



Тетяна ФЕДОРЧУК,
вихователь, практичний психолог закладу дошкільної освіти №7
«Дюймовочка» Славутської міської ради

Гумор як складова психологічного захисту дітей

Демократизація й гуманізація сучасного суспільства та виховного процесу в закладі дошкільної освіти зумовлюють актуальність проблеми залучення до арсеналу педагогічних засобів впливу на підростаючу особистість почуття гумору як природної основи позитивних емоцій і створення конструктивних міжособистісних взаємин. Актуальність дослідження виховання почуття гумору у дошкільників зумовлена також концептуальними положеннями теорії особистісно зорієнтованого виховання, які спрямовані на своєчасний інтелектуально-моральний розвиток дітей.

У загальному розумінні поняття «гумор» науковці визначають як елемент комічного, веселого, що легко запам'ятовується та приносить розслаблення і радість; засіб і вміння розуміння комічного; вміння сприймати і створювати смішне, що виражається в почутті гумору. Енциклопедичний словник повідомляє, що гумор – це особливий вид комічного, в якому поєднується насмішки зі співчуттям, відчувається причетність до смішного [4].

Аналіз психолого-педагогічної літератури відбувався за такими напрямками: гумор в контексті філософського пізнання (Платон, К. В. Зольгерд, Г. В. Гегель, Р. Декарт, І. Кант, Л. Я. Дорфман); гумор у психологічному контексті (П. Мак-Гі, А. Кестлер, А. П. Мартинюк, М. Мінський, В. Г. Раскін, В. А. Самохіна, О. В. Харченко, М. В. Мусійчук, О. М. Іванова, О. О. Зайва, А. Н. Бабаджанова та ін.); гумор як соціологічна категорія (М. Мюллей, Ч. Дж. Соммервилль, Г. Белль, Й. Хейзинга, Дж. Міллер, Дж. Г. Мід); гумор як педагогічний засіб виховання (Ш. О. Амонашвілі, В. О. Сухомлинський, С. М. Лисенкова, В.Ф. Шаталов, Є.М. Ільїн, Н. В. Старовойтенко та ін.); народний гумор як сміхова культура українського народу (М. М. Бахтін, М.С.Грушевський, І. Вишенський, Г.С. Сковорода, І. П. Котляревський та ін.).

Водночас аналіз дослідженості проблеми формування почуття гумору засвідчив, що генеза його становлення і розвитку ще не стала предметом активних наукових розвідок і залишається недостатньо вивченою проблемою як теоретично, так і технологічно. Саме це пояснює вибір означеної проблеми в якості теми нашого опису досвіду роботи.

Дослідницька увага до гумору як форми сміху існувала за всіх часів, проте наукова теорія з'явилася лише у XVIII ст., тоді ж поняття «гумор» стали використовуватися як філософська, насамперед в естетиці. Засновник цієї теорії Ж. Поль розглядав гумор крізь призму суб'єктивно-об'єктивного сприйняття комічного. Вчений К. В. Зольгерд розвинув його думки та визначив гумор як подвійне почуття величчя й недосконалості водночас. У подальшому Г. Ге-

гель, виходячи зі своїх загально-філософських принципів, довів, що гумор є «довільною асоціативною грою художньої фантазії», певною суб'єктивною копією об'єктивного комізму. Дослідник Н. Гартман розрізняв форми комічного, виокремлював два його підрозділи: сердечна (гумор) і безсердечна (сатира) веселість. Причому гумор, на його думку, у своєму поблажливому ставленні до дійсності є основною формою комічного [4].

Результатом глибинного вивчення проблеми стали такі теорії гумору в науковій літературі:

1) Біосоціативна теорія А. Кестлера [2], яка характеризується тим, що при процесі сприйняття жартівливого тексту відбувається руйнування асоціативних зв'язків між образами та порушення сталих стереотипів [2, с. 657].

2) Опозиційна теорія пояснює когнітивну сутність гумору. Вона була розроблена В. Г. Раскіним і представлена в дослідженні «Семантичні механізми гумору» [3]. Суть теорії полягала в тому, що текст, який містить жарт, є зорієнтованим у двох положеннях, вони є опозиційними по відношенню один до одного: «реальне / нереальне, нормальне / несподіване, можливе / неможливе» [3].

3) В наступній теорії йдеться про утворення гумору на рівні мовних формул. Це фреймова теорія М. Мінського, відповідно до якої, гумор виникає в результаті несподіваної зміни фреймів: спочатку ситуація замальовується з однієї позиції, а потім представляється в іншому світлі [5].

4) Теорію інтелектуальної природи смішного запропонували сучасні науковці А. В. Карасик, А. П. Мартинюк, С. О. Самохіна, які вважають, що гумор є результатом порушення норм: мовних, мовленнєвих, логічних, етологічних та онтологічних [4, с. 23; 10, с. 698; 6, с. 207].

5) Теорія рефреймінгу О. В. Харченко висвітлює когнітивний механізм комічного [8]. Зміст рефреймінгу полягає в переключенні з логічної (або вірогідно-індуктивної) інтерференції на неочікувано-вірогідну. Гумористичний ефект базується на переключенні між інтерференціями, що містяться в експозиції та клаузулі [8].

Науковиця О.О. Зайва вивчає почуття гумору як психологічний конструкт, що має стресозахисний потенціал. У результаті свого дослідження, автор робить висновок про те, що реакція на складну життєву ситуацію, опосередкована зверненням до почуття гумору, може виявлятися двома шляхами: у психологічному захисті або психологічному подоланні. У разі психологічного захисту використання гумору є результатом дії несвідомого, тому адаптивна функція гумору належно не оцінюється людиною. Коли ж особистість свідомо звертається до гумору як ресурсу подолання стресу, то він виступає засобом опанування деструктивних емоцій та думок [1, с. 2].

На сучасному етапі розвитку педагогічної науки в Україні також спостерігається активізація інтересу до вивчення проблеми формування почуття гумору та використання гумору як педагогічного засобу впливу на дітей. Зокрема, наукове дослідження Н. Старовойтенко, яка вивчає шляхи і засоби використання гумору в процесі навчання і виховання, присвячене дошкільному і молодшому шкільному віку. Авторка твердо переконана: навіть у малих дітей слід виховувати почуття гумору, вчити їх бачити і розуміти комічне. І з нею важко не погодитися. [7].

Але почуття гумору – це не лише здатність сприймати комізм, але і здатність продукувати його, доносити його до оточення. Гумор, незалежно від історичного часу, є невід'ємним елементом дитячої культури, що грає величезну роль у формуванні особистості дитини. Протягом багатьох століть гумор робить наше життя яскравішим, об'єднує людей і певною мірою сприяє згуртованості сім'ї. Володіючи почуттям гумору, діти зростають розумними, здоровими і здатними справлятися з різними життєвими труднощами. До дитячого гумору можна віднести велике розмаїття дитячих анекдотів, жартів, загадок і каламбурів, породжених у дитячому товаристві. До основних джерел такого гумору науковці відносять книги з кумедними ілюстраціями і безглуздими римами, із загадками і жартами, комікси тощо. Існують також безліч гумористичних телепрограм, фільмів, мультфільмів і вебсайтів, представлених у величезній різноманітності й на будь-який смак [9].

Психологи довели, що гумор багато важить у процесі соціалізації. Тобто сміх як культурне явище об'єднує різних людей. Перша соціалізація для немовляти – це родина. Батько й мама сміються, малюк посміхається у відповідь. З часом дитина входить до соціуму через спілкування з ровесниками та іншими дорослими. Гумор, хоч і в спрощеній формі, існує серед дітей будь-якого віку. Найпримітивніші жарти знаходимо в мультфільмах. Не лякайтеся, що ситуації занадто перебільшені – так роблять навмисне, щоб розширити вікову групу. З мультика «Том і Джеррі» сміються малюки з пелюшок і до 5-6 років.

Дитячий гумор виконує і низку соціальних функцій. У дитячому садку малюк спілкується з багатьма ровесниками і потрапляє в різні комунікативні ситуації. Тут помітні перші відмінності у сприйнятті жартів: що смішно одній дитині, зовсім не смішно іншій. Деякі дошкільнята не сприймають комічні ситуації в мультфільмах, і це нормально. Можливо, їхнє почуття гумору відрізняється від загальноприйнятого.

Серед дорослих і дітей гумор вважається невід'ємним компонентом міжособистісного спілкування. Це важлива соціальна якість, яку необхідно вміти використовувати як у неформальному спілкуванні з людьми, так і у світі бізнесу. Дж. Голдштейн провів дослідження групового ухвалення рішень, яке показало, що люди, які використовують більше гумору, як правило, мають великий вплив на рішення групи [12]. Діти, які звертаються до гумору частіше, ніж їх однолітки, займають активну громадянську позицію, беруть активну участь у суспільному житті та, на думку оточення, є більш товариськими. Гумор створює таке середовище, де спілкуються і набагато легше, спадає напруга, і співрозмовники спілкуються більш невимушено, що є величезною перевагою в різних сферах життя. Складно недолюбливати того,

хто змушує вас посміхатися. Отже, діти, що володіють такими здібностями, стають популярними, і їм легко знаходити нових друзів. П. Макгі провів дослідження, яке доводить це. Так, діти відзначали, що більше хотіли дружити з такими дітьми, які були оцінені однолітками як такі, що володіють хорошим почуттям гумору, інші ж діти, які були більш ізольовані від інших, вони менше подобалися оточенню [9]. Якщо врахувати, що друзі і популярність дуже важливі в пору дитинства і юності, то діти з хорошим почуттям гумору, імовірно, повинні бути і щасливішим (С.Курінна, І.Попова).

Сміятись разом – це прекрасний спосіб зблизитись, до того ж гарне почуття гумору сприятиме розвитку розумових здібностей дітей, зміцненню їх фізичного й духовного здоров'я, допомагатиме їм ефективніше долати життєві труднощі. Діти з добре розвиненим почуттям гумору щасливіші й оптимістичніші, мають більш високу самооцінку й добре оперують відмінностями (своїми й інших людей). Дітей, які вміють цінувати гумор, ділитись ним з іншими, люблять однолітки, ці діти значно краще долають усілякі негаразди – від переїзду в інше місто до різних кепкувань на свою адресу, глузувань маленьких хуліганів на дитячому майданчику. Різні прояви гумору (іронія, пародія, сатира, жарти тощо) завжди були невід'ємними складовими навчального процесу. Адже з одного боку, веселощі та сміх – це захисні механізми людської психіки: жартуючи про складні питання, значно простіше заспокоїтися та налаштуватися на подальшу роботу. А з іншого, створюючи жарти та обмінюючись ними, можна виявляти свій творчий потенціал та зацікавитися чимось.

Гумор є напрочуд важливим чинником підвищення навчальної мотивації дітей. Він допомагає розрядити атмосферу в колективі, зробити заняття емоційнішими, а навчальний матеріал – простішими для сприйняття. А ще використання жартівливих елементів дозволяє вчителю створити ефект «дозволеного плода». Тобто, коли педагог час від часу жартує, у дітей виникають позитивні емоції, а тому учні значно менше відволікаються та порушують поведінку. А ще жартівливі приклади, меми та кумедні історії дозволяють простіше сприймати складні теми чи проблеми.

Також гумор дозволяє перевірити настрій аудиторії та її готовність співпрацювати з педагогом. Соціальна згуртованість колективу, рівень його емоційного розвитку та знання навчального матеріалу – про все це можуть повідомити посмішка, сміх чи мовчання дітей у відповідь на жарти педагога.

Коли ми говоримо про психологічні захисти, мова йде про різноманітні процеси, якості пристосування, які особистість набуває під час своєї соціалізації. Терміни «психологічний захист», «захисні механізми» були введені З. Фрейдом. Захисні механізми психіки давно вивчаються представниками різних психологічних напрямків (не тільки психоаналітиками), але єдиної класифікації немає. Пропонуються різні варіанти, використовуються різні критерії. Як відомо, в різні класифікації захистів покладені специфічні критерії: блокування або спотворення інформації, ступінь активності особистості у формуванні захистів; особливості переробки інформації, що підлягає «недопуску» до свідомості; природа перешкод, з якими стикається суб'єкт; результат захисту – досягнення нагороди чи уникнення небезпеки; базисність або вторинність захистів та ін.



Саме розвинуте почуття гумору дозволяє нам постійно сумніватися у найрізноманітніших догматах і піддавати їх сумніву. Щоб розуміти інтелектуальні жарти, а тим більше самостійно створити їх, діти повинні мати багату уяву та розвинене мислення, а також уміти вибудовувати причинно-наслідкові зв'язки. Сприйняття навчального матеріалу з допомогою жартів навчає звертати увагу навіть на найдрібніші деталі. Існує декілька технік, які допоможуть розвинути почуття гумору. Для малюків підійде читання книжок, де є жарти й комічні ситуації, формування правильної моделі та її фантазійне порушення. Коли дитина починає свідомо (це важливо!) казати, що собака говорить «мяу-мяу», чи одягає штани на руки, – це жарт. Багато досліджень показали, що особливість гумору як психологічного захисту полягає в автоматичному перетворенні почуттів. Локалізація гумору в передсвідоме робить його несхожим на класичні види захисних механізмів.

Гумор є надзвичайно важливим чинником успішного навчання. Зокрема, з його допомогою можна:

- зменшити рівень психологічного напруження та стресу (особливо важливо використовувати гумор для емоційної розрядки перед відповідальними заняттями, контрольними, під час вивчення складних тем);
- активізувати та закріпити уважність дітей;
- підвищити якість засвоєння навчального матеріалу, стимулювати обробку інформації;
- стимулювати вміння імпровізувати, мислити креативно та ризикувати;
- активізувати швидкість мислення;

- покращити взаємодію колективу та педагога (коли діти та педагог сміються над жартами, вони бачать, що мають спільні інтереси).

Педагог має безліч можливостей для використання гумору в навчальному процесі. Наприклад, можна розповісти веселі історії (зі свого життя, про видатних людей, науковців тощо) чи історичні анекдоти; демонструвати інтернет-меми, гіфки чи анімації; аналізувати плакати чи карикатури; використовувати кумедні елементи одягу чи жартівливі вітання/прощання. Головне, щоб усі ці елементи мали дидактичну мету та були пов'язані з навчальним матеріалом.

Також пропоную вашій увазі кілька корисних порад, які допоможуть значно ефективно використовувати гумор на заняттях.

1. Не намагайтеся жартувати постійно. Якісний гумор завжди відрізняється своєю органічністю та невимушеністю.

2. Імпровізація – це добре. Але не цурайтеся використовувати заздалегідь продумані та перевірені гумористичні прийоми. Адже педагог не тільки навчає, а ще й виховує. А постійно імпровізуючи, можна випадково ввести дітей в оману чи навіть навчити поганому.

3. Уникайте жартів, які стосуються конкретних дітей та педагогів. Гумор має бути спрямований на висміювання ситуації, а не людини.

4. Пам'ятайте про вікові особливості дітей – вони можуть бути не готовими почути певні жарти.

5. Намагайтеся використовувати якісні жарти чи меми

на початку заняття. Це дозволить дати дітям заряд позитивних емоцій, налаштувати дітей на активну роботу.

6. Якщо ви знаєте, що почуття гумору – не ваша «фішка», не варто відмовлятися від використання жартів. Для цього можна використовувати багатство інтернету та запозичувати якісні матеріали.

7. Мотивуйте дітей самостійно створювати якісний навчальний гумор. Наприклад, запропонуйте взяти участь у конкурсі зі створення гумористичних творів із теми, яка вивчається (мемів, кумедних історій, карикатур, коміксів тощо).

Разом шукайте кумедні моменти і підтримуйте гумор дитини. Започаткуйте традицію святкувати 1 квітня всією родиною, моделюючи смішні ситуації та роблячи цікаві розіграші. У родині, де кумедні жарти є нормою, діти переймають модель поведінки батьків. Тому не бійтеся сміятися й бути смішними. Навчіть дитину сміятися над собою на власному прикладі. Посмійтеся, коли випадково сказали: «Іди пити смажену картоплю». Малюк може підтримати вас: «Насип мені чаю».

Здорове почуття гумору формує характер, допомагає не розгубитися в різних ситуаціях і зняти напругу. В освітніх закладах гумор є одним із методів корекції поведінки дітей, зокрема в конфліктних ситуаціях. У педагогіці він вважається одним із різновидів конструктивної поведінки, якою замінюють вербальну або фізичну агресію.

Ці педагогічні вправи-ігри застосовують і в родині:

- Клоуни сваряться. Якщо дитина починає вербально ображати, запропонуйте замінити «погані» слова на назви овочів і фруктів. Згодом сварка перетворюється на жарт, і наприкінці, коли агресія зникає, учасники обмінюються назвами квітів. У цій ситуації гумор знижує рівень агресії, сприяє релаксації.

- Маленький привид. Запропонуйте дитині уявити себе добрим привидом, який хоче налякати вас. Дозволити смішні вирази обличчя та різні звуки. Також можна трошки похулганити: вискочити з-під стільця або погратися у хованки. Ця вправа моделює доброзичливий гумор, який не переходить у жорстокість.

Гумор відноситься до психологічних захистів, особливостю яких є перетворення інформації. Коли ми говоримо про психологічні захисти, мова йде по різноманітні процеси пристосування, які особистість набуває під час своєї соціалізації. Багато досліджень показали, що особливість гумору як психологічного захисту полягає в автоматичному відтворенні почуттів. Локалізація гумору в передсвідоме робить його несхожим на класичні види захисних механізмів. Як говорив З.Фрейд, гумор може бути зрозумілий як вища із захисних функцій.

Зазвичай почуття гумору формується поступово без корекції та може змінюватися протягом життя. Батькам слід спостерігати, щоб дитина не сміялася, коли комусь боляче, не жартувала на дорослі теми й уміла сміятися над собою. Діти, які вміють цінувати гумор, діляться ним з іншими, ці діти значно краще долають усілякі негаразди дитинства – від переїзду в інше місто до різних кепкувань на свою адресу, глузувань маленьких хуліганів на дитячому майданчику.

Гумор – це явище соціальне. Ось чому, коли ви дивитесь смішний фільм у кінотеатрі з іншими усміхненими людьми навколо вас, ви смієтесь над ним більш емоційно, ніж у повній самоті вдома, лежачи на дивані. Сміятися

разом – це прекрасний спосіб зблизитися, до того ж гарне почуття гумору сприяє розвитку розумових здібностей дітей, зміцнює їх фізично і духовно, допомагає їм ефективніше долати життєві труднощі. Розвинене почуття гумору допомагає соціалізуватися, працює як захисний механізм у нестандартних ситуаціях.

Таким чином, гумор виступає в якості захисного механізму і стає однією з форм самоствердження особистості, що відрізняється, наприклад, від іронії. Сьогодні, в умовах складного стресогенного інформаційного простору, посмішка, добрий настрій дитини, відкритий прояв її позитивного «Я» можуть вважатися найвищою оцінкою естетико-педагогічної діяльності дорослого.

Використані джерела

1. Зайцева О. О. Особливості використання почуття гумору як ресурсу психологічного подолання : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. псих. наук / Зайва О. О. – Харківський національний університет ім. В.Н. Кара, 2006. – 19 с., С. 2.
2. Носенко Е. Л., Зайва О. О. Походження, зміст та форми виявлення гумору як ресурсу психологічного подолання. Вісник Дніпропетровського університету. Серія: Педагогіка та психологія. 2004. №7. С. 22 – 31.
3. Попова І. І. Розвиток образного мовлення дітей старшого дошкільного віку засобами поетичного гумору: дис. канд. пед. наук / Попова І. І. – Одеса, 2006.
4. Старовойтенко В. А. Виховання почуття гумору у старших дошкільників та молодших школярів: дис. канд. пед. наук: 13.00.07 / Старовойтенко В. А. – Черкаси, 2000. – 210 с.
5. Нечирорук Н.І, Томей О.П. Розвивальні ігри для дошкільників – Харків.: Видавнича група «Основа», 2007. – 192 С.
6. Народні перлини для маленької дитини / упор. О.Яловська. – Тернопіль: Мандрівець, 2013. – 408 С – (Серія «Бібліотека дошкільника»).
7. Теслюк В. М., Теслюк В., Чеберяко А. В. Гумор у психічному житті людини. Вісник Національного університету оборони України. Питання психології. 2020. №1 (54). С. 167 – 172.
8. Філатова Н. В. Гумор як засіб оптимізації психофізіологічного стану особистості. Менеджмент підприємницької діяльності: навч. посіб. для проф. підготовки військовослужбовців ЗС України звільнених у запас. проект «Україна-Норвегія». Одеса, 2020. Вип. 8. С. 207 – 224.
9. Харченко О. В. Праймінг як когнітивний механізм розпізнання комічного / О. В. Харченко. // Харків: Видавництво ХНУ ім. В.Н. Каразіна. – 2012. – С. 108.
10. Черткова О., Чолій С., Сенік О. Ставлення молоді до «карантинних» мемів у зв'язку із домінуючим стилем гумору та особистісними диспозиціями. Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки. 2022. Вип. 12 С. 139-150.
11. Шпортун О. М. Психофізіологічні основи гумору як позитивної емоції. Галицький лікарський вісник: науково-практичний журнал Івано-Франківського національного медичного університету. 2016. Том 23. №1. С. 139 – 143.