

**Влияние сценического юмора на самооценку и самоощущение начинающих
комиков**

Научный руководитель – Иванова Елена Михайловна

Бабий Маргарита Алексеевна

Студент (специалист)

Российский национальный исследовательский медицинский университет имени Н.И.

Пирогова, Москва, Россия

E-mail: mbabiy2013@yandex.ru

Влияние опыта комедийных выступлений на самооценку и самоощущение начинающих
комиков

Бабий М.А. студент

Российский национальный исследовательский медицинский университет имени Н.И.
Пирогова,

институт клинической психологии и социальной работы, Москва, Россия

E-mail: mbabiy2013@yandex.ru

Введение. Развитое чувство юмора связывается с позитивными личностными характеристиками. Имеются данные о том, что более развитое чувство юмора и способность к его продукции связаны с более низким уровнем тревожности, высокой самооценкой, устойчивостью к неудачам и низкой агрессивностью [1]. Юмор позволяет поддерживать хорошее настроение и позитивную самооценку [2]. Э. Каддингтон в своей работе показал, что выступления психиатрических пациентов со стендапом приводит к формированию у них более позитивной самоидентичности, а у аудитории — к снижению уровня стигматизации этих больных [3]. Предоставление публичной открытости дает возможность впоследствии совершить переход от позиции жертвы к позиции победителя посредством комедии: обсуждение своих недостатков и аспектов жизни, связанных с болезнью, позволило получить положительную обратную связь от аудитории (смех и аплодисменты). В стендапе комики часто проявляют “здоровое” самоуничижение, которое является проявлением их некоторой неспособности соответствовать социальным стандартам, что находит положительный отклик и способствует повышению самооценки [4].

С целью внедрения в клиническую практику данных знаний и новых способов изучения приведенных особенностей, мы провели изучение группы нормы. Целью данного исследования стало изучение влияния юмора на сцене на самооценку и самоощущение комиков. Данное исследование проводилось на студентах - начинающих комиках.

Материалы и методы. Выборку составили 14 студентов РНИМУ им. Н. И. Пирогова в возрасте от 19 лет до 28 лет (6 девушек и 8 юношей). Респонденты являлись начинающими комиками, чей опыт публичных выступлений (в РНИМУ им. Н.И. Пирогова, а также в стендап-барах) с юмористической формой составлял от двух до пяти лет. В данном исследовании было использовано полуструктурированное интервью с самостоятельно разработанными вопросами для изучения специфики использования юмора респондентами на сцене. Интервью было разделено на три блока: общие вопросы (например, “Какой основной род вашей деятельности?”), о комедийных выступлениях (например, “Как вы переживаете тишину в зале на вашем выступлении?”), блок об использовании юмора в жизни (например, “В каких ситуациях вы обычно шутите в жизни?”).

Результаты и их обсуждение. Респонденты являлись начинающими комиками, поэтому, естественно, что выступление на сцене вызывает у них волнение. При анализе протоколов

были выделены факторы, снижающие самооценку и ухудшающие самоощущение комика: субъективные ощущения плохого выступления (“да, ты хотел, но это не надо было говорить”), объективные параметры плохого выступления (полученные баллы, проигрыш в соревновании: “я ненавидела себя”), отсутствие реакции аудитории (“рассказываешь её, в зале тишина, и начинается паника, и периодически мысли начинают путаться”), похвала (“когда еще все это начинают [хвалить], у меня наоборот какое-то отвратительное ощущение начинается”). Напротив, факторы, способствующие повышению самооценки и улучшению самоощущения комика во время выступления или после него: субъективные ощущения хорошего выступления (“положительный какой-то фон, эмоции, потом как-то хочется дальше этим заниматься, продолжать”), объективные параметры хорошего выступления (полученные баллы, победа в соревновании), объективные параметры плохого выступления: (“мы понимаем, что уже всё, мы просто смеемся и празднуем”), похвала (“за зрительские симпатии гораздо приятней победить”), окончание выступления (“услышал результаты, уже их принял, какие бы они не были, вот, уже снимаешь микрофоны и отпускаешь ситуацию. Вот это любимая часть”). Одни и те же факторы (например, похвала) могут по-разному влиять на выступающих на сцене.

Выводы. В нашем исследовании было показано, что сценический юмор влияет на самооценку и самоощущение комика. Можно отметить, что один и тот же фактор может иметь как положительное, так и негативное влияние на самооценку комика. Необходимы дальнейшие исследования, чтобы понять, каким наилучшим образом интегрировать использование стендапа в клинично-психологическую практику

Источники и литература

- 1) Аринчина, Н.Г. Особенности чувства юмора и копинг – стратегии у студентов / Н. Г. Аринчина, В. И. Дунай, В. П. Малецкая // Донозолия сборника трудов 11-ой Евразийской конференции. – СПб. – 2015. – С.86-89.
- 2) Зелезинская, Л. А. Роль юмора в формировании личности // МНКО. – 2013. – №3 (40). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/rol-yumora-v-formirovanii-lichnosti> (дата обращения: 03.01.2022).
- 3) Cuddington, A. Cracking up: Mental Illness and Stand Up Comedy: A Social Representations Approach to Stigma Resistance / A. Cuddington, Community & Development. – 2009. URL: <http://www.standupformentalhealth.com/documents/Cracking-Up-Mental-Illness-and-Stand-Up-Comedy-A-Social-Representations-Approach-to-Anti-Stigma-Resistance.pdf>
- 4) Jeffers, G. Self presentation and identity and interaction norms in stand-up comedy performances, / G. Jeffers. – Indiana University, 2006.