

Введение в психологию юмора

Мы все знаем, что значит чувствовать юмор. Кто-то шутит, рассказывает о забавном случае из своей жизни, делает остроумный комментарий или случайную оговорку, и мы внезапно поражаемся тому, насколько это смешно. В зависимости от того, насколько забавным мы воспринимаем стимул, он может вызвать у нас улыбку, хихиканье или взрыв конвульсивного смеха. Наша реакция сопровождается приятным чувством эмоционального благополучия и радости. Большинство из нас много раз испытывают подобного рода переживания в течение обычного дня.

Поскольку юмор — это всем знакомая, приятная и веселая форма поведения, многие люди могут думать, что они уже понимают его и не нуждаются в психологических исследованиях для его объяснения. Однако эмпирические исследования юмора преподносят много интересных сюрпризов. Хотя, по существу, юмор — это тип умственной игры, предполагающей беспечное, несерьезное отношение к мыслям и событиям, он выполняет множество «серьезных» социальных, эмоциональных и когнитивных функций, и это делает его приятной и важной темой научного исследования.

Тема юмора поднимает множество интригующих вопросов, касающихся всех областей психологии. Какие психические процессы участвуют в понимании шутки или в восприятии чего-то смешного? Как юмор обрабатывается в мозге и как это влияет на организм человека? Что такое смех и почему мы смеемся в ответ на проявления юмора? Почему юмор настолько приятен? Какую роль юмор играет в наших взаимодействиях с другими людьми? Что такое чувство юмора и как оно развивается у детей? Действительно ли хорошее чувство юмора полезно для психического и физического здоровья?

Как очевидно из этих и других связанных с ними вопросов, юмор затрагивает все отрасли академической психологии (*Martin, 2000*). Исследователи в области когнитивной психологии могут интересоваться психическими процессами, участвующими в восприятии, понимании, оценке и генерации юмора. Межличностными функциями юмора в диадических взаимодействиях и групповой динамике занимается социальная психология. Специалисты в области психологии развития могут сосредоточиться на том, как юмор и смех развиваются в младенчестве, в детстве и в течение всей жизни. Исследователи психологии личности могли бы изучать индивидуальные различия в чувстве юмора и их связь с другими чертами и формами поведения. Биологическая психология может пролить свет на физиоло-

гические основания смеха и на те области мозга, которые обеспечивают понимание и оценку юмора. Роль юмора в психическом и физическом здоровье, а также его потенциальные приложения в психотерапии, образовании и на работе представляют интерес для прикладных отраслей психологии, таких как клиническая, педагогическая и организационная психология, а также психология здоровья. Таким образом, представители каждой отрасли этой дисциплины потенциально могут внести интересный вклад в изучение юмора. Несомненно, полное понимание психологии юмора требует объединения результатов исследований из всех этих областей.

Несмотря на очевидную важность юмора в различных областях человеческой жизни и его связь со всеми отраслями психологии, в психологии до сих пор уделялось удивительно мало внимания этой теме. Исследования юмора обычно редко упоминаются, если вообще упоминаются, во вводных курсах психологии или научных работах. Тем не менее за прошедшие годы постоянно накапливались исследования на эту тему, что позволило получить массу новой информации. Таким образом, основная цель этой книги — представить студентам и ученым-психологам, а также теоретикам и практикам из других областей обзор современной научной литературы по психологии юмора и указать им интересные направления дальнейших исследований в этой интереснейшей области.

В начале этой главы я приведу обзор доказательств универсальности и эволюционного происхождения юмора и смеха у людей. Затем будет исследован вопрос о том, что такое юмор: мы обсудим четыре существенных элемента юмора и связь каждого из них с интегративной психологией юмора. Далее последуют обзор различных форм юмора, с которыми мы сталкиваемся в повседневной жизни, и анализ психологических функций юмора и смеха. Затем мы рассмотрим исторический обзор понятия юмора и увидим, насколько впечатляюще в течение столетий изменялись популярные концепции и взгляды на юмор и смех. Наконец, будет приведено обсуждение психологического подхода к изучению юмора и представлен краткий обзор остальных частей этой книги.

Универсальность юмора и смеха

Юмор и смех — универсальный аспект человеческой жизни, присутствующий во всех культурах и свойственный буквально каждому человеку во всем мире (*Apte, 1985; Lefcourt, 2001*). Смех — характерный, стереотипный паттерн вокализации, который легко узнаваем и весьма заметен (*Provine & Yong, 1991*). Хотя в различных культурах есть свои собственные нормы, касающиеся подходящих тем для юмора и типов ситуаций, в которых смех считают уместным, звучание смеха неразлично во всех культурах. С точки зрения возрастного развития смех — одна из первых форм социальной вокализации (после плача) у младенцев (*McGhee, 1979*). Младенцы начинают смеяться в ответ на действия других людей приблизительно в возрасте четырех месяцев, и случаи геластической (т. е. вызывающей смех) эпилепсии у новорожденных указывают на то, что мозговые механизмы смеха уже присутствуют при рождении (*Sher & Brown, 1976*). Доказательством врожденного характера смеха также служит тот факт, что даже дети с врожден-

ной глухотой и слепотой, как сообщают, адекватно смеялись, никогда ранее не воспринимая смех других (*Provine, 2000*). Действительно, есть свидетельства наличия у людей специализированных мозговых контуров, отвечающих за юмор и смех, которые были выявлены исследователями с помощью сканирования мозга. Таким образом, способность наслаждаться юмором и выражать его через смех, по-видимому, является важной частью человеческой сущности.

Однако интересно отметить, что люди — не единственные животные, способные смеяться. Специалисты по приматам довольно подробно изучили форму смеха у молодых шимпанзе, которая впервые была описана Чарльзом Дарвином (*Darwin, 1872*). Подобного рода смех также наблюдался у других человекообразных обезьян, включая карликовых шимпанзе, орангутанов и горилл (*Preuschoft & van Hooff, 1997; van Hooff & Preuschoft, 2003*). Смех обезьян описан как отрывистая, гортанная, свистящая вокализация, которая сопровождается расслабленным открытым ртом или «игровым лицом» и издается во время веселой возни между животными, такой как борьба, щекотание и преследование (рис. 1). Хотя этот смех звучит несколько иначе, чем человеческий, он также весьма узнаваемый, встречается в таких же социальных контекстах, что и смех младенцев и маленьких детей. Действительно, есть веские основания полагать, что смех человека и шимпанзе имеет одно и то же эволюционное происхождение и многие функции смеха у них совпадают.



Рис. 1. Шимпанзе гримасничает. Характерное «игровое лицо» (открытый рот, верхние зубы закрыты, нижние зубы открыты) в сочетании с отрывистым смехом. © Getty Images/PhotoDisc

Есть доказательства, что помимо смеха приматы демонстрируют даже элементарное чувство юмора. Было замечено, что шимпанзе и гориллы, которых учили общаться при помощи языка жестов, общались игривыми способами, очень напоминающими юмор, например применяя игру слов, шуточные оскорбления и несоответствующее использование понятий (*Gamble, 2001*). Интересно, что это юмористическое использование лингвистических знаков иногда также сопровождается смехом и «игровым лицом», указывая на близкую связь между юмором, игрой и смехом даже у обезьян.

Все эти доказательства указывают на то, что юмор и смех у людей — продукт естественного отбора (*Gervais & Wilson, 2005*). Смех, по-видимому, берет начало в социальной игре и происходит от игровых сигналов приматов. Специалисты по теории эволюции считают его частью невербальной системы «жест — крик», которая имеет длинную эволюционную историю, предшествуя развитию языка (*Burling, 1993*). С развитием интеллектуальных и лингвистических способностей люди приспособили вызывающие смех игровые действия своих предков-приматов к интеллектуальной игре со словами и идеями, которую мы теперь называем юмором (*Caron, 2002*). Таким образом, хотя взрослые люди обычно не преследуют и не щекочат друг друга в ходе игровой возни, они при помощи юмора участвуют в обычной социальной игре. Эволюционные истоки юмора и смеха указывают на то, что они, вероятно, выполняют важные социально-эмоциональные функции, которые внесли вклад в выживание человека как вида.

Хотя у юмора есть биологическая основа, коренящаяся в наших генах, также очевидно, что культурные нормы и научение играют важную роль в определении того, как он используется в социальных взаимодействиях и какие темы считаются уместными для него. Кроме того, хотя все формы юмора, по-видимому, берут начало в базовой структуре игры, сложность человеческого языка и воображения позволяет нам генерировать юмор в практически бесконечном разнообразии форм. Когда развились человеческий язык, культура и технология, мы создали новые способы и стили выражения юмора от спонтанных шуток в межличностном общении до традиций устных рассказов, театральных комедий и юмористической литературы, комедийных фильмов, радио- и телестановок, а также шуток и мультфильмов, распространяемых по Интернету.

Кроме того что юмор является формой веселой забавы и развлечения, он также выполняет широкий круг социальных функций в ходе биологического и культурного развития человека. Многие из этих межличностных функций противоречивы и парадоксальны. Юмор может быть способом усиления социального единства между лицами определенного круга, но он также может быть способом исключения индивидуумов из группы. Он может как ослаблять, так и укреплять статусные различия между людьми, выражать согласие и коммуникабельность, но также и разногласия и агрессию, облегчать сотрудничество, а также сопротивление и укреплять солидарность и связи или подрывать власть и статус. Таким образом, возникнув в социальной игре, юмор развился у людей как универсальный способ коммуникации и социального влияния, выполняющий разнообразные функции.

Что такое юмор?

«Оксфордский словарь английского языка» так определяет юмор: «Это такое качество действия, речи или литературного произведения, которое вызывает веселье; причуда, шутка, курьез, комизм, забава». Далее в словарной статье говорится, что юмор — это также «способность воспринимать смешное или забавное или выражать это в речи, а также в письменной или другой форме; шутливый образ или трактовка объекта» (*Simpson & Weiner, 1989*). Из этих определений очевидно, что юмор — это широкое понятие, которое относится ко всем словам и действиям людей, воспринимающимся как забавные и обычно вызывающие смех у других, а также к психическим процессам, которые участвуют в генерации и восприятии такого забавного стимула, и к эмоциональной реакции, связанной с получением удовольствия от него.

С психологической точки зрения процесс юмора может быть разделен на четыре основных компонента.

1. Социальный контекст.
2. Когнитивно-перцептивный процесс.
3. Эмоциональная реакция.
4. Вокально-поведенческое выражение смеха.

Социальный контекст юмора

Юмор — по существу социальное явление. Мы смеемся и шутим намного чаще, когда находимся с другими людьми, чем когда мы одни (*Martin & Kuiper, 1999; Provine & Fischer, 1989*). Люди действительно иногда смеются в одиночестве, например когда смотрят комедию по телевизору, читают юмористические книги или вспоминают забавный личный опыт. Однако эти случаи смеха обычно могут рассматриваться как «псевдосоциальные» по своему характеру, потому что человек все равно реагирует на поведение персонажей телевизионной программы или книги или вновь переживает в памяти случай, в котором участвовали другие люди.

Юмор может иметь место (и часто так и происходит) буквально в любой ситуации общения. Комичная ситуация может возникнуть между супругами, которые прожили вместе 50 лет, или между незнакомыми людьми, ждущими автобуса на остановке. Юмор может иметь место во время беседы в группе близких друзей, сидящих за столиком в кафе, или во взаимодействиях группы деловых людей, участвующих в официальных переговорах. Он может использоваться ораторами, такими как политические деятели или религиозные лидеры, при обращении к большим аудиториям, или при личном общении, или через средства массовой информации.

Социальный контекст юмора — это контекст игры. Действительно, юмор по существу является способом взаимодействия людей в форме игры. Как я уже отметил, исследования смеха у шимпанзе и других человекообразных обезьян указывают на то, что смех берет начало в социальной игре (*van Hooff & Preuschoft, 2003*). У людей способность генерировать юмор, чтобы развлечь друг друга и вызвать смех, по-видимому, развивается как способ обеспечить нас расширенными

возможностями для игры. Игра, вероятнее всего, выполняет важные социальные, эмоциональные и когнитивные функции (Bateson, 2005). Действительно, все млекопитающие в подростковом возрасте играют, но в отличие от большинства других животных люди продолжают играть в течение всей жизни, что выражается прежде всего в юморе.

Когда люди участвуют в игре, они несерьезно относятся к тому, что они говорят или делают, и они выполняют эти действия ради них самих — для забавы — вместо того, чтобы иметь в виду более важную цель. Психолог Майкл Аптер (Apter, 1991) называет игровое настроение, связанное с юмором, *парателлическим* состоянием, которое он отличает от более серьезного, целенаправленного *теллического* состояния (от греч. *telos* — цель). По мнению Аптера, в течение обычного дня мы много раз переключаемся между серьезным и игровым состояниями сознания. Юмористический, игровый способ деятельности может иметь место в течение кратких моментов или длительных периодов времени. На деловой встрече, например, кто-то может сделать юмористический остроумный комментарий, который рассмешит группу и заставит ее ненадолго войти в игровое *парателлическое* состояние сознания, перед тем как вернуться в более серьезное теллическое состояние беседы. В более непринужденной обстановке, когда люди чувствуют себя расслабленными и свободными, они могут рассказывать веселые и смешные истории и обмениваться шутками в течение нескольких часов подряд.

Когнитивно-перцептивные процессы в юморе

Наряду с проявлениями в социальном контексте юмор характеризуется специфическими видами когнитивных процессов (или — видами когниций). Чтобы генерировать юмор, человек должен мысленно обработать информацию, поступающую из окружающей среды или из памяти, играя мыслями, словами или действуя творческим способом и таким образом производя остроумное высказывание или смешное невербальное действие, которое воспринимается другими как забавное. При восприятии юмора мы получаем информацию (то, что кто-то говорит или делает или что мы читаем) через наши глаза и уши, понимаем смысл этой информации и оцениваем ее как несерьезную, игровую и юмористическую.

Каковы характеристики стимула, которые заставляют нас воспринимать его забавным? Как мы увидим в следующих двух главах, этот вопрос был темой большого количества научных споров и исследований в течение многих столетий (см. также Roesekelein, 2002). Однако большинство исследователей соглашалось с тем, что юмор предполагает мысль, образ, текст или случай, в некотором смысле нелепый, странный, необычный, неожиданный, удивительный или неординарный. Кроме того, должен присутствовать некоторый аспект, который заставляет нас оценивать стимул как несерьезный или несущественный, по крайней мере на мгновение вводя нас в игровое состояние сознания. Таким образом, сущность юмора, по-видимому, заключается в несоответствии, неожиданности и игривости, что специалисты по теории эволюции Мэтью Джервэйс и Дэйвид Уилсон (Gervais & Wilson, 2005) называют «несерьезным социальным несоответствием». Эта совокупность когнитивных элементов, по-видимому, характеризует все формы юмора, включая шутки, поддразнивание и остроумное подшучивание, ненамеренные разновидности юмо-

ра, такие как забавные оговорки или падение, поскользнувшись на банановой кожуре, вызывающая смех игра «ку-ку» с ребенком, веселая возня детей и даже юмор шимпанзе и горилл (*Wyer & Collins, 1992*).

Артур Кестлер (*Koestler, 1964*) придумал термин «бисоциация», чтобы обозначать психический процесс, участвующий в восприятии юмористического несоответствия. По мнению Кестлера, бисоциация имеет место, когда ситуация, случай или идея одновременно воспринимаются с точки зрения двух логичных, но обычно несвязанных и даже несовместимых критериев. Таким образом, отдельное событие, «так сказать, вибрирует одновременно на двух различных длинах волны». Простой пример — игра слов, при которой два различных значения слова или фразы используются одновременно. По Кестлеру, этот процесс лежит в основе всех типов юмора.

Майкл Аптер (*Apter, 1982*) использовал понятие «синергия», чтобы описать когнитивный процесс, в котором два несовместимых образа или концепции одного и того же объекта одновременно удерживаются в сознании. По мнению Аптера, в игровом парателистическом состоянии синергия доставляет удовольствие, вызывая приятное чувство колебания мыслей между двумя несовместимыми интерпретациями понятия. Таким образом, при юморе мы шуточно манипулируем мыслями и действиями так, чтобы они одновременно воспринимались противоположными способами, например как реальные и нереальные, важные и незначительные, угрожающие и безопасные. Как мы увидим в дальнейших главах, большое количество теоретических дискуссий и исследований в психологии юмора сосредоточены на детальном изучении когнитивных процессов, лежащих в основе восприятия и оценки юмора.

Эмоциональные аспекты юмора

Мы реагируем на юмор не только интеллектуально. Восприятие юмора также неизменно вызывает приятную эмоциональную реакцию, по крайней мере до некоторой степени. Психологические исследования показали, что предъявление юмористических стимулов вызывает усиление положительных эмоций и повышение настроения (*Szabo, 2003*). Эмоциональный характер юмора также ясно демонстрируется недавними исследованиями с применением сканирования мозга, показывающими, что предъявление юмористических мультфильмов активизирует известную схему подкрепления в лимбической системе мозга (*Mobbs et al., 2003*). Чем более забавным считают участники конкретный мультфильм, тем сильнее активизируются эти части мозга. Из другого исследования мы знаем, что те же самые мозговые схемы лежат в основе радостных эмоциональных состояний, связанных с разнообразной приятной деятельностью, включая еду, прослушивание приятной музыки, сексуальную активность и даже употребление изменяющих настроение препаратов. Это объясняет, почему юмор настолько приятен и почему люди идут на все, чтобы испытывать его как можно чаще: всякий раз, когда мы смеемся над чем-то забавным, мы испытываем эмоциональный подъем, который основан на биохимических процессах мозга.

Следовательно, можно утверждать, что юмор — это, по существу, эмоция, которую вызывают конкретные типы когнитивных процессов, обсужденные в предыдущем подразделе. Подобно другим эмоциям, таким как радость, ревность или

страх, которые возникают в ответ на определенные типы оценок социального и физического окружения (*Lazarus, 1991*), юмор также предполагает эмоциональную реакцию, которую вызывает конкретный набор оценок, а именно восприятие события или ситуации как нелепо-смешных или забавных. С юмором связана всем знакомая приятная эмоция — специфическое чувство благополучия, которую описывают такими понятиями, как «забава», «радость», «веселье», «жизнерадостность» и «развлечение». Она тесно связана со счастьем и содержит элемент ликования и чувства непобедимости, ощущение душевного подъема, которое английский философ XVII в. Томас Гоббс назвал «внезапным триумфом».

Хотя это чувство знакомо каждому, как ни странно, ученые до сих пор не договорились о едином специальном термине для обозначения этой эмоции. У исследователей есть определенные термины, чтобы обозначать такие эмоции, как радость, любовь, страх, тревога, подавленность и т. д., но нет никакого общего названия для эмоции, вызываемой юмором. Это объясняется тем, что она так близка к смеху, что теоретики и исследователи до недавнего времени были склонны сосредоточивать внимание на смехе как более очевидном поведении, а не на эмоции, которая лежит в его основе. Некоторые исследователи использовали выражения «понимание юмора» (например, *Weisfeld, 1993*) или «приятное изумление» (например, *Shiota et al., 2004*), чтобы обозначить эту эмоцию, но эти термины, по-видимому, слишком когнитивные и полностью не отражают ее эмоциональный характер. Психолог Уиллиболд Рач (*Ruch, 1993*) предложил понятие «приятное возбуждение» как специальный термин для этой эмоции. В то время как приятное возбуждение в обычном значении содержит ощущение волнения в дополнение к веселости, Рач предположил, что использование этого термина перенесет акцент с компонента волнения на эмоциональное качество жизнерадостности, развлечения и забавности. Однако этот термин, по-видимому, не пользуется популярностью у исследователей, которые, вероятно, с трудом отделяют подразумеваемое волнение.

Для обозначения этой эмоции нам нужен термин, который непосредственно связан с эмоцией, а также с юмором и смехом, но не является их синонимом и который может иметь различную интенсивность. На мой взгляд, слово «радость» очень хорошо подходит для этой цели. «Оксфордский словарь английского языка» определяет радость как «приятное чувство... веселье, счастье; веселое настроение, проявляющееся в шутках и смехе; веселость» (*Simpson & Weiner, 1989*). По-видимому, это именно то значение, которое нам требуется. Некоторые исследователи использовали слово «радость» для обозначения улыбки и смеха, но улыбка и смех являются мимическим и вокальным выражением этой эмоции, а не самой эмоцией, и поэтому должны называться иначе. Итак, в данной книге я буду называть эту эмоцию радостью.

Таким образом, радость — это особая эмоция, вызываемая восприятием юмора. Подобно другим эмоциям (например, счастью, любви, печали, страху), у радости могут быть различные степени интенсивности: от умеренной веселости до очень высокого уровня веселья (*Ruch, 1993*). Подобно другим эмоциям, радость также имеет как физиологические, так и эмпирические компоненты. Наряду с характерными субъективными чувствами удовольствия, развлечения и жизнерадостности эта эмоция сопровождается целым рядом биохимических изменений в мозге, вегетативной нервной системе и эндокринной системе, касающихся таких веществ, как

медиаторы, гормоны, опиоиды и нейропептиды (*Panksepp, 1993*). Этот нейробиохимический коктейль влияет на многие части организма, включая сердечно-сосудистую, скелетно-мышечную, пищеварительную и иммунную системы (*Fry, 1994*). Биологические компоненты эмоции радости послужили основой для сделанных в последние годы заявлений о потенциальной пользе юмора и смеха для здоровья. Однако точный характер физиологических изменений, сопровождающих радость, еще не вполне понятен и необходимы дополнительные исследования, прежде чем мы с уверенностью сможем сказать, приносят ли юмор и смех существенную пользу здоровью (*Martin, 2001, 2002*).

Многие ученые до недавнего времени не могли признать главным образом эмоциональную природу юмора. В прошлом большинство теоретиков и исследователей рассматривали его прежде всего как когнитивный процесс, а не эмоциональный. Велось много философских споров, и исследователи прилагали огромные усилия в попытке определить точные когнитивно-перцептивные элементы, которые необходимы и достаточны для юмора, при этом не вполне осознавался тот факт, что когнитивные оценки вызывают эмоции. Исследователи, которые изучают депрессию или тревогу, могли тратить все свое время на обсуждение определенных типов событий и когнитивных оценок, которые вызывают эти настроения, не обращая внимания на их эмоциональный характер. Хотя было получено много данных о когнитивных аспектах юмора (и в этой области предстоит еще многое сделать), но лишь недавно начались исследования эмоционального компонента юмора и появились соответствующие теории. Недавние научные усилия на пересечении социальной и биологической психологии обещают дать новые интересные результаты в этой области.

Смех как выражение эмоции радости

Подобно другим эмоциям, радостное удовольствие, сопровождающее юмор, также имеет экспрессивный компонент, а именно смех и улыбку. На низких уровнях интенсивности эта эмоция выражается слабой улыбкой, которая превращается в более широкую усмешку, а затем слышимое хихиканье и смех по мере увеличения интенсивности эмоции. При очень высокой интенсивности радость выражается громким хохотом, часто сопровождающимся покраснением лица, а также такими движениями тела, как наклон головы назад, раскачивание тела, хлопки себя по бедрам и т. д. Таким образом, смех — по существу, способ выразить или сообщить другим тот факт, что человек испытывает эмоцию радости, так же как сдвинутые брови, нахмуренность, пронзительный крик и сжатые кулаки передают эмоцию гнева. Следовательно, смех — это, по сути, социальное поведение: если бы не было общения с другими людьми, то мы не нуждались бы в смехе. Конечно, именно поэтому он такой громкий, поэтому включает такой характерный и легко узнаваемый набор звуков, редко проявляющийся, когда человек находится в одиночестве.

Как мы уже видели, смех шимпанзе и других человекообразных обезьян обычно сопровождается характерным выражением лица: демонстрацией расслабленного открытого рта или «игровым лицом», что также отмечается у других приматов и проявляется во время игры. Многие теоретики предположили, что основная

функция смеха у людей, а также у человекообразных обезьян состоит в том, чтобы сигнализировать другим, что человек играет, а не ведет себя серьезно (например, *van Hooff*, 1972). Когда шимпанзе игриво борются и преследуют друг друга, для них важно иметь возможность сообщить друг другу, что они просто веселятся и не намереваются всерьез причинять вред друг другу. У людей смех также может быть сигналом дружелюбия и игривых намерений, указывая, что человек находится в несерьезном настроении. Смех, сопровождающий дружественное поддразнивание, например, сигнализирует о том, что к кажущимся оскорбительными словам нельзя относиться серьезно.

Недавно исследователи предположили, что цель смеха — не просто сообщать о том, что человек находится в игривом состоянии, а также вызывать это состояние у других (*Owren & Bachorowski*, 2003; *Russell, Bachorowski, & Fernandez-Dols*, 2003). Согласно этой точке зрения, специфические звуки смеха оказывают прямое влияние на слушателя, вызывая положительное эмоциональное возбуждение, отражающее эмоциональное состояние смеющегося и, возможно, активизирующее определенные специализированные структуры мозга (*Gervais & Wilson*, 2005; *Provine*, 2000). Таким образом, смех может выполнять важную биосоциальную функцию соединения положительных эмоций членов группы, помогать координировать их действия. Это могло бы объяснить, почему смех настолько заразителен: когда мы слышим, как кто-то смеется, почти невозможно не чувствовать веселье и тоже не начать смеяться. Еще одна потенциальная социальная функция смеха — побуждать других вести себя определенным способом (*Shiota et al.*, 2004). Например, смех может быть способом положительного подкрепления желаемого поведения других («смеяться с кем-то»), а также мощной формой наказания, направленного на нежелательное поведение («смеяться над кем-то»).

Итак, психологический процесс, связанный с юмором, включает социальный контекст, процесс когнитивной оценки, состоящий в восприятии забавной несовместимости, эмоциональную реакцию радости и вокально-поведенческое выражение смеха. Неврологические исследования указывают на то, что эти различные компоненты процесса юмора включают различные, но связанные между собой области мозга (*Wild et al.*, 2003). Слово «юмор» часто используется в узком смысле для обозначения когнитивно-перцептивного компонента — психических процессов, которые участвуют в создании или восприятии чего-либо смешного или забавного. Я также иногда буду использовать это слово в узком смысле, поскольку, очевидно, не существует другого слова для обозначения этого когнитивного процесса. Тем не менее важно помнить, что в более широком смысле юмор относится ко всем четырем компонентам, и все они должны быть исследованы в интегративной психологии юмора.

Различные формы юмора

Мы видели, что юмор — это, по существу, эмоциональная реакция радости в социальном контексте, которая вызвана восприятием забавной несовместимости и выражается через улыбку и смех. Хотя эти основные элементы обычно присутствуют во всех примерах юмора, диапазон социальных ситуаций и событий, которые могут

вызывать реакцию юмора, удивительно разнообразен. В течение обычного дня мы сталкиваемся со многими формами юмора, выражаемого различными средствами и с различными целями. Отчасти этот юмор поступает к нам через средства массовой информации. Ведущие программ на радио часто шутят и делают остроумные комментарии; телевидение постоянно держит нас на юмористической диете в форме комедий положений, шоу с комичными ситуациями, выступлений эстрадных артистов-сатириков, политической сатиры и юмористических рекламных объявлений; мы также сталкиваемся с юмором в газетных комиксах и мультфильмах, кинокомедиях и юмористических книгах. Юмор также часто используется политическими деятелями, религиозными лидерами, пропагандистами и преподавателями в речах, проповедях и выступлениях.

Однако по большей части юмор и смех, с которым мы сталкиваемся в повседневной жизни, возникают спонтанно в ходе наших обычных отношений с другими людьми (*Martin & Kuiper, 1999*). Этот вид межличностного юмора имеет место почти в каждом типе неофициальных и официальных взаимодействий, включая беседы между влюбленными, близкими друзьями, студентами, коллегами, деловыми партнерами, продавцами и покупателями, врачами и пациентами, преподавателями и студентами и даже совершенно незнакомыми людьми, стоящими в очереди в банке.

Люди различаются между собой по степени шутливости в повседневных взаимодействиях с другими. Большинству из нас так нравится положительная эмоция радости, что мы высоко ценим людей, которые особенно хорошо умеют нас расшевелить. Про этих людей мы говорим, что у них «хорошее чувство юмора», и обычно все хотят видеть их в качестве друзей и партнеров в романтических отношениях. У некоторых людей настолько развита способность веселить других и вызывать смех, что они становятся профессиональными юмористами, пополняя ряды писателей-юмористов, мультипликаторов, эстрадных артистов-сатириков, авторов комедий и актеров. Миллиарды долларов, ежегодно расходуемых на различные формы юмора, еще раз подтверждают высокую ценность эмоционального удовольствия, связанного с юмором.

Юмор, имеющий место в повседневных социальных взаимодействиях, можно разделить на три категории.

1. Заранее заготовленные юмористические анекдоты, которые люди запоминают и рассказывают друг другу.
2. Спонтанный юмор в разговоре, который преднамеренно используется людьми в ходе социальных взаимодействий и может быть вербальным или невербальным.
3. Случайный или ненамеренный юмор.

Шутки

Во время обычных бесед некоторые люди любят развлекать других, рассказывая шутки, которые представляют собой короткие забавные истории, заканчивающиеся в кульминационном пункте. Их также иногда называют «консервированными шутками», чтобы отличать от непринужденных шуток и остроумных тонких

замечаний, к которым также можно применять слова «шутка» и «шуточный». Вот пример такого рода шутки (из *Long & Graesser, 1988*):

Человек идет к психиатру, который дает ему батарею тестов. Затем он объявляет пациенту результаты: «К сожалению, я должен сказать вам, что вы безнадежно сумасшедший». «Черт, — с негодованием говорит клиент, — я хотел бы услышать еще одно мнение». «Ну, — говорит врач, — вы к тому же уродливы».

Эта шутка состоит из положения и кульминационного пункта. Положение, которое включает все, кроме последнего предложения, создает у слушателя специфический набор ожиданий относительно того, как следует интерпретировать ситуацию. Кульминационный пункт внезапно изменяет смысл неожиданным и веселым способом, таким образом создавая впечатление смешного несоответствия, которое необходимо для комичности. В кульминационном пункте этой шутки имеет место игра на значении фразы «еще одно мнение», смещающая акцент с серьезных, профессиональных отношений между пациентом и врачом на абсурдную ситуацию, в которой один человек оскорбляет другого. История эта очевидно шуточная и несерьезная, предполагающая, что все это должно восприниматься как шутка. Однако обратите внимание, что в этой шутке также есть агрессивный элемент («Вы к тому же уродливы»). Как мы увидим, есть много споров о том, до какой степени агрессия является существенным аспектом всех шуток (и, возможно, даже всего юмора).

В повседневных разговорах шутки обычно предваряются вербальными или невербальными репликами (например, «Ты слышал анекдот про...») или соответствует определенному формату (например, «Один человек зашел в бар...»), которые указывают слушателям, что история будет юмористической и ожидается, что слушатели будут смеяться (*Cashion, Cody, & Erickson, 1986*). Хотя шутники обычно стараются, чтобы их шутки были связаны с темой беседы, шутка — это свободная от контекста и отдельная единица юмора, который несет в себе всю информацию, необходимую для того, чтобы быть понятной и приятной. Следовательно, ее можно рассказывать в контексте различных разговоров (*Long & Graesser, 1988*). Загадки — еще одна форма готового юмора, тесно связанная с шутками. Они часто включают игру слов, и их особенно любят маленькие дети (например, *Why did the cookie cry? Because his mother was a wafer so long.*)¹

Спонтанный разговорный юмор

«Консервированные шутки» — это лишь небольшая доля юмора, с которым мы сталкиваемся в повседневных социальных взаимодействиях. В исследовании дневников, в котором мы просили взрослых людей в течение трех дней отмечать каждый раз, когда они смеялись, я и мой коллега Николя Куипер обнаружили, что лишь приблизительно в 11% случаев люди смеялись в ответ на шутки. Другие

¹ Игра слов. Слово *cookie* переводится как «печенье» либо как «парень». А *wafer* («вафля») звучит так же, как *away for* («отсутствовала в течение»). В результате эти предложения на слух можно понять по-разному: «Почему печенье плакало? Потому что его мать так долго была вафлей» и «Почему этот парень плакал? Потому что его матери долго не было дома». — *Примеч. перев.*

17% смеха были вызваны средствами массовой информации, а в 72% случаев смех возникал спонтанно во время социальных взаимодействий или в ответ на веселые комментарии, которые делали люди, или на рассказы о забавных случаях, произошедших с ними (*Martin & Kuiper, 1999*). Этот вид спонтанного разговорного юмора зависит от контекста в большей степени, чем шутки, и поэтому он часто не так забавен при пересказе впоследствии («Вам нужно было это видеть»). В таком разговорном юморе невербальные сигналы, указывающие на юмористические намерения, такие как подмигивание или особенная интонация, часто более неоднозначны, чем при шутках, поэтому слушатель нередко не вполне уверен, говорит ли человек в шутку или всерьез.

Спонтанный разговорный юмор принимает различные формы, и для их описания есть много слов (например, «шутка», «насмешка», «острота», «хохма»). Нил Норрик (*Norrick, 2003*), лингвист, изучавший юмор в повседневных разговорах, предположил, что помимо «консервированных шуток» разговорный юмор можно классифицировать на:

- 1) анекдоты (забавные истории о себе или ком-то еще);
- 2) игру слов (каламбуры, остроумные ответы или колкости с игрой на значении слов);
- 3) иронию (утверждение, в котором буквальное значение отличается от подразумеваемого).

Более подробная система классификации спонтанного разговорного юмора (который они называют остроумием) была разработана психологами Деброй Лонг и Артуром Грассером (*Long & Graesser, 1988*). Чтобы получить широкую выборку типов юмора, встречающегося в непринужденных беседах, эти авторы записали множество эпизодов телевизионных ток-шоу (например, «Сегодня вечером») и затем проанализировали различные типы юмора, имевшего место во взаимодействиях между ведущими и их гостями. Смех аудитории использовался как индикатор юмора. На основе проведенного исследования эти авторы выделили следующие 11 категорий, которые различаются между целями или способами применения юмора.

1. *Ирония* — говорящий высказывает утверждение, в котором буквальное значение противоположно подразумеваемому (например, говоря: «Какой замечательный день!», когда погода холодная и ненастная).
2. *Сатира* — агрессивный юмор, высмеивающий социальные институты или социальную политику.
3. *Сарказм* — агрессивный юмор, который направлен на индивидуума, а не на учреждение (например, на светском обеде одна благородная дама упрекнула Уинстона Черчилля: «Сэр, вы пьяны». «Да, — ответил Черчилль, — а вы уродливы. Но завтра я буду трезвым, а вы и завтра все равно останетесь уродливой»).
4. *Преувеличение и преуменьшение* — изменение значения сказанного другим человеком путем повторения того же самого, но с другим смысловым акцентом. (Например, гость спрашивает ведущего Джонни Карсона, который был женат несколько раз: «Вы вообще были женаты?» Второй гость говорит: «Он вообще не был не женат!»).

5. *Самоирония* — юмористические замечания, направленные на себя как объект юмора. Это можно делать, чтобы продемонстрировать свою скромность, избавить слушателя от смущения или снискать его расположение.
6. *Поддразнивание* — юмористические замечания по поводу внешнего вида или недостатков слушателя. В отличие от сарказма здесь нет цели всерьез оскорбить или обидеть.
7. *Ответы на риторические вопросы* — поскольку риторические вопросы задают, не ожидая ответа, когда мы отвечаем на такой вопрос, это нарушает ожидания и удивляет человека, который задал этот вопрос. Поэтому ответ может восприниматься как забавный, и обычно цель состоит в том, чтобы просто развлечь собеседника.
8. *Умные ответы на серьезные высказывания* — умные, неуместные или бессмысленные ответы на утверждение или вопрос, который подразумевался как серьезный. Высказывание преднамеренно неверно истолковывается так, чтобы говорящий отвечал на значение, иное чем подразумеваемое.
9. *Двузначность* — утверждение или слово, преднамеренно неверно воспринятое или истолкованное, чтобы появился двойной смысл, который часто носит сексуальный характер.
10. *Трансформация устойчивых выражений* — превращение известных высказываний, клише или пословиц в новые утверждения. (Например, лысый человек жалуется: *Hair today, gone tomorrow*.¹)
11. *Игра слов* — юмористическое использование слова, при котором появляется второе значение, обычно основанное на одинаковом звучании слов с разным значением.

Хотя эти категории не исключают друг друга и могут быть другие формы спонтанных шуток, которые имеют место в непринужденной беседе, но не наблюдаются в телевизионных ток-шоу (Wyer & Collins, 1992), этот список является полезной отправной точкой для размышлений о различных способах выражения юмора. Нил Норрик (Norrick, 1984) также обсуждал то, что он назвал стандартными разговорными шутками, — юмористические высказывания или выражения, которые периодически используются в беседе (например, *bring that up again and we'll vote on it*² в ответ на чью-либо отрывку). Помимо этих вербальных форм юмора в социальных взаимодействиях люди также часто преднамеренно шутят невербальными средствами, такими как смешное выражение лица, необычная походка, жесты или манеры.

¹ Игра слов. *Hair* («волосы») звучит так же, как *here* («здесь», «в этой жизни»). В результате это предложение на слух можно понять по-разному: «Сегодня волосы есть, а завтра они исчезли» и «Сегодня на этом свете, а завтра уже нет». — *Примеч. перев.*

² Игра слов. *Bring up* можно перевести как «поднимать вопрос» или «стошнить». В результате это предложение можно понять как «Рыгните снова, а мы проголосуем за это» и «Поставьте этот вопрос снова, а мы проголосуем за него». — *Примеч. перев.*

Непреднамеренный юмор

В дополнение к тому, что говорят и делают люди во время социальных взаимодействий с целью развеселить других, во многих случаях радость и смех также являются результатом высказываний или действий, которые не подразумевались как смешные (*Wyer & Collins, 1992*). Английские преподаватели литературы Ол-лин Нильсен и Дон Нильсен (*Nilsen & Nilsen, 2000*) назвали их «случайным юмором» и выделили две формы этого юмора — физическую и лингвистическую. Случайный физический юмор включает незначительные неудачи и оплошности, например когда человек поскользнулся на банановой кожуре или пролил напиток на рубашку. Такого рода события смешны, когда они происходят в необычной и нелепой манере и когда человек, с которым они происходят, не получает серьезных травм и не слишком смущен. Этот тип юмора также лежит в основе фарса и эксцентрической комедии.

Случайный лингвистический юмор является результатом неправильного написания, неправильного произношения, ошибок в логике и таких оплошностей, как оговорки по Фрейду, неправильное употребление слов и случайная перестановка звуков. Этот тип неумышленного юмора имеет место, например, в газетных заголовках, в которых двусмысленность создает альтернативный юмористический смысл. (Например, *Prostitutes appeal to pope; Dr. Ruth talks about sex with newspaper editors*!). Случайная перестановка звуков — ошибка речи, в которой начальные звуки двух или более слов переставлены, непреднамеренно создавая новое юмористическое значение. В английском языке эти ошибки называются «спунеризмами» в честь жившего в XIX в. британского священника Уильяма Спунера, который часто делал такие ошибки в своих проповедях и речах. (Например, предлагая тост в честь королевы Виктории, он сказал: *Three cheers for our queer old dean* («За здоровье нашего старого гомосексуального декана» вместо «За здоровье нашей дорогой королевы»)).

Таким образом, юмор — это распространенный тип социального взаимодействия, который принимает различные формы. Для психологов особенно интересны разговорные виды юмора, включая шутки, остроты и спонтанный юмор. Однако до последнего времени большинство психологических исследований юмора в значительной степени были сосредоточены на шутках и мультфильмах (которые по существу являются визуальными шутками) и вообще не касались других типов юмора. Это в значительной степени объясняется самодостаточным и независимым от контекста характером шуток и мультфильмов, который очень облегчает их перенос в лабораторные условия. За эти годы было проведено очень много исследований, в которых участникам (обычно находящимся в лаборатории) предъявляли различные типы шуток и мультфильмов в разнообразных экспериментальных условиях и просили оценить, насколько они смешные. Таким образом, в исследованиях юмора шутки и мультфильмы долго служили аналогом T-образных лабиринтов или бессмыслен-

¹ Игра слов. «Проститутки обращаются к Папе Римскому» и «Папе Римскому нравятся проститутки», «Доктор Рут беседует о сексе с редакторами газет» и «Доктор Рут рассказывает о том, как она занималась сексом с редакторами газет». — *Примеч. перев.*

ных слогов в других областях, обеспечивая экспериментаторов независимой переменной, которая может помочь контролировать исходные данные при изучении этого довольно неясного понятия.

Однако юмор в такого рода исследованиях отделен от своего естественного социального контекста, и хотя эти методы позволили ученым сделать много интересных открытий, для изучения форм и функций юмора, для социальных взаимодействий они не так полезны. По сравнению с изучением реакций испытуемых на шутки в лаборатории намного труднее исследовать непосредственные формы юмора, которые имеют место в повседневных беседах и зависят от социального контекста. Для такого рода исследований ученые, возможно, должны выйти из лабораторий и изучать юмор, когда он спонтанно проявляется в естественных условиях, или по крайней мере предлагать парам или группам людей взаимодействовать друг с другом в лаборатории.

Шутки не только находились в центре внимания большинства исследований, но также служили моделью юмора во многих теориях, которые были сосредоточены прежде всего на когнитивных процессах, лежащих в основе понимания этих типов юмора. Поскольку понимание шуток может несколько отличаться от когнитивных процессов, участвующих в других формах юмора, эти теории часто были непригодны для объяснения всех типов юмора. В последнее время исследователи начинают разрабатывать теории, которые объясняют другие виды юмора, встречающиеся в социальных взаимодействиях наряду с шутками (например, *Wyer & Collins, 1992*). Эти теории часто включают эмоциональные и социальные аспекты юмора, а также когнитивные элементы.

Психологические функции юмора

Хотя, по существу, юмор — это форма социальной игры, позволяющей нам веселиться и получать эмоциональное удовольствие от забавных несоответствий, он выполняет ряд важных и «серьезных» психологических функций, которые, вероятно, внесли большой вклад в выживание человека как вида. Некоторые из преимуществ юмора обусловлены связанными с ним положительными эмоциями, и многие из них, вероятно, уже присутствовали в вызывающей смех веселой возне («протоюморе») наших древних человекоподобных предков еще до появления речи. Другие функции, по-видимому, добавлялись в ходе процесса, известного как кооптация (*Gervais & Wilson, 2005*). Когда у людей развились когнитивные и лингвистические способности, сложные паттерны группового взаимодействия и способность делать выводы о намерениях и психических состояниях других, юмор и смех, берущие начало в веселой возне животных, стали использоваться для новых целей, связанных с социальной коммуникацией и влиянием, снятием напряжения и совладанием с неприятностями.

Психологические функции юмора можно разделить на три категории.

1. Когнитивные и социальные выгоды положительной эмоции радости.
2. Использование юмора для социальной коммуникации и влияния.
3. Снятие напряжения и совладание с неприятностями.