещей. Ряд исследований позволил сделать вывод, что положительные эмоции, вызванные юмором, помогают человеку определять потенциального партнера для отношений; устанавливать, развивать и поддерживать ключевые отношения; а так же поддерживать совместную деятельность. Несмотря на то, что все эти пункты очень похожи на социальную составляющую, упор тут делает именно на процессах, которые происходят в сознании человека: он продумывает тактику взаимодействия, выстраивает своё поведение, обдумывает, что именно сказать и что сделать и прочее.

 К функции социальной коммуникации и влияния можно отнести социальный контекст юмора: чаще всего он используется именно при взаимодействии с другими людьми, чтобы наладить отношения, произвести хорошее впечатление и так далее. В этом контексте юмор можно рассматривать как способ межличностной коммуникации, помогающий влиять на других людей и достигать определённых целей. Юмор помогает сбросить скопившееся между собеседниками напряжение и ослабить конфликт. Юмор так же позволяет высказать критическое замечание в более мягкой форме, которая не вызовет агрессивной реакции, а если и вызовет, то подобная форма позволяет взять свои слова назад (например, сказав «Я просто пошутил»). Помимо этого, юмор может служить инструментом создания и укрепления групповой идентичности, отсеивания «аутсайдеров» и т.д.

 Что же касается функции снятия напряжения и преодоления неприятностей, то тут всё предельно ясно. За счёт того, что юмор строится на рассмотрении несоответствий и различных интерпретаций, он позволяет человеку пересмотреть стрессовую ситуацию с менее «пугающей» точки зрения, за счёт чего стрессовая ситуация кажется не такой серьёзной и более управляемой. Некоторые авторы отмечают, что положительные эмоции, вызванные юмором, могут заместить чувство тревоги и гнева, что позволяет человеку мыслить шире и творчески решать трудные задачи. Кроме того, ряд исследований выступает подтверждением того, что юмор так же влияет и на психологическое здоровье человека: например, юмор помогает дистанцироваться смертельно-больным людям от их недуга, легче относиться к их состоянию. Юмор так же помогает снять напряжение, за счёт того, что позволяет взглянуть на ситуацию под другим углом, найти комичное, или же преобразовать остаток напряжения в смех и веселье (зачастую, это является нервным смехом). При этом отмечается, что чем сильнее эмоциональное напряжение или возбуждение от стрессовой ситуации, тем больше удовольствия испытает человек от шуток на эту тему [8].

2 Исследование стилей юмора интровертов и экстравертов

2.1 Организация исследования: ход работы, методы и методики

 Для того чтобы выяснить, верна ли наша гипотеза о существовании особенностей стилей юмора интровертов и экстравертов, мы сформировали выборку, состоящую из работающих и учащихся девушек и юношей возрастом от 20 до 25 лет.

 Валидность плана исследования обеспечили следующие условия:

* Состав выборки практически по занятости распределена практически однородно – 18 чел. учится (41%), 11 работает (25%) и 14 чел. работает и учится (32%);
* Опросные процедуры для большинства респондентов проводились в удобное для них время, посредством рассылки электронных бланков методик, что обеспечило снижение влияния фактора ситуации тестирования. Остальные испытуемые заполняли бланки методик под руководством исследователя;
* Большинство респондентов имеет возраст от 20 до 22 лет (70%).

 В качестве методов мы использовали:

* теоретический анализ психологической и научно-психологической литературы различных авторов – для того, чтобы разобраться в основных понятиях, закономерностях и сути явлений, связанных с темой нашего исследования, а именно – с экстраверсией и стилями юмора;
* опрос – для сбора необходимых нам данных;
* ФИ-критерий Фишера – для нахождения статистически значимых различий стандартных отклонений (дисперсий) генеральных совокупностей экстраверсии и стилей юмора у молодёжи возрастом от 20 до 25 лет женского и мужского пола.

В качестве методик использовались:

1) Личностный опросник Айзенка EPI, вариант А, составлен в 1963 году. Русскоязычная адаптация методики выполнена А. Г. Шмелевым.

 Опросник включает в себя 57 вопросов, на которые требуется ответить «да» или «нет». Опросник состоит из двух шкал: экстраверсии-интроверсии и нейротизма (учитываться в исследовании не будет), плюс шкала оценки искренности ответов. Методика направлена на определение типа личности (интроверт, экстраверт, средний показатель – амбиверт).

 2) Опросник стилей юмора Р. Мартина (HSQ), составлен в 2001 году. Русская адаптация выполнена группой авторов: Е. М. Иванова, О. В. Митина, А. С. Зайцева, Е. А. Стефаненко, С. Н. Ениколопов.

 Методика направлена на диагностику использования 4-х стилей юмора. Она включает в себя 32 утверждения, каждое из которых предлагается оценить по шкале от 1 до 7, где 1 – «полностью не согласен», 7 – «полностью согласен». Часть утверждений сформулирована в утвердительной форме, а другая – в отрицательной.

 Ход работы:

 Сначала был проведен анализ психологической и научно-психологической литературы различных авторов, были выбраны необходимые методы и методики.

 Далее, были составлены бланки для испытуемых. Один бланк содержал в себе личностный опросник Айзенка EPI, инструкцию к нему, и несколько полей вначале листа для указания пола, возраста и рода занятости (образец бланка указан в приложении А). Второй бланк содержал в себе опросник стилей юмора Мартина, инструкцию к нему, и так же несколько полей вначале листа для указания данных респондентов. Каких-либо ограничений по времени для заполнения бланков не было, но мы просили респондентов долго не раздумывать над ответами, чтобы получить более достоверные результаты. Так же, испытуемые могли проходить обе методики в любом порядке, т.к. тексты методик не пересекаются и не наталкивают на примерные ответы.

 Как уже было указано выше – для выявления экстравертов и интровертов был использован личностный опросник EPI, разработанный Айзенком.

 Полученные результаты обрабатывались в соответствии с ключом, данным методикой.

 Экстраверсия – интроверсия:

* «да» (+): 1, 3, 8, 10, 13, 17, 22, 25, 27, 39, 44, 46, 49, 53, 56;
* «нет» (-): 5, 15, 20, 29, 32, 34, 37, 41, 51.

Нейротизм:

* «да» (+): 2, 4, 7, 9, 11, 14, 16, 19, 21, 23, 26, 28, 31, 33, 35, 38, 40, 43, 45, 47, 50, 52, 55, 57.

Ложь:

* «да» (+): 6, 24, 36;
* «нет» (-): 12, 18, 30, 42, 48, 54.

 За каждый, совпадающий с ключом ответ, присуждался один балл. Уровни экстраверсии определялись по следующей схеме:

* + от 20 до 24 баллов – яркий экстраверт;
	+ от 19 до 16 – экстраверт;
	+ от 15 до 9 – среднее значение (амбиверт);
	+ от 8 до 5 – интроверт;
	+ от 4 до 0 – глубокий интроверт.

 Для удобства подсчётов мы совместили несколько шкал, формируя свою систему оценки экстраверсии:

* от 0 до 8 баллов – интроверт;
* от 9 до 15 баллов – амбиверт;
* от 16 до 24 баллов – экстраверт.

 После получения данных было произведено отсеивание недостоверных результатов, а так же средних показателей по шкале экстраверсия/интроверсия. Всего было опрошено 60 респондентов, после отсеивания некоторых результатов выборка составила 44 человека.

Подсчёт баллов методики HSQ так же производился в соответствии с ключом, данным разработчиком теста:

* Аффилиативный юмор.

Прямые утверждения: 1, 5, 9, 13, 21, 25, 29.

Обратные утверждения: 17.

* Самоподдерживающий юмор.

Прямые утверждения: 2, 10, 14, 18, 30.

Обратные утверждения: 6, 22, 26.

* Самоуничижительный юмор.

Прямые утверждения: 4, 8, 12, 20, 24, 28, 32.

Обратные утверждения: 16.

* Агрессивный юмор.

Прямые утверждения: 3, 11, 19, 27.

Обратные утверждения: 7, 15, 23, 31.

Ответам на прямые пункты методики мы присвоили баллы от 1 до 7 (где «полностью не согласен» оценивалось в 1 балл, а «полностью согласен» – в 7 баллов), ответам на обратные пункты мы присвоили баллы от 7 до 1 (, где вариант «полностью не согласен» оценивался в 7 баллов, а «полностью согласен» – в 1 балл).

После подсчёта баллов по каждой шкале, полученные результаты соотносились с нормативным профилем, где границы нормы – это среднее значение ± отклонение. Самое большое количество баллов по шкале демонстрировало самый используемый стиль юмора.

Таблица 2.1 – Нормативная таблица опросника «Стили юмора» Р. Мартина.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Общие | Мужчины | Женщины |
| Среднее | Отклонение | Среднее | Отклонение | Среднее | Отклонение |
| Аффилиативный юмор | 36,0 | 8,09 | 37,6 | 8,18 | 35,3 | 7,96 |
| Самоподдерживающий юмор | 34,3 | 8,25 | 34,8 | 8,95 | 34,1 | 7,95 |
| Агрессивный юмор | 29,9 | 7,98 | 33,2 | 9,16 | 28,7 | 7,09 |
| Самоуничижительный юмор | 28,2 | 8,32 | 28,7 | 9,95 | 28,0 | 8,09 |

Полученные данные по обеим методикам были внесены в таблицу Excel в форме протокола. На отдельном листе была произведена группировка полученных данных (сколько интровертов с каждым стилем юмора, сколько экстравертов). Для анализа выборочных данных использовались математические методы, в том числе, описательные статистики, ФИ-критерий Фишера.

После проведения всех необходимых процедур и получения данных, результаты были оглашены испытуемым, которые ранее выразили заинтересованность в этом.

 2.2. Полученные результаты

 Всего в ходе исследования было опрошено 60 человек, 16 из которых продемонстрировали средние показатели уровня экстраверсии, не подходящие для использования. После отсева данных со средними показателями экстраверсии была сформирована выборка из 44 человек: 34 девушки (77%) и 10 юношей (23%). Распределение по возрасту следующее: 20 лет – 11 чел. (25%), 21 год – 10 чел. (23%), 22 года – 10 чел. (23%), 23 года – 4 чел. (9%), 24 года – 3 чел. (7%) и 25 лет – 6 чел. (14%).

 В ходе исследования были обнаружены следующие результаты.

 Личностный опросник Айзенка:

* Из 44 респондентов 28 оказались интровертами (64%), а 16 – экстравертами (36%);
* Среди интровертов оказалось 20 девушек (59%) и 8 юношей (80%);
* Среди экстравертов оказалось 14 девушек (41%) и 2 юношей (20%).

 Опросник стилей юмора Мартина:

* Из 44 респондентов 13 чел. чаще всего использует агрессивный юмор (30%), 12 чел. – самоуничижительный (27%), 11 чел. – самоподдерживающий (25%) и 8 чел. – аффилиативный (18%);
* Агрессивный юмор использует 9 девушек (26%) и 4 юноши (40%);
* Самоуничижительный юмор использует 9 девушек (26%) и 3 юноши (30%);
* Самоподдерживающий юмор использует 8 девушек (24%) и 3 юноши (30%);
* Аффилиативный юмор использует 8 девушек (24%) и ни одного юноши.

 Помимо этого, можно выделить следующие эмпирические факты:

* Из 34 девушек интровертами оказалось 20 человек (59% девушек, 45% выборки), экстравертами – 14 человек (41% девушек, 32% выборки);
* Из 10 юношей интровертами оказалось 8 человек (80% юношей, 18% выборки), экстравертов же оказалось только двое (20% юношей, 5% выборки);
* У интровертов обнаружились следующие предпочитаемые стили юмора: самоуничижительный – 8 (29% интровертов), самоподдерживающий – 8 (29% интровертов), агрессивный – 7 (25% интровертов), аффилиативный – 5 чел. (18% интровертов);
* У экстравертов обнаружились следующие предпочитаемые стили юмора: агрессивный – 6 (38% экстравертов), самоуничижительный – 4 чел. (25% экстравертов), самоподдерживающий и аффилиативный – по 3 человека на каждый стиль (19% на каждый стиль среди экстравертов);

Рисунок 2.2.1 – Распределение используемых стилей юмора интровертами и экстравертами

* Среди интровертов адаптивными стилями юмора пользуются 13 человек (46% интровертов), а неадаптивными – 15 (54% интровертов);
* Среди экстравертов адаптивными стилями юмора пользуются 6 чел. (38% экстравертов), а неадаптивными – 10 (63% экстравертов);
* У девушек обнаружились следующие предпочитаемые стили юмора: агрессивный – 9 (26%), самоуничижающий – 9 чел. (26%), самоподдерживающий и аффилиативный – по 8 человек на каждый стиль (24% на каждый стиль среди девушек);
* У юношей обнаружились следующие предпочитаемые стили юмора: агрессивный – 4 чел. (40% юношей), самоуничижительный и самоподдерживающий – по 3 человека на каждый стиль (30% на каждый стиль), ни одного человека с аффилиативным стилем;
* Чаще всего молодёжь предпочитает использовать агрессивный, самоуничижительный и самоподдерживающий стиль юмора.

Рисунок 2.2.2 – Частота использования стилей юмора у молодёжи

 Во время расчётов с помощью ФИ-критерия Фишера между типами личности и стилями юмора значимых закономерностей обнаружено не было. Значимые закономерности были выявлены при расчётах пола респондентов и используемых стилей юмора. Было выявлено, что девушки статистически значимо чаще пользуются аффилиативным юмором, чем юноши (p<0,01).

 Подытожим.

 Можно сказать, что среди молодёжи от 20 до 25 лет намного чаще встречаются интроверты, чем экстраверты, как среди юношей, так и среди девушек. Самый часто используемый стиль юмора у экстравертов – агрессивный, у интровертов это самоподдерживающий и самоуничижающий стиль. Что же касается интровертов, то они предпочитают использовать самоподдерживающий и самоуничижительный стиль юмора. Самые часто используемые стили юмора у девушек – агрессивный и самоуничижающий (разница с остальными небольшая), у юношей – так же агрессивный (разница с остальными небольшая), при этом юноши совсем не пользуются аффилиативным стилем.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В самом начале исследования нами была выдвинута следующая гипотеза: можно предположить, что существуют особенности стилей юмора у интровертов и экстравертов. Подводя итог нашей работы, можно сказать, что данная гипотеза не подтвердилась: результаты опросников особенностей стилей юмора интровертов и экстравертов не выявили.

 Можно сказать, что среди молодёжи от 20 до 25 лет намного чаще встречаются интроверты, чем экстраверты, как среди юношей, так и среди девушек. Это может объясняться особенностью выборки: основная часть респондентов была найдена через сеть Интернет в закрытой группе узкой направленности. Самый часто используемый стиль юмора у экстравертов – агрессивный, у интровертов это самоподдерживающий и самоуничижающий стиль. Подобные результаты можно связать с неточностью методики и её формулировок: Р. Мартин определяет агрессивный стиль юмора как злые шутки, направленные против людей, т.е. это юмор, который вредит межличностному взаимодействию. Автор относит к этому стилю насмешку, подтрунивание, сарказм, остроты и т.д., при этом он не учитывает, что сарказм и подтрунивание может играть положительную роль становлении или поддержания отношений между людьми, ведь многие подшучивают над своими друзьями без вреда отношениям, наоборот, это способствует сближению людей (хотя многое зависит от того, как человек относится к сарказму). Что же касается интровертов, предпочтение использовать самоподдерживающий стиль юмора можно связать с особенностями данного типа личности: интровертам важны собственные ощущения, внутренний мир, у них более развита саморефлексия и понимание себя. За счёт того, что интроверт больше сосредоточен на себе, чем на других, а так же за счёт того, что данный тип личности предпочитает небольшой круг друзей и знакомых, то подобный стиль выступает в качестве ресурса, или копинг-стратегии совладания со стрессом, т.к. он позволяет поддерживать оптимальное состояние личности, улучшить самочувствие, настроение или же просто отвлечь на время от проблем. В то же самое время, интроверты предпочитают самоуничижительный стиль юмора, т.е. они делают себя объектом насмешек, чтобы вызвать расположение других людей. Такой юмор используют преимущественно те, у кого наблюдается низкая самооценка и высокая потребность в принятии. Получается, что данный стиль интроверты могут использовать как для налаживания отношений с другими (за счёт того, что человек позволяет над собой посмеяться, выставляет себя неким шутом, привлекая внимание окружающих), так и для поддержания социальной изоляции, отталкивая от себя других людей за счёт плохого отношения к себе, позиции жертвы и прочего.

 Самые часто используемые стили юмора у девушек – агрессивный и самоуничижающий (разница с остальными небольшая), у юношей – так же агрессивный (разница с остальными небольшая), при этом юноши совсем не пользуются аффилиативным стилем. Использование предпочитаемых девушками и юношами стилей юмора объяснений не требуют, в виду отсутствия значимых отличий. Что же касается того, что юноши не используют аффилиативный стиль юмора (либо же прибегают к нему крайне редко), то это можно связать с особенностями мужского восприятия и поведения: исследования в области психологии приватности показали, что мужчины воспринимают других людей (особенно своего пола) как соперников, которые посягают на его «территорию» (личное пространство), что вызывает у них стресс, агрессию и чувство незащищённости. Мужчины чувствуют себя неуютно, находясь в большом скоплении людей, и избегание этого стиля юмора может служить средством изоляции (или отдаления) от окружающих с целью сохранения собственного положительного состояния. К тому же, юноши не так общительны как девушки, что тоже накладывает отпечаток на поведение и восприятие отношений и взаимодействий с другими людьми.

 Полученные результаты говорят о том, что в настоящее время среди молодёжи (по крайней мере, той, что пользуется сетью Интернет и социальными сетями) чаще встречаются интроверты. Вероятнее всего, это связано с тем, что социальные сети и мессенджеры позволяют интровертам (в виду из социальной изоляции) общаться с другими людьми в любом месте и в любое время, при этом сводя к минимуму все минусы живого общения: шум, запахи, манеру поведения собеседника и т.д. Кроме того, при переизбытке общения интроверт всегда может прервать разговор в удобное для него время, что так же добавляет очков удобства виртуальному общению.

 Помимо этого, можно так же выделить тенденцию молодёжи чаще обращаться к агрессивному и самоуничижительному стилю юмора. Это так же можно связать с особенностью нахождения выборки через сеть Интернет. Можно предположить, что на используемые стили юмора влияет контент, размещаемый в соц. сетях: в большинстве своём, «юморная» составляющая в Интернете представляет собой саркастические шутки, язвительные реплики, издёвки и прочее как по отношению к другим людям, так и к себе. В последнее время соц. сети задают тренд, который можно назвать так: «быть социально активным – не модно». С другой стороны, данный контент может являться не причиной использования подобных стилей юмора, а следствием, ведь его создают те же люди.

 Из рекомендаций и замечаний хотелось бы добавить, что более многочисленная выборка дала бы более ясные результаты. Так же, необходимо дать понять респондентам, что не стоит пренебрежительно относиться к тестированию, т.к. это влияет на достоверность полученных результатов, что, несомненно, является важным для исследования.

 Наше исследование можно расширить и направить на более подробное изучение юмора. Например, провести исследование, направленное на изучение юмора как копинг-стратегии совладания со стрессом, посмотреть, как часто молодёжь обращается к юмору в стрессовых ситуациях, и, вполне возможно, создать тренинг или список рекомендаций по использованию определённого стиля юмора для определённых целей. Несомненно, это потребует большей выборки, большего количества методик и времени, но полученные данные будут представлять большую ценность для любых отраслей существования, в которых задействован человек.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Бабина, Ю.Н. Самоуничижительный юмор в России и особенности стилей юмора москвичей / Ю.Н. Бабина, С.Н. Ениколопов, Е.А. Зизганова, Е.М. Иванова, О.В. Митина, Н.А. Низовских, Е.А. Стефаненко // Сибирский психологический журнал. – 2014. – №51. – С. 163–175;
2. Башанаева, Г.Г. Особенности направленности внимания интровертов и экстравертов в эмоционально значимой ситуации / Г.Г. Башанаева // Электронный научно-образовательный вестник здоровье и образование в XXI веке. – 2015. – Том 17. – №11. – С. 11–14;
3. Дружинина, Ю.А. Личностные черты, жизненные события, типы и стратегии копинг-поведения подростков / Ю.А. Дружинина // Наука о человеке: гуманитарные исследования. – 2013. – № 1. – С. 94–100;
4. Зубакин, М.В. Чувство юмора, креативное мышление и черты личности / М.В. Зубакин, С.С. Литвинова // Интегративная перспектива в гуманитарных науках. – 2015. – №2. – С. 63–75;
5. Иванова, Е.М. Русскоязычная адаптация опросника стилей юмора Р. Мартина / Е.М. Иванова, О.В. Митина, А.С. Зайцева, Е.А. Стефаненко, С.Н. Ениколопов // Теоретическая и экспериментальная психология. – 2013. – Том 6. – № 2. – С.71–85;
6. Исурина, Г.Л. Взаимосвязь юмора с личностными характеристиками / Г.Л. Исурина, А.О. Казакова // Научные исследования выпускников факультета психологии СПБГУ. – 2016. – Том 4. – С. 88–95;
7. Карелин, А.А. Большая энциклопедия психологических тестов / А.А. Карелин – М.: Эксмо. – 2007;
8. Мартин, Р. Психология юмора / Р. Мартин // Пер. с англ. под ред. Л. В. Куликова. – СПб.: Питер. –2009. – 480 с.;
9. Некрасов, С.Д. Математические методы в психологии (MS Excel): учеб. пособие. 3-е изд., испр. и доп. / С. Д. Некрасов. – Краснодар: Кубанский гос. ун-т. – 2014. – 147 с.;
10. Райгородский, Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты: учеб. пособие / Д.Я. Райгородский – Самара: БАХРАХ-М. – 2011. – 672 с.;
11. Трофимов, А.Ю. Экстраверсия и интроверсия / А.Ю. Трофимов, З.Р. Валеева // Актуальные проблемы гуманитарных наук: сборник статей по материалам внутривузовских научно-практических студенческих конференций /// отв. ред. З.Р. Валеева, Р.Т. Фархтдинов. – Уфа: Аэтерна. –2017. С. 128;
12. Шарп, Д. Психологические типы. Юнговская типологическая модель / Д. Шарп // Перевод под ред. В. Зеленского, 2 издание, перераб. и доп. – СПб.: Б.С.К. – 1996. – 216 с.;
13. Юнг, К.Г. Психологические типы / К.Г. Юнг // Пер. С. Лорие под ред. В. Зеленского. – Спб.: Азбука. – 2001. – 736 с.;
14. Jauregu P. Extraversion, Empathy, and Humor Style: An Investigation of the Introverted Sense of Humor // CMC Senior Theses. – 2017. – 54 p.

ПРИЛОЖЕНИЕ А

БЛАНК ЛИЧНОСТНОГО ОПРОСНИКА АЙЗЕНКА EPI, ВАРИАНТ А

ФИО: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Пол: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Возраст: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Род занятости: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Инструкция: Вам предлагается ответить на 57 вопросов. Вопросы направлены на выявление вашего обычного способа поведения. Постарайтесь представить типичны ситуации и дайте первый «естественный» ответ, который придет вам в голову. Отвечайте быстро и точно. Помните, что нет «хороших» или «плохих» ответов. Если вы согласны с утверждением, поставьте рядом с его номером знак + (да), если нет, то знак – (нет).

1. Часто ли вы испытываете тягу к новым впечатлениям, к тому, чтобы отвлечься, испытывать сильные ощущения?
2. Часто ли вы чувствуете, что нуждаетесь в друзьях, которые могут вас понять, ободрить или посочувствовать?
3. Считаете ли вы себя беззаботным человеком?
4. Очень ли трудно вам отказываться от своих намерений?
5. Обдумываете ли вы свои дела не спеша и предпочитаете ли подождать, прежде чем действовать?
6. Всегда ли вы сдерживаете свои обещания, даже если это вам невыгодно?
7. Часто ли у вас бывают спады и подъемы настроения?
8. Быстро ли вы обычно действуете и говорите, не тратите ли много времени на обдумывание?
9. Возникало ли у вас когда-нибудь чувство, что вы несчастны, хотя никакой серьезной причины для этого не было?
10. Верно ли, что на спор вы способны решиться на все?
11. Смущаетесь ли вы, когда хотите познакомиться с человеком противоположного пола, который вам симпатичен?
12. Бывает ли когда-нибудь, что, разозлившись, вы выходите из себя?
13. Часто ли бывает, что вы действуете необдуманно, под влиянием момента?
14. Часто ли вас беспокоят мысли о том, что вам не следовало чего-либо делать или говорить?
15. Предпочитаете ли вы чтение книг встречам с людьми?
16. Верно ли, что вас легко задеть?
17. Любите ли вы часто бывать в компании?
18. Бывают ли иногда у вас такие мысли, которыми вам не хотелось бы делиться с другими людьми?
19. Верно ли, что иногда вы настолько полны энергии, что все горит в руках, а иногда чувствуете сильную вялость?
20. Стараетесь ли вы ограничить круг своих знакомых небольшим числом самых близких друзей?
21. Много ли вы мечтаете?
22. Когда на вас кричат, отвечаете ли вы тем же?
23. Считаете ли вы все свои привычки хорошими?
24. Часто ли у вас появляется чувство, что вы в чем-то виноваты?
25. Способны ли вы иногда дать волю своим чувствам и беззаботно развлечься с веселой компанией?
26. Можно ли сказать, что нервы у вас часто бывают натянуты до предела?
27. Слывете ли вы за человека живого и веселого?
28. После того как дело сделано, часто ли вы мысленно возвращаетесь к нему и думаете, что могли бы сделать лучше?
29. Чувствуете ли вы себя неспокойно, находясь в большой компании?
30. Бывает ли, что вы передаете слухи?
31. Бывает ли, что вам не спится из-за того, что в голову лезут разные мысли?
32. Что вы предпочитаете, если хотите узнать что-либо: найти в книге или спросить у друзей?
33. Бывают ли у вас сильные сердцебиения?
34. Нравится ли вам работа, требующая сосредоточения?
35. Бывают ли у вас приступы дрожи?
36. Всегда ли вы говорите только правду?
37. Бывает ли вам неприятно находиться в компании, где все подшучивают друг над другом?
38. Раздражительны ли вы?
39. Нравится ли вам работа, требующая быстрого действия?
40. Верно ли, что вам часто не дают покоя мысли о разных неприятностях и «ужасах», которые могли бы произойти, хотя все кончилось благополучно?
41. Верно ли, что вы неторопливы в движениях и несколько медлительны?
42. Опаздывали ли вы когда-нибудь на работу или на встречу с кем-либо?
43. Часто ли вам снятся кошмары?
44. Верно ли, что вы так любите поговорить, что не упускаете любого удобного случая побеседовать с новым человеком?
45. Беспокоят ли вас какие-нибудь боли?
46. Огорчились бы вы, если бы долго не могли видеться со своими друзьями?
47. Можете ли вы назвать себя нервным человеком?
48. Есть ли среди ваших знакомых такие, которые вам явно не нравятся?
49. Могли бы вы сказать, что вы уверенный в себе человек?
50. Легко ли вас задевает критика ваших недостатков или вашей работы?
51. Трудно ли вам получить настоящее удовольствие от мероприятий, в которых участвует много народа?
52. Беспокоит ли вас чувство, что вы чем-то хуже других?
53. Сумели бы вы внести оживление в скучную компанию?
54. Бывает ли, что вы говорите о вещах, в которых совсем не разбираетесь?
55. Беспокоитесь ли вы о своем здоровье?
56. Любите ли вы подшутить над другими?
57. Страдаете ли вы бессонницей?

СПАСИБО ЗА УЧАСТИЕ!

ПРИЛОЖЕНИЕ Б

 БЛАНК ОПРОСНИКА «СТИЛИ ЮМОРА» Р. МАРТИНА

ФИО: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Пол: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Возраст: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Род занятости: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Инструкция: Люди выражают и воспринимают юмор различными способами. Ниже Вы увидите список утверждений, описывающих различные пути выражения юмора. Пожалуйста, внимательно прочитайте каждое утверждение и укажите степень Вашего согласия или несогласия с ним. Используйте следующую шкалу:

* полностью не согласен (1),
* не согласен (2),
* скорее не согласен (3),
* не могу определиться (4),
* скорее согласен (5),
* согласен (6),
* полностью согласен (7).

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | **Утверждение** | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** |
| 1 | Я не склонен постоянно шутить и смеяться с другими людьми. |  |  |  |  |  |  |  |
| 2 | Обычно, когда я один и чувствую себя подавленным, юмор поднимает мне настроение. |  |  |  |  |  |  |  |
| 3 | Если кто-то допускает ошибку, я часто подшучиваю над этим. |  |  |  |  |  |  |  |
| 4 | Я позволяю людям смеяться, подшучивать над собой больше, чем следовало бы. |  |  |  |  |  |  |  |
| 5 | Мне нетрудно рассмешить других — мне кажется, у меня от природы хорошее чувство юмора. |  |  |  |  |  |  |  |
| 6 | Когда я подавлен, меня не смешат нелепости жизни. |  |  |  |  |  |  |  |
| 7 | Мой юмор никогда не обижает и не задевает других людей. |  |  |  |  |  |  |  |
| 8 | Я могу увлечься самокритикой или принижением самого себя, если это смешит мою семью или друзей. |  |  |  |  |  |  |  |
| 9 | Мне редко удается рассмешить людей, когда я рассказываю смешные истории. |  |  |  |  |  |  |  |
| 10 | Если я расстроен или чувствую себя несчастным, я стараюсь найти нечто смешное в ситуации, чтобы почувствовать себя лучше. |  |  |  |  |  |  |  |
| 11 | Когда я шучу или рассказываю нечто смешное, меня мало волнует, обидит ли это кого-то. |  |  |  |  |  |  |  |
| 12 | Я часто стараюсь расположить к себе людей, понравиться им, рассказывая что-нибудь смешное о своих слабостях, промахах или неудачах. |  |  |  |  |  |  |  |
| № | **Утверждение** | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** |
| 13 | Близкие друзья считают, что я много шучу и смеюсь. |  |  |  |  |  |  |  |
| 14 | Если я расстроен чем-то, мое чувство юмора помогает мне не впадать в отчаяние. |  |  |  |  |  |  |  |
| 15 | Мне не нравится, когда кто-то использует юмор с целью критики или унижения других. |  |  |  |  |  |  |  |
| 16 | Я не склонен шутить над собой, делая себя объектом юмора. |  |  |  |  |  |  |  |
| 17 | Обычно мне не нравится рассказывать анекдоты и развлекать людей. |  |  |  |  |  |  |  |
| 18 | Если я один и чувствую себя несчастным, я стараюсь подумать о чем-нибудь смешном, чтобы поднять себе настроение. |  |  |  |  |  |  |  |
| 19 | Если мне приходит в голову нечто остроумное, я не могу сдержаться и не рассказать, даже если это кого-то обидит. |  |  |  |  |  |  |  |
| 20 | Я часто перегибаю палку, иронизируя над собой, чтобы рассмешить окружающих. |  |  |  |  |  |  |  |
| 21 | Мне доставляет удовольствие веселить других. |  |  |  |  |  |  |  |
| 22 | Мне трудно сохранять чувство юмора, если я расстроен или мне грустно. |  |  |  |  |  |  |  |
| 23 | Я никогда не смеюсь над другими, даже если все мои друзья делают это. |  |  |  |  |  |  |  |
| 24 | В компании друзей или в кругу семьи надо мной часто подшучивают. |  |  |  |  |  |  |  |
| 25 | В компании друзей я шучу реже, чем другие. |  |  |  |  |  |  |  |
| 26 | Даже если найти нечто смешное в ситуации, от трудностей это не избавит. |  |  |  |  |  |  |  |
| 27 | Если мне кто-то не нравится, я часто шучу или подтруниваю над этим человеком. |  |  |  |  |  |  |  |

СПАСИБО ЗА УЧАСТИЕ!