

ТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ ВОЗМОЖНОСТИ ЮМОРА ПРИ ВЗАИМОДЕЙСТВИИ С ДЕТЬМИ С НЕГАТИВНЫМИ ПСИХИЧЕСКИМИ СОСТОЯНИЯМИ

УДК: 159.922.7

Гордиенко-Митрофанова Ия Владимировна

Доктор психологических наук, профессор кафедры практической психологии, Харьковский национальный педагогический университет имени Г. С. Сковороды, г. Харьков (Украина)

ORCID ID: orcid.org/0000-0001-5332-0663

Кобзева Юлия Андреевна

Аспирант кафедры практической психологии, Харьковский национальный педагогический университет имени Г. С. Сковороды, г. Харьков (Украина)

ORCID ID: orcid.org/0000-0001-8483-9695

Аннотация. *Статья посвящена теоретическому обоснованию концепции создания техники терапевтического юмора, направленной на гармонизацию детско-родительских отношений с детьми старшего дошкольного возраста с негативными психическими состояниями и их родителями. Основу концепции рассматриваемой техники составляют: 1) метод «позитивной реинтерпретации», в фокусе внимания которого находятся, во-первых, осознание родителями «позитивных» аспектов нарушений, а именно, способностей ребенка реагировать на определенные ситуации и конфликты симптоматическим поведением; во-вторых, прямое вовлечение родителей в процесс изменения поведения ребенка – помощь ребенку в переходе от болезненных форм общения с самим собой и с миром к адаптивным; 2) игра Поллианны «Просто радуйся!», цель которой – понизить уровень эмоциональных страданий ребенка и усилить ощущение благополучия, через воспитание позитивного отношения к жизни; 3) прием «профилактики юмористических недоразумений», направленный на формирование у родителей умения чувствовать ребенка на основе воспроизведения собственных детских воспоминаний, связанных с травмирующими юмористическими недоразумениями; 4) совместная читательская деятельность детей и родителей: семейное чтение и обсуждение детской юмористической литературы; 5) положение о том, что психотерапия ребенка осуществляется через психотерапию родителей.*

Ключевые слова: негативное психическое состояние, симптоматическое поведение, дошкольник, детско-родительские отношения, юмор.

... воспитать в ребенке юмор — драгоценное качество, которое, когда ребенок подрастет, увеличит его сопротивление всякой неблагоприятной среде и поставит его высоко над мелочами и дразгами. У ребенка вообще есть великая потребность смеяться. Дать ему добротный материал для удовлетворения этой потребности — одна из не последних задач воспитания.

Корней Чуковский

Постановка проблемы. В последние десятилетия в отечественной науке возрос интерес к проблеме психических состояний дошкольников [7; 17; 19]. Актуальность этой проблемы очевидна. Анализ данных статистики МОЗ Украины на общенациональном и региональном уровнях (Отчет о заболеваниях, зарегистрированных у больных, проживающих в районе обслуживания лечебно-профилактического учреждения) [13] свидетельствует о том, что половина всех заболеваний, зарегистрированных у детей в возрасте до 14 лет, приходится на период с рождения до 6 лет. Среди психосоматических заболеваний, роль психологических факторов в этиопатогенезе которых считается доказанной («Чикагская семерка») [21], такие заболевания, как *эссенциальная гипертензия, язвенная болезнь 12-перстной кишки и бронхиальная астма* проявляются уже в раннем возрасте (до 6 лет); доля пациентов, не достигших 6-летнего возраста, в поставленном диагнозе *сахарный диабет* составляет 21% детей до 14 лет, *ревматоидный артрит, язвенный колит* — 25% детей до 14 лет, более половины

детей до 14 лет с *атопичным* и *контактным дерматитом* — в возрасте до 6 лет. Наиболее многочисленной группой заболеваний, которые так же можно отнести к психосоматическим, являются заболевания органов дыхания — около 65% всех заболеваний среди детей до 6 лет.

Здесь же заметим, что мировое научное сообщество идет к постепенному расширению классификации психосоматических заболеваний [27], и в данном контексте мы придерживаемся не узко клинического, а расширенного, клинико-психологического понимания психосоматики, включающего «не только клинически выраженные психосоматические расстройства, а также и непатологические, но от этого не менее болезненные для пациентов телесные проявления негативных эмоций» [18, с. 36]. Таким образом, можно сделать вывод, что доля заболеваний психосоматической природы, зарегистрированных у дошкольников в Украине в 2017 году, составляет около 85%.

По данным вышеупомянутого отчета, среди пациентов до 14 лет с расстройствами

психики и поведения (F00-F99), зарегистрированных в 2017 году, доля детей дошкольного возраста составляет 29%; с заболеваниями нервной системы (G00-G99) – 37%.

По данным другого отчета МОЗ Украины (Отчет о заболеваниях и контингент лиц с расстройствами психики) [12], среди 13313 госпитализированных детей в 2017 году в возрасте до 14 лет с расстройствами психики и поведения (F00-F09; F20-F99) 47% имеют эмоциональные расстройства и расстройства поведения, начинающиеся обычно в детском и подростковом возрасте (F90-F98), к которым относится, например, энурез и энкопрез неорганической природы.

В этом контексте вопросы разработки коррекционных программ, средств профилактики и преодоления негативных психических состояний у детей дошкольного возраста, характеризующиеся специфической феноменологией, являются остроактуальными. Как одно из таких средств можно рассматривать терапевтический юмор.

Анализ последних исследований и публикаций. Разработка теоретических и практических аспектов проблемы психических состояний наряду с психическими процессами и свойствами личности как основными классами психических явлений впервые нашла свое отображение в работах Н. Д. Левитова [8]. Системообразующие факторы психических состояний были описаны в исследованиях Н. Д. Левитова, В. Н. Мясищева,

Ю. Е. Сосновиковой, А. Н. Леонова, Л. Г. Дикой, Е. П. Ильина. Отдельным элементам структуры психических состояний, их функциям и механизмам, а также вопросам классификации психических состояний и методов их исследования посвящены работы Н. Д. Левитова, В. А. Ганзен, Н. Е. Малкова, Ю. Е. Сосновиковой и др.

Долгое время в области психических состояний одним из наименее изученных возрастных периодов оставался дошкольный возраст. Этот «пробел» в диагностическом аспекте был восполнен работами С. В. Велиевой и представлен следующими оригинальными методиками: «Паровозик», «Часики», «Цветик-восьмицветик», «Кинотеатр» [1].

В последнее время интерес к проблеме психических состояний, в частности к их диагностическому аспекту, нашел свое отражение в работах отечественных ученых – О. В. Ригель, О. М. Кормило и др.

Фактором, влияющим на эмоциональное благополучие ребенка, является семья и, главным образом, качество общения с родителями [3; 9].

Качество общения родителей и детей во многом определяется чувством юмора, а точнее здоровым чувством юмора родителей. Эта мысль находит свое косвенное подтверждение в работах Т.Л. Шишовой [20], О. Б. Вороновой [2], и трудах зарубежных ученых [23; 25; 26; 28].

Целью данной работы является разра-

ботка концепции создания техники терапевтического юмора, направленной на гармонизацию детско-родительских отношений с детьми (старшего дошкольного возраста) с негативными психическими состояниями и их родителями, на основе комплексного использования терапевтического потенциала метода «позитивной реинтерпретации» и принципа Поллианны.

Методы исследования. Основными методами проведенного исследования были теоретическое обоснование терапевтического потенциала метода «позитивной реинтерпретации» и принципа Поллианны как имеющих особую значимость для обеспечения психологического здоровья детей; анализ случая из консультативной практики; обобщение психологических подходов к проблеме развития юмора у детей; психолингвистический эксперимент, имевший своей целью выявление семантических кластеров слова-стимула «юмор». Дополнительными методами были опрос (с целью уточнения результатов свободного ассоциативного эксперимента), анкетирование (для уточнения характеристик выборки). В качестве математико-статистических методов анализа результатов исследования применялись частотный и кластерный анализ, которые позволили выявить тенденции в распределении ассоциаций экспериментальной группы.

САЭ со словом-стимулом «юмор» проводился в письменной форме. Согласно инструкции испытуемые должны указать пол,

возраст, образование/специальность и написать первые пять слов, которые пришли им в голову, с которыми у них ассоциировалось слово «юмор».

Общее число испытуемых, которые приняли участие в эксперименте, составило 400 человек (21-30 лет), в равном соотношении мужчин и женщин. Из них по критерию «образование»: высшее образование – 27,3%, неполное высшее образование (студенты) – 6,8%, среднее специальное образование – 11,5%; не указано – 54,4%.

На слово-стимул «юмор» испытуемые дали 1980 реакций (обработка результатов САЭ по пяти реакциям), из них уникальных – 477 реакций, включая 46 словосочетаний или законченных предложений, реакций с частотой больше 1 – 163, единичных – 314, отказов – 0.

Обработка результатов САЭ на стимул «юмор» по первой реакции дала соответственно 400 ассоциаций, из них уникальных – 130 реакций, включая 8 словосочетаний, реакций с частотой больше 1 – 48, единичных – 82, отказов – 0.

Изложение основного материала. Рассмотрение возможностей терапевтического юмора в контексте детско-родительских отношений представляется нам вполне целесообразным, учитывая не только приверженность авторов методу позитивной психотерапии, но и, прежде всего, разработанные методы и техники при работе с педиатрическими

проблемами. Прежде чем перейти к вопросу развития педиатрических проблем с точки зрения позитивной психотерапии, заметим, что в определении категории «психическое состояние» мы придерживаемся точки зрения Н. Левитова: «психическое состояние – это целостная характеристика психической деятельности за определенный период времени, показывающая своеобразие протекания психических процессов в зависимости от отражаемых предметов и явлений действительности, предшествующего состояния и психических свойств личности» [8, с. 5].

«ПОЗИТИВНАЯ РЕИНТЕРПРЕТАЦИЯ». Одним из трех столпов позитивной психотерапии является «позитивная реинтерпретация» нарушений, в фокусе внимания которой – «позитивные» аспекты болезни, которые часто игнорируются. Например, согласно Н. Пезешкиану, основателю позитивной психотерапии, любой симптом или болезнь имеют значимость для переработки пациентом своих переживаний, выполняют определенные функции в структуре семейных отношений, являются индикатором дисгармонии жизненной ситуации [15, с. 98-99]. Можно предположить, что причины функциональных и психосоматических заболеваний ребенка часто кроются в его социальном окружении [14].

В духе «позитивной реинтерпретации» любое нарушение – это не только его объективные проявления, но и определенные способности ребенка. Например, *энурез* – не про-

сто «особая форма непровольного опорожнения мочевого пузыря», но и способность ребенка «плакать нижней половиной тела»; *бронхиальная астма* – не просто «приступы одышки из-за спазмов бронхиальной мускулатуры и, возвратным путем, в диафрагме, а также обусловленные респираторными мышцами», но и «способность на определенные актуальные способности реагировать спонтанно», способность поддерживать интенсивную связь с собственным телом, с родителями; способность осознать себя через симптомы (хрипы, кашель, хватание воздуха); *агрессивность* – это не просто «воинственность, жестокость», но еще и «способность спонтанно, эмоционально и расторможенно реагировать на что-либо»; *непослушание, дерзость, упрямство* – не просто «психологическое отрицание внешних авторитетов, часто сочетается с эмоциональными вспышками (гнев, дерзость)», но и «способность сказать «нет»; *лень* – не просто «торможение деятельности, невыполнение, отсутствие прилежания, слабость характера», но и «способность избегать требований достижения»; *компульсивный невроз* – не просто «потребность все время оглядываться, проверять, закрыты ли двери, навязчивое умывание...», но и «способность осуществлять что-либо с чрезвычайной точностью, добросовестностью, пунктуальностью и последовательностью; способность не доверять себе и путем повторения и контроля отражать опасности (внешние опасности сознательно, внутренние

опасности бессознательно)»; *нервная анорексия* – не просто «потеря аппетита, мания похудения в пубертатный период», но и «способность прожить на ограниченные средства; способность избавиться от женской половой роли с помощью голода»; *заторможенность* – это еще и «способность сдерживаться и в себе переживать воспринятое»; *распущенность* – «способность игнорировать общепринятые формы или противостоять им»; *фобии* – «способность избегать кажущихся угрожающими ситуаций и объектов»; *соперничество братьев и сестер* – «способность при помощи сравнения самоутверждаться и развиваться» [15, с. 102-107; 14, с. 327]. Все описанные выше нарушения говорят еще и о способности ребенка сообщать на языке тела, что в данный момент у него нет другого способа справиться с имеющимся конфликтом.

Да, этот способ мышления действительно необычен для большинства людей, но именно этому способу мышления и предстоит научиться родителю. Осознание этих способностей открывает новые возможности родителям для решения проблемы.

Н. Пезешкиан – немецкий невролог, психиатр и психотерапевт иранского происхождения – убежден в способности ребенка и подростка «реагировать на определенные ситуации и конфликты и вырабатывать симптоматическое поведение как сигнал о каком-либо нарушении» [14, с. 327]; ученый полагает, что нарушение возникает как средство вос-

становления утраченного или нарушенного единства личности и продолжения личностного роста.

Итак, чтобы родитель мог помочь ребенку справиться с негативными психическими состояниями, такими как страх, тревога, агрессия, обида, упрямство, грусть, капризность, беспомощность, а также различного рода невротическими и неврозоподобными синдромами – энурез, заикание, тики и т. д., спровоцированными психологическими факторами, – ему (родителю) следует взять на себя роль терапевта и исходить из «позитивной реинтерпретации» нарушений, отвечая сразу на два вопроса: почему возникает нарушение и для чего оно, помогая тем самым перейти ребенку от болезненных к адаптивным способам общения с миром и с собой [6, с. 331].

А для этого родитель должен обладать здоровым чувством юмора: суметь «подняться» над объективными проявлениями симптома или болезни и добраться до их «позитивного» значения.

«Юмор в свои лучших проявлениях, – утверждает Кэрролл И. Изард, связан с эмоцией радости» [5, с. 175]. Здесь самое время перейти к описанию принципа Поллианны.

ПРИНЦИП ПОЛЛИАННЫ. В культовом романе американской детской писательницы Э. Портер, опубликованном в 1913 году, описан пример позитивной реинтерпретации. Девочка Поллианна после смерти отца (мать у нее умерла давно) вынуждена была

переехать к деспотичной тете Полли. Тетя в первый день по приезду племянницы решает, что Поллианна должна сама расплачиваться за свою расхлябанность и заодно научиться пунктуальности, и поэтому оставляет ее без ужина, дав ей только хлеб с молоком, «за то, что дитя, наплакавшись, случайно уснуло с дороги» [16, с. 37]. Тетя Полли поселяет девочку в кое-как обставленную каморку под самой крышей [16, с. 32]. Но Поллианну это не огорчает. Девочка сразу после приезда на новое место начинает играть в игру «Просто радуйся» (англ. The Glad Game), в которую ее научил играть папа – бедный пастор маленькой церкви. Как же появилась эта игра? Поллианна когда-то очень хотела куклу. И вот ее папа написал в благотворительное общество письмо с просьбой прислать куклу. Когда пришла долгожданная бандероль из очередной партии пожертвований, к ней прилагалось письмо, в котором дамы благотворительного общества сообщали, что кукол нет, зато есть маленькие костыли, которые тоже могут понадобиться ребенку. Тогда-то и началась игра. Когда Поллианна рассказывала об этой игре прислуге Нэнси, та воскликнула: «Боже милостивый! Какая радость может быть в костылях? Получить в подарок костыли, когда мечтаешь о кукле!» На что девочка восторженно воскликнула: «Это же так просто! Радость в том, что они вам не нужны! ... Видишь, как все просто, когда знаешь, как играть» [16, с. 42].

«С тех пор мы часто играли в эту игру... И чем труднее найти радость, тем интереснее играть»... «... Понимаете, когда начинаешь искать во всем что-то хорошее, постепенно забываешь о неприятностях» [16, с. 42].

Так, постепенно, девочка приучила себя отыскивать поводы для радости и восторга относительно любого события, которое происходило в её жизни. Вот и теперь, осматривая свое новое жилище, стоя у трюмо и глядя с некоторой тоской на голую стену в том месте, где предполагалось зеркало, Поллианна сказала Нэнси: «То, что тут нет никакого зеркала, тоже очень хорошо. По крайней мере, не буду видеть своих противных веснушек!» Потом Поллианна подошла к одному из окошек и, захлопав в ладоши от радости, восторженно воскликнула: «Только посмотри, Нэнси! ... Какой чудесный, красивый вид! Эти деревья, домики. Шпиль церкви. Речка блестит прямо как серебряная! Когда у тебя такой вид из окна, не нужно никаких картин! Верно, Нэнси? Теперь я даже рада, что тетюшка поселила меня в эту комнату...» [16, с. 34].

Со временем даже тетя Полли привязалась к своей племяннице, и начала воспринимать окружающую действительность так же, как и Поллианна.

Много позже, в 1978 году, психологи М. Матлин [Matlin, Margaret W.] и Д. Станг [Stang, David J.] обратились к архетипическому литературному образу девочки Поллианны и впервые описали принцип Поллианны

(англ. Pollyanna principle) в психологической сфере научного знания. Принцип Поллианны – это склонность людей запоминать приятные вещи более точно, чем неприятные [24, с. 260]; бессознательный уклон в сторону положительных моментов.

Так можно ли «обучить» ребенка радости? Кэрролл И. Изард утверждает, что «поскольку радость не может быть непосредственным результатом волевого усилия или целью деятельности, процесс развития эмоции радости у ребенка протекает несколько иначе, чем процесс развития эмоции интереса-возбуждения. Родители не могут «обучить» ребенка радости, не могут выстроить для него модель поведения, гарантированно ведущую его к счастью. Но они могут вовлекать его в игры, способствующие пробуждению эмоции радости. Подобные переживания радости очень важны для нормального развития ребенка, но они кратковременны и зависят от душевной щедрости окружающих его людей. Родители могут и должны делиться своей радостью с ребенком, позволяя ему переживать эту эмоцию косвенно...» [5, с. 168].

Безусловно, в данном контексте, «обучить» ребенка радости, чтобы выстроить для него «модель поведения, гарантированно ведущую его к счастью», родители, конечно, не могут, но учить ребенка радоваться жизни в любых условиях и при любых обстоятельствах могут. Пожалуй, эта одна из самых сложных задач для родителей, поскольку для

ее выполнения необходимо самому быть счастливым и радостным. Но это так естественно для ребенка, ведь «нормальное психическое состояние ребенка – хорошее, бодрое настроение, тяга к веселью и шалостям, – пишет В. С. Мухина. – Нормальный ребенок пробуждается с улыбкой на устах. Он рад новому дню и хочет приобщить к своей радости окружающих» [11]. Родитель может и должен приобщаться к радости своего ребенка и приобщать его к переживанию собственной радости, и только тогда радость станет частью его жизненного стиля.

При оказании помощи ребенку с негативными психическими состояниями родители могут взять в качестве терапевтического инструмента описанную выше «игру в радость», предварительно вместе с ним прочитав книгу Э. Портер «Полианна». Цель данной игры – воспитать у ребенка позитивное отношение к жизни. Успешность игрового коррекционного воздействия на неконструктивное поведение ребенка обусловлена, прежде всего, тем, что игровая деятельность является ведущим типом деятельности дошкольника.

Выше мы процитировали американского психолога Кэрролла И. Изарда, одного из создателей теории дифференциальных эмоций, в том, что юмор в его лучших проявлениях связан с эмоцией радости. Далее он пишет, что «в конечном итоге способность к пониманию юмора зависит от того, насколько гармоничным было раннее развитие человека,

насколько свободно он мог выражать те внезапные вспышки радости, которыми сопровождаются некоторые когнитивные процессы» [5, с. 175].

Однако надо помнить о том, что «у взрослых и у детей разные представления о смешном, – как справедливо замечает Т. Л. Шишова. – Из-за чего порой и происходят недоразумения» [20, с. 64]. Хорошим примером различия в понимании чувства юмора у детей и у взрослых может послужить случай Софии, молодой 33-летней женщины из практики психологического консультирования автора статьи (*И. В. Г.-М.*).

МЫ – РАЗНЫЕ. СОФИЯ И СЕНБЕРНАР. «У нас была собака, сенбернар, – рассказывает клиентка. На тот момент, мне было пять лет, и она казалась мне просто огромной. Она всех впускала во двор, но никого не выпускала. ... Когда я маме надоедала в доме, она меня одевала, выводила во двор, звала Маньку, так звали нашу собаку, давала мне в руки поводок, и я с ней отправлялась на прогулку по двору. При любой попытке выйти за ворота дома, она меня валила на землю и прижимала лапой, понятно, что я начинала кричать. ... На мой крик выходили родители и почему-то всякий раз хвалили Маньку и смеялись. Помню, что я очень злилась на родителей. Я продолжала на них злиться еще очень долгое время. Значит то, что я лежу на земле, придавленная Манькой, и кричу – это нормально. И это почему-то еще и смех вызывает

у них??? Спустя многие годы, папа объяснил мне, что Маньку специально обучили не выпускать меня со двора, за что и хвалили. На самом деле, конечно, придавливала она меня совсем не больно. ... Манька меня очень сильно любила, меня, наверное, так больше никто и не любил. ... Всякий раз, когда Манька с разрешения родителей убирала с меня лапу, я поднималась и начинала ее бить, могла даже ногой пнуть, а она только облизывала меня».

Часто то, что кажется понятным и очевидным взрослому, может быть совсем непонятным и неочевидным ребенку. Для нас, взрослых, понятно и очевидно, что боль ребенка не может стать поводом для смеха родителя. Родители для малыша – это защита, поддержка, понимание с полуслова. Как же ему самому себе объяснить их смех, когда он кричит и плачет, а источник его боли (пусть и не боли, а просто дискомфорта – но ведь мама и папа об этом не знают!) хвалят?

Как не нанести вред или психологическую травму ребенку? В подобных ситуациях, касающихся юмора, родителям следует просто объяснять ребенку, почему и над чем мы, взрослые, смеемся. А чтобы родители были способны предупреждать травмирующие ребенка юмористические недоразумения важно развивать у них умение чувствовать ребенка на основе воспроизведения собственных детских воспоминаний, связанных с юмором, так сказать проводить «профилактику юмористических недоразумений».

Развитию умения чувствовать ребенка способствует терапевтическое использование юмора в детско-родительских отношениях. Под терапевтическим использованием юмора мы подразумеваем совместное чтение и обсуждение юмористической литературы. Детская юмористика достаточно широко представлена прозаическими, стихотворными и драматургическими произведениями К. Чуковского, С. Черного, М. Зощенко А. Усачева, А. Толстого, Н. Носова, В. Драгунского, Э. Успенского, М. Остера, В. Дружининой, Е. Ракитиной, Л. Петрушевской, Ю. Олеши, Е. Шварца, Ю. Ковалю, В. Голявкина, Г. Вангели, А. Линдгрена и многими другими.

Что еще должен знать родитель про юмор? На сегодняшний день одним из самых авторитетных ученых в области психологии юмора является канадский психолог Р. Мартин. В «Психологии юмора» Р. Мартин проанализировал и обобщил огромное количество экспериментальных данных и теоретических концепций в области возрастной психологии юмора за последние 60 лет. В контексте нашей проблемы для нас представляют интерес следующие выводы, к которым пришел Р. Мартин:

- все психологические аспекты юмора – когнитивные процессы, касающиеся восприятия, языка, формирования понятий, памяти, решения задач, креативности, а также игра и эмоции, социальные отношения и коммуникация, биологические процессы, протекающие в

мозге и распространяющиеся на другие части тела, – начинают проявляться вскоре после рождения и продолжают развиваться в детстве и во взрослой жизни;

- развитие чувства юмора у детей идет параллельно их общему когнитивному развитию;

- чувство юмора – это продукт, как наследственности, так и окружения, при этом относительный вклад этих двух факторов варьируется для различных компонентов юмора; когда речь идет о понимании конкретных типов юмора, влияние генетического фактора незначительно, и большая часть различий объясняется общими и различающимися внешними воздействиями;

- то, над чем смеются люди, определяется, прежде всего, их прошлым опытом в родительской семье и вне ее;

- дети с развитым чувством юмора в целом склонны больше участвовать в играх;

- к концу второго года жизни дети способны проводить различие между юмором и другими формами игры;

- способность использовать иронию для выражения косвенной критики появляется у детей в возрасте шести лет, однако, несмотря на это, ребенок не осознает юмористические аспекты иронического языка вплоть до позднего детства и юности;

- поддразнивание у детей младшего возраста имеет тенденцию быть в большей степени открыто враждебным, обидным и

оскорбительным;

- к шестилетнему возрасту дети начинают избегать действий, за которые, как они наблюдали, высмеивали других;

- дети используют юмор для совладания с эмоционально возбуждающими угрожающими темами, вызывающими тревогу или чувство вины: смерть, насилие, разрушение, наказание, болезнь, отправления организма, сексуальность и глупость; игровая юмористическая фантазия позволяет ребенку превратить угрожающую ситуацию в нечто смешное и приятное;

- чувство юмора как способ совладать с отрицательными эмоциями, гневом и тревогой, развивается и у детей в дисфункциональных семьях, также дети в негармоничных семьях используют юмор как средство привлечь к себе внимание и получить одобрение родителей, которые, в противном случае, игнорируют их [10, с. 266-307].

Опираясь на приведенные выше выводы, родителю при общении с ребенком следует учитывать уровень его когнитивного развития и избегать иронии, сарказма и «черного» юмора. ««Черный» юмор, – замечает Т. Шишова, – особенно санкционированный авторитетными взрослыми, родителями и учителями, размывает границы добра и зла» [20, с. 102].

Наше собственное исследование юмора в рамках игровой компетентности [22] проводилось с помощью психолингвистического инструментария. Основным этапом, как ука-

зывалось выше, был САЭ со словом стимулом «юмор». Итогом проведенного исследования было распределение 400 реакций по семантическим кластерам. Кластерный анализ показал, что ядро абстрактного слова «юмор» у взрослых (больше 60%) репрезентируется тремя семантическими группами: «смех», «шутка» и «веселье». Это свидетельствует о том, что для большинства рядовых русскоязычных жителей Украины характерна в целом положительная оценка стимула. Однако анализ периферийных и единичных реакций позволил выявить, что у 8.25% взрослых (33 человека из 400) юмор ассоциируется, прежде всего, с «черным» юмором, чем-то пошлым и такими его формами как ирония и сарказм. Опрос респондентов с целью уточнения результатов САЭ свидетельствует о том, что в эти 8.25% входят взрослые из дисфункциональных семей.

Анализ теоретических аспектов юмора [4] и эмпирических данных, полученных упомянутыми выше учеными, а также собственное психолингвистическое исследование авторами чувства юмора, как компонента игровой компетентности, позволил прийти к выводу, что терапевтический юмор в детско-родительских отношениях – это юмор, который используется родителями в искренней манере и выражает эмпатическое отношение родителей к ребенку.

Выводы. Концептуальной основой создания техники терапевтического юмора,

направленной на гармонизацию детско-родительских отношений с детьми (старшего дошкольного возраста) с негативными психическими состояниями и их родителями, являются следующие основные методы, принципы и положения:

- метод «позитивной реинтерпретации», в фокусе внимания которого находятся, во-первых, осознание родителями «позитивных» аспектов нарушений, а именно, способностей ребенка реагировать на определенные ситуации и конфликты симптоматическим поведением; во-вторых, прямое вовлечение родителей в процесс изменения поведения ребенка с целью помочь ребенку перейти от болезненных форм общения с самим собой и с миром к здоровым, адаптивным;
- игра Поллианны «Просто радуйся!», цель которой – понизить уровень эмоциональных страданий ребенка и усилить ощущение благополучия через воспитание позитивного отношения к жизни; пробудить в ребенке «всемогущее и неиссякаемое желание находить положительную сторону во всем, что уже произошло или только произойдет» [16, с. 124];
- «профилактика юмористических недоразумений», направленная на формирование у родителей умения чувствовать ребенка на основе воспроизведения соб-

ственных детских воспоминаний, связанных с травмирующими юмористическими недоразумениями. Это помогает достичь более точного понимания чувств ребенка;

- совместное чтение и обсуждение детской юмористической литературы. Данный вид деятельности способствует сближению родителей и детей, укреплению доверия и дружелюбия;
- психотерапия ребенка осуществляется через психотерапию родителей.

Общая цель техники терапевтического юмора, направленной на гармонизацию детско-родительских отношений с детьми (старшего дошкольного возраста) с негативными психическими состояниями и их родителями, – помочь ребенку справиться со своим симптоматическим поведением посредством прямого вовлечения родителей в процесс изменения поведения ребенка.

Перспективы дальнейших исследований. Данные статистики МОЗ Украины на общенациональном и региональном уровнях свидетельствуют о тенденции ухудшения состояния здоровья детей дошкольного возраста. Вопросы разработки коррекционных программ, средств профилактики и психотерапевтических техник преодоления негативных психических состояний у дошкольников являются актуальными. Перспективой дальнейших исследований является описание практического аспекта предложенной техники терапевти-

ческого юмора, направленной на гармонизацию детско-родительских отношений с детьми (старшего дошкольного возраста) с негативными психическими состояниями и их родителями.

Перелік використаних джерел:

1. *Велиева С. В.* Психические состояния детей дошкольного возраста : дис. ... канд. психол. наук / С. В. Велиева. – Казань : Казанский технический университет, 2001. – 231 с.
2. *Воронова О. Б.* Формирование чувства юмора у старших дошкольников в условиях детского сада / О. Б. Воронова. – Полысаево, 2015. – 27 с.
3. *Выготский Л. С.* Педагогическая психология / Л. С. Выготский. – Москва : Педагогика, 1991. – 480 с.
4. *Гордиенко-Митрофанова И. В.* «Здоровое чувство юмора» психотерапевта или терапевтический юмор / И. В. Гордиенко-Митрофанова, С. Ю. Пашенко // Метафоризация и транскультуральный подход в консультации и психотерапии. Сборник научных статей. Международная высшая школа практической психологии. – Рига, 2017. – № 32. – С. 26-32.
5. *Изард К. Э.* Психология эмоций / Кэррол Э. Изард. – СПб. : Питер, 2008. – 464 с.
6. *Каган В. Е.* Психотерапия и реальность (вместо послесловия) // Пезешкиан Н. Позитивная семейная психотерапия: Семья как терапевт. – М., 1993.
7. *Кормило О. М.* Психічні стани та їх зв'язок зі страхом у дитячому віці / О. М. Кормило // Проблеми сучасної психології. Збірник наукових праць К-ПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. – 2014. – Випуск 23. – С. 286-297.
8. *Левитов Н. Д.* О психических состояниях человека / Н. Д. Левитов – М. : Просвещение, 1964. – 344 с.
9. *Лисина М. И.* Проблемы онтогенеза общения / М. И. Лисина. – М. : Педагогика, 1986. – 144 с.
10. *Мартин Р.* Психология юмора / Род Мартин. Пер. с англ. под ред. Л. В. Куликова. – СПб.: Питер, 2009. – 480 с.
11. *Мухина В. С.* Шестилетний ребенок в школе : книга для учителя / В.С. Мухина. – М. : Просвещение, 1986. – 144 с.
12. *Сайт* Державного закладу «Центр медичної статистики Міністерства охорони здоров'я» України. Статистичні дані за 2017 рік. Форма № 10. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://medstat.gov.ua/ukr/statdan.html>
13. *Сайт* Державного закладу «Центр медичної статистики Міністерства охорони здоров'я» України, Статистичні дані за 2017 рік. Форма № 12. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://medstat.gov.ua/ukr/statdan.html>
14. *Пезешкиан Н.* Психосоматика и позитивная психотерапия: Пер. с нем. / Носрат Пезешкиан. – 15.2-е издание. – М. : Институт позитивной психотерапии, 2006. – 464 с.
16. *Пезешкиан Н.* Позитивная семейная психотерапия: семья как терапевт: Пер. с англ. и нем. / Носрат Пезешкиан. – М.: Март, 1996. – 336 с.
17. *Портер Э. Х.* Поллианна / Элинор Ходжман Портер ; пер. с англ. С. Магомета. – М. : Махаон, Азбука-Аттикус, 2018. – 256 с.
18. *Ригель О. В.* Психологічна адаптація дошкільника в ситуації зміни соціального середовища: автореферат дисертації на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук : 19.00.07 – педагогічна та вікова психологія / О. В. Ригель. – Інститут психології ім. Г. С. Костюка НАПН України, 2011. – 24 с.
19. *Сандомирский М. Е.* Психосоматика и телесная психотерапия: Практическое руководство / М. Е. Сандомирский. – М. : Независимая фирма «Класс», 2005. – 592 с.
20. *Теплюк А. А.* Сім'я як первинне джерело психічного здоров'я дитини дошкільного віку / А. А. Теплюк // Проблеми сучасної психології. Збірник наукових праць К-ПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. – 2013. – Випуск 21. – С.

© Гордиенко-Митрофанова И. В.,
Кобзева Ю. А.

692-701.

21. *Шишова Т. Л.* Чтобы ребенок не был трудным. Воспитание детей от 4 до 14 лет / Т. Л. Шишова. – Рязань : Зерна-Книга, 2018. – 416 с.

22. *Alexander F.* Psychosomatic Medicine, Its Principles and Applications / F. Alexander. – Norton & Company, 1950.

23. *Gordienko-Mytrofanova I.* Humor as a component of ludic competence / I. Gordienko-Mytrofanova, Iu. Kobzieva // *Visnik HNPU imeni G. S. Skovorodi Psihologija*. – 2017. – Issue 57. – P. 40-56.

24. *Manke B.* Genetic and environmental contributions to children's interpersonal humor / B. Manke // In W. Ruch (Ed.), *The sense of humor: Explorations of a personality characteristic* (pp. 361-384). Berlin, Germany: Walter de Gruyter, 1998.

25. *Matlin M. W.* The Pollyanna Principle: Selectivity in Language, Memory, and Thought / Margaret W. Matlin. – Schenkman Pub. Co., 1978. – 226 p.

26. *McGhee P. E.* Development of the sense of humour in childhood: A longitudinal study / P. E. McGhee // In P. E. McGhee & A. J. Chapman (Eds.), *Children's humour* (pp. 213-236). Chichester: John Wiley & Sons, 1980.

27. *McGhee P. E.* Generational differences in humor and correlates of humor development / P. E. McGhee, N. J. Bell, & N. S. Duffey // In L. Nahemow, K. A. McCluskey-Fawcett & P. E. McGhee (Eds.), *Humor and aging* (pp. 253-263). Orlando, FL: Academic Press, 1986.

28. *Nisar H.* Fundamental concept of psychosomatic disorders: a review / H. Nisar, R. Srivastava // *International Journal of Contemporary Medicine Surgery and Radiology*. – 2018. – 3(1). – P. 12-18.

29. *Prasinos S.* The family relationships of humor-oriented adolescents / S. Prasinos, & B. I Tittler // *Journal of Personality*. – 1981. – 49(3). – P. 295-305.

References (Transliteration):

1. *Velieva S. V.* Psikhicheskie sostoyaniya detey doshkolnogo vozrasta [Mental conditions of preschool children] : Candidate's thesis / S. V. Velieva. – Kazan : Kazan technical university, 2001. – 231 p.

2. *Voronova O. B.* Formirovanie chuvstva yumora u starshih doshkolnikov v usloviyah detskogo sada [Formation of a sense of humor in senior preschool children in a kindergarten] / O. B. Voronova. – Polysaev, 2015. – 27 p.

3. *Vygotskiy L. S.* Pedagogicheskaya psihologiya [Educational psychology] / L. S. Vygotskiy. – Moscow : Pedagogika, 1991. – 480 p.

4. *Gordienko-Mitrofanova I. V.* «Zdorovoe chuvstvo yumora» psihoterapevta ili terapevticheskij yumor ["A healthy sense of humor" of a therapist or therapeutic humor] / I. V. Gordienko-Mitrofanova, S. Yu. Paschenko // *Metaforizatsiya i transkulturalnyy podhod v konsultatsii i psihoterapii*. Sbornik nauchnykh statey. Mezhdunarodnaya vysshaya shkola prakticheskoy psihologii – Metaphorization and transcultural approach in counseling and psychotherapy. Collection of scientific articles. International Higher School of Practical Psychology. – Riga, 2017. – Issue 32. – P. 26-32.

5. *Izard C. E.* Psihologiya emotsiy [The Psychology of Emotions] / Carroll E. Izard. – SPb.: Piter, 2008. – 464p.

6. *Kagan V. E.* Psihoterapiya i realnost (vmesto poslesloviya) [Psychotherapy and reality (instead of afterword)] // *Pezheshkian N. Pozitivnaya semeynaya psihoterapiya: Semya kak terapevt – Positive family psychotherapy: Family as a therapist*. – M., 1993.

7. *Kormylo O. M.* Psykhichni stany ta yikh zvyazok zi strakhom u dytyachomu vitsi [Mental states and their connection with childhood fear] / O. M. Kormylo // *Problemy suchasnoyi psikhologii*. Zbirnyk naukovykh prats K-PNU imeni Ivana Ohiyenka, Instytutu psikhologii imeni H.S. Kostyuka NAPN Ukrayiny – Problems of modern psychology. Collection of scientific works of K-PNU named after Ivan Ogienko, G.S. Kostyuk Institute of Psychology of the National Academy of Sciences of Ukraine. – 2014. – Issue 23. – P. 286-297.

8. *Levitov N. D.* O psihicheskikh sostoyaniyah cheloveka [On mentality states of a person] / N. D. Levitov – M. :

© Гордиенко-Митрофанова И. В.,
Кобзева Ю. А.

Prosveschenie, 1964. – 344 p.

9. *Lisina M. I.* Problemy ontogeneza obscheniya [Problems of ontogenesis of communication] / M. I. Lisina. – M. : Pedagogika, 1986. – 144 p.

10. *Martin R.* Psihologiya yumora [The Psychology of Humor] / Rod Martin. Translation from English under the editorship of L. V. Kulikov. – SPb.: Piter, 2009. – 480 p.

11. *Mukhina V. S.* Shestiletniy rebenok v shkole : kniga dlya uchitelya [A six-year-old at school: a book for a teacher] / V.S. Muhina. – M. : Prosveschenie, 1986. – 144 p.

12. *Sayt Derzhavnoho zakladu «Tsentri medychnoyi statystyky Ministerstva okhorony zdorovya» Ukrayiny.* Statystychni dani za 2017 rik. Forma № 10 [The site of the State institution "Center of medical statistics of the Ministry of Health" of Ukraine. Statistics for 2017. Form number 10]. – [Electronic resource]. – Retrieved from: <http://medstat.gov.ua/ukr/statdan.html>

13. *Sayt Derzhavnoho zakladu «Tsentri medychnoyi statystyky Ministerstva okhorony zdorovya» Ukrayiny.* Statystychni dani za 2017 rik. Forma №12 [The site of the State institution "Center of medical statistics of the Ministry of Health" of Ukraine. Statistics for 2017. Form number 12]. – [Electronic resource]. – Retrieved from: <http://medstat.gov.ua/ukr/statdan.html>

14. *Pezeshkian N.* Psihosomatika i pozitivnaya psihoterapiya: Per. s nem. [Psychosomatics and positive psychotherapy: Translation from German] / Nossrat Pezeshkian. – 2nd ed. – M. : Institut pozitivnoy psihoterapii – Institute of positive psychotherapy, 2006. – 464 p.

15. *Pezeshkian N.* Pozitivnaya semeynaya psihoterapiya: semya kak terapevt: Per. s angl. i nem. [Positive family psychotherapy: family as a therapist: Translation from English and German] / Nossrat Pezeshkian. – M.: Mart, 1996. – 336 p.

16. *Porter E. H.* Pollyanna / Eleanor Hodgman Porter : translated from English by S. Magomet. – M. : Mahaon, Azbuka-Attikus, 2018. – 256 p.

17. *Rigel O. V.* Psihologichna adaptatsiya doshkilnika v situatsiyi zmini sotsialnogo seredovischa [Psychological adaptation of the preschool child in a situation of changing

the social environment] : Extended abstract of candidate's thesis: 19.00.07 – Educational and developmental psychology / O. V. Rigel. – G.S. Kostyuk Institute of Psychology of the National Academy of Sciences of Ukraine, 2011. – 24 p.

18. *Sandomirskiy M. E.* Psihosomatika i telesnaya psihoterapiya: Prakticheskoe rukovodstvo [Psychosomatics and Body Psychotherapy: Practical Guide] / M. E. Sandomirskiy. – M. : Nezavisimaya firma «Klass», 2005. – 592 p.

19. *Tepliyuk A. A.* Simya yak pervinne dzherelo psihichnogo zdorov'ya ditini doshkilnogo viku [Family as the primary source of mental health for a child of preschool age] / A. A. Tepliyuk // Problemy suchasnoyi psykholohiyi. Zbirnyk naukovykh prats K-PNU imeni Ivana Ohiyenka, Instytutu psykholohiyi imeni H.S. Kostyuka NAPN Ukrayiny – Problems of modern psychology. Collection of scientific works of K-PNU named after Ivan Ogienko, G.S. Kostyuk Institute of Psychology of the National Academy of Sciences of Ukraine. – 2013. – Issue 21. – P. 692-701.

20. *Shishova T. L.* Chtoby rebenok ne byl trudnym. Vospitanie detey ot 4 do 14 let [Upbringing of children from 4 to 14 years] / T. L. Shishova. – Ryazan : Zerna-Kniga, 2018. – 416 p.

21. *Alexander F.* Psychosomatic Medicine, Its Principles and Applications / F. Alexander. – Norton & Company, 1950.

22. *Gordienko-Mytrofanova I.* Humor as a component of ludic competence / I. Gordienko-Mytrofanova, Iu. Kobzieva // Visnik HNPU imeni G. S. Skovorodi Psihologija. – 2017. – Issue 57. – P. 40-56.

23. *Manke B.* (1998). Genetic and environmental contributions to children's interpersonal humor / B. Manke // In W. Ruch (Ed.), The sense of humor: Explorations of a personality characteristic (pp. 361-384). Berlin, Germany: Walter de Gruyter.

24. *Matlin M. W.* The Pollyanna Principle: Selectivity in Language, Memory, and Thought / Margaret W. Matlin. – Schenkman Pub. Co., 1978. – 226 p.

25. McGhee P. E. Development of the sense of humour in childhood: A longitudinal study / P. E. McGhee // In P. E. McGhee & A. J. Chapman (Eds.), *Children's humour* (pp. 213-236). Chichester: John Wiley & Sons, 1980.
26. McGhee P. E. Generational differences in humor and correlates of humor development / P. E. McGhee, N. J. Bell, & N. S. Duffey // In L. Nahemow, K. A. McCluskey-Fawcett & P. E. McGhee (Eds.), *Humor and aging* (pp. 253-263). Orlando, FL: Academic Press, 1986.
27. Nisar H. Fundamental concept of psychosomatic disorders: a review / H. Nisar, R. Srivastava // *International Journal of Contemporary Medicine Surgery and Radiology*. – 2018. – 3(1). – P. 12-18.
28. Prasinis S. The family relationships of humor-oriented adolescents / S. Prasinis, & B. I Tittler // *Journal of Personality*. – 1981. – 49(3). – P. 295-305.

Gordienko-Mytrofanova Iia

Doctor of Psychology, Professor of the Department of Practical Psychology, H.S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University, Kharkiv (Ukraine)

Kobzieva Iuliia

Post-graduate student of the Department of Practical Psychology, H.S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University, Kharkiv (Ukraine)

THERAPEUTIC CAPACITIES OF HUMOR WHEN DEALING WITH CHILDREN IN THE NEGATIVE PSYCHIC STATE OF MIND

ABSTRACT

The article is devoted to the development of the conceptual foundation for the technique of therapeutic humor, which is intended to harmonize the relationships between parents and their children (pre-school students) who experience negative psychic states of mind.

The theoretical reasoning behind the ther-

apeutic potential of the “positive reinterpretation” method and Pollyanna principles, which are especially important for securing children’s mental health, together with the systematization of psychological approaches to the development of humor in children, and the psycholinguistic experiment whose aim was to define the semantic clusters of the stimulus-word “humor”- all these enabled us to outline the conceptual underpinning for the technique of therapeutic humor, which involves the following:

- method of “positive reinterpretation” that focuses, in the first place, on the parents’ ability to understand the “positive” aspects of deviations, i.e. the child’s ability to react to particular situations and conflicts displaying particular symptomatic behavior, and secondly, it means parents’ direct involvement into the process of correcting their child’s behavior, i.e. helping the child to give up unhealthy relationships with oneself and the rest of the world and take up more healthy and adaptive formats;

- Pollyanna’s “Glad game”, whose aim is to reduce the child’s level of emotional suffering and enhance the feeling of well-being via developing a more positive attitude to life;

- “prevention of humor misunderstanding”, which is aimed at teaching parents to feel their child on the basis of recollecting their own childhood memories connected with traumatic humor misunderstanding. This helps to better understand the child’s emotions;

- reading and discussing children’s hu-

moristic literature together with the child. This activity helps to establish closer relationships between parents and children, building the atmosphere of trust and friendship;

- children's psychotherapy is performed through the psychotherapy of their parents.

The main goal of the therapeutic humor technique is to help children to deal with their symptomatic behavior via direct involvement of their parents into the process of correcting their child's behavior.

Key words: negative psychic state of mind, symptomatic behavior, pre-school child, relationship between parents and children, humor.

Гордиенко-Митрофанова Ия Владимировна

Доктор психологических наук, профессор кафедры практической психологии, Харьковский национальный педагогический университет имени Г. С. Сковороды, г. Харьков (Украина)

Кобзева Юлия Андреевна

Аспирант кафедры практической психологии, Харьковский национальный педагогический университет имени Г. С. Сковороды, г. Харьков (Украина)

ТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ ВОЗМОЖНОСТИ ЮМОРА ПРИ ВЗАИМОДЕЙСТВИИ С ДЕТЬМИ С НЕГАТИВНЫМИ ПСИХИЧЕСКИМИ СОСТОЯНИЯМИ

Аннотация. Статья посвящена разработке концептуальных оснований создания техники терапевтического юмора, направленной на гармонизацию детско-родительских отношений с детьми (старшего дошкольного возраста) с негативными психическими состо-

яниями и их родителями.

Теоретическое обоснование терапевтического потенциала метода «позитивной реинтерпретации» и принципа Поллианны как имеющих особую значимость для обеспечения психологического здоровья детей, систематизация и обобщение психологических подходов к проблеме развития юмора у детей, психолингвистический эксперимент, имевший своей целью выявление семантических кластеров слова-стимула «юмор», позволили сформулировать концептуальные положения создания техники терапевтического юмора, к ним относятся:

- метод «позитивной реинтерпретации», в фокусе внимания которого находятся, во-первых, осознание родителями «позитивных» аспектов нарушений, а именно, способностей ребенка реагировать на определенные ситуации и конфликты симптоматическим поведением; во-вторых, прямое вовлечение родителей в процесс изменения поведения ребенка – помочь ребенку перейти от болезненных форм общения с самим собой и с миром к здоровым, адаптивным;

- игра Поллианны «Просто радуйся!», цель которой – понизить уровень эмоциональных страданий ребенка и усилить ощущение благополучия, через воспитание позитивного отношения к жизни;

- «профилактика юмористических недоразумений», направленная на формирование у родителей умения чувствовать ребенка

на основе воспроизведения собственных детских воспоминаний, связанных с травмирующими юмористическими недоразумениями. Это помогает достичь более точного понимания чувств ребенка;

- совместное чтение и обсуждение детской юмористической литературы. Данный вид деятельности способствует сближению родителей и детей, укреплению доверия и дружелюбия;

- психотерапия ребенка осуществляется через психотерапию родителей.

Цель техники терапевтического юмора – помочь ребенку справиться со своим симптоматическим поведением посредством прямого вовлечения родителей в процесс изменения поведения ребенка.

Ключевые слова: негативное психическое состояние, симптоматическое поведение, дошкольник, детско-родительские отношения, юмор.

Дата отримання статті: 13.08.2018

Дата рекомендації до друку: 17.09.2018

Дата оприлюднення: 27.09.2018