

Міністерство освіти і науки України
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка
Факультет спеціальної освіти, психології і соціальної роботи
Кафедра психології освіти

**Кваліфікаційна робота
на здобуття ступеня вищої освіти «бакалавр»**

з теми:

**«ГЕНДЕРНІ ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ СТИЛЮ ГУМОРУ ТА
ОСОБИСТІСНОЇ КРЕАТИВНОСТІ СТУДЕНТІВ»**

Виконала:

здобувачка вищої освіти освітньої
програми Практична психологія
спеціальності 053 Психологія
денної форми здобуття вищої освіти
Каспрук Марія Вадимівна

Науковий керівник:

Савіцька О.В., кандидат
психологічних наук, доцент, доцент
кафедри психології освіти

Рецензент: Столяренко О.Б.,
кандидат психологічних наук,
доцент, доцент кафедри соціальної
роботи, психології та
соціокультурної діяльності ім.
Т.Сосновської НРЗВО «Кам'янець-
Подільський державний інститут»

Кам'янець-Подільський, 2025 р.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ПРОБЛЕМИ КРЕАТИВНОСТІ ТА ПОЧУТТЯ ГУМОРУ В СУЧАСНІЙ ПСИХОЛОГІЧНІЙ НАУЦІ: ГЕНДЕРНИЙ АСПЕКТ	7
1.1. Проблема почуття гумору та креативності у психологічній науці	7
1.2. Гендерний аспект почуття гумору та креативності	17
Висновки до розділу 1	20
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ГЕНДЕРНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ СТИЛЮ ГУМОРУ ТА ОСОБИСТІСНОЇ КРЕАТИВНОСТІ У СТУДЕНТІВ	22
2.1. Програма емпіричного дослідження	22
2.2. Результати емпіричного дослідження стилю гумору та особистісної креативності студентів закладу вищої освіти	26
2.3. Шляхи врахування гендерних особливостей особистісної креативності та почуття гумору при організації освітнього процесу у закладі вищої освіти	30
Висновки до розділу 2	38
ВИСНОВКИ	40
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	43
ДОДАТКИ	48
Додаток А. Діагностика особистісної креативності (Є.Є. Тунік)	48
Додаток Б. Опитувальник стилів гумору Р. Мартіна.....	51

ВСТУП

Актуальність дослідження. Складна соціально-політична та економічна ситуація в Україні впливає на емоційно-ціннісну сферу особистості людини, її благополуччя. В таких небезпечних та невизначених умовах загострюється потреба в мобілізації ментальних ресурсів особистості, виявленні взаємозв'язків складових емоційної сфери з іншими складовими особистості.

Проблеми креативності особистості та почуття гумору цікавлять психологів-дослідників нарізно, хоча кожне з цих явищ забезпечує психологічний комфорт особистості, що перебуває в ситуації невизначеності. Креативність є тією особистісною властивістю, яка дозволяє адаптуватися до швидко змінюваних умов, дозволяє діяти в умовах невизначеності, виявляти суб'єктність та сприяти самоактуалізації. Почуття гумору чинить потужний вплив на наше самопочуття, сприяє збереженню психічного здоров'я та забезпечує ефективну взаємодію з навколишнім.

З-поміж психологічних досліджень все більше з'являється праць, які не лише намагаються з'ясувати природу гумору та його генезу (Е. Носенко, О. Опихайло, О.М. Шпортун, Р. Мартін, О. Зайва та ін.), але й дослідити його зв'язок з різними особистісними чинниками (Р. Мартін), з когнітивним та емоційним інтелектом (А. Міллер, С. Кауфман та ін.), виявити його роль в опануванні стресом, подоланні професійного вигорання (О. Щотка, Я. Андреева, О.О. Зайва, Е.Л. Носенко), вивчити можливості гумору як механізму адаптації, самореалізації та самоактуалізації, прийняття та самозбереження, його оздоровчого впливу на особистість (О.Б. Опихайло, О.М. Шпортун та ін.).

Актуальність дослідження обраної проблематики визначається необхідністю формування фахівця з вищою освітою, який не лише буде спроможний до самонавчання, ефективного вирішення професійних завдань, але й буде здатний протистояти професійному вигоранню, стресам, зберігати

психічне здоров'я та благополуччя, що саме й забезпечують гумор та креативність особистості.

Об'єкт дослідження гумор як вища психічна функція, креативність як інтегральна властивість особистості.

Предмет дослідження гендерні особливості взаємозв'язку стилю гумору та особистісної креативності студентів.

Мета дослідження полягає у встановленні гендерних особливостей взаємозв'язку особистісної креативності та стилю гумору в студентів закладу вищої освіти.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати основні теоретичні підходи до проблеми почуття гумору та креативності в сучасній психологічній науці.
2. Емпірично дослідити гендерні особливості взаємозв'язку стилю гумору та особистісної креативності студентів.
3. Розробити шляхи врахування гендерних особливостей стилю гумору та особистісної креативності при організації освітньої діяльності закладу вищої освіти.

Для розв'язання поставлених завдань, досягнення мети кваліфікаційної роботи нами було використано такі **методи дослідження**: *теоретичні* — аналіз, синтез, узагальнення, систематизація теоретичних та експериментальних даних для уточнення сутності базових понять та обґрунтування теоретичних основ взаємозв'язку особистісної креативності та стилів гумору; *емпіричні* — констатувальний експеримент, який включав використання психодіагностичного інструментарію: методика діагностики особистісної креативності (Є.Є. Тунік), опитувальник стилів гумору Р. Мартіна та тест «Чи є у вас почуття гумору?»; *методи статистичної обробки даних* — визначення відсоткових співвідношень, якісна інтерпретація та змістове узагальнення емпіричних даних. Вірогідність результатів забезпечили теоретична обґрунтованість основних положень кваліфікаційної роботи та використання комплексу методів, адекватних об'єкту, предмету

дослідження й зумовлених його метою та завданнями.

База емпіричного дослідження. Дослідження було проведено впродовж 2024-2025 навчального року. Загалом дослідженням було охоплено 67 здобувачів вищої освіти, які навчаються за галуззю знань Освіта/Педагогіка історичного факультету та на факультету іноземної філології Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка (з них 32 — особи чоловічої статі, та 35 — жіночої статі).

Наукова новизна отриманих результатів полягає в розширенні уявлень про гендерні особливості особистісної креативності, почуття гумору та їх взаємозв'язку. Отримані теоретико-емпіричні результати дозволять врахувати особливості взаємозв'язку почуття гумору та особистісної креативності при реалізації гендерного підходу в професійній підготовці майбутнього фахівця у закладі вищої освіти.

Теоретичне і практичне значення одержаних результатів полягає в тому, що на основі теоретичних розвідок здійснено теоретичне узагальнення проблеми взаємозв'язку особистісної креативності та стилів гумору та їх гендерних особливостей.

Отримані в процесі теоретико-прикладного дослідження результати можуть бути використані в процесі підготовки майбутніх психологів та педагогів при вивченні освітніх компонентів «Загальна психологія», «Соціальна психологія», «Психологія особистості», в навчальних тренінгах та в практичній діяльності психологів соціально-психологічної служби університету. Виокремлені шляхи врахування виявлених гендерних особливостей, а також підходи до розвитку особистісної креативності та почуття гумору можуть впроваджуватися в освітній процес закладу вищої освіти.

Апробація результатів дослідження. Основні положення і висновки кваліфікаційного дослідження доповідалися та обговорювалися на засіданнях кафедри психології освіти Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, під час роботи Міжнародної студентської

конференції «Діяльність психолога в умовах війни» (Львів, 23-24 березня 2023 р.), Всеукраїнської науково-практичної конференції «Теоретичні та праксеологічні аспекти реалізації психолого-педагогічних досліджень в умовах воєнного стану» (м. Київ, 17 квітня 2024 р.), наукової конференції студентів і магістрантів за підсумками НДР у 2024-2025 навчальному році у Кам'янець-Подільському національному університеті імені Івана Огієнка (9-10 квітня 2025, м. Кам'янець-Подільський).

Структура роботи. Робота складається зі вступу, двох розділів і п'яти підрозділів, висновків до розділів та загальних висновків, списку використаних джерел (40 позицій), додатків. Повний обсяг роботи складає 53 сторінки тексту, з них 43 сторінки основного тексту. Робота містить 2 таблиці та 1 рисунок.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ПРОБЛЕМИ КРЕАТИВНОСТІ ТА ПОЧУТТЯ ГУМОРУ В СУЧАСНІЙ ПСИХОЛОГІЧНІЙ НАУЦІ: ГЕНДЕРНИЙ АСПЕКТ

1.1. Проблема почуття гумору та креативності у психологічній науці

Слово «гумор» походить від латинського *humorem*, що означає «плинний» або «рідкий». Воно все ще зберігає це значення в фізіології, описуючи рідини організму, такі як склоподібне тіло (*vitreous humor*) ока. Грецький лікар Гіппократ (IV ст. до н. е.), вважав, що гарне здоров'я залежить від правильного балансу чотирьох рідин, або «гуморів» організму, а саме крові, флегми, чорної жовчі і жовтої жовчі. Пізніше грецький лікар Гален (II ст. н.е.), висловив думку про те, що ці переважання однієї з чотирьох рідин призводить до появи і прояву специфічних психічних якостей, і надлишок будь-якої з них у людини є причиною певного типу темпераменту чи появи певних рис характеру. Крім того що співвідношення цих рідин в організмі вважалося основою стійких рис характеру, воно також стало розглядатися як причина більш мінливих настроїв та психічних станів людини.

В англійській мові значення слова *humor* як стійкої риси характеру або тимчасового емоційного стану, настрою сьогодні все ще присутнє, коли ми говоримо про когось як про «добродушну людину» (*good-humored*) або таку, що знаходиться «в поганому настрої» (*bad humor*). Отже, початково позначаючи тілесну субстанцію, слово «гумор» поступово набуло психологічної конотації, що описує психічну властивість — тип темпераменту і психічний стан — настрій людини. Однак до XVI ст. воно все ще не мало ніякого значення кумедності й не асоціювалося зі сміхом.

У XVI ст. уявлення про гумор як про незбалансований темперамент або рису особистості призвело до того, що цей термін почали використовувати для позначення будь-якої поведінки, що відхиляється від соціальних норм.

Згідно зі словником української мови «гумор - це доброзичливо-глузливе ставлення до будь-чого, спрямоване на викриття недоліків; уміння подати, зобразити щось у комічному вигляді» [31].

В останнє десятиліття проблемі гумору приділяється все більше уваги у психологічній науці. Вивчення проблем гумору піднімає низку цікавих теоретико-прикладних проблем. Зокрема, дослідників цікавлять, когнітивна складова породження та розуміння жартів та кумедного; вплив на організм людини процесів, що супроводжують розуміння смішного; роль гумору у процесах міжособистісної взаємодії та спілкування; вплив почуття гумору на фізичне і психічне здоров'я людини; можливості, технології розвитку почуття гумору в онтогенезі; використання гумору як копінг-стратегії та у психотерапевтичній практиці тощо.

Як зазначають О. Зайва, О.Б.Опихайло, Е.Л.Носенко у теоретичних дослідженнях гумор найчастіше розглядають як світоглядне почуття; виділяють його зв'язок із внутрішньоособистісними конфліктами; підкреслюються соціальні функції гумору у соціумі [13; 27; 28].

З психологічної точки зору гумор - це позитивна емоція, що називається радістю, яка у соціальних контекстах зазвичай викликає когнітивний процес оцінки, що включає сприймання жартівливої, несерйозної невідповідності, і яка на поведінковому рівні виражається відповідною мімікою та сміхом.

Також гумор визначають як здатність особистості виявляти, фіксувати та осмислювати комічне у навколишній дійсності та емоційно на нього реагувати. Загалом поняття почуття гумору передбачає комплекс перцептивних, когнітивних, емоціональних, фізіологічних та поведінкових процесів. Індивідуальні характеристики пізнавальної сфери, протікання емоціональних процесів, темпераментальні та характерологічні особливості - лиш невелика доля детермінант гумору.

Подібно іншим емоціям, радісне задоволення, що супроводжує гумор, також має експресивний компонент: сміх і посмішку. На нижчих рівнях інтенсивності така емоція, як гумор виявляється слабкою посмішкою, яка

потім стає ширшою та переростає у легке хіхікання та сміх з наростанням інтенсивності емоції. При дуже високій інтенсивності радість виражається гучним реготом із можливими одночасними рухами тіла та виразною мімікою: почервонінням обличчя, закиданням голови назад, триманням рук на животі та відхиленням назад, хлопанням себе по стегнах і т.д.

У філософських працях відзначається, що почуття гумору - це різновид естетичного почуття, яке має декілька особливостей:

- спирається на естетичні ідеали, протиставляючи їх комічному явищу, що сприймається (за інших умов гумор перетворюється у скепсис, цинізм, вульгарність, непристойність);
- властивий лише розвинутому розуму, який здатний швидко, емоційно-критично оцінювати явища;
- передбачає здатність емоційно в естетичній формі схоплювати протиріччя дійсності;
- передбачає схильність до багатьох та неочікуваних порівнянь та асоціацій;
- розглядає явище критично з точки зору його загальнолюдської значущості

Розглядаючи когнітивні механізми об'єктивації структур комічного у теоретичній та практичній діяльності, виходять з положення, що комічне - це форма відображення об'єктивної дійсності, а процес пізнання на основі комічного протікає шляхом вирішення протиріч та опосередковується інтелектуальною активністю у поєднанні з афективним компонентом. Гумор як особливий вид світогляду характеризується «багатством відтінків в оцінці буття», та на відміну від сатири, відображає позитивне ставлення до предмету. Пропонується розширити уявлення про особливості комічного через співвіднесення процесів розуміння гумору та вирішення інтелектуальних задач. Вказується на схожість гумористичних текстів та евристичних завдань-головоломок, що виявляється у наявності складових елементів з високим ступенем контрастності та імпліцитності [30; 15; 3].

Аналізуючи гумористичні висловлювання, дослідники проблем гумору доходять висновку про існування протиріччя між початковим сприйняттям та усвідомленням нових зв'язків у кінцевому судженні, що сприяє трансформації смислу. Таким чином, як механізм комічного розглядається розуміння імпліцитного смислу, що полягає у створенні нового смислу у відповідному контексті через трансформацію змісту гумористичної форми та створення альтернативних значень через відхилення від стереотипних очікувань.

Як зазначають О.І. Василевська та Л.Л. Дворніченко, процес породження гумору є креативним процесом. Цей процес передбачає руйнування смислових стереотипів, здійснення узагальнення на іншому рівні. І саме таке відхилення від стереотипних очікувань дає можливість розвитку поведінкової варіативності [5].

Як зазначають О.М. Шпортун та Л.Ф. Крупельницька сприймання гумору є унікальним феноменом, оскільки в цьому процесі вочевидь виявляється єдність інтелекту та афекту [34]. Тому це робить можливим за порушеннями у сприйманні комічного виявляти більш грубі емоційні та когнітивні порушення, здійснювати діагностику психічних захворювань.

Чимало досліджень з психології гумору за минулі два десятиліття були сфокусовані на зв'язку між гумором і різними аспектами психологічного здоров'я.

Для дослідників психології гумору класичними є праці Р. Мартіна, який виділив чотири стилі гумору: агресивний, афіліативний, самопідтримувальний та самопринижувальний, та розробив опитувальник, який їх діагностує.

Загалом Р. Мартін відзначає, що потенційно корисним і здоровим стилем є афіліативний та самопідтримувальний стилі гумору. Перший стиль виявляється у доброзичливій манері та є засобом покращення міжособистісних стосунків, як правило, афіліативний стиль гумору схильні використовувати люди, які прагнуть розважити інших, зняти напругу у спілкуванні, і водночас, прагнуть самоствердитися. Вирізняє осіб, які вдається

до афіліативного стилю терпимість, відсутність ознак ворожості.

Самопідтримувальний стиль гумору звернений перш за все на суб'єкта, який продукує гумор. Він прагне підтримати у себе позитивний, оптимістичний погляд на світ, гумор є для нього засобом подолання в ситуації стресу та проблемних життєвих ситуаціях. Вдаючись до самопідтримувального стилю гумору людина зберігає стабільний психічний стан та здатна бути ефективною у стресових ситуаціях.

Агресивний та самопринижувальний стилі гумору є шкідливими для психічного здоров'я людини і в їх основі лежить порушення міжособистісних меж за рахунок психологічного благополуччя себе або інших. Таким чином агресивний стиль гумору виявляється у маніпулюванні, зневажанні, висміюванні людей, ґрунтується на використанні принизливих і образливих висловлювань. Має місце самовозвеличення через приниження інших.

Самопринизливий гумор має за основу негативний «Я-образ». Людина спрямовує агресію на себе, тобто використовує приниження себе, зневажливе ставлення до себе для досягнення гумористичного ефекту. Говорячи про свої невдачі, помилки, слабкі сторони людина прагне викликати позитивне ставлення до себе.

При цьому, як зазначає Р. Мартін та О. М.Шпортун, вибір стилю гумору не є усвідомлюваною стратегією, їх вибір є спонтанним і, як наслідок, О.М. Шпортун робить висновок про те, що здорові особистості рідше вдаються до останніх двох типів гумору [34].

Гумор-афіліація позитивно впливає на міжособистісні відносини, пов'язаний з доброзичливістю, толерантністю, підвищує привабливість у спілкуванні.

Гумор-самопідтримка виражає оптимізм, хороший життєвий тонус, життєстійкість, відсутність скарг і незадоволеності в спілкуванні, що також позитивно для взаємин.

Агресивний гумор визначається бажанням показати свою перевагу, домінування, пов'язаний з приниженням інших; виражає невдоволення,

напруженість, загрозу, що негативно сприймається в спілкуванні.

Прагнення виставляти себе в смішних ситуаціях, звеселяючи цим інших, характерно для гумору-самоприниження. Такий гумор виражає догідливість, улесливість, підпорядкованість, невпевненість і тривожність. Тому за ним стоять негативні емоції, які руйнують взаємини.

Численні дослідження доводять ефективність використання гумору у подоланні стресу. Отже, особистість за допомогою гумору легше і швидше долає стрес, справляється з психофізіологічними проблемами, відновлює нормальну життєдіяльність організму. Однак, якщо взяти до уваги неоднозначний вплив гумору на спілкування і взаємини з навколишніми, то використання деяких стилів гумору допомагає подоланню стресу і при цьому може псувати міжособистісні відносини. Тобто мова йде про ситуації, коли людина успішно виходить зі стресу, але використовуваний при цьому гумор має такий характер, що викликає погіршення її взаємин, стаючи джерелом нових стресів. Таким чином, деякі стилі гумору допомагають вийти зі стресу і одночасно провокують появу нових.

Досить відомою є п'яти-факторна модель гумору, яка виокремлює такі фактори: суперечність і її розв'язання; безглуздість; сексуальний гумор, гумор, що дискримінує осіб протилежної статі та цинічно-песимістичний гумор. Пропонований підхід до аналізу порушень почуття гумору у разі психічних захворювань враховує нозологічну специфіку. Уперше виокремлюються такі параметри аналізу почуття гумору, як здатність до розпізнавання гумору у контексті негумористичної інформації, специфіка вибору певних видів гумору. У сфері комічного є область, що однозначно інтерпретується здоровими людьми як гумор та область неоднозначної дотепності та гумору, сприйняття якого як власне гумору чи несерйозної інформації суб'єктивне та залежить від контексту сприйняття. Крім того, існує 5 змістовних факторів сприйняття анекдотів, вибір яких відрізняється у хворих на шизофренію, афективні розлади та здорових людей, а саме: 1) гумор безглуздості, 2) непристойні анекдоти, 3) дискримінація протилежної

статі, 4) цинічно-песимістичні анекдоти, 5) гумор, заснований на вирішенні протиріччя або інтелектуальний гумор.

Вивченню почуття гумору як психологічного конструкту, що характеризується стресозахисним потенціалом, присвячені роботи О. Зайвої. У результаті свого дослідження, вона 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 визнає роль гумору як засобу опанування деструктивних емоцій та думок.

Низка досліджень у психології присвячена проблемі становлення та розвитку почуття гумору в контексті соціалізації старшокласників. Спираючись на традиційне для сучасних дослідників комічного уявлення про гумор як інтеграційне особистісне утворення, А.Н. Бабаджанова вважає актуальним вивчення закономірностей генезу почуття гумору у старшому шкільному віці, його соціокультурних та індивідуальних особливостей. Почуття гумору визначається як переживання-діяльність (за Ф. Василюком), що актуалізується ситуацією неможливості задоволення актуальних потреб та передбачає таку когнітивно-перцептивну роботу механізму дотепності, що призводить до афективної розрядки із суб'єктивним відчуттям смішного та експресивно-поведінковим відреагуванням за допомогою сміху [3;4].

В ході досліджень О.М. Шпортун та Л.Ф. Крупельницькою виявлено взаємозв'язок різних стилів гумору з властивостями темпераменту (екстраверсією та нейротизмом), зокрема з'ясовано, що тип темпераменту загалом визначає домінуючий стиль гумору. Так, у сангвініків переважає самостверджувальний стиль, холерикам властивий самостверджувальний гумор, а також досить часто поширеним є афіліативний та агресивний стилі гумору; тоді ж як меланхоліки та флегматики намагаються уникати ситуацій,

де потрібно почуття гумору [34].

Поняття «креативність» з'явилося у науковому обігу у 1922 році завдяки Д. Сімпсону, який використав його для позначення здатності людини до нестандартних способів мислення. У сучасній психологічній науці поширеною є думка про необхідність розрізнення понять «творчість» та «креативність». Як зазначає С.Д. Дімітрова-Бурлаєнко, «творчість є процесом творчої діяльності, спрямованим на створення якісно новго продукту, пошук нестандартного вирішення задачі, проте, цей термін не передбачає обов'язкову наявність результату діяльності» [7]. І якщо в понятті «творчості» акцентується увага на процесі творення нового, то креативність є активність спрямованою на досягнення кінцевого результату.

Проблема креативності у психологічній науці зазвичай розглядалася у зв'язку з прикладними аспектами проблем розвитку творчості та творчих здібностей учнів, професійного становлення педагога, митця, саморозвитку особистості,

Проблема креативності вивчається в психології у кількох площинах. Перш за все креативність досліджується при вивченні пізнавальної сфери особистості. Окрім цього креативність розглядається при вивченні особистості та процесів її соціалізації.

Під креативністю у сучасній психологічній науці розуміють: інтегральну властивість особистості, особистісну якість, в основі розвитку якої розвиток вищих психічних функцій або потенційні можливості особистості (К.С.Кисельов; Ю.Р. Сурмяк, Л.Г. Кудрик, В. Антонішина, Р. Кириченко);

- прояв суб'єктності людини (О.І. Зімовін);
- вид інтелектуальних здібностей або сукупність творчих здібностей (Х. Раджей);
- рівень творчої обдарованості, здатностей до творчості (О. Степанов, Р. Мей);
- вищу форму активності, яка створює і залишає слід (С.Д. Максименко, О. Дунаєва);

- симбіоз інтелектуального й особистісного чинників (Ю.Р. Сурмяк, Л.Г. Кудрик);
- здатність активно реагувати на необхідність нових підходів і нових продуктів, їх створення (Ф. Баррон, Д. Харрінгтон, Р. Стернберг, Д. МакКіннон, І. Мелік-Гайказян);
- засіб самоактуалізації особистості (А. Маслоу, Р.З. Кіямова).

Підсумовуючи різноманітні підходи до розуміння креативності варто відзначити інтегративний характер феномену креативності, її зв'язок з усіма сферами особистості (інтелектуальною, емоційною, рефлексивною, вольовою, мотиваційною та діяльнісною).

У структурі креативності виокремлюють здатність до синтезу і самовпевненість, що сприяє до новаторства на спроби, не зважаючи на помилку чи критику.

Традиційно увага психологів прикута до інтелектуальної/когнітивної (зокрема, вербальної та образної), особистісної, соціальної, комунікативної креативності, хоча зустрічаються також дослідження, що пропонують розглядати види креативності у зв'язку з професійними видами активності людини (педагогічна, наукова, художня, технічна, інтелектуальна, підприємницька тощо); малу (пов'язана з повсякденними ситуаціями та буденним життям) та велику (пов'язана з досягненнями, які позначаються на культурі та суспільному житті)

Досліджуючи проблеми соціальної креативності майбутніх педагогів Т.В.Дуткевич, виокремлює три підходи до тлумачення соціальної креативності. Згідно з першим, соціальна креативність є феноменом міжгрупового порівня, «що забезпечує особистості задоволення власним соціальним статусом і статусом своєї соціальної групи» [10, С. 54]. Відповідно до другого, соціальна креативність є різновидом творчості, «що виявляється у здатності побудови різних видів спілкування» [10, С. 54] та взаємодії. І, нарешті, соціальна креативність може тлумачитися «як здатність особистості до ефективного вирішення нестандартних ситуацій у сфері

спілкування та взаємин» [10, С. 54].

Т. Воробйова стверджує, що креативність є компонентом професійної компетентності [6, С. 114].

Формування креативності, як зазначають Ю.Р. Сурмяк та Л.Г. Кудрик, зумовлено соціальним середовищем, вимогами до людини, специфікою організації інформаційного потоку та цільового напрямку всіх видів діяльності [32].

Розвиток креативності у дитинстві можливо стимулювати усунувши низку чинників, які, на думку П. Торренса можуть гальмувати її розвиток. Це зокрема, орієнтація на успіх, уникнення ризику, орієнтація на думку однолітків, фіксація на стереотипах статевої ролі, заборона запитань та обмеження ініціативності тощо.

Е.Де Боно вважає, що креативності можна навчити. При цьому вказує, що високий рівень інтелекту може заважати креативності, оскільки буде блокувати нестандартні «божевільні» ідеї, тому легше вдається генерувати ідеї та їх втілювати людям з нижчим рівнем інтелекту.

Загалом в психології розглядається ідея взаємозв'язку інтелекту та креативності. Вона тлумачить його по-різному. Згідно з першим підходом до пояснення цього зв'язку високий рівень розвитку інтелекту є необхідною (але недостатньою) умовою творчої особистості (А. Маслоу та ін.). Другий підхід пропонує розглядати інтелект та креативність як незалежні явища (Дж. Гілфорд, К. Тейлор та ін.). Нарешті, третій підхід стверджує існування залежності між інтелектом та креативністю: високий рівень інтелекту передбачає високий рівень творчих здібностей і навпаки (Г. Айзенк, Л. Термен., Д. Векслер та ін.) [11]. Г. Гарднер також наголошував, що креативні здібності значно тісніше корелюють і такими видами інтелекту як лігвістичний, логіко-математичний, просторовим тощо.

Ю.Р. Сурмяк та Л.Г. Кудрик висловлюють думку, що основними показниками креативності є швидкість, гнучкість, оригінальність, розробленість [32, с.110].

Створення гумору, на противагу процесу оцінки гумору, визначається рівнем креативності особистості. Це пов'язано з тим, що породження жарту передбачає непередбачуваність, але водночас логічність кінцівки висловлювання і повинно викликати здивування. Тобто творення жарту водночас означає створення оригінального рішення, породження незвичної ідеї тощо [11].

Одним з цікавих аспектів розгляду проблем креативності та почуття гумору є те, що вони є чинниками самоактуалізації особистості. Зокрема, завдяки гумору можливе самоприйняття, а креативність дозволяє особистості знаходити сфери для самореалізації.

Отже, подібно до інших психологічних утворень, що вирізняються складністю та глибиною структурної організації, гумор не має однозначної наукової інтерпретації.

Змістовний аналіз наукових розробок провідних спеціалістів з психології гумору демонструє складність та багатовимірність цього феномену, що підтверджується різноманіттям підходів до його вивчення. Закономірно, що жоден з напрямків вивчення, взятий окремо, не розкриває повною мірою сутність гумору, а відображає лише окремі його характеристики.

Складність дослідження гумору полягає у глибині та неоднозначності його взаємозв'язків з різними сторонами внутрішнього світу особистості, її поведінкою. Тому гумор як об'єкт наукового дослідження, а також його механізми та особливості, набуває в психології все більшої популярності та наукової ваги.

1.2. Гендерний аспект почуття гумору та креативності

Проблеми креативності особистості та особливості сприймання гумору вивчалися у гендерній психології.

Креативність при цьому розглядають як здатність до розумових

перетворень і творчості, вміння відмовитися від стереотипних способів мислення, яка характеризується оригінальністю мислення, семантичною і образною адаптивною гнучкістю, здатністю до сприймання дисгармонії.

Виявлення статевих відмінностей у креативності досліджується понад 70 років як у вітчизняній, так і зарубіжній психологічній науці. Думки дослідників з цього питання розбігаються. І якщо одні заперечують відмінності за креативністю між представниками різних статей, то інші стверджують, що чоловікам більше притаманна пошукова активність, вони схильні до породження нових ідей, здатні краще розв'язувати принципово нову задачу, на противагу їм жінки більш ефективні при розв'язуванні шаблонних задач (К. Айзенк, Л. Кемін та ін.). Також М. Костік, Е. Хілгард та ін. встановили, що чоловіки більш успішні в переносі навчання (тобто у застосуванні навичок і здобутих знань у новій ситуації) [39].

Е. Свіні, проводячи дослідження на чоловічій та жіночій вибірках, зрівноважених за загальними, математичними та вербальними здібностями, виявив значне переважання чоловіків у переструктуризації, тобто відмові від початкового підходу і організації фактів по-новому [40]. Хоча подібні дослідження З. Дудека дали прямо протилежний результат: дівчатка наділені кращими креативними здібностями, аніж хлопчики [37].

Вивчення креативності у молодших школярів різного віку виявило, що високий рівень креативності мають 45% хлопчиків і лише 20 % дівчаток. Статеві відмінності за гнучкістю та оригінальністю виявлено у хлопчиків молодшого шкільного віку та молодших підлітків. Загалом, виявлено, що вища вербальна креативність у дівчаток-підлітків зумовлює вищу їх загальну креативність.

Дослідження статевих відмінностей за креативністю у дорослих від 25 до 55 років виявили незначне переважання її рівня у чоловіків.

Загалом, вираженість креативності у осіб залежно від статі зумовлена видом креативності. Зафіксовано, що чоловіки наділені більшою креативною продуктивністю, тоді як жінки — більшими креативними можливостями,

жінки випереджають чоловіків за вербальною креативністю, а чоловіки — за образною креативністю (Форіша, Д. Халперн та ін.). При цьому виявлено не лише статеві відмінності креативності, але й залежність її від гендерних особливостей: вища креативна продуктивність корелює з маскулінністю, а креативні здібності з фемінністю. Водночас дослідження Джонсона та Карлсона доводять вищу креативність у андрогінних осіб.

Дослідження гендерних відмінностей у соціальній креативності майбутніх педагогів, здійснене Т.В. Дуткевич, доводить, що існують статистично значущі гендерні відмінності за такими шкалами соціальної креативності: рішучість, прояви вимогливості та наполегливості, здатність до нових та несподіваних дій. Хлопці помітніше відрізняються за проявами соціальної креативності і переважають дівчат у рівні соціальної креативності [10, с.54].

Сприймання гумору зумовлено наявністю або відсутністю у людини «почуття гумору», що є емоційно-інтелектуальною характеристикою людини. Початково, Лемперт і Ервін-Тріп вважали, що здатність жартувати, кепкувати, дражнювати притаманна лише чоловікам, а жінки є вдячними слухачами. Грох, Тері, Вілсон стверджували, що чоловіки отримують насолоду від жартів та анекдотів на агресивну та сексуальну тематику, а жінки водночас, отримують задоволення від «безглузлого» гумору. Крім того, чоловіки і жінки отримують більше задоволення від жартів, які висміюють жінок, аніж від жартів, об'єктами яких є чоловіки. Результати цих досліджень пізніше були поставлені під сумнів, оскільки при їх організації були припущені методичні помилки, які спотворювали результати сприймання жартів у лабораторних умовах.

Вивчення реакцій чоловіків і жінок на гумор в природних умовах (в повсякденних розмовах, в щоденникових записах, при використанні питальників) виявили відсутність відмінностей у генерації гумору, в схильності сміятися над собою, отриманні задоволення від малюнків і коміксів в газетах та журналах, а також від сексуального гумору. Водночас,

Гравфорд та Греслей виявили, що чоловіки отримують більше задоволення від грубих жартів та ворожого гумору і частіше його використовують. Жінки ж більше повідомляють забавних історій в житті.

Дж. Хей було виявлено відмінності між чоловіками і жінками у використанні гумору в різних ситуаціях життя. Так, жінки у 8 разів частіше використовували гумор для досягнення або підтримання згуртованості групи незалежно від статевої належності її членів, а чоловіки використовують гумор, щоб вразити інших, видаватися веселими, а також для створення власного позитивного образу, дражніння, глузування і кепкування частіше зустрічаються саме в чоловічих групах.

В ході досліджень було встановлено, що існують незначні розбіжності між чоловіками і жінками у використанні двох адаптивних стилів гумору [27]. Виявлено, що оцінки чоловіків за двома переважно неадаптивними стилями гумору зазвичай значно вищі, ніж оцінки жінок, що свідчить про те, що чоловіки вдаються до негативних форм гумору частіше. При цьому існує вікова залежність у використанні стилів гумору чоловіками і жінками. Так чоловіки з віком рідше використовують адаптивні стилі гумору, а жінки старшого віку мають значно вищі показники самопідтримувального гумору, що свідчить про зростання ролі гумору як копінг-стратегії в процесі набуття життєвого досвіду. [27].

Впливає вибір чоловіками і жінками стилю гумору на міцність та стійкість сімейних відносин. Наприклад, використання агресивного стилю гумору чоловіками призводить до розлучення, а використання жінками самопринизливого стилю гумору хоча і свідчить про задоволеність шлюбом, але є маркером розлучення найближчим часом. [27].

Висновки до розділу 1

Отже, аналіз теоретичних аспектів проблеми особистісної креативності та почуття гумору дозволяє стверджувати, що креативність зумовлює особливості почуття гумору як вищої психічної функції, оскільки процеси

породження гумору та його розуміння передбачають не лише відображення дійсності, але й пошук незвичного у звичайних життєвих ситуаціях, встановлення нових зв'язків між явищами, речами, об'єктами, поєднання непоєднуваного.

Традиційно виокремлюють чотири стилі гумору: афілятивний, самопідтримувальний, агресивний та самопринижувальний. При цьому перші два є корисними здоровими стилями, а два інші — шкідливими для психічного здоров'я.

Основними функціями гумору є переживання емоції радості; участь у міжособистісній взаємодії; зняття напруги та збереженні психічної рівноваги.

Креативність як здатність людини до нестандартних способів мислення, утворення нових зв'язків є чинником і передумовою гумору, оскільки він також передбачає породження нових незвичних зв'язків.

Креативність і гумору пов'язані з інтелектом людини і мають гендерні особливості.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ГЕНДЕРНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ СТИЛЮ ГУМОРУ ТА ОСОБИСТІСНОЇ КРЕАТИВНОСТІ У СТУДЕНТІВ

2.1. Програма емпіричного дослідження

В емпіричному дослідженні гендерних особливостей взаємозв'язку стилю гумору та особистісної креативності у студентів нами були використанні такі методи: методика діагностики особистісної креативності (Є.Є. Тунік), опитувальник стилів гумору Р. Мартіна, тест «Чи є у вас почуття гумору?».

Методика діагностики особистісної креативності (Є.Є. Тунік) дозволяє визначити чотири особливості творчої особистості: допитливість, уяву, складність та схильність до ризику, які тісно корелюють з творчими проявами особистості. Вона може використовуватися в юнацькому віці та придатна для групової форми діагностики (Додаток А).

Основні критеріальні прояви факторів:

Допитливість. Суб'єкт з вираженою допитливістю частіше всього запитує всіх і про все, йому подобається вивчати побудову механічних речей, він постійно шукає нові шляхи (способи) мислення, любить вивчати нові речі та ідеї, шукає різні можливості вирішення завдань, вивчає книги, ігри, карти, картини тощо, щоб взнати якомога більше.

Уява. Суб'єкт з розвинутою уявою вигадує оповідання про місця, які він ніколи не бачив; уявляє, як інші будуть вирішуватим проблему, яку він вирішує сам; мріє про різні міста і речі; любить міркувати про явища, з якими не стикався; бачить те, що намальовано на картинах і малюнках не так, як інші, незвичайно; часто відчуває здивування з приводу різних ідей і подій.

Складність. Суб'єкт, який орієнтований на пізнання складних явищ, проявляє інтерес до складних речей і ідей, любить ставити перед собою важкі завдання, любить вивчати щось без сторонньої допомоги; проявляє

наполегливість, щоб досягти своєї мети; пропонує дуже складні шляхи вирішення проблеми, ніж це здається необхідним; йому подобаються складні завдання.

Схильність до ризику. Проявляється у тому, що суб'єкт буде відстоювати свої ідеї, не зважаючи на реакцію інших; ставить перед собою високі цілі і буде намагатися їх зреалізувати; припускає для себе можливість помилок і провалів; любить вивчати нові речі або ідеї і не піддається чужій думці; не дуже стурбований, коли однокурсники, викладачі або батьки висловлюють своє несхвалення; віддає перевагу шансу ризикувати, щоб дізнатися, що з цього вийде.

Визначення кожного з чотирьох факторів креативності особистості здійснюється на основі позитивних і негативних відповідей (оцінюються в 2 бали), відповідей у формі «може бути», що оцінюються в 1 бал та відповідей «не знаю» (оцінюються в - 1 бал). Використання такої оціночної шкали дозволяє виявити недостатньо творчу, нерішучу особистість.

Питальник розроблений так, щоб оцінити, в якій мірі здатними на ризик, допитливими, що мають уяву та схильними до складних ідей, вважають себе ті, хто проходить тест. Якщо усі з 50 відповідей співпадають з ключем, то сумарний сирий бал складатиме 100 балів, якщо будуть відсутні відповіді «не знаю». Чим вища «сира» оцінка людини, тим більш творчою особистістю, допитливою, з уявою, здатною піти на ризик і розібратися в складних проблемах вона є; всі вищеописані особистісні фактори тісно пов'язані з творчими здібностями. Також можна отримати оцінки за кожним фактором окремо, що дозволить диференціювати слабкі та сильні сторони особистості за особистісною креативністю.

При оцінці результатів діагностики особистісної креативності нами враховувалися нормативні дані (середнє значення та стандартне відхилення) на американській вибірці.

Опитувальник стилів гумору Р.Мартіна містить тридцять два твердження, та шкали для оцінки чотирьох стилів гумору (афіліативний,

самопідтримувальний, агресивний і самопринизливий). Кожне твердження оцінюється за шкалою від 1 до 7 (Додаток Б). Критеріями для розрізнення стилів гумору є спрямованість на власні переживання респондента або налагодження його стосунків з оточуючими. Кожен з двох варіантів гумору може мати два полюси вираження — позитивний і негативний. Як наслідок методика дає можливість виявити чотири стилі гумору, які витлумачуються так:

Афіліативний юмор (підтримуючий, спрямований на інших) пов'язується з екстраверсією, відкритістю новому досвіду, оптимізмом, життєрадісністю, самоприйняттям і самоцінністю, з успішністю встановлення та підтримки міжособистісних взаємин, задоволеністю якістю життя, домінуванням позитивних емоцій та гарного настрою. Люди з афілійованим почуттям гумору часто жартують, спонтанно втягуються в доброзичливий обмін жартівливими висловлюваннями та зауваженнями. Цей м'який, доброзичливий і толерантний стиль гумору сприяє зміцненню міжособистісних взаємин, що сприяє зростанню взаємної привабливості між людьми.

Самопідтримувальний (підтримуючий, спрямований на себе) стиль гумору, що передбачає оптимістичний погляд на життя, уміння зберігати почуття гумору в ситуаціях пов'язаних особистими труднощами і проблемами, він є регулятором емоцій і механізмом управління стресом. На відміну від афіліативного, самопідтримувальний гумор виконує, в першу чергу, інтрапсихічну функцію, і тому не так сильно пов'язаний з екстраверсією. Він має негативний зв'язок з нейротизмом і позитивно корелює з оптимізмом, відкритістю новому досвіду, самоцінністю та задоволеністю якістю життя, з успішністю встановлення та підтримкою міжособистісних відносин.

Агресивний гумор (деструктивний, спрямований на інших) включає в себе сарказм, насмішку, він може бути використаний для маніпуляцій іншими. Люди з агресивним стилем гумору часто не можуть впоратися з бажанням жартувати, навіть, якщо жарт може когось образити. Цей стиль гумору позитивно пов'язаний з нейротизмом, ворожістю, гнівом та агресією і

негативно - із задоволеністю міжособистісними відносинами, дружелюбністю, соціальною компетентністю, здатністю надавати емоційну підтримку іншій людині та ефективність гумору як копінг-стратегії.

Самопринижувальний стиль (деструктивний, спрямований на себе) означає використання гумору, проти самого себе, з метою пошуку прихильності значущих інших. Такі люди, дозволяють іншим робити себе об'єктом жартів і готові з ними сміятися над самими собою. Хоча вони можуть вважатися винахідливими та веселими, за цим стоїть низька самооцінка та загострена потреба в прийнятті. Вони відчують труднощі в відстоюванні своїх прав. Самопринижувальний стиль гумору позитивно корелює з нейротизмом, депресією, тривожністю і негативно - із задоволеністю міжособистісними відносинами, якістю життя, психологічним благополуччям, самоцінністю.

Питальник «Чи є у вас почуття гумору?» містив 10 закритих запитань, що стосуються проявів гумору. За кожную відповідь А нараховується 3 бали, за Б — 2, за В — 1. Обробка результатів полягає у підрахунку кількості набраних балів та визначення інтенсивності прояву гумору.

Так, при наборі 21-30 балів гумор просто вирує, навіть виплескує через край. Так що слід бути стриманішим, інакше таку поведінку можна витлумачити не так, як би хотілося; при 11- 20 балів відзначається здорове, реальне почуття гумору, у жартах не перебирається міра. Демонстрована дотепність не зачіпає й не стомлює інших; при 6- 10 балів навіть у гарному настрої респондент не занадто практичний, а це нікого не розвеселить, а скоріше, стомить; 0-5 балів характеризується похмура людина, і від цього їй невесело, і її друзям теж. Не дивуйтеся, якщо такого товариства інколи уникають.

Емпіричне дослідження було організовано в кілька етапів. На першому етапі нами вивчалися стилі гумору та особистісна креативність здобувачів вищої освіти. На другому з'ясовувалася ступінь їх взаємопов'язаність та гендерні особливості.

Дослідження було проведено впродовж 2024-2025 навчального року. Загалом дослідженням було охоплено 67 здобувачів вищої освіти, які навчаються за галуззю знань Освіта/Педагогіка історичного факультету та на факультету іноземної філології Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка (з них 32 — особи чоловічої статі, та 35 — жіночої статі).

2.2.Результати емпіричного дослідження стилю гумору та особистісної креативності студентів закладу вищої освіти

У результаті застосування обраних нами методик діагностики було отримано емпіричні дані щодо рівня, проявів та домінуючих стилів гумору, особливостей особистісної креативності здобувачів вищої освіти.

За результатами питальника «Чи є у вас почуття гумору?» з 67 респондентів, як видно на рис. 2.1, у 23,9 % осіб гумор просто вирує, навіть занадто. Таким особам потрібно бути трішки стриманішими, інакше їхню поведінку можуть трактувати не так, як їм того б хотілося.

У 76,1 % студентів здорове, реальне почуття гумору, в жартах не перегинають палицю, їхня дотепність не набридає і не ображає оточення (див. рис.2.1). Осіб, які є похмурими людьми, яким невесело самим і поруч з ними не весело їхнім друзям, яких іноді уникають - не виявлено.



Рис. 2.1. Розподіл студентів за оцінкою проявів почуття гумору

Як видно з рис. 2.1, серед респондентів немає таких, що вважають позбавленими себе почуття гумору. Більшість (76,2 %) студентів вважають, що достатньо добре розуміють гумор, здатні його породжувати, адекватно його використовують, можуть доречно вдаватися до жартів. Решта студентів (23,9 %) не уявляють жодної хвилини без сміху, жартів, веселоців. Ймовірно не завжди це сприймається позитивно навколишніми, але їм приносить задоволення.

Результати діагностики за методикою опитувальник стилів гумору Р.Мартіна представлено у табл. 2.1. За вибіркою у студентів дещо переважають стилі гумору: афіліативний та самопідтримувальний. Вони мають приблизно однакову частоту високого та середнього ступеня прояву. Приблизно однакова частота за вибіркою середнього, низького та високого ступеня прояву самопринижувального гумору. Водночас, варто відзначити, що існують відмінності за ступенем розвитку кожного стилю гумору у дівчат та хлопців. Високий ступінь розвитку самопідтримувального (51,4 %) та афіліативного (48,6 %) стилів гумору переважає у дівчат. Респондентів з високим рівнем розвитку самопідтримувального стилю гумору характеризує оптимістичний погляд на життя навіть у важкі його періоду, вони знаходять у ньому ресурс для подолання стресу та використовують для регуляції емоцій, найчастіше такі особистості орієнтовані на власний внутрішній світ, в якому

знаходять додаткові ресурси. Самопідтримувальний стиль гумору взаємопов'язаний з афіліативним стилем гумором.

Таблиця 2.1.

**Результати діагностики стилів гумору за допомогою опитувальника
стилів гумору Р.Мартіна**

Стиль гумору	Ступінь прояву	Дівчата (n=35)		Хлопці (n=32)		За вибіркою	
		Абс.	%	Абс	%	Абс	%
Афіліативний	Низький	4	11,4	12	37,5	16	23,9
	Середній	14	40	14	43,8	28	41,8
	Високий	17	48,6	6	18,7	23	34,3
Самопідтримувальний	Низький	5	14,3	15	46,9	20	29,9
	Середній	12	34,3	9	28,1	21	31,3
	Високий	18	51,4	8	25	26	38,8
Агресивний	Низький	19	54,3	7	21,9	26	38,8
	Середній	9	25,7	10	31,2	19	28,4
	Високий	7	20	15	46,9	22	32,8
Самопринижувальний	Низький	17	48,6	17	53,2	34	50,7
	Середній	13	37,1	9	28,1	22	32,8
	Високий	5	14,3	6	18,7	11	16,5

Як бачимо з табл. 2.1, у дівчат приблизно однакові показники високого рівня обох цих стилів гумору. Респонденти з високим рівнем афіліативного стилю гумору характеризуються оптимістичним поглядом на життєві ситуації, впевнені у власних силах, цілком задоволені життям.

Водночас варто відзначити, що у хлопців переважає високий ступінь розвитку агресивного стилю гумору (46,9 %). Це деструктивний стиль гумору. При такому стилі гумору респонденти вдаються до сарказму та насмішок, часто маніпулюють іншими, можуть ображати жартами інших, схильні

виявляти ворожість та нейротизм.

У результаті вивчення особистісної креативності були отримані емпіричні дані представлені у таблиці 2.2. Як бачимо з таблиці 2.2. отримані нами середні значення за нашою вибіркою близькі до нормативних значень. Водночас є незначні відхилення від нормативних середніх значень показників фактору особистісної креативності за чоловічої та жіночої вибіркою, але вони знаходяться в межах похибки. Так незначно, та все ж відрізняються, підвибірки дівчат та хлопців за факторами: складність та уява. Як видно з таблиці 2.2 у дівчат середні значення за цими факторами дещо вищі за нормативне значення, що, ймовірно зумовлює вищі показники конструктивних стилів гумору у вибірці дівчат.

Таблиця 2.2

**Середні значення факторів особистісної креативності за методикою
Туніка Є.Є.**

Фактори особистісної креативності	Дівчата (n=35)		Хлопці (n=32)		За вибіркою	
	Середнє за нашою вибіркою	Нормати вне значення	Середнє за нашою вибіркою	Нормативне значення	Середнє за нашою вибіркою	Норматив не значення
Уява	19	16,0	13	16,0	16	16,0
Допитливість	16	16,4	16	16,4	16	16,4
Складність	16	14,8	12	14,8	14	14,8
Готовність до ризиків	15	14,9	16	14,9	15,5	14,9

Аналіз отриманих результатів емпіричного дослідження дозволяє зробити такі висновки: існує залежність між рівнем особистісної креативності та ступенем прояву домінуючих стилів гумору. Так, високі показники за афіліативним та самопідтримувальним гумором у респондентів поєднувалися з високим загальним рівнем особистісної креативності та при домінуванні факторів уяви та складності.

Результати емпіричного психологічного дослідження актуалізують завдання зі створення комплексу заходів, які будуть спрямовані на розвиток почуття гумору та креативності здобувачів вищої освіти закладу вищої освіти, а також реалізації гендерного підходу в освітньому процесі закладу вищої освіти.

2.3. Шляхи врахування гендерних особливостей особистісної креативності та почуття гумору при організації освітнього процесу у закладі вищої освіти

Організація освітнього процесу у закладі вищої освіти з необхідністю передбачає створення умов не лише для інтелектуального розвитку майбутнього фахівця, але й забезпечення психологічного комфорту та благополуччя здобувача вищої освіти. Однією з таких умов особистісно-професійного становлення фахівця є функціонування в закладі вищої освіти служби психологічної підтримки та супроводу.

Враховуючи, що гумор має значний захисний та адаптивний потенціал, виконує функцію забезпечення психологічної інтеграції та подолання внутрішнього конфлікту особистості, прийняття власних суперечностей, то ефективними в діяльності психолога-консультанта є різноманітні техніки роботи з гумором. Перш за все, це техніка позитивної реінтерпретації, яка дозволяє побачити вчинок, проблему, симптом, хворобу, рису характеру з іншого боку. Це така собі спроба знайти позитивний сенс у кожному явищі, яке, на перший погляд, видається негативним. Щоправда, зробити позицію клієнта стосовно проблеми збалансованою, більш об'єктивною, за допомогою гумору, іронії чи, інколи, сарказму, не завжди вдається.

Ще одна техніка метафора. Використання історій, прислів'їв, притч, анекдотів відіграє у психотерапії ключову роль. Жарти виконують функцію метафори маючи прихований зміст, добре запам'ятовуються, стають

посередниками у ситуації конфронтації, дозволяють подивитися на свої проблеми з боку, показують нові моделі поведінки у складній ситуації.

З метою впливу на психологічне здоров'я можливе застосування йоги сміху, описаної групою авторів В.М. Теслюк, В.В. Теслюк та А.В. Чеберяко. Його сміху була заснована М. Катарія і поєднує сміхотерапію з вправами його. Основним принципом цього підходу є те, що сміх не обов'язовинен мати причину, він може впливати навіть, коли викликається штучно, тому імітація сміху викликає ті ж самі процеси в організмі людини, як і сміх з природної причини: вироблення гормонів, нейромедіаторів, покращення емоційного фону тощо [33].

Адекватне соціально позитивне використання гумору є корисною особистісною властивістю, що дозволяє покращувати міжособистісні взаємини, забезпечує емоційну підтримку і допомагає долати складні комунікативні ситуації, зокрема і конфлікти. Класичні дослідження гумору як соціальної здібності, засвідчили зв'язок позитивно спрямованого гумору з підвищенням, а негативно спрямованого – з погіршенням показників соціальної компетентності та креативності. Відзначається, що емоційність і щирість гумору, гарний настрій, який його супроводжує, є важливими чинниками креативності, не менш дієвими, ніж когнітивні складові. Позитивний гумор слугує в якості механізму емоційної саморегуляції особистості під час її взаємин з навколишніми. Особистість з розвиненим почуттям гумору точніше за інших оцінює і успішніше долає різного виду критичні життєві ситуації.

Однак використання деяких різновидів гумору, допомагаючи особистості подолати стрес, водночас погіршує її взаємини з навколишніми. Наприклад, агресивний гумор сприяє подоланню стресу, але порушує її взаємини, стаючи джерелом не лише нових стресів, але й конфліктів. Доброзичливий жарт спроможний послабити, мінімізувати конфлікт, але гумор-кепкування виступає джерелом образи і діє як конфліктоген. Вивчаючи вплив гумору на креативність, слід враховувати і прояви агресії,

яким притаманний значний конфліктогенний потенціал.

Показано зв'язок гумору з деякими рисами особистості (агресивністю, рівнем суб'єктивного контролю), що спричиняють підвищену конфліктність. Студенти, які спроможні розуміти і використовувати гумор, відзначаються високим рівнем суб'єктивного контролю, адекватною самооцінкою, мають краще сформовані вольові якості. Натомість студенти, яким складно розуміти і використовувати гумор, схильні вбачати причини значущих для себе подій у зовнішніх чинниках (довкіллі, навколишніх, долі, випадку тощо), що є свідченням недостатнього рівня їх суб'єктивного контролю. Відтак студенти зі зниженою гумористичною здатністю мають більш виражені риси особистості, що визначають їх підвищену конфліктність (низький суб'єктивний контроль, неадекватну самооцінку, недостатність вольових якостей), а навчання продукуванню і використанню гумору може слугувати одним зі шляхів підвищення креативності.

Знайшло висвітлення використання гумору з метою залагодження педагогічних конфліктів. Застосування при цьому гумору оцінено як найбільш поширений і ефективний засіб «першої допомоги». Якщо ж гумор не допоміг вирішити конфлікт вчителя з учнями, то лише тоді педагогу варто вдаватись до інших способів залагодження. Хоча зняття емоційної напруги за допомогою гумору не є безпосереднім вирішенням конфлікту, однак дозволяє сторонам опанувати своїми переживаннями і перейти до зваженого аналізу ситуації. Спілкування у гумористичному ключі у ситуаціях назрівання конфлікту сприяє взаєморозумінню, пошуку компромісу, що перешкоджає подальшій ескалації.

Аналіз останніх досліджень свідчить про досить високу оцінку гумору як засобу попередження і залагодження міжособистісних конфліктів, покращення взаєморозуміння і досягнення злагоди. Однак наголошується і про негативні наслідки використання гумору за певних умов, коли невдалий жарт може зашкодити міжособистісним взаєминам.

При занятті йогою сміху заняття починають з привітання зі сміхом,

потім виконуються вправи на розслаблення та дихальні вправи, що готують до сміху. Таке поєднання дихальних вправ зі сміхом, тілесно-орієнтованої терапії та ігротерапії готують до основної частини заняття — багатохвилинного неперервного сміху, який зі штучного, як правило переходить у природний. Під час занять йогою сміху використовуються вправи: посмішка перед дзеркалом, рефлекторна посмішка. Завершують заняття — вправи на медитацію. Заняття йогою сміху проводяться лише групою, оскільки викликати в такий спосіб природний сміх почавши зі штучного набагато легше. [33].

Як зазначає О.І. Василевська та Л.Л. Дворніченко при організації психологічної допомоги та супроводу важливо знати і розуміти вікову динаміку та особливості гумору [5].

Зважаючи, що освітній процес у закладі вищої освіти, до якого залучені майбутні фахівці, супроводжується стресом різної інтенсивності, то використання гумору — це одна з можливостей зниження навчального стресу, сприяння психологічному благополуччю учасників освітнього процесу. Як зазначають О. Щотка і Я. Андрєєва, жарт у стресовій ситуації розвиває почуття контролю над ситуацією, забезпечує зниження тривоги та дистанціювання від загрози [35].

Свідоме використання певного стилю гумору (афіліативного та самопідтримувального) при діловій взаємодії в навчальній ситуації підвищує не лише результативність стресоподолання, але й забезпечує відповідну атмосферу у академічній групі студентів, забезпечує творчу атмосферу та сприяє згуртованості групи.

Професійне становлення майбутнього фахівця пов'язане з переживанням певних навчальних труднощів, деяким розчаруванням у виборі професії, незадоволенням змістом окремих навчальних дисциплін, необхідністю адаптації до нового соціального оточення та освоєння нового провідного виду діяльності. Найефективнішим захисним механізмом від зовнішніх подразників, що допомагає опанувати та нейтралізувати негативні емоції,

зберегти реалістичну точку зору в оцінці ситуації, коли людина відчуває такі негативні емоції як страх, печаль, хвилювання, гнів, є гумор. Потрібно не забувати, що вміння сміятися над власними недоліками є запорукою наявності почуття гумору та способом уникнення стресового стану.

Психолого-педагогічні умови, спрямовані на зниження тривожності та розвиток почуття гумору у високотривожних особистостей, мають полягати у залученні їх до тих форм та видів соціальної активності, які б дозволили підвищити самооцінку та прийняття себе, відчути власну навчальну та соціальну компетентність, створювали б емоційне благополуччя та комфорт.

Перш за все, це якісна зміна змісту та форм спілкування у системі «викладач-студент». Особливості міжособистісних стосунків між викладачем та студентами відображаються в професійно-педагогічному спілкуванні. Ефективність педагогічної взаємодії викладача зі студентами залежить не лише від особистості студента, але й від індивідуально-психологічних характеристик викладача. Викладач здійснює вплив на студентів не лише змістом своїх лекцій і інших навчальних занять, але й своєю поведінкою, звичками, манерами, своїм ставленням до справи, науки, колег і, в першу чергу, - до студентів. Слід зазначити, що спілкування викладача зі студентами - це не лише взаємини по вертикалі, але й взаємини по горизонталі (спілкування як з майбутніми колегами) [8; 18; 29].

Студенти цінують такі особистісно-етичні якості викладачів, як: дружелюбність, оптимізм, справедливість, дисциплінованість, ерудованість, схильність проявляти емпатію, вміння відчувати і підтримувати зворотній зв'язок, здатність до спонтанної комунікації, вміння прогнозувати можливі педагогічні ситуації, наслідки своїх впливів, орієнтація викладача на дорослу людину з розвинутою самосвідомістю. До негативних педагогічних якостей, що ускладнюють взаємодію та спричиняють конфліктні ситуації зі студентами, опитані відносять байдужість, дратівливість, невміння управляти собою, невпевненість у власних силах, відсутність етики, нездоровий гумор та емоційну холодність викладачів.

Почуття гумору завжди цінується у спілкуванні. Гумор знімає напругу у спілкуванні, дає емоційне розвантаження. Вміння викладача доцільно використовувати гумор на семінарських заняттях і лекціях є важливим у спілкуванні не тільки з великою аудиторією, але і в діалозі зі студентом. Щоб жартувати, потрібно добре відчувати настрій аудиторії, враховувати інтелект та психологічний стан молодих людей.

Теоретичне обґрунтування зв'язку між використанням гумору, навчанням і безпосередністю у спілкуванні викладача зі студентами базується, як на властивості гумору привертати і утримувати увагу аудиторії, так і на властивості безпосередності створювати відчуття близькості між суб'єктами комунікації на основі вербальних і невербальних засобів.

І гумор, і безпосередність, як показує практика, однаково позитивно впливають на процес навчання і формування мотивації у студентів, а також сприяють позитивному оцінюванню викладання. І, навпаки, відсутність гумору і безпосередності в процесі навчання в аудиторії вважається джерелом демотивації у студентів [24].

Гумор може беззаперечно виступати одним з джерел позитивних емоцій і засобом для створення позитивної та безпосередньої атмосфери на заняттях. Вчасні жарти, потішні епізоди з життя, кумедні випадки, пов'язані з матеріалом теми, сприяють формуванню сприятливого психологічного клімату на занятті. Гумор забезпечує інтерес до заняття, виступає засобом зняття напруженості у стомлених слухачів та сприяє відпочинку мозку і продовженню його активній діяльності [25; 29].

Умовно гумор, який використовується у повсякденному житті можна розділити на три категорії. Всі три категорії можуть успішно функціонувати і в аудиторії.

1) заздалегідь підготовлені гумористичні текстові матеріали (анекдоти, оповідання). Заздалегідь підготовлені гумористичні тексти використовуються викладачами іноземних мов для відпрацьовування різних аспектів мови: фонетики, лексики, граматики, аудіювання тощо. Як показують дослідження,

використання гумору у навіть тестових завданнях сприймається більшістю студентів досить добре за умов, якщо гумор є позитивним і зрозумілим.

2) спонтанний цілеспрямований розмовний гумор, який використовується в процесі спілкування і може бути вербальним і невербальним. До цього типу гумору відносяться анекдоти, забавні історії, гра слів, іронія тощо, які використовуються для емоційної розрядки в аудиторії.

3) нецілеспрямований, або випадковий гумор у свою чергу підрозділяється на фізичний і лінгвістичний типи. Як правило, випадковий гумор є результатом висловлювання або дії, які з самого початку не мали бути смішними. До випадкового гумору відносяться: неправильне написання, використання і вимова слів, випадкова перестановка звуків.

Важливо зазначити, що інформація, яка подається в гумористичній манері запам'ятовується краще, чим інформація, яка подається серйозно. Тим самим така інформація полегшує процес когнітивного опрацювання, допомагаючи зберегти її у довгочасній пам'яті [29].

Студенти приділяють більше уваги навчанню і з більшим бажанням відвідують заняття, у тому випадку, якщо гумор регулярно застосовується в аудиторії. Використання гумору для презентації навчального матеріалу може сприяти кращому запам'ятовуванню змісту навчального предмету, допомагаючи студентам акумулювати і засвоювати більше нової інформації.

Сміх заразливий і легко набуває характер масового явища. Завдяки емпатії як механізму синхронізації переживань, сміх спонукає і несвідомо індивідів наслідувати один одного. Крім того, фізичний стан людини, яка сміється, характеризується різким ослабленням м'язового тону, що означає його розслаблення. Людина, яка сміється, звільняється від психологічної напруги [19]. Сміх пригальмовує волю, притупляє оцінку ситуації з точки зору логічного аргументування.

Одночасно, з точки зору сприйняття, емоції, що виникають у процесі сміху, сприяють більш успішному засвоєнню матеріалу. Напівжартівливі й комічні приклади та порівняння запам'ятовуються набагато легше та

пояснюються набагато доступніше, ніж сухі дефініції. Вчасно зроблений емоційний акцент на ключовій проблемі дозволяє точніше зрозуміти її суть.

Гумор включається в усі типи людських взаємодій, виконуючи безліч соціальних, емоційних і когнітивних функцій в житті людей. Дотепний та доречний жарт може в напруженій ситуації змінити відносини між співрозмовниками, створити атмосферу невимушеності та довірливості. Гумор є результатом вивільнення негативної енергії. Простий чи навіть примітивний гумор на початку розмови здатний подолати напруження та сприяє плідній співпраці у майбутньому.

Ми вбачаємо значний потенціал у розвитку почуття гумору як специфічного механізму, що дозволяє змінити суб'єктивне сприймання критичної, стресової, складної ситуації, а, отже, забезпечити більш ефективну діяльність та поведінку в ній, і цим знизити тривожність як ситуативну, так і особистісну.

Проблема подолання тривожності студентів розщеплюється на дві: проблема оволодіння станом тривожності, зняття його негативних наслідків та проблему знешкодження тривожності як відносно стійкого особистісного утворення [14; 22; 26].

Робота з подолання тривожності може здійснювати на трьох взаємопов'язаних рівнях: а) навчання прийомам саморегуляції (оволодіння своїм хвилюванням і підвищеною тривожністю); б) формування операціональної складової (умінь та навичок), що підвищує результативність діяльності; в) перебудова особливостей студента (самооцінки, мотивації тощо).

Для розвитку почуття гумору сьогодні пропонуються система прийомів, названа гуморобіка [33]: це читання авторів-гумористів, перегляд гумористичних передач, колекціонування жартів, карикатур, комічних ситуацій, тренінгові вправи на розвиток дотепності.

Гумор - це особливий погляд на світ. Він неможливий без хорошої освіти, широкого світогляду та загальної культури. Зважаючи на складний

взаємозв'язок почуття гумору та інтелекту, неможливо розвивати почуття гумору не тренуючи спостережливість, увагу, уяву, пам'ять та мислення.

Для того, щоб з'явилося почуття гумору необхідно частіше сміятися і сприймати себе дещо менш серйозно. Поступово ставлення до життя наповниться гумором і це позбавить його смутку втрат, допоможе легко переживати зміни, зберігати творчий настрій у стресовій ситуації, ефективно працювати і взагалі зберегти здоров'я [33; 35].

Загалом гумор допомагає налаштувати міжособистісні стосунки; створює радісну і невимушену атмосферу; допомагає вийти із стресових ситуацій, показуючи оптимістичне вирішення проблеми; знижує втомленість студентів під час навчального процесу; вказує на власні недоліки особистості крізь призму оптимізму і т.д.

Гумор може приймати різні форми і виконувати різноманітні психологічні функції. У середовищі однолітків гумор допомагає привернути до себе увагу; у робочому процесі за допомогою гумору ми можемо змінити виникаючу напругу у відносинах між колегами; в актах комунікації, які виникають у групі, гумор використовується для підвищення згуртованості, визначення соціальних кордонів, пом'якшення критичних стверджень; в аудиторії студенти часто використовують гумор для того, щоб добитися доброзичливого ставлення до себе з боку викладача. Іншими словами - це складне соціальне явище, яке торкається багатьох аспектів нашого повсякденного життя, у тому числі навчання у вищих навчальних закладах [25; 20; 16; 8].

Висновки до розділу 2

У більшості респондентів жіночої статі переважає самопринижувальний та афілятивний стиль гумору, тоді ж як у хлопців переважає високий ступінь розвитку агресивного стилю гумору.

Мають місце відмінності середніх значень показників факторів особистісної креативності за чоловічої та жіночою вибіркою. Незначно, та все ж відрізняються, чоловіча та жіноча підвибірki за факторами: складність та уява.

Високі показники за афілятивним та самопідтримувальним гумором у респондентів поєднувалися з високим загальним рівнем особистісної креативності та при домінуванні факторів уяви та складності.

Результатом теоретико-експериментального дослідження стало виокремлення психолого-методичних рекомендації щодо розвитку креативності та почуття гумору, а водночас поліпшення взаємодії у системі «викладач-студент» засобами гумору, сутність яких полягає у:

- якісній зміні змісту та форм спілкування у системі «викладач-студент», що передбачатиме використання всіх трьох категорії гумору (заздалегідь підготовлені гумористичні тексти, спонтанний цілеспрямований розмовний гумор, нецілеспрямований, або випадковий гумор);
- розвиток гумору та креативності через: а) запровадження навчальних тренінгів; б) формування операціональної складової гумору; в) перебудова особливостей студента (самооцінки, мотивації тощо); г) розвиток інтелекту; уяви;
- оволодіння системою прийомів, названа гуморобіка: це читання авторів-гумористів, перегляд гумористичних передач, колекціонування жартів, карикатур, комічних ситуацій, тренінгові вправи на розвиток дотепності; опанування йогою сміху тощо.

ВИСНОВКИ

Теоретичний аналіз проблеми гумору, креативності студентів закладу вищої освіти, та емпіричного дослідження гендерних особливостей взаємозв'язку особистісної креативності та гумору дають підстави для висновків:

1. У процесі теоретичного аналізу проблеми ми дійшли висновку, що гумор визначається як позитивна емоція, яка у соціальних контекстах звичайно викликає когнітивний процес оцінки, що включає сприймання жартівливої, несерйозної невідповідності, і яка на поведінковому рівні виражається відповідною мімікою та сміхом; або як здатність особистості виявляти, фіксувати та осмислювати комічне у навколишній дійсності та емоційно на нього реагувати. Загалом поняття почуття гумору передбачає комплекс перцептивних, когнітивних, емоціональних, фізіологічних та поведінкових процесів. Подальший аналіз досліджуваного поняття дав можливість визначити декілька особливостей цього різновиду естетичного почуття (опора на естетичні ідеали; притаманність розвинутому розуму; здатність емоційно схоплювати протиріччя дійсності; схильність до неочікуваних порівнянь та асоціацій; критичність розгляду явищ).

Креативність зумовлює особливості почуття гумору як вищої психічної функції, оскільки процеси породження гумору та його розуміння передбачають не лише відображення дійсності, але й пошук незвичного у звичайних життєвих ситуаціях, встановлення нових зв'язків між явищами, речами, об'єктами, поєднання непок'єднуваного.

Традиційно виокремлюють чотири стилі гумору: афіліативний, самопідтримувальний, агресивний та самопринижувальний. При цьому перші два є корисними здоровими стилями, а два інші — шкідливими для психічного здоров'я.

Основними функціями гумору є переживання емоції радості; участь у

міжособистісній взаємодії; зняття напруги та збереженні психічної рівноваги. Креативність як здатність людини до нестандартних способів мислення, утворення нових зв'язків є чинником і передумовою гумору, оскільки він також передбачає породження нових незвичних зв'язків. Креативність і почуття гумору пов'язані з інтелектом людини і мають гендерні особливості.

У більшості респондентів жіночої статі переважає самопідтримувальний та афілятивний стиль гумору, тоді ж як у хлопців переважає високий ступінь розвитку агресивного стилю гумору.

Мають місце відмінності середніх значень показників факторів особистісної креативності за чоловічої та жіночої вибіркою. Незначно, та все ж відрізняються, чоловіча та жіноча підвибірki за факторами: складністю та уява.

Високі показники за афілятивним та самопідтримувальним гумором у респондентів поєднувалися з високим загальним рівнем особистісної креативності та при домінуванні факторів уяви та складності.

Результатом теоретико-експериментального дослідження стало виокремлення психолого-методичних рекомендації щодо розвитку креативності та почуття гумору, а водночас поліпшення взаємодії у системі «викладач-студент» засобами гумору, сутність яких полягає у:

- якісній зміні змісту та форм спілкування у системі «викладач-студент», що передбачатиме використання всіх трьох категорії гумору (заздалегідь підготовлені гумористичні тексти, спонтанний цілеспрямований розмовний гумор, нецілеспрямований, або випадковий гумор);

- розвиток гумору та креативності через:

- а) запровадження навчальних тренінгів;

- б) формування операціональної складової гумору;

- в) перебудова особливостей студента (самооцінки, мотивації тощо);

- г) розвиток інтелекту; уяви;

- оволодіння системою прийомів, названа гуморобіка: це читання

авторів-гумористів, перегляд гумористичних передач, колекціонування жартів, карикатур, комічних ситуацій, тренінгові вправи на розвиток дотепності; опанування йогою сміху тощо.

Проведене дослідження не охоплює всього комплексу проблем гендерних особливостей гумору та креативності особистості. Подальше вирішення цього питання потребує визначення психологічних особливостей розвитку почуття гумору, розробку технології супроводу особистісного розвитку студентів на основі з'ясованих особливостей.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Андрієвська В. В. Креативність. К.: Юрінком Інтер, 2008. 432 с.
2. Анцибор А. І. Соціальна природа сміху та її вплив на психологію аутсайдера. / А. І. Анцибор // Практична психологія та соціальна робота. - 2012. - № 3. - С. 26-30.
3. Бабаджанова А. Н. Щодо питання методології психологічних досліджень почуття гумору. Збірник наукових праць Національної академії Державної прикордонної служби України ім. Б. Хмельницького. Психологічні науки. 2011. № 58. С. 97-100.
4. Бабаджанова А. Н. Соціокультурні та індивідуальні особливості розвитку почуття гумору у старшокласників: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія» / А. Н. Бабаджанова - Хмельницький, 2012. - 16 с.
5. Василевська О.І., Дворніченко Л.Л. Особливості використання гумору у консультативній взаємодії. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. Серія Психологічні науки. 2018. Вип.5 С. 160-166.
6. Воробйова Т. Диференціація компонентів креативної компетентності молодших школярів. Психолого-педагогічні проблеми сільської школи: зб. наук. праць УПДПУ ім. П. Тичини. 2012. Вип. 43 (2). С. 113-118.
7. Дімітрова-Бурлаєнко С.Д. Генеза поняття «креативна компетентність» у контексті психолого-педагогічних досліджень. *Педагогіка та психологія: збірник наукових праць*. Харків, 2017. Вип. 58. С. 3-14
8. Дубініна О. С. Використання гумору у педагогічній діяльності. Вісник НТУУ «КПІ». Філософія. Психологія. Педагогіка. 2012. Вип. 1. С. 90-93.
9. Дунаєва О. М. Інтерактивна технологія формування педагогічної креативності. Психолого-педагогічні проблеми сільської школи: зб. наук. праць УПДПУ ім. П. Тичини. 2007. Вип. 19. С. 138-143

10. Дуткевич Т.В. Гендерні особливості соціальної креативності майбутніх магістрів педагогічних спеціальностей. *Науковий часопис НПУ імені М.П.Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки*. Вип.15(60). 2021. С.47-57.

11. Журавель О.Д. Теоретичний аналіз проблеми взаємозв'язку креативності особистості та дивергентного мислення. *Гуманітарний корпус: [збірник наукових статей з актуальних проблем філософії, психології, педагогіки та історії]* - Випуск 1 / Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова; ГО «Академія розвитку психологічної науки і практики» / упорядники: Кучеренко Є.В., Русаков С.С. Київ : Фенікс, 2014. С.52-58.

12. Журавлева М. А. Арт-терапія як засіб подолання тривожності підлітків. *Практична психологія та соціальна робота* - 2014. - № 8. - С. 28-30.

13. Зайва О. О. Почуття гумору як проміжний етап на шляху вибору стратегії психологічного подолання. *Зб. наук. пр. ін-ту психології ім. Г. С. Костюка АПН України. Проблеми загальної та педагогічної психології*. 2003. Т. 5, ч. 6. С. 102-107.

14. Зайва О. О. Обґрунтування притаманності почуттю гумору потенціалу психологічного подолання / О. О. Зайва // *Вісник Дніпропетровського університету. Педагогіка та психологія*. - Дніпропетровськ, 2003. - Вип. 9. - С. 23-29.

15. Зайва О. О. Особливості використання почуття гумору як ресурсу психологічного подолання: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.01 «Історія психології, загальна психологія» / О. О. Зайва Харків, 2006 - 19 с.

16. Зеленянська Л.А. Роль гумору у формуванні особистості. *Світ науки, культури, освіти*. 2013. № 3 (40). С. 226-228.

17. Зімовін О.І. Рефлексія та креативність як чинники саморозвитку особистості. *Проблеми сучасної психології: збірник наукових праць Кам'янець-Подільського університету імені Івана Огієнка, Інституту психології імені*

Г.С.Костюка НАПН України. 2016. Вип. 32. С.138-153.

18. Калошин В. Ф. Вплив емоцій на ефективність навчального процесу (теорія та практика) / В. Ф. Калошин, О. О. Безносок, Ю. П. Лемешко // Практична психологія та соціальна робота - 2006. - № 1. - С. 70-74.

19. Калошин В. Ф. Про посмішку: від А до Я. (самий простий спосіб психічної саморегуляції) / В. Ф. Калошин // Практична психологія та соціальна робота - 2009. - № 11. - С. 77-80.

20. Кириченко Р. В. Особливості розвитку креативності майбутніх педагогів. Актуальні проблеми психології: збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка. К.: ДП «Інформаційно-аналітичне агентство», 2013. Том X: Психологія навчання. Генетична психологія. Медична психологія. Вип. 25. С. 185-193

21. Кисельов К.С. Вербальна та образна креативність у структурі майбутньої професійної діяльності вчителя початкової школи. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. Серія Психологічні науки. 2018. Вип. 2, Т.2. С.46-50

22. Корнієнко І. О. Проблема опанування в ситуації високої тривожності / Корнієнко Інокентій Олексійович. // Науковий вісник Мукачівського державного університету. Серія «Педагогіка та психологія» - 2015. - Вип. 1 (1). - С. 147-152.

23. Максименко С.Д. Генеза здійснення особистості. Київ: Видавництво ТОВ «КММ», 2006. 240 с.

24. Матвієнко Л. І., Пилипенко О. О., Шокота В. В. Особливості почуття гумору студентської молоді в умовах стресу. Психологія особистості. 2022. Вип. 36. С. 189-194

25. Мешко Г. М. Емоційне благополуччя учнів у сучасній школі: бажане і реальне / Г. М. Мешко, О. І. Мешко // Практична психологія та соціальна робота - 2008. - № 4. - С. 11-16.

26. Мудрак І. А. Психологічні особливості прояву тривожності депривованих підлітків в умовах пенітенціарного закладу: автореф. дис. на

здобуття ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія» / Мудрак Ігор Аркадійович - К., 2014 - 20 с.

27. Носенко Е.Л., Опихайло О.Б. Почуття гумору як ознака доброчинності особистості та емоційна сила її характеру: монографія. Київ: Вид-во «Освіта України», 2016. 189 с.

28. Носенко Е. Л. Стилi та форми прояву гумору як гіпотетичні аспекти імпліцитної діагностики психічного здоров'я / Е. Л. Носенко, О. Б. Харченко // Проблеми сучасної психології: Збірник наук. праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України / за ред. С. Д. Максименка, Л. А. Онуфрієвої. - Вип.10. - Кам'янець-Подільський: Аксіома, 2010. - С.501-514.

29. Павлова Л. В. Гумор в аудиторії: використання та різноманітність форм / Л. В. Павлова, О. А. Сергєєва // Наукові записки кафедри педагогіки. - 2014. - Вип. 35. - С. 136-142. - Режим доступу: [Іїр://пб^V.доV.^a/^-](http://pib.vpu.lviv.ua/) рсПЖ/Кр 2014 35 20.рсП1'

30. Психологічна енциклопедія / авт.-упорядник О.Степанов. Київ: Академвидав, 2006. 424 с.

31. Словник української мови: в 11 томах. Том 2 К., 1971. С. 194.

32. Сурмяк Ю.Р. Кудрик Л.Г. Розвиток креативності учнів у навчально-виховному процесі. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ*. Серія психологічна. 2017. № 1. С. 106-114.

33. Теслюк В.М., Теслюк В.В., Чеберяко А.В. Гумор у психічному житті людини. *Вісник Національного університету оборони України*. 2020. № 1(54). С.167-172.

34. Шпортун О.М., Крупельницька Л.Ф. Особливості прояву почуття гумору в осіб різних типів темпераменту. *Технології розвитку інтелекту*. 2016. Т.2. Вип 4. С. 34-44.

35. Щотка О., Андрєєва Я. Можливості і обмеження використання гумору персоналом освітніх організацій для опанування робочим стресом. *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 2021. № 2-3 (23) С.100-107.

36. Barron F. Creativity, intelligence and personality. *Ann. Rev. of Psychol.* 1981. V.32. P. 439–476.
37. Dudek S.Z., Strobel M.G., Runco M.A. Cumulative and proximal influence on the social environment and children's creative potential. *Journal of Genetic Psychology.* 1993. V.154. P.487-499.
38. Hilgard E.R., Edgren R.D., Irvine R.P. Errors in transfer following learning with understanding: further studies with Katona's cardtrick experiments. *Journal exper. Psychology.* 1954. V.47. P.457-464.
39. Kostik M.M. A study of transfer: sex differences in the reasoning process. *Journal education Psychology.* 1954. V.45. P.449-458.
40. Sweeney E.J. Sex differences in problem solving. Stanford Univ., Dept. Psychol., Tech. Rep., № 1. Dec.1. 1953.

ДОДАТКИ

Додаток А. Діагностика особистісної креативності (Є.Є. Тунік)

Вступні зауваження. Ця методика дозволяє визначити чотири особливості творчої особистості: допитливість (Д); уяву (У); складність (С) і схильність до ризику (Р). Незважаючи на її адресність юнацькому віку, вона не втрачає своєї прогностичності і в зрілому віці.

Мета: Визначення особливостей творчої особистості.

Оснащення. Опитувач, бланк відповідей (таблиця).

Послідовність роботи. Дослідження може бути проведено як індивідуально, так і в колективі. Експериментатор пропонує респондентам відповісти на висловлювання відповідно до інструкції, що розміщена в опитувачі. На кожне висловлювання існує 4 варіанти відповіді.

Проведення діагностики

Опитувач

Інструкція. Це завдання допоможе вам з'ясувати, наскільки творчою особистістю ви себе вважаєте. Серед наступних коротких речень ви знайдете такі, які дійсно підходять вам краще, ніж інші. Їх необхідно помітити позначкою "Х" в колонці "*в основному вірно (так)*". Деякі речення підходять вам лише частково, їх потрібно помітити позначкою "Х" в колонці "*частково вірно.*" Інші висловлювання не підійдуть вам зовсім, їх потрібно помітити позначкою "Х" в колонці "*ні*". Ті висловлювання, відносно яких ви не можете дійти до рішення, потрібно помітити позначкою "Х" в колонці "*не можу вирішити*".

Робіть позначки до кожного речення і не замислюйтесь довго. Тут нема вірних або невірних відповідей. Відмічайте перше, що приходить вам у голову, коли читаєте речення. Це завдання не обмежене в часі, але працюйте якомога швидше. Пам'ятайте, що коли даєте відповіді до кожного речення, ви повинні відмічати те, що дійсно відчуваєте. Ставте позначку "Х" в ту колонку, яка більше всього підходить вам. На кожне питання вибирайте тільки одну відповідь.

1. Якщо я не знаю вірної відповіді, то намагаюся здогадатись про неї.
2. Мені подобається розглядати предмет ретельно і детально, щоб виявити деталі, яких не бачив раніше
3. Як правило, я запитую, якщо чогось не знаю.
4. Мені не подобається планувати справи заздалегідь.
5. Перед тим, як грати у нову гру, я повинен переконатися, що зможу виграти.
6. Мені подобається уявляти собі те, що мені потрібно буде взяти або зробити.
7. Якщо щось не вдається з першого разу, я буду працювати до тих пір, поки не зроблю це.
8. Я ніколи не виберу гру, з якою інші не знайомі.

9. Краще я буду робити все звичайно, ніж шукати нові способи.
10. Мені подобається вияснити, чи так все насправді.
11. Мені подобається займатись чим-небудь новим.
12. Я люблю заводити нових друзів.
13. Мені подобається думати про те, чого зі мною ніколи не відбувалось.
14. Як правило, я не витрачаю часу на мрії про те, що колись стану відомим актором, музикантом, поетом.
15. Деякі мої ідеї так захоплюють мене, що я забуваю про все на світі.
16. Мені більше подобалося б працювати на космічній станції, ніж тут, на Землі.
17. Я нервуюсь, якщо не знаю, що відбудеться далі.
18. Мені подобається те, що незвичайне.
19. Я часто намагаюсь уявити собі те, про що думають інші люди.
20. Мені подобаються розповіді або телевізійні передачі про події, які відбулися в минулому.
21. Мені подобається обговорювати мої ідеї в компанії друзів.
22. Як правило, я зберігаю спокій, коли щось роблю не так або помиляюсь.
23. Коли я виросту, мені б хотілося зробити або звершити щось таке, що ніколи не вдавалося до мене.
24. Я вибираю друзів, які завжди роблять все звичайним способом.
25. Багато правил, що існують, мене, як правило, не влаштовують.
26. Мені подобається вирішувати навіть таку проблему, яка не має вірної відповіді.
27. Існує багато речей, з якими мені б хотілося проекспериментувати.
28. Як правило, я запитую, якщо чогось не знаю.
29. Мені не подобається планувати справи заздалегідь.
30. Перед тим, як грати у нову гру, я повинен переконатися, що зможу виграти.
31. Мені подобається уявляти собі те, що мені потрібно буде взяти або зробити.
32. Якщо щось не вдається з першого разу, я буду працювати до тих пір, поки не зроблю це.
33. Я ніколи не виберу гру, з якою інші не знайомі.
34. Краще я буду робити все звичайно, ніж шукати нові способи.
35. Мені подобається вияснити, чи так все насправді.
36. Мені подобається займатись чим-небудь новим.
37. Я люблю заводити нових друзів.
38. Мені подобається думати про те, чого зі мною ніколи не відбувалось.
39. Як правило, я не витрачаю часу на мрії про те, що колись стану відомим актором, музикантом, поетом.
40. Деякі мої ідеї так захоплюють мене, що я забуваю про все на світі.
41. Мені більше подобалося б працювати на космічній станції, ніж тут, на Землі.
42. Я нервуюсь, якщо не знаю, що відбудеться далі.

43. Мені подобається те, що незвичайне.
44. Я часто намагаюсь уявити собі те, про що думають інші люди.
45. Мені подобаються розповіді або телевізійні передачі про події, які відбулися в минулому.
46. Мені подобається обговорювати мої ідеї в компанії друзів.
47. Як правило, я зберігаю спокій, коли щось роблю не так або помиляюсь.
48. Коли я виросту, мені б хотілося зробити або звершити щось таке, що ніколи не вдавалося до мене.
49. Я вибираю друзів, які завжди роблять все звичайним способом.
50. Багато правил, що існують, мене, як правило, не влаштовують.
51. Мені подобається вирішувати навіть таку проблему, яка не має вірної відповіді.
52. Існує багато речей, з якими мені б хотілося проекспериментувати.
53. У мене є багато цікавих справ як на роботі (у навчальному закладі), так і вдома.

Обробка даних

При оцінці даних опитувача використовуються чотири фактори, які тісно корелюються з творчими проявами особистості. Вони включають: **Допитливість (Д)**, **Уяву (У)**, **Складність (С)** і **схильність до Ризику (Р)**. Ми одержуємо чотири “сирих” показники по кожному фактору, а також загальний сумарний показник.

При обробці даних використовується або шаблон, який можна накладати на бланк відповідей тесту, або співставлення відповідей тих, хто тестувався, з ключем у звичайній формі.

Схильність до Ризику (відповіді, що оцінюються 2 балами):

А) позитивні відповіді: 1, 21, 25, 35, 36, 43, 44.

Б) негативні відповіді: 5, 8, 22, 29, 32, 34.

В) всі відповіді на ці запитання у формі “може бути” оцінюються в +1 бал.

Г) всі відповіді “не знаю” на ці запитання оцінюються в –1 бал і віднімаються від загальної кількості.

Допитливість (відповіді, що оцінюються 2 балами):

А) позитивні відповіді: 2, 3, 11, 12, 19, 27, 33, 37, 38, 47, 49.

Б) негативні відповіді: 28.

В) всі відповіді “може бути” оцінюються в +1 бал.

Г) всі відповіді “не знаю” оцінюються в –1 бал.

Складність (відповіді, що оцінюються 2 балами):

А) позитивні відповіді: 7, 15, 18, 26, 42, 50.

Б) негативні відповіді: 4, 9, 10, 17, 24, 41, 48.

В) всі відповіді на ці запитання у формі “може бути” оцінюються в +1 бал.

Г) всі відповіді “не знаю” оцінюються в –1 бал.

Уява (відповіді, що оцінюються 2 балами):

А) позитивні відповіді: 6, 13, 16, 23, 30, 31, 40, 45, 46.

Б) негативні відповіді: 14, 20, 39.

В) всі відповіді “може бути” оцінюються в +1 бал.

Г) всі відповіді “не знаю” оцінюються в –1 бал.

У даному випадку визначення кожного з чотирьох факторів креативності особистості здійснюється на базі позитивних і негативних відповідей, що оцінюються 2-ма балами, частково, що співпадають з ключем (у формі “може бути”), оцінюються в 1 бал, і відповіді “не знаю” оцінюються в – 1 бал. Використання цієї оцінюючої шкали дає право “показати” недостатньо творчу, нерішучу особистість.

Цей опитувач розроблений для того, щоб оцінити, в якій мірі здатними на ризик (Р), допитливими (Д), що володіють уявою (У) і віддають перевагу складним ідеям (С), вважають себе ті, що проходять тест. З 50 пунктів 12 тверджень відносяться до допитливості, 12 – до уяви, 13 – до здатності йти на ризик, 13 – до фактора складності. Якщо усі відповіді співпадають з ключем, то сумарний “сирий” бал може дорівнювати 100, якщо не відмічені пункти “не знаю”.

Кінцева кількісна вираженість того або іншого фактора визначається шляхом складання всіх відповідей, які співпадають з ключем, і відповідей “може бути” (+1 бал) і відніманням з цієї суми всіх відповідей “не знаю” (–1 бал).

Чим вища “сира” оцінка людини, яка відчуває позитивні почуття по відношенню до себе, тим більш творчою особистістю, допитливою, з уявою, здатна піти на ризик і розібратися в складних проблемах вона є; всі вищеописані особистісні фактори тісно пов’язані з творчими здібностями. Можуть бути одержані оцінки по кожному фактору тесту окремо, а також сумарна оцінка. Оцінка по факторах і сумарна оцінка краще демонструє сильні (висока “сира” оцінка) і слабкі (низька “сира” оцінка) сторони особистості. Оцінка окремого фактора і сумарний “сирий” бал можуть бути згодом переведені в стандартні бали і відмічені на індивідуальному профілі особистості.

Додаток Б. Опитувальник стилів гумору Р. Мартіна

Інструкція. Опитувальник містить 32 твердження, які треба оцінити від 1 до 7, де 1 – цілком не згоден, 7 – цілком згоден.

1. Я не схильний постійно жартувати та сміятися з іншими людьми.
2. Зазвичай, коли я один і почуваюся пригніченим, гумор піднімає мені настрій.
3. Якщо хтось припускається помилки, я часто жартую над цим.
4. Я дозволяю людям сміятися, жартувати над собою більше, ніж варто було б.
5. Мені неважко розсмішити інших - мені здається, у мене від природи гарне почуття гумору.
6. Коли я пригнічений, мене не смішать безглуздя життя.

7. Мій гумор ніколи не ображає та не зачіпає інших людей.
8. Я можу захопитися самокритикою чи приниженням самого себе, якщо це смішить мою сім'ю чи друзів.
9. Мені рідко вдається розсмішити людей, коли розповідаю смішні історії.
10. Якщо я засмучений або почуваюся нещасним, я намагаюся знайти щось смішне в ситуації, щоб відчувати себе краще.
11. Коли я жартую чи розповідаю щось смішне, мене мало хвилює, чи це скривдить когось..
12. Я часто намагаюся привернути до себе людей, сподобатися їм, розповідаючи щось смішне про свої слабкості, промахи чи невдачі.
13. Близькі друзі вважають, що я багато жартую і сміюся.
14. Якщо я засмучений чимось, моє почуття гумору допомагає мені не впадати у відчай.
15. Мені не подобається, коли хтось використовує гумор з метою критики чи приниження інших.
16. Я не схильний жартувати з себе, роблячи себе об'єктом гумору.
17. Зазвичай мені не подобається розповідати анекдоти та розважати людей.
18. Якщо я один і почуваюся нещасним, я намагаюся подумати про щось смішне, щоб підняти собі настрій.
19. Якщо мені спадає на думку щось дотепне, я не можу стриматися і не розповісти, навіть якщо це когось образить.
20. Я часто перегинаю палицю, іронізуючи над собою, щоб розсмішити оточуючих.
21. Мені приносить задоволення веселити інших.
22. Мені важко зберігати почуття гумору, якщо я засмучений чи мені сумно.
23. Я ніколи не сміюся з інших, навіть якщо всі мої друзі роблять це.
24. У компанії друзів або в колі сім'ї з мене часто жартують.
25. У компанії друзів я жартую рідше, ніж інші.
26. Навіть якщо знайти щось смішне в ситуації, труднощів це не позбавить.
27. Якщо мені хтось не подобається, я часто жартую або кепкую над цією людиною.
28. Я використовую свої життєві проблеми та слабкості для того, щоб порадувати інших.
29. Зазвичай у присутності інших людей я можу придумати набагато дотепніші речі, ніж інші.
30. Мені не завжди потрібна компанія для того, щоб розвеселитися - я знайду над чим посміятися, навіть самотньо.
31. Навіть якщо щось здається мені дуже смішним, я не буду сміятися або жартувати з цього приводу, якщо це когось образить..
32. Дозволяти іншим сміятися з мене – мій спосіб підтримувати друзів і сім'ю в хорошому настрої.

Обчислення результатів

Варіант відповіді	Прямі питання	Обернені питання
Цілком згоден	1 бал	7 балів

Не згоден	2 бала	6 балів
Швидше не згоден	3 бала	5 балів
Не можу визначити	4 балла	
Швидше згоден	5 балів	3 бали
згоден	6 балів	2 бали
Цілком згоден	7 балів	1 бал

Розподіл питань за шкалами

Шкала	Прямі питання	Обернені питання
Аффіліативний гумор	1, 5, 9, 13, 21, 25, 29	17
Самоподтримуючий	2, 10, 14, 18, 30	6, 22, 26
Агресивний	3, 11, 19, 27	7, 15, 23, 31
Самопринижувальний	4, 8, 12, 20, 24, 28, 32	16