

УДК 159.923

Златова Людмила Степанівна

аспірант кафедри диференціальної та спеціальної психології

Одеського національного університету імені І. І. Мечникова

e-mail: lzgoldenmila@gmail.com

ORCID 0000–0001–6197–2880

**ВИКОРИСТАННЯ ОДЕСЬКИХ АНЕКДОТІВ ЯК ТРАНСКУЛЬТУРАЛЬНЕ
ЯВИЩЕ ДЛЯ РОЗВИТКУ АДАПТАЦІЙНОГО ПОТЕНЦІАЛУ
ОСОБИСТОСТІ**

У статті розглядається метод використання анекдотів як емоційного потенціалу в роботі психолога. Виділено основні функції сприйняття анекдотів як допоміжного засобу покращення психологічного здоров'я людини на прикладах найбільш відомих і поширених анекдотів. Додатково до основних існуючих функцій була досліджена функція впізнавання.

Ключові слова: анекдот, притча, адаптаційний потенціал, транскультуральний підхід, функція історій, функція впізнавання, гумор.

Постановка проблеми. В наш час відповідального і напруженого життя людство не перестає жартувати, розповідати смішні 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 зцілюватися гумором і знижувати рівень агресії і тривоги розповіддю з позитивним емоційним зарядом є ресурсом, інакше кажучи — адаптаційним потенціалом. Адаптаційний потенціал особистості є її інтегративною властивістю, що виражається у ставленні (позиції, спрямованості) людини до світу; у системі компетенцій, на основі яких будується та регулюється діяльність людини, розвинене почуття нового, здатність швидко змінювати прийоми дії у відповідності з новими умовами діяльності; психологічна установка на нетрадиційне розв'язання суперечностей об'єктивної реальності; у мірі можливостей особистості у творчому самоздійсненні і самоефективності, що спонукають особистість до творчої самореалізації та саморозвитку; у аксіологічному потенціалі особистості [7, с. 9] При таких наявностях різних факторів виникла необхідність розібрати питання більш детально на прикладі одеських анекдотів і визначитися з функціями історій.

Мета статті. Основною ціллю дослідження є знаходження різних функцій анекдотів, враховуючи транскультуральний фактор, виведення їх терапевтичного змісту й адаптаційного потенціалу.

Результати дослідження. У всі часи гумор був порятунком, ліками від бід, побутових проблем, труднощів і конфліктів. Зрозуміло, один тільки сміх не є панацеєю, але дозволяє істотно знизити агресивну поведінку, розрядити обстановку і зблизити людей. Можна вдало пожартувати і задобрити співрозмовника, а можна розповісти доречний в даному випадку анекдот. За десятки і навіть сотні років людство накопичило величезну їх

кількість. Вони виникали тоді, коли проблема була актуальною, можливо, повторювалася, часом руйнувала життя. Таким чином з'являлися анекдоти про політику і політиків, сімейні — про дружин, чоловіків і їхніх родичів, про різні національності тощо.

Не останню роль відіграють анекдоти поряд з притчами й історіями як засіб адаптації до емоційно важких етапів у житті. Вони є прикладом найбільш доступних і зрозумілих способів продемонструвати нову модель поведінки, пристосуватися до ситуації.

Анекдоти, притчі і забавні історії можна використовувати у заплутаних, конфліктних моментах поведінки, в колективі, де є відповідний настрій і почуття гумору. Можна уявити, що розповідають про них як правило в групі близьких людей, де є певний рівень довіри. Анекдот містить в собі коротку історію з несподіваним і смішним фіналом, тим самим полегшуючи подальше спілкування, знижуючи тривожність або агресію.

Як правило, гумор передбачає беззлобно-глузливе ставлення до чого-небудь, вираз емоційного сприйняття дійсності. Гумор є і одним із способів розрядки — перетворення негативних почуттів у щось прямо протилежне — в джерело сміху. Роль гумору в цьому випадку зводиться до захисту людського Я, оскільки дозволяє зберегти самовладання, гідність і самоконтроль у виняткових (екстремальних) умовах. Таке розуміння гумору в психології веде свій початок від З. Фрейда [15], для якого гумор виступав «засобом отримання задоволення, незважаючи на попередні болісні афекти». Гумор пригнічує розвиток цього афекту, займаючи його місце. Причому задоволення від гумору виникає в цих випадках за рахунок не здійсненого розвитку афекту «воно впливає з економії афективної витрати» [15].

Багато досліджень показали, що особливість гумору як психологічного захисту полягає в автоматичному перетворенні почуттів. Локалізація гумору в передсвідомості робить його несхожим на класичні види захисних механізмів. Як говорив З. Фрейд, гумор може бути зрозумілим як вища з захисних функцій [15].

Носсрат Пезешкиан кажучи про терапевтичні властивості історій і притч, враховуючи переживання та емоції людей, які їх почули, застосовує явище, зване «функціями історій» [11].

1. Функція дзеркала. «Знімаючи емоційне напруження, історії допомагають клієнтові побачити свої проблеми збоку. Так він може визначити своє ставлення до звичних можливостей вирішення конфліктів [5]. Історія стає нібито тим дзеркалом, яке відображає і відображення якого спонукає до роздумів» [11].

2. Функція моделі. Історії відображають конфліктні ситуації у вигляді алгоритмів і пропонують різні варіанти вирішення проблем. «Вона дає можливість людині по-різному інтерпретувати зміст історії, подій, викладених в ній, зіставляти цей зміст з власною ситуацією. Історії пропонують різні варіанти дій, при цьому ми в своїх думках і почуттях знайомимося з незвичними відповідями на звичні конфліктні ситуації [11].

3. Функція медіатора. «Страх людини перед новим, боязнь втратити те, що у нього вже є, можуть бути послаблені за допомогою перенесення

гостроти ситуації в уявний світ історій. Звична з дитинства гра уяви про те, що відбувається не насправді, дозволяє клієнту, кажучи нібито не про себе, а про персонажа історії, вирішувати значущі конфлікти. Обговорюючи героя оповідання, клієнт об'єднується з консультантом. Так ситуація «консультант — клієнт» змінюється на ситуацію «консультант — історія — клієнт» [5].

4. Функція пролонгації (зберігання досвіду). «Завдяки своїй образності історії легко запам'ятовуються і після закінчення лікарського сеансу продовжують» працювати «в повсякденному житті пацієнта; в пам'яті може виникнути ситуація, подібна до тієї, яка зображена в історії, або з'явиться потреба продумати окремі питання, порушені в ній. При умовах, що змінюються, пацієнт може по-іншому інтерпретувати зміст однієї і тієї ж історії. Він збагачує своє початкове розуміння історії і засвоює нові життєві позиції, які допомагають розібратися у власній міфології. Таким чином, історія виконує функцію зберігання досвіду, тобто після закінчення психотерапевтичної роботи вона продовжує справляти свою дію на пацієнта і робить його більш незалежним від лікаря» [11].

5. Функція носія традицій. Описуючи індивідуальні ситуації, історії виносять їх за межі індивідуального досвіду і звертаються до культурних традицій і досвіду різних поколінь [11].

6. Функція міжкультурального посередника. «Викликаючи природну симпатію на основі загальнолюдських ідеалів, загальноновизнаних понять, норм поведінки, стереотипів вирішення конфліктів, історії передають інформацію про життєві принципи, традиції та унікальний народний колорит інших культур» [5].

Анекдот, завдяки своїй частій повторюваності і стислості, легко запам'ятовується і впізнається з одного тільки речення. При такій особливості оповіді у нього з'являється ще одна функція, властива саме даному жанру — функція впізнаваності. Як з'явилася і працює дана функція, ми спробуємо розібрати в нашій роботі.

Розглянемо трохи історії, як зароджувався цей гумористичний стиль оповіді. Початок літературного анекдоту позначено в візантійській історії, де з'явилося і саме слово (грец. *Anecdotos* — «невиданий, неопублікований») [3, с. 303]. Пізніше за посередництвом італійської культури, де анекдот набуває нового змісту, зблизившись за змістом з родинними жанровими формами (фабліо — розповідь, байка), а також через французьку літературну традицію, анекдот потрапляє в російську елітарну культуру, поширюється в тонкому шарі освічених людей і залишається дуже популярним аж до середини XIX ст. [3, с. 303].

Таким чином, 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 [7 с. 376].

Анекдоти розповідаються довгий час в певній місцевості, виявляються частиною культури і, в деякій мірі, є концентрованим змістом інформації про народ, людей одного регіону або однієї професії. Прості для сприйняття вони легко запам'ятовуються, стають моделлю і транскультуральним засобом спілкування. Далі розглянемо найбільш популярні анекдоти міста Одеси. Міста, в якому сплелися в одне ціле культури різних національностей. *Єврейський юнак вирішив одружитися, і розповідає про це своїй матері. — Мамо, я вирішив зробити тобі сюрприз. Я приведу додому відразу трьох дівчат, а ти спробуєш здогадатися, яка з них моя наречена... ступного дня він приводить додому трьох дівчат, блондинку, брюнетку і руду. Вечір проходить чудово, всі задоволені. Коли гості розійшлися по домівках, він запитує у матері: — Мамо, ну як ти думаєш, хто вона? — Руда, без сумніву! — Каже мати. — Матусю, — розпливається в усмішці син, — але як ти здогадалася? — А вона мені одразу не сподобалася. Мамина любов до сина безмежна, вона несвідомо відчула загрозу в дівчині. Їй нічого не залишається, як прийняти вибір сина, але мати відкрито заявляє, що їй він не до душі. Ми бачимо прямотинність і мудрість мами, можливо ревності і навіть спосіб адаптуватися до нових обставин.*

«З незапам'ятних часів історії, казки, міфи, легенди і притчі, як в європейських країнах, так і на Сході, виконували дві функції: вони розважали людей і в той же час були засобами народної психотерапії задовго до виникнення і розвитку сучасної психотерапії. І до цього дня, перш за все в країнах Сходу, історії використовуються як помічники у житті» [13].

В Одесі проживають представники понад 100 національностей. Всі вони на свій лад вплинули на культурне обличчя міста. Одеські традиції і звичаї наповнені колоритом, мудрістю і жартами найрізноманітніших культур. Гумор одеських анекдотів має свої специфічні особливості і багато з них немає необхідності розповідати цілком, достатньо однієї метафори. Як, наприклад, у відомому одеському анекдоті: *Одеса. Третя ночі. — Тук-тук! — Ой, а хто це? — Бандити. — Ой, а що Вам потрібно? — Сто кілограмів Вашого золота. — Ой, а сто десять? — Сто десять, так сто десять. — Сарочка, золотце, вставай — за тобою прийшли. По єдиній фразі, зазвичай заключній: «Сарочка, золотце, вставай — за тобою прийшли», люди відновлюють у пам'яті цілу історію. Історія, коли дружина цінна як золото, і чим більше в ній ваги, тим цінніше. Ось тільки легко вловимий сарказм, під виглядом особливої поваги і захоплення, чи не збирається чоловік позбутися благовірної? Також згадується відома приказка «Хорошої людини має бути багато». Прекрасна можливість реабілітувати зайву вагу в такому позитивному тлумаченні і чудова демонстрація адаптації до стресових умов.*

Соціально-психологічні передумови включають як сімейні, так і поза-сімейні взаємодії. Існують типи виховання, які створюють високий ризик виникнення аддиктивної поведінки. Вплив сім'ї на психологічний стан дитини виявляється вже в ранньому періоді її життя [9 с. 127].

При співпадінні всіх трьох передумов фактично починається процес, при якому людина не тільки не вирішує важливіші для себе питання, але

й гальмує свій духовний розвиток. Не дивлячись на певну опрацьованість даної проблематики, необхідно відмітити, що спроби виявлення основних предикторів запобігання любовної аддикції майже відсутні [9 с. 2]. *Одеса. Третя ночі. — Ой, у Мойши таке горе... — Що сталося, що? — До нього пішла моя дружина.*

З огляду на часто спільні інтереси і проблеми анекдоти від людей різних національностей практично ідентичні, що може бути хорошим стимулом зниження напруги для слухача. Усвідомлення себе і свого народу близьким з іншою культурою також пов'язане з адаптаційним потенціалом людини. *Запропонували французу, американцеві і українцеві: хто скільки об'їде на коні, тому стільки землі і дадуть.*

Француз проїхав кілометр, зупинив коня і каже: «Мені досить. Тут я поставлю садибу. Там — квітник. А там на шезлонгах відпочиватиму. А ось там — виноградник».

Американець проїхав три кілометри і зупинив коня: «Мені вистачить. Тут буде моя вілла. Там — газон. А ось там — майданчик для вертольота. А ще далі — майданчик для гольфу».

Українець заскочив на коня і погнав... Жене-жене коня, жене-жене... Загнав коня, кінь впав. А українець на ноги і бігти! Біжить-біжить... спіткнувся, впав. Уже відчуває, що не може бігти. Повзе-повзе — все, відчуває, вже більше і повзти неможливо. Знімає з голови шапку, з останніх сил жбурляє її перед собою і стогне: «А там ще огірочки посаджу!» Яскравий приклад анекдоту, який практично ідентичний і в багатьох інших країнах, адаптований до реалій саме цієї культури.

Персонажі анекдоту, як і персонажі фольклорного театру, не потребують представлення, їх кількість обмежена, і передбачається, що вони відомі всім носіям мови і представникам даної культури. У той же час розв'язка анекдоту, незалежно від тривалості цілого тексту, завжди повинна бути короткою, несподіваною, часто парадоксальною, що зазвичай і робить анекдот смішним [3, с. 304].

Носсрат Пезешкиан в кожній своїй праці описує використання історій у всіляких життєвих ситуаціях. Він підкреслює: «Якщо їх застосовувати вчасно і відповідно до рекомендацій, то вони можуть стати відправним пунктом для терапевтичних зусиль лікаря і сприяти зміні життєвої позиції і поведінки пацієнта. Однак неправильне дозування, нещирість і підкреслене моралізування з боку лікаря можуть заподіяти шкоду [10]. Чи варто говорити про те, що анекдот теж повинен бути доречний, оповідач з певною часткою співчуття мусить подавати анекдот і має бути обізнаним про наслідки невдалого жарту.

Оскільки анекдоти емоційно заряджені, вони дають поштовх для дії або, навпаки, остуджують гнів, дозволяють відчувати себе причетним до ситуації і ставитися до цього з гумором. Ідея анекдоту схожа з ідеєю притчі: «в свідомості людей закріплювалися моральні цінності, моральні підвалини, правила поведінки. Завдяки своїй цікавості історії особливо добре підходили для цієї мети. Вони пом'якшували найсуворішу мораль. Іноді мораль історій можна зрозуміти відразу, іноді вона прихована і являє

собою всього лише натяк [11]. *«Колись в Одесі жив всесвітньо відомий офтальмолог академік Філатов. І ось в день його ювілею студенти вирішили своєму професорові зробити приємне. Намалювали величезне око, а в оці — його портрет. Філатов прийняв цей подарунок і вигукнув: «Яке щастя, що я не гінеколог!»*

Анекдоти серед багатонаціональної і багатокультурної Одеси є тим об'єднувачим елементом, який зближує незнайомих людей, налаштовує на один лад, дозволяє знайти спільні точки дотику. — *Сарочка! Ви сьогодні просто чудово виглядаєте! — Ха! Це я ще себе погано почуваю! У цьому короткому, але комічному сюжеті також чітко простежується використання гумору як захисного механізму. Психологічний захист особистості заснований на інверсії, «повороті», зверненні тієї чи іншої спрямованості психічної діяльності в якусь іншу сторону, звичайно прямо протилежну початковій [10].*

Анекдоти сприяють об'єднанню цілей і зміні звичних уявлень, дозволяють легше сприймати даність, позитивно впливають на емоційний стан. Короткий дотепний зміст сприяє легкому запам'ятовуванню, зниженню напруги, також є демонстрацією творчих здібностей людини. — *Рабинович, а скільки буде двічі по два? — А ми купуємо чи продаємо?*

Мета терапевтичних історій — не стільки моралізування, скільки зіткнення в уяві з ситуацією-прикладом. В силу цього історії виконують цілий ряд функцій. Анекдот може виконувати серйозну функцію соціального психотерапевта [16]. *Зустрічаються два одесита. Один схвилюваним голосом запитує: — Я вчора ввечері біля твого під'їзду побачив машину «швидкої допомоги». Чи не сталося що з твоєї тещею? — Ой, Льова, у нас в під'їзді 50 квартир. Так що це така лотерея, така лотерея!..*

Висновки. Анекдот — особливий жанр усного мовлення, породжений елітарною культурою інтелігенції, підтриманий традиційною культурою, став масовим проявом сучасного міського фольклору [3, с. 306]. Будучи історією з коротким змістом, анекдот несе в собі емоційно заряджену метафору. Перш за все, це відноситься до відомих анекдотів, до фраз, які стали приказками і можуть повідомити інформацію з передачею певних почуттів і емоцій, тим самим знаходячи спільні точки дотику.

В анекдоті є ресурс, який можна використовувати на стадії стимуляції і підбадьорення під час консультації або психотерапії, також простежуються актуальна здатність і її застосування. У кожній культурі і національній спільності є своя серія популярних анекдотів, які підкреслюють ту чи іншу особливість даного менталітету і їх розвинені актуальні здібності. На прикладі одеських анекдотів ми можемо простежити загальні схожі риси людей різних національностей, що проживають на території Одеси і, з іншого боку, відмінності й особливості кожної культури. Популярні анекдоти одеського регіону стають настільки впізнаваними, що по єдиній фразі-метафорі зрозуміло, про яку історії йдеться. Завдяки даній функції впізнаваності місцеві жителі можуть, використовуючи набір відомих фраз в мові, швидше встановлювати контакт між собою, використовуючи метафору як розпізнавальний знак, ознаку однієї громади. В анекдотах можна

знайти позитивне тлумачення симптомів і використовувати це в практиці. Також гумор виступає в якості захисного механізму і стає однією з форм самоствердження особистості.

Список використаних джерел і літератури

1. Андреева О., Тарасевич Г. Десять главных героев анекдотов [Электронный ресурс]. — <http://expert.ru/russian-reporter/2008/28geroi-anekdotov/>, свободный.
2. Архипова А. С. Анекдот и его прототип: генезис текста и формирование жанра: дис. ... канд. филол. наук. — М., 2004
3. Дискаева И. И. Современный анекдот: проблемы исследования // Образование через всю жизнь: непрерывное образование в интересах устойчивого развития. — 2012. — № 2. — URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/sovremennyyu-anekdot-problemy-issledovaniya>
4. Келарева Д. Б. Развитие анекдота в эпоху барокко // Вестник ЮУрГУ. Серия: Лингвистика. — 2013. — № 2. — URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/razvitie-anekdota-v-epohu-barokko>
5. Кириллов И. Базовый курс позитивной психодинамической психотерапии. — Рига: Издательский дом megapressgroup™, 2007. — 240 с.
6. Литвиненко О. Д. Використання казкотерапії у програмі групової психокорекційної роботи / О. Д. Литвиненко // Вісник Одеського національного університету. Психологія. — Одеса, 2016. — Т. 21, вип. 1 (39). — С. 116–123.
7. 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, 2016. — P. 371–378.
8. Литвиненко О. Д. Адаптаційний потенціал особистості як її інтегративна характеристика [Lytvynenko O. D. The adaptation potential of the personality as its integrative characteristics] / О. Д. Литвиненко // Science and practice: Collection of scientific articles. — Thorpe Bowker, Melbourne, Australia, 2016. — P. 267–270.
9. Литвиненко О. Д. Адаптаційний потенціал як предиктор запобігання любовної аддукції / О. Д. Литвиненко // Вісник Одеського національного університету. Психологія. — Одеса, 2016. — Т. 21, вип. 4 (42).
10. Лук А. Н. О чувстве юмора и остроумии. — М., 1978.
11. Пезешкиан Н. Торговец и попугай. Восточные истории и психотерапия: пер. с нем./ общ. ред. А. В. Брушлинского, А. З. Шапиро; предисл. А. В. Брушлинского; коммент. А. З. Шапиро. — М.: Прогресс, 1992. — 240 с.
12. Пезешкиан Н. Психотерапия повседневной жизни: тренинг разрешения конфликтов. — СПб.: Речь, 2002. — 288 с.
13. Пезешкиан Н. 33 одна форма партнерства: пер. с нем. — М.: Медицина, 1998. — 288 с.
14. Пезешкиан Н., Захсе Г. Мне ясно, как справиться с диабетом: пер. с нем. — М.: Уникум Пресс; Арт-Бизнес-Центр, 2003. — 224 с.
15. Фрейд З. Остроумие и его отношение к бессознательному. — СПб.; М., 1996.
16. http://psyera.ru/pozitivnaya-semeynaya-psihoterapiya_7520.htm

REFERENCES

1. Andreyeva O., Tarasevich G. Desyat glavnyh geroyev anekdotov// [Electronic resource] [Ten general heroes of the anecdotes] <http://expert.ru/russian-reporter/2008/28geroi-anekdotov/>, free.
2. Arkhipova A. S. Anekdot i yego prototip: genesis teksta i formirovanie zhanra [The anecdote and its prototype: genesis of the text and genre formation]:dis. ...kand. filolog. Nauk. — М., 2004
3. Disakayeva Inna Igorevna Sovremennyyi anekdot: problemy issledovaniya // Obrazovaniye cherez vsyu zhizn: neprerivnoye obrazovanye v interesah ustoychivogo razvitiya. [Modern anecdote: research problems// Education throughout the whole life: unceasing education in the interest of sustainable development] 2012. № 2. URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/sovremennyyu-anekdot-problemy-issledovaniya>

4. Kelareva Darya Borisovna Razvitie anekdota v epokhu barokko [The development of the anecdote in the time of Baroque] // Vestnik ЮУрГУ. Seria: Lingvistika. 2013. № 2. URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/razvitie-anekdota-v-epokhu-barokko>
5. Kirillov I. Bazovyi kurs pozitivnoy psikhodinamicheskoy psikhoterapii. [Basic course of positive psychodynamic psychotherapy] Riga.: Izdatelskiy dom megapressgroup™, 2007. — 240 s.
6. Lytvynenko O. D. Vykorystannya kazkoterapii u programi grupovoi psikhokorektsiynoyi roboty [The use of the fairytale therapy in the program of the group psychocorrective work] / O. D. Lytvynenko // Visnyk Odeskogo natsionalnogo universytetu. — Odesa. — 2016. — T. 21. Vyp.1(39). Psikhologia. — S. 116- 123.
7. Lytvynenko O. D. Problema adaptatsiinogo potentsialu osobystosti v psikhologichniy nauksi. [Lytvynenko O. D. The problem of personality adaptation potential in psychological science] / O. 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. — P. 371–378.
8. Lytvynenko O. D. Adaptatsiynyi potentsial osobystosti yak yii integratyvna kharakterystyka [Lytvynenko O. D. The adaptation potential of the personality as its integrative characteristics] / O. Д. Литвиненко // Science and practice: Collection of scientific articles. — Thorpe Bowker. Melbourne, Australia, 2016. — P. 267–270.
9. Lytvynenko O. D. Adaptatsiynyi potentsial yak predyktor zapobigannya lyubovnoyi adduktsii [The adaptation potential as a predictor of the prevention of love adduction] / O. D. Lytvynenko // Visnyk Odeskogo natsionalnogo universytetu. — Odesa. — 2016. — T. 21. Vyp.4(42). Psikhologia.
10. Luk A. N. O chustve yumora i ostroumii.[About sense of humor and wttiness] M., 1978.
11. Pezeshkian N. Torgovets i popugay. Vostochnye istorii i psikhoterapyia [The Merchant and the Parrot. Oriental stories and psychotherapy]: Per. s nem./Obshch. red. A. V. Brushlinskogo i A. Z. Shapiro, predisl. A. V. Brushlinskogo, komment. A. Z. Shapiro. — M.: Progress, 1992. — 240 s.
12. Pezeshkian N. Psikhoterapiya povsednevnoy zhizni: trening razreshenia konfliktov.[Psychotherapy of a daily life: the training of solving conflicts] — SPb.: Rech, 2002. — 288 s.
13. Pezeshkian N. 33-i odna forma partnerstva [33 and one form of the partnership]: Per. s nem. — M.: Meditsina, 1998. — 288 s.
14. Pezeshkian N., Zakhse G. Mne yasno, kak spravitsya s diabetom [I see how to cope with the diabetes]: Per. s nem. — M.: OOO «Izdatelstvo «Unikum Press», ZAO «Art-Bizness-Tsentr», 2003. — 224 s.
15. Freid Z. Ostroumiye i yego otnoshenie k bessoznatelnomu.[Wittiness and its attitude to unconscious] SPb. — M., 1996.
16. http://psyera.ru/pozitivnaya-semeynaya-psihoterapiya_7520.htm

Златова Людмила Степановна

аспирант кафедры дифференциальной и специальной психологии
Одесского национального университета имени И. И. Мечникова

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ПОТЕНЦИАЛА ОДЕССКИХ АНЕКДОТОВ В ПРАКТИКЕ ПСИХОЛОГА

Резюме

В статье рассматривается метод использования анекдотов как эмоционального потенциала в работе психолога. Выделены основные функции восприятия анекдотов как вспомогательного средства улучшения психологического здоровья человека на примерах наиболее известных и распространенных анекдотов. Дополнительно к основным существующим функциям была исследована функция узнавания.

Ключевые слова: анекдот, притча, адаптационный потенциал, транскультуральный подход, функция историй, функция узнавания, юмор.

Zlatova L. S.

postgraduate of the department of differential and special psychology
Odesa National University named after I. I. Mechnikov

**USING THE EMOTIONAL POTENTIAL OF ODESA ANECDOTES
IN THE PRACTICE OF PSYCHOLOGIST**

Abstract

The article discusses the method of using anecdotes as the emotional potential in the work of the psychologist. The basic function of perception of anecdotes as an aid to improve mental health in the examples of the most famous and popular anecdotes. In addition to the basic existing functions the recognition function has been investigated.

Key words: anecdote, paroemia, adaptational potential, transcultural approach, story functions, recognition function, humor.

Стаття надійшла до редакції 16.02.2017