

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ / GENERAL PSYCHOLOGY

Научная статья / Research Article

<https://doi.org/10.11621/TEP-24-20>

УДК/UDC 159.9.072

Взаимосвязь юмора и ресурсности мышления как основа автокреационных процессов

М.М. Кашапов ✉

Ярославский государственный университет им. П.Г. Демидова, Ярославль, Российская Федерация

✉ smk007@bk.ru

Резюме

Актуальность. Значимость изучения ресурсного мышления обусловлена его важной ролью в организации и успешном осуществлении различных видов деятельности. Исследование взаимосвязи юмора и ресурсности мышления способствует определению способов поиска ресурсов для более эффективного разрешения субъектом затруднений, возникающих в процессе его жизнедеятельности.

Цель. Исследование взаимосвязи стиля юмора и ресурсности мышления.

Выборка. Выборка исследования (N = 150) включала студентов-психологов старших курсов (50 человек), старшеклассников профильных классов (социально-гуманитарный, гуманитарный и др.) (50 человек), работающих людей в возрасте 30–45 лет (50 человек).

Методы. «Опросник стилей юмора Мартина» и «Методика диагностики ресурсности мышления» (для профессий социномического типа) И.В. Серафимович, Е.А. Медведевой, Н.В. Суриной. Для обработки количественных данных использовались коэффициент корреляции Пирсона, параметрический t-критерий Стьюдента.

Результаты. Исследование показало, что у студентов и взрослых преобладает самоподдерживающий стиль юмора, который у школьников проявляется минимально. Установлены значимые различия по показателям самоуничижительного юмора: у студентов они значимо выше, чем у взрослых. Обнаружены возрастные особенности в развитии ресурсности мышления: у взрослых ее общий уровень, а также показатель мотивационно-целевого компонента значимо выше, чем у школьников. Показано, что самоподдерживающий стиль юмора положительно коррелирует, а самоуничижительный стиль юмора отрицательно коррелирует практически со всеми компонентами ресурсности мышления. Установлено, что самоподдерживающий стиль юмора и общий уровень ресурсности мышления положительно взаимосвязаны между собой, агрессивный и самоуничижительный стили юмора связаны с общей ресурсностью мышления отрицательно.

Выводы. Впервые показана взаимосвязь юмора и ресурсности мышления как основа автокреационных процессов, т.е. процессов самообразования новых



состояний. Существует значимая взаимосвязь между преобладающим стилем юмора и уровнем ресурсности мышления. Высокому уровню ресурсности мышления соответствует самоподдерживающий стиль юмора, низкому уровню ресурсности мышления — самоуничижительный стиль юмора.

Ключевые слова: юмор, ресурсность, мышление, процессы, эмоции, состояния

Финансирование. Исследование выполнено при финансовой поддержке Российского научного фонда (РНФ), проект № 24-28-00518 «Ресурсные предикторы структурно-уровневой организации конфликтной компетентности» (<https://rscf.ru/project/24-28-00518/>).

Благодарности. Автор благодарит за помощь в сборе данных для исследования магистранта факультета психологии ЯрГУ им. П.Г. Демидова Алину Андреевну Милову.

Для цитирования: Кашапов, М.М. (2024). Взаимосвязь юмора и ресурсности мышления как основа автокреационных процессов. *Теоретическая и экспериментальная психология*, 17(2), 181–199. <https://doi.org/10.11621/TEP-24-20>

Interrelations between humor and resource-based thinking as the ground for autocreative processes

Mergalyas M. Kashapov ✉

P.G. Demidov Yaroslavl State University, Yaroslavl, Russian Federation

✉ smk007@bk.ru

Abstract

Background. The significance of studying resource-based thinking is due to its important role in the organization and successful implementation of various types of activities. The study of the relationship between humor and resourcefulness of thinking can provide the ways to find resources for a subject to more effectively resolve the difficulties arising in the course of his life activities.

Objective. The study had its purpose to investigate the interrelation between humor style and resourcefulness of thinking.

Study Participants. The study sample (N = 150) included senior psychology students (50 people), high school students profiled in social science, humanities, etc. (50 people), working people aged 30–45 years (50 people).

Methods. “Martin’s questionnaire of humor styles” and “Methodology for diagnosing the resource-based thinking” (for professions of a socioeconomic type) by Serafimovich, Medvedeva, Surina. The Pearson correlation coefficient and the Student’s parametric t-test were used to process quantitative data.

Results. The study revealed that a self-supporting style of humor is prevailing among students and adults, while minimally manifested among schoolchildren. Significant differences were found in the indicators of self-deprecating humor: they are significantly higher among students compared to adults. The study discovered some age-related specifics in the development of resource-based thinking: in adults, its general

level as well as the motivational-goal component is significantly higher than in school-children. It has been shown that self-supporting style of humor is positively correlated and self-deprecating style of humor is negatively correlated with almost all components of resource-based thinking. Besides, the self-supporting style of humor and the general level of resource-based thinking are positively interrelated, while aggressive and self-deprecating styles of humor are negatively related to the general level of resource-based thinking.

Conclusions. For the first time, the relationship between humor and resourcefulness of thinking is shown as the ground for autocreative processes, i.e. processes of self-formation of new states. There exists a significant relationship between the prevailing style of humor and the level of resource-based thinking. A high level of resource-based thinking corresponds to the self-supporting style of humor, while its low level corresponds to the self-deprecating style of humor.

Keywords: humor, resource-based thinking, processes, emotions, states

Funding. The research was supported by the Russian Science Foundation, Project No. 24-28-00518, <https://rscf.ru/project/24-28-00518/> “Resource predictors of the structural-level organization of conflict competence”.

Acknowledgements. The author thanks Alina Andreevna Milova, a graduate student of the Faculty of Psychology, Yaroslavl State University, for her help in collecting data for the study.

For citation: Khashapov, M.M. (2024). Interrelations between humor and resource-based thinking as the ground for autocreative processes. *Theoretical and Experimental Psychology*, 17(2), 181–199. <https://doi.org/10.11621/TEP-24-20>

Введение

В современном мире межличностные отношения зачастую характеризуются высоким уровнем напряженности, особенно в условиях конфликтного взаимодействия. Трудности, возникающие в совместной деятельности, становятся трамплином к новым творческим достижениям тогда, когда происходит объединение субъектов. В этом случае успешно действующие люди становятся творчески мыслящими и чувствующими профессионалами. Единомышленники часто являются и «единочувственниками» и, благодаря своим эмпатийно-креативным состояниям, способны к пониманию и сочувствию другому, к сглаживанию острых углов конфликтного взаимодействия посредством проявления чувства юмора (Кашапов и др., 2018). Они умеют свои негативные эмоции трансформировать в позитивные состояния.

Такая трансформация обусловлена тем, что человек реагирует не на реально происходящие события, а на свой образ данной ситуации. Опосредованное отображение в сознании человека событий проявляется в репрезентации, которая, как утверждает М.А. Холодная, служит особой формой организации ментального опыта в виде индивидуального умозрения, — это то, как человек мысленно видит в данный момент времени конкретное событие (Холодная, 2022).

Событие, обуславливающее возникновение состояния творческого единочувствования, объединяет в себе две стороны осмысления происходящего: дискретную и процессуальную. Дискретность подразумевает понимание события как конкретного (узлового) момента жизни, точку на временной оси, означенную семантическими границами его непосредственного осуществления. Процессуальность обозначает границы события в динамическом плане более объемно, включает предшествующие событию причинно-следственные фрагменты жизни, подготавливающие возникновение данного события, а также последствия события, которые могут носить пролонгированный характер и описывают, характеризуют целе-операциональные ориентиры. Если причинно-следственные ориентиры, как утверждает Р.А. Ахмеров, свидетельствуют о динамике события в ретроспективном аспекте, то целе-операциональные показатели имеют прогностическое содержание (Ахмеров, 2015).

Субъективное отражение человеком конструктивной роли узловых (знаковых) событий в его жизнедеятельности характеризуется актуализацией новых ресурсов, реализация которых обеспечивается фасилитационной функцией, способствующей высвобождению творческого потенциала. Кроме фасилитационной функции реализации ресурсности, в ходе трансформирования негативных состояний в позитивные выделяется и ингибиторная. Она тормозит, задерживает проявление некоторых состояний, которые проживает субъект.

Осуществление такой трансформации характеризуется преобразованием системы ценностей (сменой устаревших на новые, современные; иррациональных на рациональные) и может обеспечиваться чувством юмора, выступающим особым фильтром, отражающим разнообразные события жизни. Это чувство является зрелым защитным механизмом, позволяющим эффективно приспосабливаться к ситуациям окружающей действительности, адекватно снимать напряженность в различных ситуациях, положительно влиять на взаимодействие с другими людьми и способствовать «автотворению». Эмоции обуславливают синергетический эффект: возникают автокреационные процессы, то есть «процессы самообразования новых состояний» (Серёжникова, 2013).

Автокреационный процесс — это когнитивный процесс познания и самообразования новых ресурсных состояний благодаря личностным и профессиональным механизмам социализации и профессионализации субъекта. Данный процесс функционирует посредством спиралевидного усиления последующего уровня ресурсности мышления когнитивными функциями предыдущего уровня. Спиралевидное развитие когнитивных ресурсов характеризуется восходящими потоками, несущими востребованные новообразования, а также наращиванием творческого потенциала. Благодаря позитивным стилям юмора, выполняющим фасилитационную функцию, происходит кристаллизация опыта, в который интегрируются когнитивные ресурсы, успешно влияющие на повышение эффективности выполняемой деятельности. Степень востребованности определенного когнитивного ресурса зависит от того, насколько вероятным кажется преобразование ситуации в позитивное, конструктивное событие. Ресурсный предиктор

является независимой переменной, влияющей на переменную величину (отклик), и учитывается при прогнозе ее будущего значения. Данный вид предиктора характеризуется инновационной направленностью, т.е. имеет своей целью создание нового продукта, осуществляемое в несколько этапов: рождение новой идеи; разработка технологии реализации идеи; корректировка реализованных идей; совершенствование или устранение сырых идей. Ресурсные предикторы автокреационных процессов являются эффективными предикторами функционального прогресса при разрешении затруднений, возникающих в выполняемой деятельности. Эффективность предиктора определяется глубиной понимания наличия собственных и привлекаемых ресурсов и точностью их оценки.

Ресурсные предикторы автокреационных процессов способствуют адекватному и заблаговременному выявлению причин и движущих сил конфликтного противоборства, личностных особенностей конфликтующих субъектов, что позволяет спрогнозировать стратегии и возможные приемы воздействия, а также обеспечивает учет предпосылок для поэтапной оценки успешности коммуникации. Следует отметить, что именно чувство юмора способствует профилактике конфликтов во взаимодействии. Ресурсность предикторов как средств прогнозирования, указывающих на возможность появления какого-либо события, заключается в осознании имеющихся возможностей для достижения намеченной цели. А в случае недостаточности имеющихся ресурсов осуществляется прогнозирование средств приобретения новых ресурсов.

Важную роль в эффективной реализации автокреационных процессов играют юмор и ресурсность мышления, исследованию взаимодействия которых и посвящена данная работа, ибо формирование полисубъектной общности способствует профилактике межличностных конфликтов (Митина, 2019).

Ресурсность мышления понимается нами как многоуровневая и динамическая система мыслительных процессов, состояний и свойств, которые являются инструментами инициации и поддержания творческой активности, направленной на осознанное выдвижение и достижение целей личностного развития и профессионального становления в контексте конструктивного противостояния ингибиторному, негативному воздействию внутренних и внешних факторов. Особый интерес представляет исследование взаимосвязи юмора и ресурсности мышления в контексте влияния возрастного фактора. Поэтому в выборке представлены три группы испытуемых, различающиеся по возрасту (старшеклассники, студенты, взрослые).

Цель исследования

Выявить взаимосвязи стилей юмора и ресурсности мышления.

Задачи

1. Определить преобладающий стиль юмора у студентов, школьников и взрослых.

2. Установить уровень ресурсного мышления у студентов, школьников и взрослых.
3. Выявить особенности взаимосвязи стилей юмора и ресурсности мышления.

Основная гипотеза

Существует взаимосвязь между ресурсностью мышления и стилями юмора.

Рабочие гипотезы

1. Существует взаимосвязь между уровнем ресурсности мышления и уровнем самоподдерживающего стиля юмора. Чем выше уровень ресурсности мышления, тем выше уровень самоподдерживающего стиля юмора.

2. Существует обратная связь между уровнем ресурсности мышления и уровнем самоуничижительного стиля юмора. Чем выше уровень ресурсности мышления, тем ниже уровень самоуничижительного юмора.

Методы исследования

«Опросник стилей юмора Мартина» разработан Родом Мартином и Патришей Дорис в 2001 году. Методика предназначена для диагностики предпочтительного использования разных видов или стилей юмора, различающихся по своей адаптивности и направленности. Авторы опросника выделяют четыре стиля чувства юмора: аффилиативный, самоподдерживающий, агрессивный, самоуничижительный. Русскоязычная адаптация опросника проведена в 2013 году группой авторов (Иванова и др., 2013).

«Методика диагностики ресурсности мышления» (для профессий социомического типа) разработана И.В. Серафимович, Е.А. Медведевой и Н.В. Суриной (Кашапов, 2021). Она включает в себя 176 вопросов, измеряет общий уровень ресурсности мышления, рассчитываемый как сумма баллов по 5 шкалам, соответствующим различным компонентам ресурсности мышления:

1. Эмоционально-креативный — этот показатель отражает внутренний ресурс человека, особенности влияния его эмоциональной сферы и уровня креативности на профессиональную деятельность. Креативность включает в себя генерацию, реализацию оригинальных идей и решение нестандартных задач.

Любая деятельность, в том числе и профессиональная, связана с эмоциональной сферой человека. Роль эмоций в профессиональной деятельности выражается во влиянии на успешность процесса и достижение результата. Эмоции и чувства являются побудителями познавательного процесса, что положительно сказывается на самоактуализации в контексте профессионального и личностного развития субъекта. Эмоции дают человеку не только возможность сформировать отношение к своей профессиональной деятельности, но и сформировать отношение к самому себе. Любая деятельность осуществляется через действия и сопровождается определенными эмоциями: положительными в случае успеха или отсутствия препятствий в реализации действия либо отрицательными — при наличии препятствий или в случае несовпадения ожидаемого и полученного результата.

2. Мотивационно-целевой — данная шкала оценивает наличие четко сформулированных, поставленных профессиональных целей и мотивацию их достижения и самосовершенствования.

Мотивация профессиональной деятельности, или профессиональная мотивация — это действие конкретных побуждений, которые обуславливают выбор профессии и продолжительное выполнение обязанностей, связанных с этой профессией, или совокупность внутренних и внешних движущих сил, побуждающих человека к трудовой деятельности и придающих этой деятельности направленность, ориентированную на достижение определенных целей.

3. Личностно-ценностный — показатель отражает личностную сферу человека, его индивидуальные характеристики, ценности, — то, что для него важно и необходимо как в повседневной жизни, так и в профессиональной. Это характеристики внутреннего мира человека, которые либо соответствуют его профессиональной деятельности, либо нет, и в зависимости от этого повышают или понижают его эффективность как профессионала.

Ценностные ориентации личности часто противопоставляются ценностям социальных групп и общества в целом, но именно они являются регулятором взаимоотношений человека с социальным окружением и его деятельностью. Таким образом, успех профессиональной деятельности зависит от того, какими именно социальными ценностями руководствуется человек и руководствуется ли он ими вообще. Эффективность профессиональной деятельности зависит от структуры ценностных ориентаций личности, которая включает в себя материальные или экономические, социальные и духовные ценности. В профессиональной деятельности всегда совершается ценностный выбор между профессионально-значимыми ценностями и личностно-значимыми.

4. Коммуникативный и конструктивно-конфликтный — шкала оценивает способность устанавливать контакт и общаться с другими людьми, уровень конфликтности и способность конструктивно разрешать возникшие конфликтные ситуации без ущерба для профессиональных отношений субъекта и эффективности его деятельности.

В процессе коммуникации возможно возникновение конфликта и его урегулирование. Причинами профессионального конфликта могут быть многие факторы, не только рабочие (недопонимание, расхождение во мнениях, невыполнение задачи др.), но и личные (настроение, здоровье, ценности и др.). Наиболее важно для эффективности профессиональной деятельности разрешить возникший конфликт конструктивными способами, такими как сотрудничество, уступка, совместное решение проблемы, привлечение авторитетного лица.

5. Когнитивно-рефлексивный — шкала оценивает развитость познавательных процессов, способность собирать, преобразовывать, структурировать информацию, а также способность к рефлексии.

Профессиональная рефлексия — это соотнесение себя, возможностей своего «Я» с тем, чего требует избранная (избираемая) профессия, в том числе —

с существующими представлениями о ней. Эти представления подвижны, они развиваются. Когнитивно-рефлексивный компонент ресурсности обеспечивает осмысление получаемых результатов, определение целей дальнейшей работы, корректировку профессионального пути. Чем более высокий уровень профессионализма, тем в большей мере рефлексивная составляющая определяет успешность профессионализации, но только в тех случаях, когда рефлексия упорядочена и организована.

Следует отметить, что преобладание одного или нескольких компонентов ресурсности мышления свидетельствует о том, в каких именно аспектах человек переосмысливает ситуацию, чтобы найти нужное решение проблемы, что именно для него является ресурсом.

Статистическая обработка эмпирических данных осуществлялась с применением коэффициента корреляции Пирсона и параметрического t-критерия Стьюдента. Проводилась проверка нормальности распределения.

Выборка

Общая выборка исследования составила 150 человек: студенты-психологи старших курсов (N = 50), старшеклассники, учащиеся профильных классов (социально-гуманитарный, гуманитарный и др.) (N = 50), работающие люди в возрасте 30–45 лет (N = 50) представители профессий социоэкономического типа (педагоги, психологи, юристы и др.). Подвыборки примерно уравниены по половому составу.

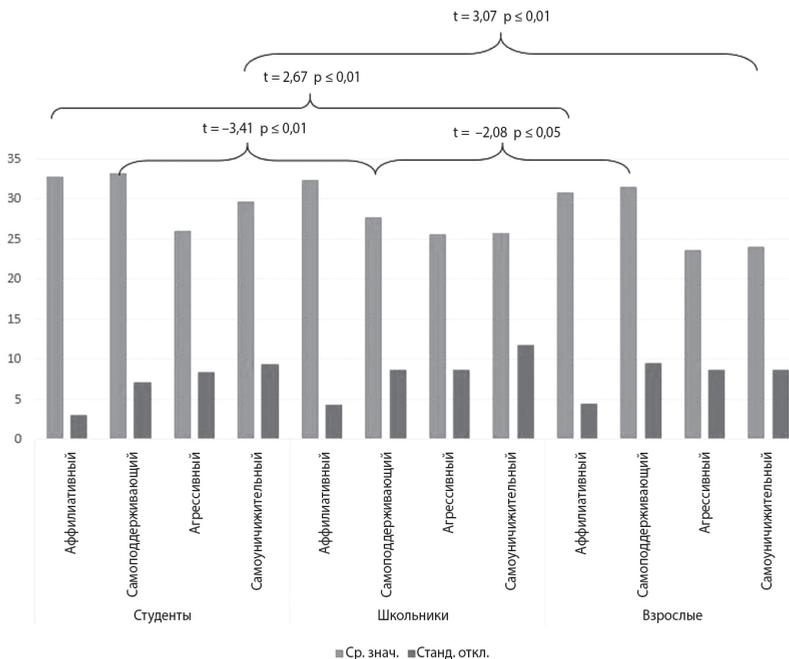


Рисунок 1
Усредненные показатели стилей юмора в разных возрастных группах

Результаты исследования

Анализ результатов, полученных с помощью методики «Опросник стилей юмора Мартина», позволил установить, что у взрослых преобладающим стилем юмора является самоподдерживающий; у школьников — самоуничижительный; у студентов в равной степени выражены самоподдерживающий и самоуничижительный стили, а также довольно высоки показатели агрессивного стиля юмора (Рисунок 1).

Выявлены значимые различия по показателю самоподдерживающего стиля юмора между школьниками и взрослыми ($t = -2,087$; $p \leq 0,05$): у школьников этот показатель низкий, а у взрослых — высокий. Значимые различия между студентами и взрослыми выявлены по показателям «аффилиативный юмор» ($t = 2,672$; $p \leq 0,01$) и «самоуничижительный юмор» ($t = 3,075$; $p \leq 0,01$). Эти стили юмора у взрослых выражены значимо ниже, чем у студентов.

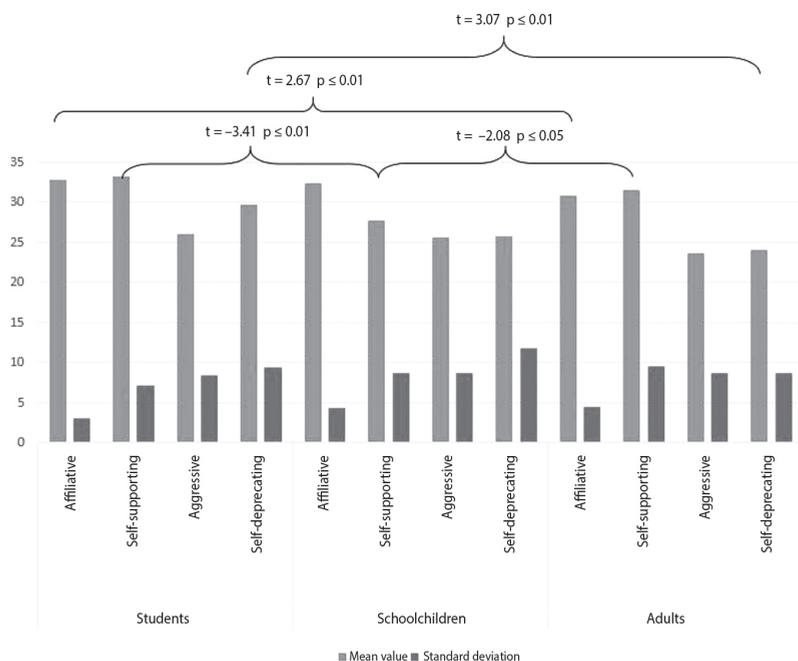


Figure 1
Mean values of the humor style indicators in different age groups

По «Методике диагностики ресурсности профессионального мышления» получены следующие результаты. У испытуемых установлен средний (у взрослых) и низкий (у школьников и студентов) уровень общей ресурсности мышления. Выявлены различия между школьниками и взрослыми по показателю мотивационно-целевого компонента ресурсности мышления ($t = -2,678$; $p \leq 0,01$) — данный компонент у взрослых выше, чем у школьников, и по общему показателю

ресурсности мышления ($t = -2,052$; $p \leq 0,05$) — ресурсность мышления также выше у взрослых (Рисунок 2).

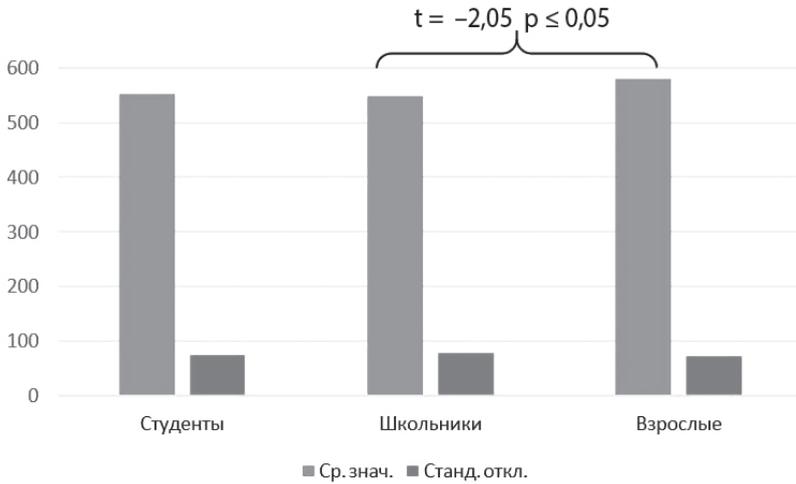


Рисунок 2
Усредненные показатели ресурсности мышления в разных возрастных группах

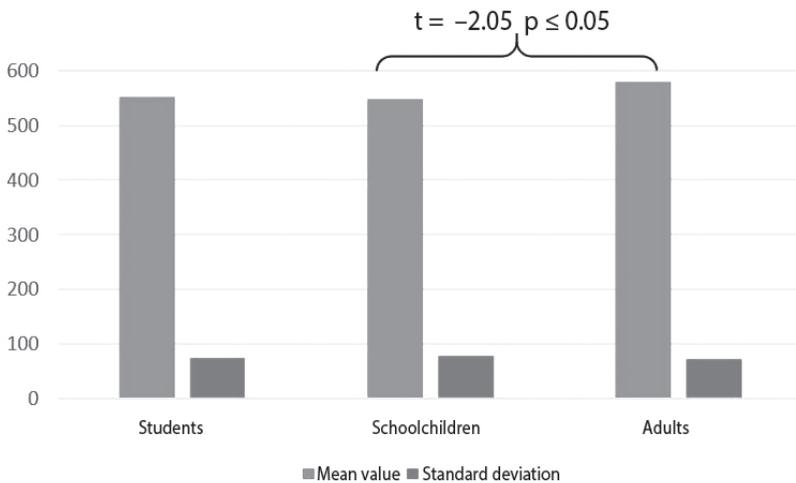


Figure 2
Mean values of the general levels of resourceful thinking in different age groups

Результаты анализа корреляций между стилями юмора и компонентами ресурсности мышления представлены в Таблице 1.

Таблица 1

Результаты корреляционного анализа между показателями стилей юмора и ресурсности мышления (коэффициент корреляции Пирсона)

Стили юмора	Ресурсность мышления					
	ЭКК	МЦК	ЛЦК	КиККК	КРК	ОП
По выборке в целом						
Аффилиативный	0,198*					
Самоподдерживающий	0,344**	0,236**	0,270**	0,340**	0,319**	0,339**
Агрессивный		-0,205*				
Самоуничжительный	-0,177*	-0,381**	-0,324**	-0,246**	-0,186*	-0,313**
Школьники						
Аффилиативный	0,352*		0,399**	0,346*	0,321*	0,362**
Самоподдерживающий	0,299*		0,299*	0,350*	0,298*	0,293*
Агрессивный		-0,300*				
Самоуничжительный		-0,392**	-0,412**		-0,297*	-0,334*
Студенты						
Аффилиативный						
Самоподдерживающий	0,343*	0,346*	0,345*	0,310*		0,370**
Агрессивный						
Самоуничжительный		-0,322*	-0,295*	-0,301*		-0,279*
Взрослые						
Аффилиативный		-0,285**				
Самоподдерживающий	0,375**			0,337*	0,413*	0,370**
Агрессивный						
Самоуничжительный		-0,376**				

* $p \leq 0,05$; ** $p \leq 0,01$;

ЭКК — Эмоционально-креативный компонент; МЦК — Мотивационно-целевой компонент; ЛЦК — Личностно-ценностный компонент; КиККК — Коммуникативный и конструктивно-конфликтный компонент; КРК — Когнитивно-рефлексивный компонент; ОП — Общий показатель ресурсности профессионального мышления

Table 1
Results of correlation analysis between indicators of humor styles and resource-based thinking
(Pearson coefficient)

Humor style	Resource-based thinking					
	ECC	MTC	PVC	C&CCC	CRC	General level
Total sample						
Affiliative	0.198*					
Self-supporting	0.344**	0.236**	0.270**	0.340**	0.319**	0.339**
Aggressive		-0.205*				
Self-deprecating	-0.177*	-0.381**	-0.324**	-0.246**	-0.186*	-0.313**
Schoolchildren						
Affiliative	0.352*		0.399**	0.346*	0.321*	0.362**
Self-supporting	0.299*		0.299*	0.350*	0.298*	0.293*
Aggressive		-0.300*				
Self-deprecating		-0.392**	-0.412**		-0.297*	-0.334*
Students						
Affiliative						
Self-supporting	0.343*	0.346*	0.345*	0.310*		0.370**
Aggressive						
Self-deprecating		-0.322*	-0.295*	-0.301*		-0.279*
Adults						
Affiliative		-0.285**				
Self-supporting	0.375**			0.337*	0.413*	0.370**
Aggressive						
Self-deprecating		-0.376**				

* $p \leq 0.05$; ** $p \leq 0.01$;

ECC — Emotional-creative component; MTC — Motivational-target component; PVC — Personal-value component; C&CCC — Communicative and constructive-conflict component; CRC — Cognitive-reflexive component

Обсуждение результатов

Результаты исследования показали, что для представителей разных возрастных групп характерны разные стили юмора. Так, у взрослых преобладающим стилем юмора является самоподдерживающий. Преобладание оптимистичного

взгляда на жизнь выражается в использовании юмора как способа совладания со стрессом, позволяющего в сложных ситуациях поддерживать себя, сохранять веру в собственные возможности. У школьников преобладающим является самоуничижительный стиль юмора. Возможно, юмор используется ими для того, чтобы расположить к себе людей и создать определенный имидж. Такая тенденция может быть обусловлена характерной для старшекласников заниженной самооценкой, неуверенностью в себе, зависимостью от мнения окружающих.

Интересно, что самоподдерживающий стиль юмора у школьников имеет самый низкий показатель, а у взрослых — самый высокий. Вероятно, для взрослых более характерно использование самоподдерживающего юмора, ибо их отношение к себе является устойчивым, они менее подвержены влиянию окружающих и более осознанно относятся к своей деятельности.

У студентов в равной степени выражены как самоподдерживающий, так и самоуничижительный юмор. Показатели агрессивного юмора также высоки. Сочетание этих стилей юмора свидетельствует о том, что юмор используется ими и как средство адаптации, и как способ посмеяться над собой, и как способ совладать со стрессом. Данные результаты могут быть связаны с тем, что студенты очень гибкие и быстро адаптируются к окружающей обстановке. Они уже прошли определенную стадию личностных кризисов и в контексте учебно-профессиональной деятельности ориентированы на формирование себя как специалиста. Для них использование различных стилей юмора в зависимости от ситуации является формой социального закаливания.

У испытуемых установлен преимущественно средний и низкий уровень общей ресурсности мышления, что свидетельствует о недостаточной степени проявления способности мобилизовать свои возможности для решения поставленной цели. Возможно, данный феномен можно объяснить недостаточной степенью интегрированности компонентов ресурсности мышления. Синергетический эффект взаимосвязи данных компонентов характеризуется определенной возрастной динамикой. Нужно отметить, что общая ресурсность мышления и ее мотивационно-целевой компонент у взрослых выше, чем у школьников. Возможно, это связано с тем, что взрослые на протяжении многих лет находятся в профессиональной трудовой среде, которая требует постоянной мобилизации всех имеющихся ресурсов для выполнения многозадачных функций. В силу возраста учащиеся подвергаются постоянному стрессу, из-за чего возникают трудности с саморегуляцией эмоционального состояния. Негативные эмоциональные состояния становятся ингибиторами развития способности адекватно распределять свои ресурсы.

Самоподдерживающий стиль юмора положительно коррелирует практически со всеми компонентами ресурсности мышления. Юмор выступает как способ поиска нового ресурса в условиях разрешения возникающих проблем, установления позитивных межличностных контактов, а в случае необходимости способствует сглаживанию острых углов в конфликтном взаимодействии. Положительная

корреляция самоподдерживающего стиля юмора с эмоциональным компонентом ресурсного мышления свидетельствует о том, что люди, которые в качестве основного ресурса используют свои эмоции, чаще проявляют самоподдерживающий стиль юмора. Как показывают исследования других авторов (Митина, Митин, 2023; Митина, 2023), стенические эмоции способствуют более эффективной реализации ресурсов в контексте решения поставленных задач. Следовательно, самоподдерживающий юмор может выступать как способ усиления и преумножения личностных и когнитивных ресурсов.

В то же время, самоуничижительный стиль юмора отрицательно коррелирует практически со всеми компонентами ресурсности мышления. Люди с высоким уровнем ресурсности мышления знают, какими возможностями они обладают, поэтому не склонны делать из себя объект для шуток и насмешек.

Интересна отрицательная корреляция агрессивного стиля юмора с мотивационно-целевым компонентом ресурсности мышления. Отсутствие мотивации достижения каких-либо рабочих целей может компенсироваться за счет агрессивного юмора.

Если самоподдерживающий стиль юмора и ресурсность мышления положительно взаимосвязаны между собой, то агрессивный и самоуничижительный стили юмора связаны с ресурсностью мышления отрицательно и являются дезадаптивными.

Нужно отметить, что выявленные на общей выборке связи имеют некоторую специфику в зависимости от возраста. У школьников самоподдерживающий юмор может использоваться как способ регуляции и переключения действия, что наиболее ярко проявляется в сложной ситуации: когда школьнику требуется решить трудную проблему, происходит его вовлечение в шуточный диалог с одноклассниками. Такое гибкое поведение поднимает настроение и позволяет ему восстановить свои ресурсы. Однако, чем меньше школьник мотивирован на выполнение какой-либо работы, тем выше у него уровень самоуничижительного юмора; чем выше уровень мотивации, тем меньше он использует юмор как способ посмеяться над собой и своими неудачами. Связь самоуничижительного стиля юмора и мотивации можно объяснить тем, что отсутствие мотивации и желания работать прячется за шутками и насмешками над собой.

У студентов самоподдерживающий стиль юмора имеет положительную взаимосвязь практически со всеми компонентами ресурсности мышления, а самоуничижительный стиль юмора — отрицательную. Афффилиативный и агрессивный стили юмора практически не имеют взаимосвязей с ресурсностью мышления. Возможно, это связано с жизненной перестройкой и сменой ведущих компонентов ресурсности мышления, которые способствуют поиску нового ресурса.

Сходная картина наблюдается и у взрослых: при высокой степени ресурсности мышления самоподдерживающий юмор используется как способ совладания со стрессом. При высокой мотивации к выполняемой деятельности афффилиативный и самоуничижительный стили юмора у взрослых менее выражены.

Таким образом, если рассматривать всю выборку в целом и каждую категорию испытуемых в отдельности, можно проследить положительную взаимосвязь самоподдерживающего стиля юмора и отрицательную взаимосвязь самоуничижительного стиля юмора практически со всеми компонентами ресурсности мышления. Взаимосвязь аффилиативного и агрессивного стилей юмора с ресурсностью мышления проявлялась в зависимости от возрастной группы испытуемых, что может быть связано с различиями в их ведущей деятельности — учеба или работа, а также с уровнем профессионального стажа и опыта столкновения с трудными профессиональными задачами, для решения которых требуется использование всех имеющихся ресурсов. Агрессивный стиль юмора отрицательно коррелирует с мотивационно-целевым компонентом ресурсности мышления. Проявления данного стиля юмора уменьшаются с возрастом.

Чувство юмора и ресурсность мышления проявляются в способности использовать весь свой опыт для достижения поставленной цели. Ресурсное мышление характеризуется умением находить различные способы творческого решения проблем в разных сферах жизнедеятельности. Реализация данной способности позволяет человеку осознавать, развивать внешние и внутренние ресурсы, умело управлять ими, а также находить различные способы разрешения стрессовых и проблемных ситуаций для достижения намеченной цели. Такая способность обеспечивает получение результативных и одновременно не затратных решений посредством использования имеющихся ресурсов человека. Ресурсное мышление — мышление, обеспечивающее нахождение и реализацию опорных точек в собственном опыте и в условиях окружающей среды (социальной, образовательной, профессиональной). В процессе взаимодействия со средой происходит аксиологическая (ценностная) трансформация собранной и проанализированной информации в знания, умения, навыки, привычки, отношения.

Выводы

1. Определены уровни ресурсного мышления в группах студентов, школьников и взрослых. Установлены возрастные особенности в развитии ресурсности мышления. Выявлены значимые различия по показателям общего уровня ресурсности мышления и ее мотивационно-целевого компонента между взрослыми и школьниками. Ресурсность мышления у взрослых значимо выше, чем у школьников.

2. Установлены значимые различия по показателям самоподдерживающего юмора у школьников и взрослых. У школьников данный стиль выражен слабее, чем у взрослых. Выявлены значимые различия по показателям самоуничижительного юмора у студентов и взрослых. У студентов данный стиль выражен на высоком уровне, у взрослых — на низком.

3. Выявлена взаимосвязь между уровнем ресурсности мышления и преобладающим стилем юмора у студентов, школьников и взрослых. Для всех возрастных групп установлены следующие закономерности: чем выше уровень ресурсности

мышления, тем выше уровень самоподдерживающего стиля юмора; при высоком уровне ресурсности мышления прослеживается низкий уровень самоуничижительного юмора.

Практическое применение

Полученные результаты могут быть использованы при разработке теоретической и методологической основы исследования и формирования чувства юмора и ресурсности мышления у представителей профессий социономического типа.

Заключение

В состоянии творческого одиночувствования происходит синхронизация переживаний, что приводит к их усилению и агрегированию (углублению) (Кашапов, 2023а,б,в). В этом проявляется психологический механизм эмоционального заражения. В подобных случаях ингибиторная функция ресурсности мышления выражается в подавлении тех парциальных состояний, которые не протекают совместно, в унисон с доминирующими позитивными эмоциональными состояниями. Чувство юмора наиболее ярко проявляется в условиях творческого одиночувствования как синтеза тех эмоций и чувств, которые способствуют открытию и сопровождению либо субъективного, либо объективного нового. Сопровождение заключается в эмоциональной подпитке когнитивных процессов, направленных на познание и преобразование возникшей проблемной ситуации.

Каковы психологические механизмы этой «подпитки»? Прежде всего, следует отметить реципрокный механизм, который заключается в активизации стенических эмоций посредством нейтрализации астенических эмоций и чувств (энергия страха, боязни передается и определенным образом трансформируется в энергию силы, уверенности). Другой механизм — механизм конгруэнтности характеризуется спиралевидным дополнением одних эмоций другими: удивление → восхищение. Механизм компенсации, благодаря ресурсности мышления, выражается в замене одних непродуктивных эмоций другими, в проявлении которых нуждается субъект (состояние неуверенности трансформируется в состояние уверенности).

Ресурсность мышления рассматривается нами как высший психический познавательный метапроцесс, выступающий психическим ресурсом реализации творческой активности субъекта в выдвижении и достижении жизненных (личных и профессиональных) целей. Эта активность обеспечивается целостной системой познавательной деятельности, участием системы самых разных процессов, явлений и уровней психики, являющихся средствами ее реализации. Профессионал становится творцом порой не вопреки, а благодаря сопротивлению среды, аналогично полету самолета, использующего сопротивление воздуха. Ресурсность мышления позволяет субъекту расширить возможности удовлетворения потребностей за счет высокого уровня активности, мобилизации интеллектуальных и энергетических ресурсов, необходимых для преодоления деструктивных ситуаций и преодоления сопротивления. Поэтому ресурсность мышления рассматри-

вается нами как метаресурс, определяющий общее состояние работоспособности человека и способствующий управлению выполняемой деятельностью на основе максимального использования своих индивидуальных (профессиональных и личностных) ресурсов.

Список литературы

Ахмеров, Р.А. (2015). Особенности субъективной картины жизненного пути человека в периоды подведения итогов разных этапов жизненного пути. *Психология зрелости и старения*, (2), 5–23.

Иванова, Е.М., Митина, О.В., Зайцева, А.С., Стефаненко, Е.А., Ениколопов, С.Н. (2013). Русскоязычная адаптация опросника стилей юмора Р. Мартина. *Теоретическая и экспериментальная психология*, 6(2), 71–85.

Кашапов, М.М. (2019). Абнотивность как характеристика профессионализации мышления педагога. *Вестник Удмуртского университета. Серия Философия. Психология. Педагогика*, 29(2), 137–147.

Кашапов, М.М. (2021). О методике диагностики ресурсности профессионального мышления (для профессий социономического типа). *Человеческий фактор: Социальный психолог*, 41(1), 395–413.

Кашапов, М.М. (2023а). Ресурсные возможности профессионализации педагогического мышления. *Научно-педагогическое обозрение. Pedagogical Review*, 51(5), 137–145. <https://doi.org/10.23951/2307-6127-2023-5-137-145>

Кашапов, М.М. (2023б). Связь педагогического мышления с личностными характеристиками учителя. *Вестник Российского фонда фундаментальных исследований. Гуманитарные и общественные науки*, 114(3), 141–154.

Кашапов, М.М. (2023в). Структурно-функциональные характеристики ресурсного мышления педагога. *Мир психологии*, 113(2), 21–29. https://doi.org/10.51944/20738528_2023_2_21

Кашапов, М.М., Кашапов, А.С. (2020). Формирование профессионального творческого мышления. Учебное пособие. Серия 76. Высшее образование. (2-е изд., пер. и доп.) Москва: Юрайт.

Кашапов, М.М., Филатова, Ю.С., Кашапов, А.С. (2018). Когнитивные компоненты творческого процесса в конфликте. Ярославль: Индиго.

Митина, Л.М. (2019). Система «наука-образование-профессия» как стратегический ресурс и инновационная реализация развития человеческого капитала в обществе XXI века. Сборник статей «Наука — образование — профессия: системный личностно-развивающий подход». Под ред. Л.М. Митиной. Москва: Перо.

Митина, Л.М., Митин, Г.В. (2023). Структурно-содержательная модель новой практики психологической подготовки педагогов. *Актуальные проблемы психологического знания*, 62(1), 122–143.

Митина, Л.М., Осадчева, И.И., Митин, Г.В. (2023). Учитель будущего: новые научные подходы, матрицы компетенций, ресурсы развития. *Вестник практической психологии образования*, 20(4), 43–56.

Серёжникова, Р.К. (2013). Акмесинергетическая обусловленность саморазвития субъектов образовательного процесса. *Вестник Иссък-Кульского университета*, (35), 179–185.

Холодная, М.А. (2022). Светлые и темные стороны рефлексии и арефлексии: эффект расщепления. *Психологический журнал*, 43(4), 15–26. <https://doi.org/10.31857/S020595920021475-8>

References

Ahmerov, R.A. (2015). Features of the subjective picture of a person's life path during the periods of summing up the results of different stages of the life path. *Psikhologiya Zrelosti i Stareniya (Psychology of Maturity and Aging)*, (2), 5–23. (In Russ.).

Ivanova, E.M., Mitina, O.V., Zaitseva, A.S., Stefanenko, E.A., Enikolopov, S.N. (2013). Russian-language adaptation of R. Martin's questionnaire of humor styles. *Theoretical and Experimental Psychology*, 6(2), 71–85. (In Russ.).

Kashapov, M.M. (2019). Absentmindedness as a characteristic of professionalization of teacher's thinking. *Vestnik Udmurtskogo universiteta. Seriya Filosofiya. Psikhologiya. Pedagogika (Bulletin of the Udmurt University. Philosophy Series. Psychology. Pedagogy)*, 29(2), 137–147. (In Russ.).

Kashapov, M.M. (2021). On the methodology for diagnosing the resourcing of professional thinking (for professions of a socioeconomic type). *Chelovecheskii Faktor: Sotsial'nyi Psikholog (The Human Factor: A Social Psychologist)*, 41(1), 395–413. (In Russ.).

Kashapov, M.M. (2023a). Resource possibilities of professionalization of pedagogical thinking. *Nauchno-pedagogicheskoe Obozrenie (Scientific and Pedagogical Review)*, 51(5), 137–145. (In Russ.).

Kashapov, M.M. (2023b). The connection of pedagogical thinking with the personal characteristics of a teacher. *Vestnik Rossiiskogo Fonda Fundamental'nykh Issledovaniy. Gumanitarnye i Obshchestvennye Nauki (Bulletin of the Russian Foundation for Basic Research. Humanities and Social Sciences)*, 114(3), 141–154. (In Russ.).

Kashapov, M.M. (2023b). Structural and functional characteristics of a teacher's resource thinking. *Mir Psikhologii (The World of Psychology)*, 113(2), 21–29. (In Russ.).

Kashapov, M.M., Filatova, Yu.S., Kashapov, A.S. (2018). Cognitive components of the creative process in conflict. Yaroslavl. (In Russ.).

Kashapov, M.M., Kashapov, A.S. (2020). Formation of professional creative thinking. Textbook. Series 76. Higher education. Moscow: Yourait. (In Russ.).

Mitina, L.M. (2019). The system "science-education-profession" as a strategic resource and innovative implementation of human capital development in the society of the XXI century. In: L.M. Mitina (Ed.). Collection of articles "Science — education — profession: a systematic personal development approach". Moscow: "Pen". (In Russ.).

Mitina, L.M., Mitin, G.V. (2023). Structural and substantive model of a new practice of psychological training of teachers. *Aktual'nye Problemy Psikhologicheskogo Znaniya (Actual Problems of Psychological Knowledge)*, 62(1), 122–143. (In Russ.).

Mitina, L.M., Osadcheva, I.I., Mitin, G.V. (2023). Teacher of the future: new scientific approaches, competence matrices, development resources. *Vestnik Prakticheskoi Psikhologii Obrazovaniya (Bulletin of Practical Psychology of Education)*, 20(4), 43–56. (In Russ.).

Seryozhnikova, R.K. (2013). Akmesinergetic conditionality of self-development of subjects of the educational process. *Vestnik Issyk-Kul'skogo Universiteta (Bulletin of Issyk-Kul University)*, (35), 179–185. (In Russ.).

Holodnaya, M.A. (2022). The bright and dark sides of reflection and areflexia: the splitting effect. *Psikhologicheskii Zhurnal (Psychological Journal)*, 43(4), 15–26. <https://doi.org/10.31857/S020595920021475-8> (In Russ.).

ИНФОРМАЦИЯ ОБ АВТОРЕ

Мергальяс Мергалимович Кашапов, доктор психологических наук, профессор, заведующий кафедрой педагогики и педагогической психологии Ярославского государственного университета им. П.Г. Демидова, Ярославль, Российская Федерация, smk007@bk.ru, <http://orcid.org/0000-0003-1968-090X>

ABOUT THE AUTHOR

Mergalyas M. Kashapov, Dr. Sci. (Psychology), Professor, Head of the Department of Pedagogy and Educational Psychology, Yaroslavl State University named after P.G. Demidov, Yaroslavl, Russian Federation, smk007@bk.ru, <http://orcid.org/0000-0003-1968-090X>

Поступила: 19.02.2024; получена после доработки: 30.03.2024; принята в печать: 12.05.2024.
Received: 19.02.2024; revised: 30.03.2024; accepted: 12.05.2024.