

достаточно сложный для личности ребенка, а развод родителей (или последствия развода родителей) может только все усугубить.

Так, подростки, чьи родители развелись, характеризуются склонностью к избеганию проблемы, уклонению от нее и ее решения, тенденцией ухода от проблемы в зависимость и другие неадаптивные формы переживания события. А также у них отмечается стремление к агрессивным действиям, мыслям, формам поведения. Они как сами проявляют агрессивность, так и склонны воспринимать действия окружающих как таковые.

При всем этом, отмечается высокий уровень конструктивности копинг-стратегий личности подростков, переживших развод родителей.

#### Список использованных источников

- 1 Водопьянова, Н. Е. Психодиагностика стресса / Н. Е. Водопьянова. – СПб. : Питер, 2009. – 336 с.
- 2 Дружинина, Ю. А. Особенности совладающего поведения в подростковом возрасте / Ю. А. Дружинина // Омский научный вестник. – 2012. – № 5(112). – С. 172–176.
- 3 Практикум по психологии менеджмента и профессиональной деятельности : учеб. пособие / под ред. Г. С. Никифорова, М. А. Дмитриевой, В. М. Снеткова. – СПб. : Речь, 2003. – 448 с.
- 4 Сапоровская, М. В. Стрессы межпоколенного взаимодействия: развод как предиктор защитного и совладающего поведения подростков / М. В. Сапоровская // Психологическая наука и образование. – 2013. – № 1. – С. 65–72.
- 5 Сибирев, В. А. Штрих к портрету поколения 1990-х гг. / В. А. Сибирев, И. А. Головин // Социологические исследования. – 1998. – № 3. – С. 106–117.

**А. А. Сивакова**

Научный руководитель: О. А. Короткевич

Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины

г. Гомель, Республика Беларусь

#### ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЧУВСТВА ЮМОРА КАК ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАЩИТЫ У ЮНОШЕЙ И ДЕВУШЕК

*В статье обоснована актуальность изучения психологических аспектов проявления юмора в том числе и как механизма психологической защиты в юношеском возрасте. Автором приводятся данные эмпирического исследования психологических особенностей чувства юмора как психологической защиты у юношей и девушек.*

*Ключевые слова: внутренняя картина болезни, тип отношения к болезни, пациенты кардиологического профиля, заболевания сердечно-сосудистой системы.*

Юмор – одно из наиболее важных коммуникативных качеств человека. Он способствует установлению взаимоотношений между людьми, характеризует человека как личность. Существует ряд научных мнений о том, что у чувства юмора присутствует дополнительная функция – защитное реагирование. Фрейд З., Мартин Р. С. придерживались той точки зрения, что волнующую ситуацию можно замаскировать пеленой смеха, при помощи юмора и шутки можно снять нарастающее напряжение и уменьшить влияние стресса. В силу этого, встает вопрос о рассмотрении чувства юмора с точки зрения его использования как психологической защиты.

Психологические защиты особым образом отражают реакцию человека на психотравмирующие воздействия, позволяя лучше понять логику его поведения и повысить эффективность взаимодействия с ним. Рассмотрение чувства юмора в качестве психологической

защиты является достаточно новым и мало исследованным. Зигмунд Фрейд и его последователи внесли значительный вклад в рассмотрение смешного. В работе «Остроумие и его отношение к бессознательному» Зигмунд Фрейд, изучив большинство доступных ему тогда работ о смехе, дал психологическую оценку остроумия. Он пришёл к выводу, что удовольствие от остроты вытекает для нас из экономии затраты энергии на упразднение задержки, удовольствие от комизма – из экономии затраты энергии на работу представления, а удовольствие от юмора – из экономии аффективной затраты энергии. По мнению З. Фрейда, юмор может быть понят как высшая из защитных функций [1].

Нами было проведено эмпирическое исследование психологических особенностей чувства юмора как психологической защиты у юношей и девушек. Выборочную совокупность составили 75 человек 18 юношей и 57 девушек 1-3 курса, обучающихся в ГГУ имени Ф. Скорины». Средний возраст испытуемых составлял 19,3 лет. Участники исследования проявили искренний интерес к тестированию.

Результаты по методике Экспресс-диагностика уровня личностной фрустрации В. В. Бойко представлены на таблице 1.

**Таблица 1– Процентное соотношение уровня социальной фрустрации юношей и девушек**

Уровень социальной фрустрации	очень высокий уровень		устойчивая тенденция к фрустрации		низкий уровень	
	м	ж	м	ж	м	ж
Пол						
	-	2 %	61 %	63 %	39 %	35 %
Всего	1 %		63 %		36 %	

Согласно полученным данным у большинства студентов преобладает устойчивая тенденция к фрустрации (у 63 %), что означает эмоциональную устойчивость, социальную смелость. Низкий уровень социальной фрустрированности мы наблюдаем у 36 % испытуемых, что, в свою очередь, является позитивным моментом и можно считать одним из основных показателей их удовлетворенности жизнью.

Для диагностики предпочтительного использования разных видов или стилей юмора у исследуемых студентов был использован опросник стилей юмора Р. Мартина. Результаты анализа полученных данных представлены в таблице 2.

**Таблица 2– Процентное соотношение стилей юмора у юношей и девушек**

Стиль чувства юмора	Аффилиативный юмор		Само-поддерживающий		Агрессивный юмор		Самоуничижительный стиль	
	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж
Пол								
	44 %	33 %	22%	26 %	12 %	18 %	22 %	23 %
Всего	36 %		25 %		16 %		23 %	

Предпочтительным стилем юмора испытуемые выбирают аффилиативный 36 %, который связан с успешным становлением и поддержанием межличностных отношений, оптимизмом, открытостью новому опыту, самопринятием и самооценностью, преобладанием положительных эмоций и хорошего настроения. У 44 % юношей предпочтительным оказался аффилиативный стиль юмора, в то время как этот стиль юмора как преобладающий был диагностирован только у 36 % девушек. Четверть испытуемых (25 %) выбирают

самоподдерживающий стиль юмора, который подразумевает умение сохранять чувство юмора перед лицом проблемной ситуации и относиться к ней с оптимизмом, и, по данным исследований, связан с умением дистанцироваться от сложной ситуации, положительной переоценкой трудностей и открытостью новому опыту. Можно предположить, что умение находить положительные стороны в трудной ситуации, поддерживать оптимистичный настрой позволяют чувствовать себя более уверенно в управлении как собственным состоянием в процессе общения, так и состоянием собеседника или аудитории. При этом второй тип конструктивного юмора – аффилиативный юмор, направленный в большей степени на добродушное, шутливое взаимодействие с другими. Девушки этот стиль юмора выбирают 26 %, а юноши 22 %

Самоуничижительный стиль юмора выбирают 23 % испытуемых, он направлен против себя самого. Такие люди позволяют другим шутить над собой, делая себя объектом шуток и разделяя с ними этот смех. Они испытывают трудности в отстаивании своих прав, чаще всего низкая самооценка и потребность в принятии, хотя могут восприниматься как остроумные и веселые. Этот стиль в равной мере выбирают и юноши 22 %, и девушки 23 %. 16 % испытуемых выбирают агрессивный стиль юмор, он направлен на других, включая в себя сарказм, насмешка, остроты в отношении других, а также в целях манипулирования другими. Эти люди часто не могут справиться с желанием подшутить над кем-то, даже если шутка может кого-то обидеть. Этот стиль юмора связан с враждебностью, гневом и агрессией, он деструктивный.

Таким образом, респонденты в большей степени предпочитают использовать в общении аффилиативный и самоподдерживающий стили юмора, они легко и часто шутят, в общении стараются поддерживать положительные эмоции и настроение, что способствует развитию и укреплению межличностных отношений.

Данные по методике «Способы преодоления негативных ситуаций» Гончаровой С. С. представлены в таблице 3.

**Таблица 3 – Данные по методике «Способы преодоления негативных ситуаций» Гончаровой С.С.**

Уровни	Поиск поддержки		Повышение самооценки		Самообвинение		Анализ проблемы		Поиск виновных	
	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж
<b>Низкий</b>	6 %	5 %	5 %	3 %		2 %	44 %	9 %		5 %
<b>Средний</b>	50 %	72 %	78 %	60 %	56 %	75 %	56 %	84 %	89 %	86 %
<b>Высокий</b>	44 %	23 %	17 %	37 %	44 %	23 %		7 %	11 %	9 %

Данные, представленные в таблице 3, говорят о том, что девушки 72 % по сравнению с юношами 50 % чаще используют стратегию «Поиск поддержки», которая характеризуется ведомостью и экстернальным локусом контроля. Эта стратегия может оказать негативное влияние, что связано с неуместным оказанием поддержки, что приведет к беспомощности и потере контроля, перекалыванию ответственности на других в стрессовых ситуациях. В тоже время стратегия «поиск поддержки» является одним из мощных копинг-ресурсов в преодолении негативных ситуаций: смягчает влияние негативных ситуаций, сохраняет здоровье и благополучие человека. К отношению социальной поддержке можно назвать как «пассивное сотрудничество», то есть не поиск поддержки, а ее принятие. Социальные контакты характеризуются доверием и принятием помощи.

Стратегию «Повышение самооценки» используют чаще юноши 78 %, чем девушки 60 %, это нам говорит, что, находясь в стрессовой ситуации их усилия идут на повышение самооценки за счет акцента на прошлые успехи и достижения. Эти юноши и девушки прилагают усилия, чтобы

переключить внимание на что-то или кого-то другого, чтобы уйти от проблемы. Эмоциональный комфорт достигается за счет принятия ситуации как необходимой, «преуменьшения ее серьезности», юмора и самоиронии, оптимистического отношения, а также подавления и подавления негативных чувств. Таким образом, желание человека погрузиться в заботу о других людях в трудные моменты жизни говорит об обесценивании собственных проблем и желании укрепить самооценку.

Девушки чаще используют стратегию «самообвинение» 75 %, юноши 56 %. В психологической литературе «самообвинение» рассматривается как пассивный и наименее эффективный способ преодоления негативных ситуаций. У испытуемых с высокими показателями по данной шкале, в стрессовых ситуациях существует склонность уходить от проблем и искать причину случившегося в себе, обвинять себя, их эмоциональное состояние можно охарактеризовать как состояние эмоционального дискомфорта. В целом данная стратегия относится к дезадаптивным.

Стратегию «Анализ проблемы» выбирают преимущественно девушки 84 % и более половины (56 %) юношей. Эта стратегия адаптивная. Преобладание данной стратегии характерно стремление к одиночеству с целью осмыслить проблемную ситуацию и найти выход из нее. Проблемная ситуация рассматривается как возможность увидеть новые возможности, изменить отношение и ценности. Анализируя проблемную ситуацию, юноши и девушки сравнивают себя с другими людьми, а также с ситуациями, которые произошли в прошлом, что отчасти помогает им повысить самооценку. Эту стратегию больше выбирают люди, склонные к доминированию и обладающие внутренним контролем. Эмоциональное состояние характеризуется как достаточно стабильное, человек сохраняет самообладание, он контролирует проявление эмоций как с собой, так и со своими близкими.

И юноши (89 %), и девушки (86 %) выбирают в равной мере стратегию «поиск виновных». Для респондентов характерно снятие с себя ответственности за происходящее, перекладывание ее на других и на ситуацию в целом, а также снижение внутренних требований к стандартам своего поведения. Эмоциональное состояние можно охарактеризовать как неприятное, с наличием постоянного «эмоционального расслабления», жалости к себе, возмущения: плач, выражения печали, отчаяния, уныния, страха. Эти юноши и девушки эмоции не могут контролировать ни в одиночку, ни в присутствии друзей и семьи. Респондент ищет причину случившегося вовне. В то же время есть тенденция выражать раздражительность, гнев и ярость, направленные на других (агрессивные формы эмоций).

Полученные результаты свидетельствуют о том, что респонденты выбирают стратегию преодоления негативных ситуаций такую как «Поиск виновных» и «Анализ проблемы». Классифицируя стратегии, которые выбрали респонденты можно говорить, что «Анализ проблемы» является адаптивным способом и направлен на умение справляться с трудными жизненными ситуациями. Эту стратегию больше выбирают люди, склонные к доминированию и обладающие внутренним контролем. Их эмоциональное состояние характеризуется как достаточно стабильное, человек сохраняет самообладание, он контролирует свои эмоции как с собой, так и со своими близкими.

Стратегия «Поиск виновных» – неадаптивный способ справиться со сложной жизненной ситуацией. Таким людям свойственна раздражительность, злость, ярость по отношению к другим. Эмоциональное состояние их описывается как дискомфортное, с наличием постоянной «эмоциональной разрядки», жалость к себе, возмущение: плач, выражение печали, отчаяния, отчаяния, страх. Им тяжело удается контролировать эмоции даже когда он наедине с собой.

Корреляционный анализ, проведенный по методу Т-критерия Стьюдента между чувством юмора и механизмами психологической защиты, показал отсутствие связи между этими психическими образованиями. В результате чувство юмора само по себе не влияет на выбор психологической защиты. Можно предположить, что использование юмора как стратегии преодоления способов негативных ситуаций возможно через целенаправленные попытки интеллектуализировать текущую ситуацию и ее юмористическое выражение.

Полученные данные можно использовать в деятельности практического психолога, преподавателей, педагога-психолога, а также они могут стать теоретическим основанием для разработки коррекционно-развивающей программы.

## Список использованных источников

1 Фрейд, З. Остроумие и его отношение к бессознательному / З. Фрейд // «Я» и «Оно». – Тбилиси, 1991. – Кн.2. – 288 с.

**В. В. Сиденко**

Научный руководитель: О. В. Маркевич

Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины

г. Гомель, Республика Беларусь

### **МОТИВАЦИЯ К РЕАБИЛИТАЦИИ У ПОЖИЛЫХ ИНВАЛИДОВ С СОХРАНЕННЫМИ КОГНИТИВНЫМИ ПРОЦЕССАМИ**

*Статья посвящена проблеме изучения мотивации к реабилитации у пожилых инвалидов с сохраненными когнитивными процессами. Описаны результаты эмпирического исследования, направленного на выявление мотивации к реабилитации у пожилых инвалидов с сохраненными когнитивными процессами. Описана актуальность коррекционно-развивающей программы, направленной на повышение уровней мотивации к реабилитации у пожилых инвалидов с сохраненными когнитивными процессами.*

*Ключевые слова: деятельность психолога, мотивация, реабилитация, когнитивные процессы, пожилой инвалид, методы диагностики, анализ, коррекционно-развивающая программа.*

Проведя анализ теоретической литературы по проблеме мотивации к реабилитации у пожилых инвалидов с сохраненными когнитивными процессами, было выявлено, что на современном этапе развития науки в понятие инвалидность на первый план начал выходить психологизированный личностный аспект, так как инвалидность, являясь глубоко трагичным и кризисным явлением, существенно влияет не только на состояние здоровья, но и кардинально меняет личность пожилого человека [3]. Тяжелейшими последствиями инвалидности являются ломка жизненных стереотипов, нарушение социализации личности, снижение самооценки, уровня притязаний и отсутствие мотивации к реабилитации.

На базе Учреждения «Терюхский психоневрологический дом-интернат для престарелых и инвалидов» было проведено эмпирическое исследование, направленное на выявление мотивации к реабилитации у пожилых инвалидов с сохраненными когнитивными процессами. Выборочную совокупность составили 100 человек проживающих в доме-интернате, средний возраст которых составил 75 лет.

Нами были выбраны респонденты четырех отделений, поступившие в дом - интернат для обслуживания по индивидуальным программам реабилитации (ИПР), с частично или полностью утраченными навыками самообслуживания в результате приобретенных заболеваний различного генеза, в том числе последствий травм.

На первом этапе исследования с целью определить респондентов, способных отвечать на психологические тесты, применялась методика «Краткая шкала оценки психического статуса» (далее – MMSE). Данная методика изучает степень нарушений когнитивных процессов, включающий в себя нейропсихологические тесты, оценивающие когнитивные процессы: внимание, память, праксис, счет, речь, чтение, ориентацию, восприятие, письмо, копирование. MMSE широко используется для первичной оценки состояния когнитивных функций и скрининга их нарушений, в том числе деменции.

На основании полученных данных из 100 человек были сформированы три группы:

– к первой группе «Легкие когнитивные нарушения» были отнесены 23 человека (10 мужчин в возрасте от 60 до 77 лет и 13 женщин в возрасте от 64 до 89 лет);