

**Секція № 8.**  
**Психологія повсякденності та свята в традиційному та сучасному суспільстві.**

**РОЗВИТОК АДАПТАЦІЙНОГО ПОТЕНЦІАЛУ ОСОБИСТОСТІ ЧЕРЕЗ ПРИЗМУ  
ТРАНСКУЛЬТУРАЛЬНОГО ПІДХОДУ В АНЕКДОТАХ**

Златова Л. С.

Аспірант кафедри диференціальної та спеціальної психології  
Одеський національний університет ім. І.І. Мечникова,

В наш час відповідального і напруженого життя людство не перестає жартувати, розповідати кумедні історії, анекдоти. Ідея рятуватися гумором в критичному стані не нова, вона має спільні риси у представників різних націй і набуває транскультурального змісту. У спробі особистості зітлюватися гумором і знижувати рівень агресії і тривоги розповіддю з позитивним емоційним зарядом є ресурс, інакше кажучи - адаптаційний потенціал.

Адаптаційний потенціал особистості є її інтегративною властивістю, що виражається у ставленні (позиції, спрямованості) людини до світу; системі компетенцій, на основі яких будується та регулюється діяльність людини, розвинене почуття нового, здатність швидко змінювати прийоми дії у відповідності з новими умовами діяльності.[2] При таких наявностях різних факторів, виникла необхідність розібрати питання більш детально на прикладі одеських анекдотів, і визначитися з функціями історій.

У роботі здійснена спроба проаналізувати найбільш поширені Одеські анекдоти з погляду на використання в них адаптаційного потенціалу особистості і здатності демонструвати пристосованість особистості до виникаючих проблем.

Завдяки короткому, оригінальному змісту і гумористичній кінцівки анекдоти знижують рівень емоційної напруги і виконують терапевтичну роль у повсякденному житті особистості, можуть використовуватися як захисний механізм.

Особливість гумору як психологічного захисту полягає в автоматичному перетворенні почуттів. Локалізація гумору в передсвідомості робить його несхожим на класичні види захисних механізмів.[4]

Анекдоти мають терапевтичні властивості історій і притч, враховуючи переживання та емоції людей які їх почули. Носсрат Пезешкіан застосовує явище зване "функціями історій". [3] Він виділяє такі функції:

Функція дзеркала. Історія стає нібито тим дзеркалом, яке відображає і відображення якого спонукає до роздумів.[3]

Функція моделі. Історії відображають конфліктні ситуації у вигляді алгоритмів і пропонують різні варіанти вирішення проблем.[3]

Функція медіатора. Це перенесення гостроти ситуації в уявний світ історій.[1]

Функція пролонгації (зберігання досвіду). Історії легко запам'ятовуються і після закінчення лікарського сеансу продовжують працювати "в повсякденному житті пацієнта".[3]

Функція носія традицій. Історії звертаються до культурних традицій і досвіду різних поколінь. [3]

Функція міжкультурального посередника. Історії передають інформацію про життєві принципи, традиції та унікальний народний колорит інших культур. [1]

Анекдот, завдяки своїй частій повторюваності і стислості, легко запам'ятовується і впізнається з одного тільки речення. При такій особливості оповіді в анекдоті спостерігається ще одна, додаткова функція, властива саме даному жанру - функція впізнаваності.

Анекдот стає транскультуральним явищем ще з самого початку свого виникнення. Кожна нація, культура, соціальна група наклала свій індивідуальний відбиток на сюжет,

спосіб вираження гумору і можливості вирішення побутових конфліктів за допомогою коротких, яскравих історій, ситуацій з життя. Людина не просто підкорюється зовнішнім обставинам, її поведінка внутрішньо детермінована і основу цього складає саме її адаптаційний потенціал.[2]

Таким чином, анекдот стає ресурсом, який можна використовувати на стадії стимуляції і підбадьорення під час консультації або психотерапії. У кожній культурі і національній спільності є своя серія популярних анекдотів, підкреслюють ту чи іншу особливість даного менталітету і їх розвинені актуальні здібності. Також, гумор виступає в якості захисного механізму і стає однією з форм самоствердження особистості.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Кириллов И. Базовый курс позитивной психодинамической психотерапии/ И. Кириллов// - Рига.: Издательский дом megapressgroup™. - 2007. - 240 с.

2. Литвиненко О. Д. Проблема адаптаційного потенціалу особистості в психологічній науці [Lytvynenko O.D. The problem of personality adaptation potential in psychological science] / О.Д. Литвиненко // Fundamental and applied researches in practice of leading scientific schools. Issue: 1 (13) – с0-publ.: Publishing office: Accent graphics communications – Hamilton, ON, 2016. –Р. 371-378.

3. Пезешкиан Н. Торговец и попугай. Восточные истории и психотерапия/ Н. Пезешкиан// Пер. с нем./Общ. ред. А.В. Брушлинского и А.З. Шапиро, предисл. А.В. Брушлинского, коммент. А.З. Шапиро. — М.,- Прогресс - 1992. — 240 с.

4. Фрейд З. Остроумие и его отношение к бессознательному/ З. Фрейд // СПб - М., - 1996.- 55 с.