

РЕГУЛЯТОРНО-РІВНЕВА МОДЕЛЬ ГУМОРУ В СТРУКТУРІ ОСОБИСТІСНОЇ РЕГУЛЯЦІЇ В УМОВАХ НОРМИ ТА ПСИХІЧНОЇ ПАТОЛОГІЇ

REGULATORY-LEVEL MODEL OF HUMOR IN THE STRUCTURE OF PERSONAL REGULATION IN THE CONDITIONS OF NORM AND MENTAL PATHOLOGY

У статті здійснено наукове узагальнення та запропоновано нове розв'язання проблеми гумору у нормі та патології. Виявлені сутність, специфіка та психологічні закономірності функціонування гумору у нормі та за різних форм психічної патології: невротичних, пов'язаних зі стресом та соматоформних розладах, дистимії, циклотимії, параноїдній шизофренії, психічних і поведінкових розладах внаслідок вживання психоактивних речовин, розумовій відсталості. З'ясовано розуміння гумору на сучасному етапі розвитку психологічної науки. Узагальнення поглядів дослідників, які займалися проблематикою гумору, визначило таке розуміння ключового поняття роботи: гумор – це вища психічна функція, яка у специфічний спосіб – виявлення, подолання чи зняття суперечностей, що базуються на здатності до сприйняття та відтворення комічного, – регулює різні аспекти та рівні життєдіяльності особистості. Окреслено психологічні підходи до побудови регуляторно-рівневої моделі гумору, проаналізовано психологічні механізми особистісної регуляції засобами гумору, шляхи і форми патологізації функціонування гумору, а також сторони та форми вияву гумору при психічній патології. Розроблено регуляторно-рівневу модель гумору, у якій гумор подано як засіб особистісної регуляції, що відбувається на різних рівнях та специфікована у нормі переважанням вищих рівнів, а в умовах патологічного функціонування – зміщенням до нижчих рівнів. Як засіб особистісної регуляції гумор використовується особистістю на різних рівнях її функціонування: біологічному, соціальному, рефлексивному та особистісному.

Ключові слова: гумор, регуляторно-рівнева модель, генеративний бік гумору, сприйняттєвий бік гумору, регуляторно-рівнева гуморотерапія, психічна патологія, "гумористичні" патофизиологічні симптомокомплекси.

The article provides a scientific generalization and proposes a new solution to the problem of humor in normal and pathology. The essence, specificity and psychological patterns of humor functioning in normal and various forms of mental pathology: neurotic, stress-related and somatoform disorders, dysthymia, cyclothymia, paranoid schizophrenia, mental and behavioral disorders due to the use of psychoactive substances, mental retardation. The understanding of humor at the present stage of development of psychological science is clarified. The generalization of the views of researchers who have dealt with the issue of humor has defined the following understanding of the key concept of work: humor is a higher mental function, which in a specific way – identifying, overcoming or removing contradictions based on the ability to perceive and reproduce comic, regulates various aspects and levels vital activity of the individual. Psychological approaches to the construction of a regulatory-level model of humor are outlined, psychological mechanisms of personal regulation by means of humor, ways and forms of pathologizing the functioning of humor, as well as aspects and forms of humor in mental pathology are analyzed. A regulatory-level model of humor has been developed, in which humor is presented as a means of personal regulation that occurs at different levels and is specified in the norm by the predominance of higher levels, and in conditions of pathological functioning – by shifting to lower levels. As a means of personal regulation, humor is used by the individual at different levels of its functioning: biological, social, reflexive and personal.

Key words: humor, regulatory-level model, generative side of humor, perceptual side of humor, regulatory-level humor therapy, mental pathology, "humorous" psychopathological symptom complexes.

УДК 316.613.4:616.89- 008.441
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2020.18.2.27>

Шпортун О.М.

д.психол.н., доцент,
в. о. завідувача кафедри психології
Донецький національний університет
імені Василя Стуса

Постановка проблеми. Гумор належить до психологічних феноменів, які виконують найрізноманітніші функції у житті особистості – від засобу пристосування до модусу розвитку, від задоволення потреби у захисті, самозбереженні та адаптації до реалізації потреби у самотрансценденції [1]. Останнім часом інтерес до досліджень гумору значно зріс, що відбилось у збільшенні кількості публікацій із зазначеної теми та у появі нових підходів до розуміння цього феномену (М. Бороденко, І. Домбровська, О. Іванова, Р. Мартін, Е. Носенко, О. Опихайло, Є. Стефаненко, Н. Carretero-Dios, С. Clark, G. Forabosco, T. Platt, R. Proyer, W. Ruch, M. Titze та інші). Дослідження

гумору при психічних розладах поділяються на два основні напрями (Р. Мартін): 1) з переважним розглядом кількісних змін гумору; 2) з переважним розглядом якісних змін гумору. У першому напрямі вбачають зворотній зв'язок між розвитком психічного захворювання та рівнем почуття гумору: чим важчий характер психічних порушень, тим нижчий рівень почуття гумору (Р. Уайр, Дж. Коллінз). У другому напрямі вчені доводять, що особливості гумору залежать від нозології (О. Лук, О. Іванова, С. Єніколопов, Є. Стефаненко, М. Ковязіна, М. Коган, R. Proyer, W. Ruch та ін.).

Аспекти функціонування гумору в умовах психічної патології нині залишаються дослі-

дженими недостатньо. Окремі публікації з цієї теми містять результати досліджень таких узагальнених особистісних тенденцій, як гелотофобія, гелотофілія та катагеластичизм (Є. Стефаненко, R. Proyer, W. Ruch, M. Titze та ін.), що реалізуються за допомогою гумору. Також наявні роботи, у яких розкриваються особливості сприймання гумору особами з психічними розладами, що належать до певних нозологічних груп. Результати досліджень сприймання гумору особами з шизофренічними та афективними розладами наведено у роботах О. Іванової, С. Єніколопова, О. Мітіної; особами з локальними порушеннями мозку – у публікаціях М. Ковязіної, М. Когана; особами з суїцидальними тенденціями – у праці L. Goldsmith. У дослідженнях Р. Уайра і Дж. Коллінза показано, що при тривожних розладах зі збільшенням фонові тривоги ускладнюється інтелектуальне розуміння гумористичних подій [10]. У роботі G. Forabosco продемонстровано специфічність та відмінність проблем, пов'язаних із гумором, у різних нозологічних групах: при депресивних станах характерні невираженість саркастичного гумору, слабша здатність до прояву гумору взагалі та нездатність відчувати себе смішним; при маніакальних станах характерна вираженість саркастичного гумору та тенденція відчувати себе смішним; для шизофренічних розладів – слабша здатність розуміти жарти та тенденція відчувати себе дивним. Однак гумор в умовах психічної патології потребує подальшого ґрунтовного вивчення та систематизації наукових знань. Це підкріплюється такими міркуваннями. По-перше, специфічні зміни у гумористичному функціонуванні в процесі розвитку тієї чи іншої форми патології можуть слугувати важливою діагностичною ознакою у системі патопсихологічної діагностики, оскільки за попередніми даними (С. Clark, J. Nicholas, S. Henley) такі зміни можуть відбуватися вже на ранніх етапах захворювання. По-друге, науково обґрунтоване використання психологічних механізмів та закономірностей функціонування гумору може бути значущим фактором оздоровчого впливу та особистість (Н. Казінс, В. Согоан, D. Cogan, M. Gelkopf, S. Kreidler, M. McCue, M. Sigal, W. Waltz) і бути важливим та дієвим елементом психотерапевтичних та психокорекційних програм. Нарешті, виявлення особливостей та механізмів функціонування гумору є важливим для поглиблення знань про змістову специфіку патопсихологічних симптомомокомплексів у структурі різних видів психічної патології.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

У психологічних працях представлені дослідження гумору у його зв'язках з факторами особистості (R. Martin, J. Dobbin), з інтелек-

том (Є. Ільїн, А. Петровський, G. Greengross, D. Howrigan, S. Kaufman, A. Kozbelt, M. Bromley, G. Geher, G. Miller), з рівнем розвитку механізмів та ресурсів адаптації (О. Байєр, Н. Купер, Е. Носенко, О. Шмельов); у контексті вивчення емоційно сильних властивостей особистості (Е. Носенко, О. Опихайло, W. Ruch) та сильних рис характеру, пов'язаних з позитивними цінностями (К. Петерсон, М. Селігман, Ч. Снайдер, Б. Фредріксон), тощо. У руслі позитивної психології існує погляд на особливу роль гумору у реалізації такої базової особистісної чесноти, як трансцендентність. У роботах І. Домбровської, Е. Носенко, О. Опихайло та інших була розвинута ідея гумору як вищої психічної функції. Підходи до розуміння гумору як механізму особистісної регуляції було розроблено М. Бороденком, Н. Дедовим, І. Домбровською, Д. Леонтьєвим та іншими. Цей напрям досліджень у поєднанні з вивченням гумору в умовах психопатологічного функціонування є базисним для нашої роботи, оскільки наявні результати теоретичних та емпіричних розвідок у його контексті створюють необхідне наукове підґрунтя для розробки регуляторно-рівневої моделі гумору, яка має пояснювати специфічні зміни, форми та механізми функціонування гумору в умовах психічної патології, та для напрямів емпіричного дослідження феномену, що вивчається [12].

Постановка завдання. Дослідження спрямоване на теоретико-методологічне вивчення гумору у нормі та при психічній патології, обґрунтування та розробку регуляторно-рівневої моделі гумору.

Виклад основного матеріалу дослідження. На основі аналізу наукової літератури встановлено, що серед домінуючих тенденцій у вивченні гумору вирізняється відхід дослідників від фіксації на певному критерії та перехід до побудови систематизованих концепцій, які ґрунтуються на уявленні про багатокомпонентність та складність досліджуваного феномена (М. Бороденко, М. Войнаровський, К. Глінка, І. Домбровська, О. Зайва, Л. Карасьов, О. Козінцев, Р. Мартін, Е. Носенко, О. Опихайло, М. Аpter, S. Attardo, V. Raskin та інші) [9]. Як сутнісні риси гумору дослідниками вбачаються різні його функціональні особливості: економія психічної енергії; перетворення негативних почуттів на позитивно заряджені у вигляді сміху (З. Фрейд та послідовники); руйнування соціальних заборон (Д. Флагел, М. Чойсі); низхідний характер несумісності (Г. Спенсер); похідна від почуття зловтіхи – задоволення, пов'язаного з підвищенням власного статусу шляхом пониження статусу іншої людини (О. Редозубов) тощо. Гумор також розглядається як «гра безладу», яка є метагрою, рефлексією щодо культури і культурних ролей (М. Боро-

денко, О. Козінцев). Сміх, який лежить в основі гумору, є метакомунікативним знаком – кон-тразнаком, тобто знаком, спрямованим проти звичайних знаків [7]. Сучасними психологами обґрунтовано розуміння гумору як вищої психічної функції та механізму особистісної регуляції (М. Бороденко, І. Добровська, Е. Носенко, О. Опихайло, Є. Стефаненко та інші). До психологічних функцій гумору відносять (Р. Мартін): 1) когнітивну та соціальну користь від позитивної емоції радості; 2) використання гумору для соціальної комунікації та впливу; 3) зняття напруги та збереження психічної рівноваги у разі настання неприємностей. До міжособистісних функцій: 1) саморозкриття, соціальне дослідження і порушення норм; 2) звільнення від відповідальності; 3) соціальні норми та контроль; 4) підтримка статусу та ієрархії; 5) запобігливість; 6) ідентичність та згуртованість групи; 7) управління розмовою; 8) соціальна гра. Багато дослідників акцентують увагу на стилях (Р. Мартін, О. Опихайло) та формах вияву (О. Іванова, С. Єніколопов, О. Опихайло, Є. Стефаненко, Н. Carretero-Dios, G. Forabosco, W. Ruch, R. Proyer) гумору [5]. Для дослідження афіліативного, самопідтримувального, агресивного, самопринижувального стилів, а також таких форм вияву гумору, як гелотофобія, гелотофілія, катагеластичизм, створено адекватний психодіагностичний інструментарій [2]. Гелотофобія, гелотофілія та катагеластичизм представляють собою узагальнені особистісні тенденції, засновані на різних формах вияву гумору з акцентом на страхові опинитися об'єктом гумору (гелотофобія), прагненні ставати об'єктом гумору (гелотофілія) або отриманні насолоди від перебування у ситуаціях, у яких є можливість сміятися над іншими (катагеластичизм). Проаналізовано клініко-психологічні дослідження гумору, які здійснено останнім часом (О. Іванова, С. Єніколопов, М. Ковязіна, М. Коган, Є. Стефаненко, R. Safranek, T. Schill, C. Clark, B. Cogan, D. Cogan, G. Forabosco, S. Henley, M. McCue, J. Nicholas, W. Waltz), які демонструють специфіку гумористичного генерування та сприймання при різних формах психічної патології. При шизофренічних розладах властиві відсутність сміху у відповідь на жарти: при епілепсії та органічній патології – складнощі усвідомлення сутності жарту; при афективних розладах та шизофренії – схильність до ідентифікації з висміюваним персонажем; при нападopodobно-прогресивній шизофренії – порушення здатності до розпізнавання гумору; при малопродієнтній шизофренії та при афективних порушеннях – відсутність значного порушення здатності до впізнавання гумористичного матеріалу; при афективних розладах – пригнічення сміхової активності, зокрема, при депресивному стані – зни-

ження саркастичного гумору, при маніакальному – навпаки, його підвищення [7]. Залежно від домінуючого синдрому на перший план виступають ті чи інші особливості гумору: у депресивному стані людина не відчуває себе смішною, у стані манії, навпаки, відчуває себе дуже смішною, при шизофренії ж відчуває себе дивною. У хворих з депресивними тенденціями – менша здатність до прояву гумору, а у хворих із симптомами шизофренічного спектру – менша здатність до розуміння жартів. Синдром гелотофобії виокремлюється всередині депресивних, шизофренічних, тривожних та харчових розладах та в осіб з розладами особистості і розладами настрою, причому при шизофренії та розладах особистості вираженість гелотофобії вища, ніж при розладах настрою, тривожних та харчових розладах. У осіб з психічними розладами гелотофобія більшою мірою пов'язана з переживанням страху, тоді як у психічно здорових осіб – з переживанням сорому (G. Forabosco, W. Ruch, P. Nucera).

Проведений аналіз показав, що гумор належить до багатотоаспектних та багатокомпонентних феноменів [3]. Як основа розвитку почуття гумору багатьма дослідниками вбачається здатність до сприйняття невідповідності. Гумор виконує у житті особистості найрізноманітніші функції та є механізмом особистісної регуляції. Вивчення результатів досліджень гумору в континуумі «норма-патологія» дозволяє стверджувати, що основні параметри феномену гумору значущо відрізняються у різних режимах функціонування особистості [4]. Якщо у нормі у використанні гумору поряд із захисними функціями гумору вирізняється вектор особистісного розвитку, то в умовах психічної патології на перший план виступають переважно захисні функції гумору. Основуючись на поглядах сучасних вчених (М. Бороденко, І. Домбровська, О. Леонт'єв, Р. Мартін та інші), розглядаємо гумор як вищу психічну функцію, яка у специфічний спосіб – виявлення, подолання чи зняття суперечностей, що базуються на здатності до сприйняття та відтворення комічного, – регулює різні аспекти та рівні життєдіяльності особистості. У культурно-історичній психології знаходимо підстави для розуміння гумору як вищої психічної функції [6]. Найголовнішими характеристиками вищої психічної функції (Л. Виготський) є: по-перше, соціальне її походження, тобто не вроджений характер, а прижиттєве формування під безпосереднім впливом культури через механізм інтеріоризації; по-друге, опосередкованість культурними знаками, прийнятими та зрозумілими в культурі насамперед мовою; по-третє, довільність характеру регуляції, тобто людина свідомо може нею управляти. Усі ці параметри характеризують і гумор.

Як і інші вищі психічні функції, гумор в історичній перспективі свого становлення першопочатково виступав не як індивідуальна психічна властивість, а як соціальна активність. Комічне сприймання і сміх мали місце в святкуваннях античного періоду, у театральних дійствах. З часом здатність до гумору трансформується і перетворюється із розділеної між людьми функції на особистісну властивість, відбувається його ідеалізація і інтелектуалізація. Гумор бере участь у всіх рівнях особистісної регуляції. На першому, біологічному рівні регуляція з допомогою гумору здійснюється, приводячи до «тут-і-зараз» задоволення потреби, не обов'язково усвідомленої, на другому, соціальному – до реалізації усвідомленого мотиву, на третьому, рефлексивному – до внутрішньої, ідеальної узгодженості, на четвертому, власне особистісному – до реалізації потреб у векторі життєвого задуму особистості. На рис. 1 відображено основні компоненти рівневої регуляції за участю гумору.

Виокремлені рівні регуляції (О. Асмолов, М. Бубер, І. Домбровська, Д. Леонтьєв, К. Поппер) добре співвідносяться в теоретичному аспекті з типами критичних ситуацій, запропонованих Ф. Василюком. Регуляція з допомогою гумору реалізується за участю різних особистісних рівнів. «Центр управління» знаходиться на найвищому рівні регуляції – особистісному. До якого б типу не належала ситуація, з якою вправляється людина з допомогою гумору, вона, по-перше, стосується цілісної особистості, по-друге, її розв'язання задіює ресурси цілісної особистості [11]. За відносної автономності кожного з рівнів вони, тим не менш, принципово не можуть бути автономними повністю. Саме особистість обирає спосіб та рівень функціонування [8]. Вона може обрати існування, яке: обмежується задоволенням переважно потреб біологічного рівня (провідний тип критичної ситуації – стрес); специфікується реалізацією



Рис. 1. Регуляторно-рівневий принцип функціонування гумору

мотивів діяльності (фрустрація); акцентоване на реалізації певних життєвих відношень (конфлікт); переважно фіксоване на реалізації життєвого задуму та вищих смислів (криза).

З кожним рівнем регуляції співвідносяться відповідні йому психологічні механізми: з біологічним рівнем – відреагування, сублімація, «легальний» вираз сексуальних та агресивних тенденцій; з соціальним – знецінення, вихід у світ мрії та фантазії, перемикання на парателічний стан, встановлення «ігрової рамки»; з рефлексивним – встановлення невідповідності, аксіоматизація, когнітивна гра, псевдорозв'язання, бісоціація, внутрішнє узгодження; з особистісним – внутрішній діалог, прийняття життєвих суперечностей, життєтворчість, реалізація життєвих смислів та життєвого замислу. Результатами регуляції з допомогою гумору, залежно від актуалізованого рівня регуляції, можуть бути: задоволення потреби «тут-і-зараз»; реалізація мотиву; внутрішня узгодженість; реалізація життєвого задуму.

На різних рівнях у процес регуляції включаються різні види гумору: «гумор-спокусник» (біологічний рівень), «гумор-провокатор», «гумор-стереотипізатор», «гумор-нормувальник» (соціальний рівень), «гумор-гравець» (рефлексивний рівень), «гумор-смыслотворець» (особистісний рівень). Регуляторно-рівнева модель гумору базується на ідеї про роль гумору в особистісній регуляції, яка специфікована у нормі вільним перемиканням регістрів регуляції, а в умовах патологічного функціонування – зміщенням до нижчих її рівнів або ригідною фіксацією на одному рівні. В умовах психічної патології у результаті дії принципу «мінімізуючої адаптації» особистісна регуляція обмежується нижчими рівнями порівняно з нормою, причому залежно від нозологічної форми можна очікувати різні варіанти порушень гумористичного функціонування: пов'язані з домінуванням біологічного, соціального чи рефлексивного рівня регуляції [12].

Отже, регуляторно-рівнева модель гумору містить: цілі, рівні, процес та результати особистісної регуляції. Найбільш узагальненими серед цілей (сенсів) регуляції є адаптація та самотрансценденція. Регуляція здійснюється на таких рівнях: біологічний, соціальний, рефлексивний, особистісний. Гумор сприяє психологічному подоланню усіх типів критичних ситуацій, співвіднесених з рівнями регуляції: стресу, фрустрації, конфлікту, кризи. Процес регуляції відбувається у континуумі «захисні механізми-копінг-стратегії». Результатами регуляції з допомогою гумору є: на біологічному рівні – задоволення потреби «тут-і-зараз»; на соціальному рівні – реалізація мотиву; на рефлексивному рівні – внутрішня узгодженість; на особистісному рівні – реалізація життєвого задуму.

Висновки з проведеного дослідження.

Дослідження гумору у нормі та патології та аналіз його результатів дозволили зробити такі висновки. Врахування принципів культурно-історичної теорії дає підстави для розгляду гумору як вищої психічної функції, яка у специфічний спосіб – виявлення, подолання чи зняття суперечностей, що базуються на здатності до сприймання та відтворення комічного, регулює різні аспекти та рівні життєдіяльності особистості. Як засіб особистісної регуляції гумор використовується особистістю на різних рівнях її функціонування: біологічному, соціальному, рефлексивному та особистісному. Особистісна регуляція відбувається у континуумі «захисні механізми-копінг-стратегії». З кожним рівнем регуляції співвіднесені відповідні психологічні механізми: з біологічним рівнем – відреагування, сублімація, «легальний» вираз сексуальних та агресивних тенденцій; з соціальним – знецінення, вихід у світ мрії та фантазії, перемикання на парателічний стан, встановлення «ігрової рамки»; з рефлексивним – встановлення невідповідності, аксіоматизація, когнітивна гра, псевдорозв'язання, бісоціація, внутрішнє узгодження; з особистісним – внутрішній діалог, прийняття життєвих суперечностей, життєтворчість, реалізація життєвих смислів та життєвого замислу.

Регуляторно-рівнева модель гумору базується на ідеї про роль гумору в особистісній регуляції, що здійснюється на різних рівнях та специфікована у нормі вільним перемиканням регістрів регуляції, а в умовах патологічного функціонування – зміщенням до нижчих її рівнів або ригідною фіксацією на одному рівні. Модель містить: цілі, рівні, процес та результати особистісної регуляції засобами гумору. Найбільш узагальненими серед цілей цієї регуляції є адаптація та самотрансценденція. Гумор бере участь у всіх рівнях особистісної регуляції. Результатами регуляції з допомогою гумору, залежно від актуалізованого рівня, можуть бути: задоволення потреби «тут-і-зараз»; реалізація мотиву; внутрішня узгодженість; реалізація життєвого задуму. Типологічний аналіз патологізації гумору через розгляд різних співвідношень когнітивної норми, зниження рівня процесів узагальнення та абстрагування або викривлення процесу узагальнення з нормою та порушеннями афективної сфери дозволив виокремити та описати узагальнені варіанти гумору, що функціонують в умовах психічної патології.

Попри те, що у сферу нашого дослідження потрапило досить широке коло питань, значна частина їх залишилась нерозкритою. Передусім перспективами подальших розвідок є аспекти, пов'язані з поглибленим вивченням сприйняття боку гумору в осіб з психічними розладами.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Домбровская И.С. Теоретико-методологическое исследование феноменологии юмора. *Теоретическая и экспериментальная психология*. 2010. № 4. С. 31–43.
2. Ениколопов С.Н. Понятие агрессии в современной психологии. *Прикладная психология*. 2001. № 1. С. 60–72.
3. Зайва О.О. Обґрунтування притаманності почуттю гумору потенціалу психологічного подолання. *Вісн. Дніпропетр. ун-ту. Сер. Педагогіка та психологія*. Дніпро, 2003. Вип. 9. С. 23–29.
4. Иванова Е.М., Ениколопов С.Н., Максимова М.Ю. Исследования чувства юмора в психологии (обзор). *Вопросы психологии*. 2006. № 4. С. 122–133.
5. Ильин Е.П. Эмоции и чувства. Санкт-Петербург : Питер, 2002. 752 с.
6. Козинцев А. Антропология смеха: на пути к синтезу. *Докса : збірник наукових праць з філософії та філології / Одеський національний університет ім. І.І. Мечникова, Одеська гуманітарна традиція*. Одеса, 2002. 2008, Вип. 13 : Сміх та серйозність: множинність видів та взаємин. Одеса, 2008. С. 58–66.
7. Козинцев А.Г. Человек и смех. Санкт-Петербург : Алетейя, 2007. 236 с.
8. Леонтьев Д.А. Новые ориентиры понимания личности в психологии: от необходимого к возможному. *Личностный потенциал: структура и диагностика / Под ред. Д.А. Леонтьева*. Москва : Смысл, 2011. С. 12–41.
9. Мартин Р. Психология юмора: пер. с англ. Под ред. Л.В. Куликова. Санкт-Петербург : Питер, 2009. 480 с.
10. Носенко Е.Л. Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції: [Монографія] / Носенко Е.Л., Коврига Н.В. Київ : Вища школа, 2003. 126 с.
11. Носенко Е.Л., Зайва О.О. Походження, зміст та форми виявлення гумору як ресурсу психологічного подолання. *Вісн. Дніпропетр. ун-ту. Сер. Педагогіка та психологія*. Дніпро, 2004. № 7. С. 22–31.
12. Опихайло О.Б. Характер зв'язку психологічних властивостей особистості з різними формами прояву гумору. *Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України*. 2014. Випуск 2. URL: http://www.academia.edu/7333441/Характер_зв_язку_психологічних_властивостей_особистості_з_різними_формами_прояву_гумору.