

Гелотофобия - расстройство юмора или социофобия?

Стефаненко Екатерина Александровна

студентка

МГУ им. М.В. Ломоносова, Москва, Россия

E-mail: matja@yandex.ru

Для многих исследователей не новость, что большинство людей испытывают страх перед смехом, и у таких людей часто появляется чувство стыда, если над ними смеются (независимо от того, позитивно или негативно на самом деле мотивирован смех). Такое явление было названо гелотофобией - страх оказаться объектом юмора. Люди, страдающие гелотофобией, не осознают наличия у них таковой, страдают от неё, она мешает им жить, быть успешными в жизни, что, в конце концов, приводит к социальной дезадаптации. Гелотофобия носит явно разрушительный характер для личности. Недопонимание значимости данного явления ведёт к тому, что люди не получают квалифицированную психологическую помощь.

Гелотофобия - одно из недавних «открытий» в области психологии. В настоящее время это явление глубоко изучает немецкий профессор В. Рух. В своей работе в основном я буду придерживаться его точки зрения.

Существует несколько взглядов на проблему гелотофобии.

Многие учёные находят причины гелотофобии прежде всего в детстве, когда со стороны окружающих (близких людей, знакомых, учителей) нередко появляются насмешки, подтрунивания, издевательства, саркастические и иронические замечания. Смех и юмор у таких людей перестают выполнять функцию расслабления, не способствуют появлению радости. Они обесценивают себя с помощью юмора, используют его прежде всего для улучшения межличностных отношений. Исследования показали, что гелотофобия коррелирует с самоуничижительным юмором по классификации Р. Мартина. Такие результаты исследований говорят о том, что гелотофобию можно рассматривать как некое нарушение чувства юмора.

Есть ещё одна точка зрения, не менее убедительная. Например, М. Титц понимает гелотофобию как особую форму социальной фобии. (В. Рух придерживается такой же точки зрения). Страдающие гелотофобией производят впечатление неприступных, холодных и странных людей. Они избегают близкого контакта глаз, чтобы не почувствовать себя униженными в глазах других людей. В подобных случаях часто тесные социальные связи утрачиваются. Они часто себя обвиняют без повода, имеют нарцисстические и интровертные черты личности. В ситуациях межличностного общения у них возникает страх оказаться посмешищем.

Исследовалась связь гелотофобии с другими явлениями, например с особенностями темперамента, определёнными эмоциями, личностными

особенностями. Интересен тот факт, что по своим признакам гелотофобии схожи с людьми, страдающими социофобией. Назовём основные черты гелотофобиков: высокий уровень тревожности, неуверенность, низкая самооценка, замкнутость, чувство страха перед неизвестным, чем-то новым, редко испытывают позитивные чувства, часто переживают чувство страха, стыда, грусти, гнева, отвращения, не испытывают удовольствия от юмора, не любят шутить и смеяться в компании других людей.

В настоящее время гелотофобия мало исследована. Основными являются две точки зрения: является ли гелотофобия расстройством юмора или же это форма социофобии?

Мы придерживаемся точки зрения В. Руха, что гелотофобия – это частный случай социофобии. Социофобия включает ряд социальных ситуаций, когда человек испытывает страх или смущение, в том числе, случаи, когда человек

становится объектом смеха и шуток. Гелотофобия описывает поведение, чувства людей в подобных ситуациях. Как следствие такого явления – формирование специфического юмора. Гелотофобики не способны использовать юмор для преодоления стресса, не способны получать удовольствие от смеха и юмора. Нарушение юмора можно рассматривать как «симптом» гелотофобии. В дальнейшем мы хотим посмотреть связь гелотофобии и социофобии, гелотофобии и тревожности, гелотофобии и самооценки. Предыдущие исследования подтверждали сходство корреляции гелотофобии и социофобии по некоторыми признаками. Но статистически достоверной связи гелотофобии и социофобии выявлено не было. В нашем исследовании в качестве испытуемых выступают школьники и студенты от 18 до 24 лет, т.к. именно в этом возрасте (по результатам предыдущих исследований В.Руха) гелотофобические черты личности проявляются наиболее выражено.

В дальнейшем нами совместно с немецкими учёными планируется проведение кросскультурного исследования, которое, возможно, покажет особенности проявления гелотофобии у людей разных стран.

Таким образом, называть ли гелотофобию просто отклонением, или же симптомом, патологией, а может быть даже диагнозом, точно сказать пока нельзя. Работа по исследованию гелотофобии интенсивно продолжается и в настоящее время. Глубокое изучение этого явления позволит разработать систему помощи страдающим гелотофобией и психологическую диагностику.