

Оригинальная статья

УДК 159.9

DOI: 10.35750/2713-0622-2025-1-81-99



## Исследование жизнестойкости студенческой молодежи как способа совладания с гелотофобией



### Елена Викторовна Чернышева

Уральский федеральный университет  
имени первого Президента России Б. Н. Ельцина  
(Екатеринбург, Россия)

evchern2010@gmail.com

ORCID: 0000-0002-6469-8001



### Татьяна Сергеевна Дмитриева

Уральский федеральный университет  
имени первого Президента России Б. Н. Ельцина  
(Екатеринбург, Россия)

tatiana.dmitreeva00@gmail.com

ORCID: 0009-0009-2224-4114

### Аннотация

**Введение.** Актуальность исследования обусловлена наличием в студенческой образовательной среде насмешек, которые могут являться психотравмирующим фактором, приводить к снижению внутренних ресурсов и чувства безопасности, способствовать возникновению тревожных состояний и беспокойства в отношении оценки другими людьми. Страх насмешек приводит к коммуникативным трудностям, социальной отчужденности, изоляции и дисгармоничности личности. **Методы исследования.** В целях установления связи между данной фобией и жизнестойкостью студентов были использованы методы диагностики уровня гелотофобии, оценки способности различать ситуации дружелюбного подшучивания и агрессивного высмеивания, исследования стрессовых признаков и стратегий совладающего поведения. Исследовательскую выборку составили студенты вузов (N=202) в возрасте 18–26 лет. **Результаты** исследования свидетельствуют, что студенты демонстрируют умеренную настороженность и тревожность в ситуациях, связанных с юмором и смехом, возможность оценки со стороны окружающих, а также адекватное различение ситуаций подшучивания и высмеивания. Установлено, что юноши чаще получают удовольствие от ситуаций высмеивания и удивляются им, тогда как девушки в большей степени реагируют на насмешки грустью и стыдом. По шкалам жизнестойкости преобладают средние показатели, что говорит об умеренно выраженной способности справляться с трудностями и стрессом. Полученные данные подтверждают, что гелотофобия и жизнестойкость являются противоположными характеристиками: чем сильнее проявляется страх стать объектом насмешек, тем ниже жизнестойкость человека и сильнее выраженность стрессовой симптоматики.

**Ключевые слова**

гелотофобия, дружелюбное подшучивание, агрессивное высмеивание, жизнестойкость, способности совладения

**Для цитирования:** Чернышева, Е. В., Дмитриева, Т. С. (2025). Исследование жизнестойкости студенческой молодежи как способа совладания с гелотофобией. *Российский девиантологический журнал*, 5 (1), 81–99. doi: 10.35750/2713-0622-2025-1-81-99.

Original paper

## Examination of student resilience as a way of coping with gelotophobia

**Elena V. Chernysheva**

Ural Federal University named after the first President of Russia B. N. Yeltsin  
(Yekaterinburg, Russia)

evchern2010@gmail.com

**ORCID:** 0000-0002-6469-8001

**Tatiana S. Dmitreeva**

Ural Federal University named after the first President of Russia B. N. Yeltsin  
(Yekaterinburg, Russia)

tatiana.dmitreeva00@gmail.com

**ORCID:** 0009-0009-2224-4114

**Abstract**

**Introduction.** The relevance of the research is determined by the presence of mockery in student educational environment. It can be a psychotraumatic factor, lead to reduction of inner resources and sense of security, contribute to anxious states being estimated by other people. The fear of mockery leads to communication difficulties, social alienation, isolation and personality disharmony. **Research methods.** In order to establish the correlation between the mentioned phobia and students' resilience, the methods of diagnosing the level of gelotophobia, assessing the ability to distinguish between situations of friendly joking and aggressive mocking, studying stress traits and coping behaviour strategies were used. The research sample consisted of higher institutions students (N=202) aged 18-26 years. **The results of the research** reveal that students demonstrate moderate wariness and anxiety in situations involving humour and laughter, the possibility of being estimated by others, as well as adequate distinction between situations of joking and mocking. The authors identified that young men more often enjoy and are surprised by situations of mockery, while girls react with sadness and shame. Average indicators prevail in the resilience scales, reflecting a moderately pronounced ability to cope with difficulties and stress. The obtained data confirm that gelotophobia and resilience are opposite characteristics: the stronger is the fear of being mocked, the lower is a person's resilience and the stronger is the expression of stress symptoms.

**Keywords**

gelotophobia, friendly joking, aggressive mockery, resilience, coping techniques

**For citation:** Chernysheva, E. V., Dmitreeva, T. S. (2025). Examination of student resilience as a way of coping with gelotophobia. *Russian Journal of Deviant Behavior*, 5 (1), 81–99. doi: 10.35750/2713-0622-2025-1-81-99.

## Введение

В современном мире в различных сферах все чаще происходят непредвиденные изменения, экстремальные ситуации, влияющие на психологическое здоровье и благополучие человека. Проживание сложных жизненных ситуаций способствует риску возникновения стрессов, депрессивных и тревожных состояний, неадекватного поведения и т. д., что приводит к снижению внутренних ресурсов и чувства безопасности человека. В современной психологической науке все чаще подчеркивается необходимость повышения уровня жизнестойкости и жизнеспособности человека (Александрова, 2004; Гаранина, 2023; Евтушенко, 2016; Кучерявенко, Гринева, Еголаева, 2023; Ярошук, 2020 и др.).

Студенческие годы – значимый период для развития жизнестойкости: человек адаптируется к самостоятельной жизни, у него формируется жизненная позиция, намечаются профессиональные перспективы (Дроздова, Асманкина, 2023; Наливайко, Шакурова, 2010 и др.). Этот период характеризуется и наличием большого количества стрессовых ситуаций: адаптацией к новым условиям жизни и обучения, выстраиванием отношений с одногруппниками, сдачей экзаменов и т. п. Данные стресс-факторы являются основанием для повышения чувствительности к психотравмирующим ситуациям, возникновения страхов. Некоторые студенты могут испытывать страх насмешек как со стороны одногруппников, так и со стороны преподавателей. Такое состояние известно как гелотофобия. Ситуации, в которых делается юмористическое замечание или комментарий другими студентами и (или) преподавателем, гелотофобом воспринимаются как пугающие, вызывают чувство стыда и затруднения в интерпретации положительных сторон смеха.

Жизнестойкость является мощным потенциалом в преодолении жизненных трудностей, однако недостаточно освещена в современных психологических исследованиях как ресурс для преодоления сложностей в молодежном возрасте, связанных со стрессом и страхом насмешек (гелотофобии). Исследование компонентов, которые могут способствовать выработке стратегий совладания с гелотофобией в образовательной среде, представляет особую важность, поскольку процесс обучения нередко сопровождается психическим напряжением и эмоциональными переживаниями.

Гелотофобия как страх выглядеть смешным и оказаться объектом насмешек раскрывается в работах отечественных и зарубежных исследователей: П. Гартенберга, Е. О. Зятьковой, Е. М. Ивановой, Е. А. Стефаненко, М. Титца, В. Руха, Д. А. Шуненкова и др. Данный феномен считается относительно новым направлением в исследовании чувства юмора в клинической психологии, но само явление берет начало еще во Франции, где более ста лет назад французский психиатр П. Гартенберг в контексте социальных страхов рассматривал страх быть осмеянным (Ruch & Proyer, 2008; Ruch, Hofmann, & Platt, 2015).

Современные исследования страха насмешки связаны с исследованиями психологии юмора. Немецкий психотерапевт М. Титц в 1996 г. впервые описал патологический страх быть объектом насмешки на клиническом материале и назвал его гелотофобией (от греч. «гелос» – смех, «фобос» – страх). Автор предположил, что это особая форма социофобии связана со стыдом и провоцирует гелотофобов к социальной изоляции для защиты от насмешек (Titze, 2009).

Исследования В. Руха показали, что люди с высоким уровнем гелотофобии менее веселые, чем остальные, они описывают свой юмор как неуместный, язвительный, агрессивный. Шутить такие люди способны только в присутствии близких людей (Ruch, Beermann, & Proyer, 2009).

Е. А. Стефаненко выделяет три основные составляющие гелотофобии: когнитивную, эмоциональную и поведенческую. Исходя из этого следует, что все процессы, которые происходят в личности гелотофобов, взаимообусловлены и в результате дезадаптивны (Иванова, Ениколопов, Стефаненко, 2016).

В исследованиях А. Г. Самохваловой были выделены факторы развития гелотофобии: травматичный опыт насмешек в прошлом, деструктивные последствия услышанного в свой адрес юмора, низкая самооценка чувства юмора, гиперчувствительность к насмешкам, дисфункция вербальной и невербальной коммуникации, социальная изоляция (Самохвалова, 2016).

Первые признаки гелотофобии формируются в детском возрасте; в подростковом и юношеском возрасте она связана с личностной нестабильностью, алогичностью настроения и поведения (Иванова, Макогон, Стефаненко и др., 2016).

По мнению Д. А. Леонтьева, в преодолении жизненных трудностей помогает жизнестойкость – системная индивидуальная способность личности к зрелым и сложным формам психологической и психофизической саморегуляции (Леонтьев, Осин, 2007). Имеются и другие понимания данного феномена: «жизнетворчество», «жизнеспособность» (Б. Г. Ананьев), «мужество творить» (Р. Мэй), «укорененность в бытии» (М. Хайдеггер), «трансценденция» (С. Л. Рубинштейн), «зрелость» (Б. Г. Ананьев, С. Л. Рубинштейн, Г. Олпорт), «жизнеспособность» (Э. Фромм), «упрямство духа» (В. Франкл), «отвага быть» (П. Тиллих), «экзистенциальное мужество» (Дж. Холлис), «салютогенез» (А. Антоновски), «антихрупкость» (Н. Талеб).

Автор концепции жизнестойкости С. Мадди считает, что возможность управления жизнестойкостью как ресурсом определяется степенью осмысления и изменения того, что способствует поддержанию физического, психического и социального здоровья. Такая установка придает жизни ценность и смысл в любых обстоятельствах.

Студенчество характеризуется благоприятными возрастными возможностями для развития жизнестойких стратегий и установок личности. Недостаточное развитие жизнестойкости может стать основанием для излишней чувствительности к жизненным трудностям, характеризуется отсутствием стремления к значимым целям, подверженностью хроническим стрессам и депрессивным состояниям (Боязитова, Эркенова, 2018; Зяткова, Стоянова, Языков, 2021).

В период обучения переживания студентов за академические неуспехи, разочарования при общении с одноклассниками и преподавателями могут стать основой для появления сильного страха. Трудности в восприятии положительных характеристик смеха в ситуациях, когда делаются юмористические комментарии другими студентами или преподавателем, могут интерпретироваться как пугающие и вызывать чувство стыда; такие студенты кажутся тихими и стараются по возможности избегать участия даже в минимальных обсуждениях темы (Bledsoe & Baskin, 2014).

В молодежной среде страх насмешки в различных ситуациях вызывает психическое напряжение, тревогу, оказывает негативное влияние на его профессионализацию и реализацию жизненных планов.

### **Описание исследования**

В исследовании жизнестойкости как способа совладания с гелотофобией приняли участие 202 студента: 106 юношей (52,5 %) и 96 (47,5 %) девушек в возрасте от 18 до 26 лет, обучающиеся по техническим (28,7 %), социально-экономическим (29,3 %), управленческим (22,8 %) и др. (19,2 %) направлениям подготовки. В выборке представлены студенты 1 курса (7,4 %), 2 курса (69,3 %), 3 курса (14,4 %) и 4 курса (8,9 %).

При реализации поставленных задач для достижения цели исследования были использованы следующие методики:

1. Шкала гелотофобии «GELOPH-15» В. Руха и Р. Т. Проьера (русскоязычный вариант Е. А. Стефаненко). Опросник использовался для выявления гелотофобии – страха выглядеть смешным, стать объектом насмешек (Стефаненко и др., 2011). Методика представляет

собой опросник для диагностики гелотофобии с установленными психометрическими характеристиками:

1) гелотофобичное социальное реагирование – описывает специфическую форму реагирования на смех других – от небезопасной (попытка скрыть ощущение небезопасности, чувство непреднамеренной комичности) до выраженной реакции избегания и ограничения;

2) гелотофобичное самовосприятие – характеризует высокую или низкую подозрительность по отношению к смеху окружающих;

3) общий балл гелотофобии – интегральный показатель по всем пунктам опросника.

2. Опросник сценариев дружелюбного подшучивания и агрессивного высмеивания (Т. Плат, адаптация П. О. Иванова и Е. М. Иванова) использовался для оценки способности различать ситуации дружелюбного подшучивания и агрессивного высмеивания, эмоций, возникающих в ситуациях подшучивания или высмеивания, и их связи с гелотофобией (Иванова, Иванова, 2019). Методика включает описание 9 сценариев: 4 сценария дружелюбного подшучивания, 4 сценария агрессивного высмеивания и 1 нейтральный сценарий. К каждому сценарию предложено оценить 7 эмоций по шкале от 0 (наиболее слабая) до 8 (наиболее сильная): радость, грусть, гнев, отвращение, удивление, стыд, страх.

При обработке результатов данного опросника анализировались 14 шкал, соответствующих 7 эмоциям для каждого из двух типов сценариев: подшучивания и высмеивания. Для каждого из 7 видов эмоций (радость, грусть и т. д.) подсчитывался средний балл отдельно для 4 сценариев дружелюбного подшучивания и для 4 сценариев агрессивного высмеивания.

3. Опросник «Инвентаризация симптомов стресса» (Т. А. Иванченко с соавт., 1994) использовался для исследования стрессовых признаков и степени их проявления (Иванченко, 2009).

4. Тест жизнестойкости С. Мадди (русскоязычный вариант Д. А. Леонтьева, Е. А. Рассказовой) был выбран для диагностики жизнестойкости как системы убеждений личности о себе, мире, отношениях с ним (Леонтьев, Рассказова, 2006). Личностная переменная «жизнестойкость» включает в себя три компонента: 1) вовлеченность; 2) контроль; 3) принятие риска.

5. Личностный опросник Г. Айзенка, ЕРІ (русскоязычный вариант А. Г. Шмелева, 1985) содержит 3 шкалы: 1) «экстраверсия-интроверсия» – оценивает направленность личности на внешний мир или внутренний мир; 2) «нейротизм» – оценивает эмоциональную устойчивость/неустойчивость; 3) «ложь» – оценивает искренность испытуемого (Айзенк, 2014).

6. Опросник «Способы совладающего поведения» (Ways of Coping Questionnaire, WCQ) Р. Лазаруса (русскоязычный вариант НИПНИ им. В. М. Бехтерева) применялся для определения копинг-механизмов и стратегий преодоления трудностей (Лазарус, Фолкман, 2009).

Для анализа данных применялись методы математико-статистической обработки данных: метод ранговой корреляции Спирмена, сравнительный анализ U-критерия Манна-Уитни и критерий Крускала-Уоллиса.

## Результаты исследования

Для понимания личностных особенностей, которые могут оказать влияние на результаты основных методик, направленных на диагностику гелотофобии и стратегий совладающего поведения, предварительно студентам были заданы вопросы в целях выяснения отношения к наличию чувства юмора, предпочитаемого стиля юмора, а также присутствия опыта столкновения с ситуациями насмешек и дразнений. Результаты опроса показали: подавляющее большинство молодых людей (94,1 %) считают, что у них есть чувство юмора и лишь 5,9 % респондентов ответили отрицательно. Наиболее распространенный стиль юмора – шутить обо всем, используя забавные истории и шутки (54,5 %). Часто студенты шутят, чтобы справиться со стрессом (26,7 %); более половины (57,9 %) в прошлом сталкивались с ситуациями

насмешек и дразнений; 20,8 % респондентов отмечают, что сталкиваются с этим в настоящее время; 21,3 % опрошенных полагают, что таких ситуаций не было.

Большинство студентов положительно оценивают свое чувство юмора, используют юмор преимущественно для развлечения и снятия напряжения. Более половины имели негативный опыт насмешек и дразнений. Эти данные важно учитывать при интерпретации результатов дальнейших методик, направленных на изучение гелотофобии и стратегий совладания (рис. 1).

Так, 10,4 % студентов не проявляют выраженного страха насмешек и неадекватного реагирования на смех окружающих; 72,8 % опрошенных проявляют умеренную настороженность и избегание в ситуациях, которые потенциально могут быть оценены как насмешка; 16,8 % обучающихся могут демонстрировать ярко выраженную реакцию страха и избегания в ситуациях, связанных со смехом и юмором.

Согласно опросу 6,4 % респондентов не испытывают выраженных опасений по поводу того, что кажутся смешными окружающим; чуть более половины студентов (54,5 %) в умеренной степени обеспокоены тем, как их воспринимают окружающие; 39,1 % опрошенных испытывают стойкие опасения, что производят впечатление нелепых и смешных в глазах других людей.

Не испытывают выраженного страха насмешек и неадекватного реагирования на юмор 5,4 % респондентов; в умеренной степени проявляют признаки гелотофобии 68,4 % опрошенных. Большая часть демонстрирует умеренную настороженность и тревожность в ситуациях, связанных с юмором, смехом, возможностью оценки со стороны окружающих, при этом

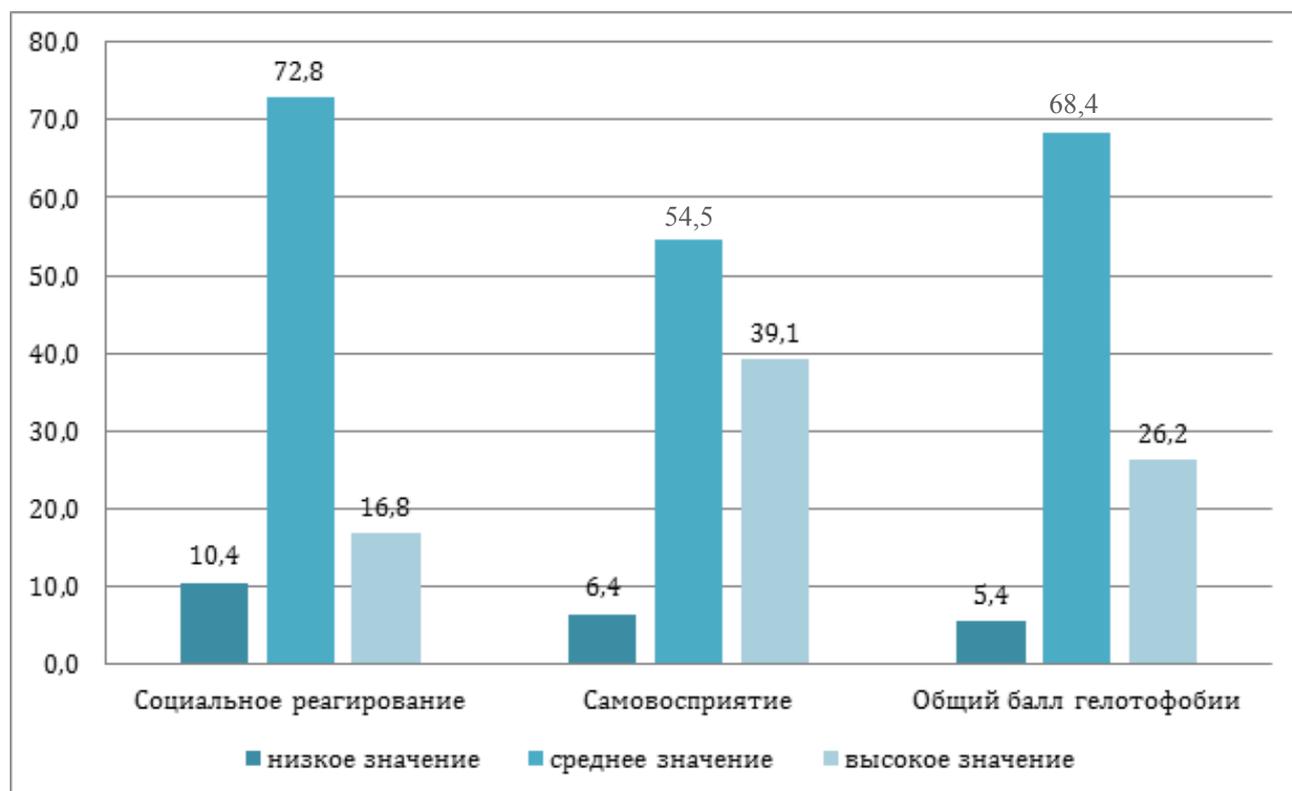


Рис. 1. Показатели методики «Шкала гелотофобии GELOPH-15»

Fig. 1. Indicators of the methodology "Gelophobia Scale GELOPH-15"

Таблица 1. Варианты ответов «Опросника сценариев дружелюбного подшучивания и агрессивного высмеивания»

Table 1. Response variants of the "Friendly Joking and Aggressive Mocking Scenario Questionnaire"

Эмоция	Высмеивание, %	Подшучивание, %	Нейтральный, %
Гнев	16,09	10,40	7,43
Грусть	15,10	7,67	21,29
Отвращение	17,82	13,74	8,42
Радость	18,07	37,13	17,33
Страх	1,24	1,36	9,41
Стыд	13,49	12,62	29,70
Удивление	18,19	17,08	6,44

42,1 % опрошенных испытывают стойкие опасения по поводу того, что кажутся нелепыми в глазах других, а у 26,2 % студентов выявлена выраженная гелотофобия.

Заставляют задуматься полученные результаты «Опросника сценариев дружелюбного подшучивания и агрессивного высмеивания (ОСПВ)» (таблица 1). В ситуациях агрессивного высмеивания у респондентов проявляются эмоции удивления (18,19 %), радости (18,07 %), отвращения (17,82 %). Такие разные эмоциональные реакции могут отражать как адекватное неприятие насмешливого поведения окружающих, склонность шутить над другими, а также некоторую наивность в интерпретации высмеивания. В ситуациях подшучивания респонденты в качестве реакций чаще выбирали эмоции радости (37,13 %) и удивления (17,08 %).

Примерно для трети студентов ситуации дружеского подшучивания вызывают положительные эмоции – радость, интерес и любопытство (удивление). Такие реакции отражают адекватное восприятие шуточных замечаний со стороны близких людей. Среди респондентов 13,74 % испытывают отвращение даже к дружеским насмешкам, что может являться признаком гелотофобных тенденций.

Разброс эмоциональных реакций на нейтральную ситуацию может свидетельствовать о том, что треть респондентов склонна испытывать стыд, возможно, даже без повода. Еще около пятой части студентов реагирует на обыденные события грустью. В то же время 17 % студентов способны извлекать радость из повседневных нейтральных ситуаций. Можно предположить, что значительная часть респондентов обладает сензитивностью и склонностью к негативным эмоциональным реакциям на повседневные события.

Согласно полученным данным опросника «Инвентаризация симптомов стресса», более половины студентов (54,0 %) демонстрируют средний уровень стресса. Для их жизни характерны определенная деятельность и напряжение, они сталкиваются с различными проблемами и заботами, однако адекватно справляются с трудностями (рис. 2).

Высокий уровень стресса выявлен у 39,6 % испытуемых. Их жизнь представляет собой постоянную борьбу, они зависимы от внешних оценок и одобрения, стремятся к успеху любой ценой, что порождает хронический стресс. Такой стиль жизни угрожает физическому и психологическому здоровью. Лишь 6,4 % испытуемых живут спокойно и разумно, адекватно реагируют на жизненные проблемы.

Охарактеризуем особенности жизнестойкости наших респондентов (рис. 3). Большинство студентов либо в недостаточной степени получают удовлетворение от собственной



Рис. 2. Уровень стресса у студентов (опросник «Инвентаризация симптомов стресса», %)

Fig. 2. Stress level among students (questionnaire “Stress Symptom Inventory”, %)

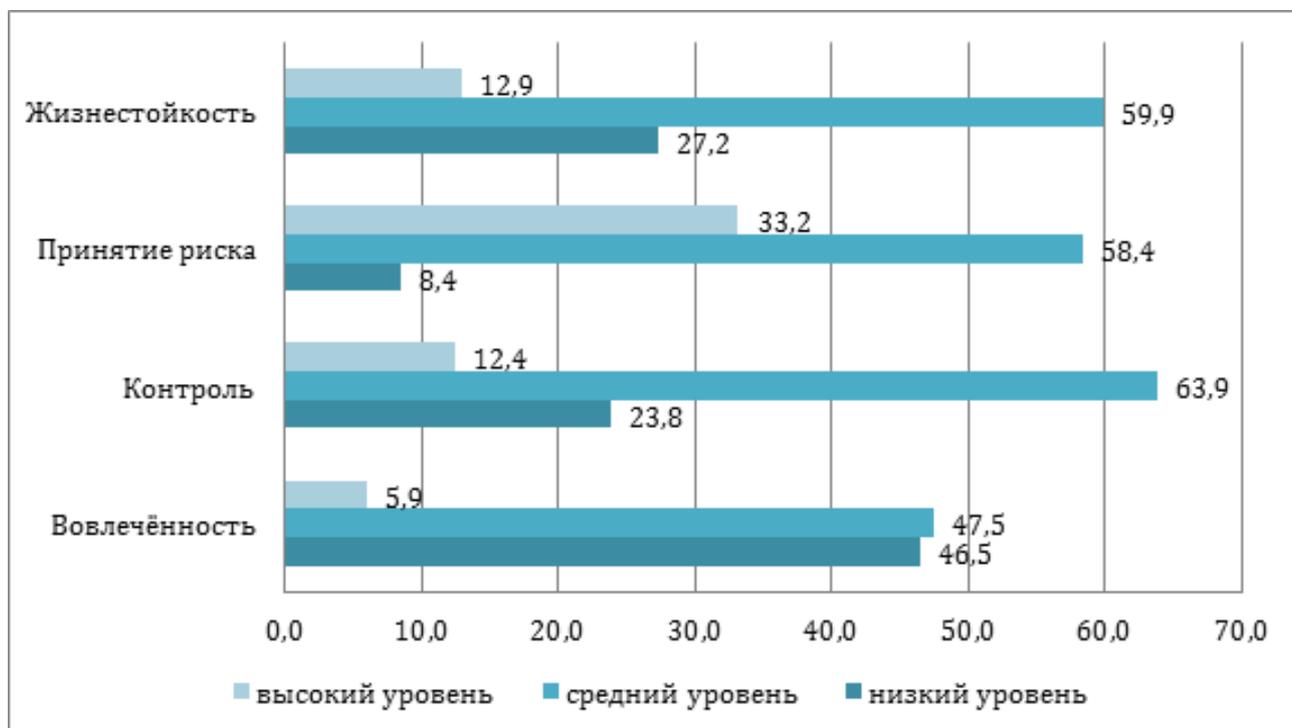


Рис. 3. Показатели жизнестойкости (Тест С. Мадди; %)

Fig. 3. Indicators of resilience (Testby S. Muddy; %)

Таблица 2. Коэффициенты корреляции показателей жизнестойкости и гелотофобии

Table 2. Correlation coefficients of indicators of resilience and gelotophobia

Методика	Показатели гелотофобии	Показатели жизнестойкости			
		Вовлеченность	Контроль	Принятие риска	Жизнестойкость
Опросник сценариев дружелюбного подшучивания и агрессивного высмеивания	Удивление при высмеивании	<b>,160*</b>	<b>,159*</b>	<b>,231**</b>	<b>,194**</b>
	Гнев при высмеивании	-0,097	-0,084	<b>-,158*</b>	-0,121
	Стыд при высмеивании	<b>-,167*</b>	-0,135	-0,079	<b>-,146*</b>
Шкала гелотофобии	Социальное реагирование	<b>-,433**</b>	<b>-,424**</b>	<b>-,423**</b>	<b>-,475**</b>
	Самовосприятие	<b>-,450**</b>	<b>-,440**</b>	<b>-,467**</b>	<b>-,510**</b>
	Общий балл гелотофобии	<b>-,472**</b>	<b>-,462**</b>	<b>-,473**</b>	<b>-,526**</b>

Примечание: здесь и в последующих таблицах значимые коэффициенты корреляции выделены жирным шрифтом; \*корреляция значима на уровне 0,05; \*\*корреляция значима на уровне 0,01.

деятельности, либо их отношение к ней амбивалентно. Лишь 5,9 % лиц демонстрируют высокую вовлеченность, получая удовольствие от того, чем занимаются. В то же время 63,9 % студентов ощущают возможность влияния на результат происходящего в некоторой степени, не испытывая вместе с тем чувства полной беспомощности.

Большинство студентов рассматривает жизнь как возможность приобретения опыта и готовы рисковать; 8,4 % респондентов демонстрирует низкое принятие риска, предпочитая избегать неопределенных ситуаций.

Итак, у студентов преобладают средние показатели по шкалам жизнестойкости, способность справляться со стрессом без ущерба для деятельности и отношений выражена умеренно. Вместе с тем около трети студентов демонстрирует низкую жизнестойкость.

Для выявления связи показателей жизнестойкости и гелотофобии проанализируем полученные коэффициенты корреляции (Спирмана) (таблица 2).

Показатель «удивление при высмеивании» имеет значимую положительную корреляцию с показателями «вовлеченность» ( $r=0,160^*$ ), «контроль» ( $r=0,159^*$ ), «принятие риска» ( $r=0,231^{**}$ ) и «жизнестойкость» ( $r=0,194^{**}$ ) – чем более выражено удивление в ответ на высмеивание, тем выше показатели жизнестойкости. Люди с развитой жизнестойкостью склонны интерпретировать высмеивание не как угрозу, а как неожиданность, которая требует проявления любопытства и активного осмысления.

Показатель «гнев при высмеивании» отрицательно коррелирует с показателем «принятие риска» ( $r=-0,158^*$ ). Это означает, чем сильнее человек реагирует гневом на высмеивание, тем меньше у него выражена готовность к риску и неопределенности. Возможно, гневная реакция свидетельствует об эмоциональной нестабильности и неуверенности в себе. «Стыд при высмеивании» имеет отрицательную корреляцию с показателем «жизнестойкость» ( $r=-0,146^*$ ). Это может говорить о том, что переживание стыда в ответ на высмеивание характерно для людей с низкой жизнестойкостью. Стыд в этом случае рассматривается как

Таблица 3. Коэффициенты корреляции показателей шкал личностного опросника (Г. Айзенк) и гелотофобии

Table 3. Correlation coefficients of personality questionnaire scales (G. Eysenck) and gelotophobia

Методика	Показатели	Личностный опросник Г. Айзенка		
		Экстраверсия – интроверсия	Нейротизм	Шкала лжи
Опросник сценариев дружжелюбного подшучивания и агрессивного высмеивания	Радость при высмеивании	0,119	-,184**	0,062
	Грусть при высмеивании	-,195**	0,045	0,057
	Стыд при высмеивании	0,035	,240**	-0,136
	Грусть при подшучивании	0,020	-,177*	0,119
	Гнев при подшучивании	,152*	-0,064	-0,002
	Отвращение при подшучивании	0,070	-0,052	,182**
Шкала гелотофобии	Социальное реагирование	-,331**	,395**	-0,055
	Самовосприятие	-,368**	,450**	-0,021
	Общий балл гелотофобии	-,369**	,446**	-0,039

признак уязвимости личности и неуверенности в собственных силах и способностях противостоять трудностям.

Показатель «социальное реагирование» по шкале гелотофобии отрицательно коррелирует со всеми показателями жизнестойкости: «вовлеченность» ( $r=-0,433^{**}$ ), «контроль» ( $r=-0,424^{**}$ ), «принятие риска» ( $r=-0,423^{**}$ ) и «жизнестойкость» ( $r=-0,475^{**}$ ). Чем сильнее выражен показатель избегания социальных контактов и ситуаций, которые могут вызвать насмешки, тем ниже жизнестойкость.

«Самовосприятие» по шкале гелотофобии имеет отрицательные корреляции с показателями жизнестойкости: «вовлеченность» ( $r=-0,450^{**}$ ), «контроль» ( $r=-0,440^{**}$ ), «принятие риска» ( $r=-0,467^{**}$ ) и «жизнестойкость» ( $r=-0,510^{**}$ ). Подозрительность и обеспокоенность по поводу возможности стать объектом насмешек (показатель самовосприятия при гелотофобии) снижают показатели жизнестойкости.

Отрицательная корреляционная связь «Общего балла гелотофобии» с показателями «вовлеченность» ( $r=-0,472^{**}$ ), «контроль» ( $r=-0,462^{**}$ ), «принятие риска» ( $r=-0,473^{**}$ ) и «жизнестойкость» ( $r=-0,526^{**}$ ) означает, что люди с выраженным страхом насмешки обладают меньшей эмоциональной устойчивостью и способностью справляться с трудностями.

Полученные данные свидетельствуют, что показатели гелотофобии и жизнестойкости отрицательно между собой связаны: чем сильнее проявляется страх стать объектом насмешек, тем ниже жизнестойкость человека.

Проанализируем особенности корреляционных связей гелотофобии и личностных особенностей (таблица 3).

Экстраверты в большей степени склонны получать удовольствие от ситуаций высмеивания ( $r=-0,184^{**}$ ), интроверты чаще реагируют грустью на насмешки ( $r=-0,195^{**}$ ). Эмоционально нестабильные люди более склонны к переживанию стыда от насмешек ( $r=0,240^{**}$ ). Эмоционально стабильные люди реже реагируют грустью на дружеское подтрунивание ( $r=-0,177^{*}$ ). Экстраверты склонны проявлять раздражение и гнев на подшучивания ( $r=0,152^{*}$ ). Корреляция отвращения и лжи ( $r=0,182^{**}$ ) может означать, что люди, склонные к неискренности

Таблица 4. Коэффициенты корреляции показателей гелотофобии и инвентаризации симптомов стресса

Table 4. Correlation coefficients of gelotophobia indicators and stress symptom inventory

Методика	Показатели	Инвентаризация симптомов стресса
Опросник сценариев дружелюбного подшучивания и агрессивного высмеивания	Удивление при высмеивании	-,158*
	Стыд при высмеивании	,177*
	Радость при подшучивании	,174*
Шкала гелотофобии	Социальное реагирование	,378**
	Самовосприятие	,410**
	Общий балл гелотофобии	,414**

и самопрезентации, чаще испытывают неприязнь при подшучивании. Для интровертов более характерны проявление избегающего поведения ( $r=-0,331^{**}$ ) и ограничение социальных контактов из-за страха насмешек ( $r=0,395^{**}$ ). Эмоционально нестабильные люди более склонны реагировать страхом и тревогой в ситуациях потенциального высмеивания. Аналогичные связи наблюдаются для самовосприятия и общего уровня гелотофобии. Это значит, что нейротизм способствует развитию подозрительности и обеспокоенности по поводу оценки со стороны окружающих, повышая общий уровень страха насмешек. Гелотофобия, согласно полученным данным, связана с такими личностными характеристиками, как интроверсия и эмоциональная нестабильность/нейротизм.

Показатель «удивление при высмеивании» имеет отрицательную корреляцию с инвентаризацией симптомов стресса ( $r=-0,158^*$ ) – чем больше человек склонен реагировать удивлением на насмешки, тем менее он подвержен симптомам стресса (таблица 4). Переживание стыда в ответ на высмеивание характерно для людей с более выраженными симптомами стресса ( $r=0,177^*$  показателей «стыд» и «стресс»). Связь радости при подшучивании и стресса ( $r=0,174^*$ ) показывает, что получение удовольствия от дружеских насмешек свойственно людям, испытывающим симптомы стресса. Корреляция грусти и стресса ( $r=-0,171^*$ ) означает, что более подверженные стрессу чаще реагируют грустью на подшучивание.

Положительная связь показателя «самовосприятие» по шкале гелотофобии ( $r=0,378^{**}$ ) со стрессом означает, что чем выше обеспокоенность человека возможностью стать объектом насмешек и негативной оценки окружающих, тем в большей степени у него проявляются симптомы стресса. Аналогично с ростом общего уровня гелотофобии (интегрального показателя страха насмешки) увеличивается выраженность стрессовой симптоматики. Данные свидетельствуют, что гелотофобия и стресс имеют положительную корреляционную связь. Чем выше страх стать объектом насмешек и негативной оценки, тем сильнее у человека проявляются различные симптомы стресса.

Гелотофобия связана с особенностями совладающего поведения (таблица 5). Показатель «удивление при высмеивании» имеет значимую обратную корреляцию с конфронтационным копингом ( $r=-0,154^*$ ) и планированием решения проблем ( $r=-0,147^*$ ) – чем больше удивление студентов в ситуациях агрессивного высмеивания, тем меньше они склонны использовать прямое противостояние трудностям (конфронтационный копинг) и заранее обдумывать свои действия (планирование решения проблем). Возможно, сильное удивление в таких ситуациях

Таблица 5. Коэффициенты корреляции показателей совладающего поведения и гелотофобии

Table 5. Correlation coefficients of indicators of coping behaviour and gelotophobia

Методика	Показатели	Совладающее поведение							
		Конфронтационный копинг	Дистанцирование	Самоконтроль	Поиск социальной поддержки	Принятие ответственности	Бегство-избегание	Планирование решения проблемы	Положительная переоценка
Опросник сценариев дружелюбного подшучивания и агрессивного высмеивания	Удивление при высмеивании	-,154*	-0,040	0,034	-0,012	,140*	0,020	-,147*	-0,060
	Гнев при подшучивании	-0,126	-0,118	-,226**	-0,044	-,139*	-0,124	-,192**	-0,093
Шкала гелотофобии	Социальное реагирование	-0,072	-0,048	-0,036	-0,062	-0,055	-0,075	-0,008	-0,091
	Самовосприятие	-0,072	-0,052	0,032	-0,049	-0,036	-0,056	0,010	-0,078
	Общий балл гелотофобии	-0,084	-0,052	-0,008	-0,055	-0,044	-0,064	-0,009	-0,101

препятствует активным и конструктивным действиям. Однако большее удивление при высмеивании связано с большей готовностью признавать свою роль в возникновении проблемы.

Показатель «гнев при подшучивании» имеет значимую отрицательную корреляцию с самоконтролем ( $r=-0,226^{**}$ ) и планированием решения проблем ( $r=-0,192^{**}$ ). Чем сильнее гнев в ответ на дружеское подшучивание, тем ниже контроль эмоций и чаще импульсивные поступки. Выраженный гнев при подшучивании мешает обдумывать свои действия и искать наиболее подходящий выход из сложившейся ситуации. Наконец, чрезмерный гнев в ответ на подшучивание ( $r=-0,139^*$ ) не позволяет объективно оценить свою роль в проблеме и взять на себя ответственность за происходящее.

Итак, чем больше удивление при высмеивании, тем меньше используются конфронтация и планирование, но больше принимается ответственность. Чем больше гнев при подшучивании, тем меньше используются самоконтроль и планирование, но также меньше принимается ответственность.

Сравним результаты особенностей восприятия юмора и насмешек респондентов в зависимости от пола (с помощью U-критерия Манна-Уитни), возраста, направления подготовки (таблица 6).

Анализ показал ряд различий у мужчин и женщин в эмоциональных реакциях на юмор и стресс, уровне тревожности, копинг-стратегиях и жизнестойкости. По опроснику сценариев ОСПВ выявлено, что мужчины чаще получают удовольствие от ситуаций высмеивания и удивляются им, тогда как женщины в большей степени реагируют на насмешки грустью и стыдом. В ситуациях дружеского подшучивания картина меняется: здесь девушки чаще

Таблица 6. Значимые различия показателей сценариев дружелюбного подшучивания и агрессивного высмеивания, шкал гелотофобии и жизнестойкости в зависимости от пола

Table 6. Significant differences in the indicators of friendly joking and aggressive mocking scenarios, gelotophobia and resilience scales depending on gender

Показатель	Пол / Средний ранг		Уровень значимости
	мужской	женский	
<i>Опросник сценариев дружелюбного подшучивания и агрессивного высмеивания</i>			
Радость при высмеивании	116,27	85,19	0,000
Грусть при высмеивании	91,38	112,68	0,004
Удивление при высмеивании	110,82	91,21	0,011
Стыд при высмеивании	91,85	112,16	0,005
Радость при подшучивании	84,42	120,35	0,000
Грусть при подшучивании	109,37	92,81	0,005
Стыд при подшучивании	113,58	88,16	0,000
Отвращение при подшучивании	109,83	92,30	0,017
<i>Шкала гелотофобии «GELOPH-15»</i>			
Социальное реагирование	90,27	113,90	0,004
Самовосприятие	91,18	112,89	0,008
Общий балл гелотофобии	89,55	114,70	0,002
<i>Тест жизнестойкости С. Мадди</i>			
Контроль	116,74	84,68	0,000
Жизнестойкость	112,98	88,83	0,003

испытывают радость, а юноши – грусть и стыд. Кроме того, юноши больше склонны реагировать отвращением на насмешки в свой адрес.

По шкале гелотофобии выявлено, что девушки больше испытывают тревогу из-за оценок окружающих – у них сильнее выражены как избегание потенциально угрожающих ситуаций высмеивания, так и общая обеспокоенность тем, что могут стать объектом насмешек.

Тест жизнестойкости продемонстрировал более высокие показатели юношей, что говорит об их большей устойчивости к трудным жизненным ситуациям по сравнению с девушками.

По данным опросника Г. Айзенка, девушки более эмоционально нестабильны, юноши чаще склонны давать социально-одобряемые ответы. По опроснику симптомов стресса обнаружено, что девушки испытывают большее напряжение и имеют более выраженные стрессовые реакции по сравнению с юношами.

В таблице 7 показаны результаты сравнения (с помощью критерия Крускала-Уоллиса) результатов респондентов по некоторым методикам в зависимости от возраста.

По опроснику сценариев ОСПВ обнаружено, что наибольший страх высмеивания испытывают 18-летние респонденты, а наименьший – студенты 22–26 лет. 18-летние чаще реагируют отвращением на насмешливые ситуации; 20-летние студенты получают больше радости от дружеского подшучивания и реже сердятся на высмеивания по сравнению с другими возрастными группами.

По опроснику симптомов стресса наиболее выраженная стрессовая симптоматика отмечается у 20-летних, а наименьшая – у 22–26-летних студентов.

Таблица 7. Значимые различия показателей методик в зависимости от возраста

Table 7. Significant differences in the indicators of the methods depending on age

Показатель	Возраст	Средний ранг	Уровень значимости
<i>Опросник сценариев дружелюбного подшучивания и агрессивного высмеивания</i>			
Страх при высмеивании	18 лет	118,30	0,043
	22–26 лет	97,50	
Отвращение при высмеивании	18 лет	72,80	0,053
	20 лет	113,47	
Радость при подшучивании	19 лет	90,82	0,001
	20 лет	137,69	
Гнев при подшучивании	20 лет	77,41	0,001
	22–26 лет	146,88	
Отвращение при подшучивании	21 лет	119,76	0,045
	22–26 лет	74,54	
<i>Опросник «Инвентаризация симптомов стресса»</i>			
Инвентаризация симптомов стресса	20 лет	124,74	0,042
	22–26 лет	78,04	
<i>Опросник «Способы совладающего поведения»</i>			
Принятие ответственности	19 лет	92,14	0,040
	21 лет	121,20	

Возрастные различия обнаружены и по шкале принятия ответственности в опроснике совладающего поведения: наиболее ответственны за происходящее с ними 18-летние и 21-летние респонденты, а наименее – 19-летние. Анализ показал ряд особенностей в зависимости от возраста в эмоциональных реакциях на насмешки, уровне стресса и стратегиях совладания испытуемых.

По опроснику сценариев ОСПВ наибольшую радость от ситуаций высмеивания испытывают студенты 4 курса. Наиболее выраженные реакции удивления на насмешки демонстрируют первокурсники.

Выявлены отличия студентов разных направлений подготовки по опроснику сценариев ОСПВ. Наибольшую радость от высмеивания испытывают студенты-социологи, а наименьшую – обучающиеся по специальности «Управление персоналом». Студенты-социологи чаще других испытывают радость от ситуаций высмеивания, что, возможно, связано с их склонностью к социальному анализу и пониманию мотивов людей, они могут интерпретировать насмешки не только как угрозу, но и как проявление социальных механизмов.

Отличие будущих IT-специалистов чаще реагировать грустью даже на дружеские подшучивания может объясняться их менее выраженной социальной ориентацией и предпочтением заниматься техническим творчеством в одиночестве в небольших группах.

Сравним результаты ответов респондентов на вопросы анкеты с помощью U-критерия Манна-Уитни в зависимости от самооценки чувства юмора (таблица 8).

Респонденты, которые оценили у себя наличие чувства юмора, имеют более низкие баллы по шкалам гелотофобии (самовосприятие и общий балл), а также более высокие показатели

Таблица 8. Значимые различия показателей методик и самооценки чувства юмора

Table 8. Significant differences between methods indicators and self-assessment of humour sense

Показатель	Средний ранг Есть ли у Вас чувство юмора?		Уровень значимости
	Да	Нет	
<i>Шкала гелотофобии «GELOPH-15»</i>			
Самовосприятие	97,88	158,75	0,000
Общий балл гелотофобии	98,75	145,04	0,008
<i>Личностный опросник Г. Айзенка, EPI</i>			
Экстраверсия – интроверсия	104,51	53,79	0,003
Нейротизм	98,87	143,13	0,011

экстраверсии и меньший нейротизм. Самооценка наличия чувства юмора связана с меньшим страхом насмешки, большей общительностью и эмоциональной стабильностью.

Итак, наличие опыта насмешек и подшучиваний в прошлом или настоящем связано с повышенной чувствительностью к юмору за счет других, большим страхом стать объектом насмешек и меньшей жизнестойкостью. Иными словами, переживание подобных ситуаций, вероятно, приводит к формированию стойких личностных черт, таких как повышенная тревожность в социальных ситуациях, связанных с юмором, сниженная стрессоустойчивость и ощущение контроля над ситуацией.

Это особенно заметно на примере тех, кто подвергался насмешкам в детстве или школьные годы – у них отмечается наиболее выраженная ранимость в восприятии шуток и подшучиваний. Подобный негативный социальный опыт может иметь долгосрочные последствия для личностного развития и отношения к юмору.

## Заключение

1. Большинство студентов позитивно оценивают свое чувство юмора и используют шутки преимущественно для развлечения и снятия напряжения. Вместе с тем более половины респондентов имеют негативный опыт насмешек и высмеивания.

2. Прослеживается тенденция к избыточно негативным эмоциональным реакциям на ситуации высмеивания, а также на обыденные события. Это может отражать повышенную сензитивность. Выявлена склонность к умеренной тревожности и настороженности в ситуациях, связанных со смехом и оценкой со стороны окружающих. При этом почти у 40 % студентов отмечаются стойкие опасения казаться нелепыми.

3. В результате корреляционного анализа выявлена значимая положительная связь удивления при высмеивании и показателями жизнестойкости (вовлеченность, контроль, принятие риска) – люди с более высокой жизнестойкостью склонны воспринимать насмешки скорее с удивлением, чем как угрозу. Гнев при высмеивании и принятие риска связаны с меньшей готовностью к неопределенности, что характерно для людей с низкой жизнестойкостью. Выявлена отрицательная корреляция между переживанием стыда при насмешках и общим уровнем жизнестойкости – стыд может быть компонентом уязвимости личности и недостатка жизнестойкости.

4. Все показатели гелотофобии (социальное реагирование, самовосприятие, общий балл) отрицательно коррелируют с параметрами жизнестойкости – чем выше страх насмешек, тем

ниже жизнестойкость человека. Гелотофобия и жизнестойкость являются противоположными характеристиками: устойчивость к стрессу и страх стать объектом насмешек находятся в обратной зависимости. Данные свидетельствуют, что высокая жизнестойкость может выступать в качестве фактора, препятствующего развитию гелотофобии.

5. При сравнительном анализе выявлен ряд различий у девушек и юношей: юноши чаще получают удовольствие от ситуаций высмеивания, тогда как девушки более тревожны и чувствительны к насмешкам.

6. Самооценка при наличии чувства юмора связана с меньшим страхом и большей стрессоустойчивостью. Саркастический юмор связан с тревогой и стрессом и сниженной жизнестойкостью.

Гелотофобия – феномен, который может рассматриваться как вариант социофобии, так и как самостоятельное явление. Стратегии жизнестойкости в период обучения помогают справляться со стрессовыми ситуациями при сохранении оптимальной производительности и баланса. Жизнестойкость может выступать компонентом в преодолении проявлений гелотофобии.

Исследование показало, что гелотофобия – распространенное явление в студенческой среде. Большинство студентов положительно оценивает наличие у себя чувства юмора, более половины респондентов в прошлом сталкивались с ситуациями насмешек со стороны окружающих; 20,8 % опрошенных отмечают, что периодически сталкиваются с подобными ситуациями и в настоящее время. Негативный опыт насмешек и высмеивания влияет на эмоциональное реагирование в ситуациях, связанных с юмором, и может формировать гелотофобные установки.

Согласно результатам исследования у девушек отмечаются большая эмоциональная чувствительность к насмешкам и выраженность гелотофобных тенденций. Респонденты с наличием негативного опыта насмешек в прошлом демонстрируют большой страх и меньшую жизнестойкость при появлении остроумных шуток. Жизнестойкость оказывает влияние на особенности совладания со стрессом и проявления гелотофобии.

### Список литературы

- Айзенк, Г. (2014). Личностный опросник Айзенка (EPI). *PSYCHOJOURNAL.RU: Психологический журнал*. URL: <https://psychojournal.ru/tests/118-lichnostnyy-oprosnik-ayzenka-epi.html> (дата обращения: 18.09.2023).
- Александрова, Л. А. (2004). К концепции жизнестойкости в психологии. В *Сибирская психология сегодня: сборник научных трудов* (вып. 2, стр. 82–90). Кемерово: Изд-во ООО «Авторское издательство Кузбассвуиздат».
- Боязитова, И. В., Эркенова, М. М. (2018). Личностные ресурсы как основа жизнестойкости в студенческом возрасте. *Велес*, 12-1 (66), 77–84. EDN: YTHLWP
- Гаранина, М. М. (2023). Феномен жизнестойкости: подходы к рассмотрению, перспективы изучения. *Международный научно-исследовательский журнал*, 12 (138). <https://doi.org/10.23670/IRJ.2023.138.184>. EDN: DXHPCK
- Дроздова, Н. В., Асманкина, Е. Е. (2023). Особенности жизнестойкости в юношеском возрасте. *Проблемы современного педагогического образования*, 78-1, 312–316. EDN: RRBBJL
- Евтушенко, Е. А. (2016). Жизнестойкость личности как психологический феномен. *Личность, семья и общество: вопросы педагогики и психологии*, 60, 72–78. EDN: VHNRJR
- Зятыкова, Е. О., Стоянова, И. Я., Языков, К. Г. (2021). Стрессоустойчивость и жизнестойкость как психологический ресурс при гелотофобии в контексте психологического здоровья студентов. *Сибирский психологический журнал*, 80, 146–164. <https://doi.org/10.17223/17267080/80/8>. EDN: LARLUD

- Иванова, Е. М., Ениколопов, С. Н., Стефаненко, Е. А. (2016). Особенности отношения к юмору и смеху в России. *Вестник Российского гуманитарного научного фонда*, 2 (83), 167–181. EDN: WDHHLT
- Иванова, Е. М., Макогон, И. К., Стефаненко, Е. А. и др. (2016). Русскоязычная адаптация опросника гелотофобии, гелотофилии и катагеластизма PhoPhiKat. *Вопросы психологии*, 2, 162–171. EDN: WIALIZ
- Иванова, П. О., Иванова, Е. М. (2019). Апробация русскоязычной версии Опросника сценариев дружелюбного подшучивания и агрессивного высмеивания (ОСПВ) Т. Платт. *Клиническая и специальная психология*, 8 (2), 140–158. <https://doi.org/10.17759/crpe.2019080208>. EDN: RCCPMZ
- Иванченко, Т. А. (2009). Методика инвентаризация симптомов стресса. *PSYTESTS.ORG: психологические тесты онлайн*. URL: <https://psytests.org/stress/isyns.html>
- Кучерявенко, И. А., Гринева, О. И., Еголаева, Е. С. (2023). Феномен жизнестойкости в психологической науке. *Проблемы современного педагогического образования*, 79-2, 429–432. EDN: ALFAMX
- Лазарус, Р., Фолкман, С. (2009). Способы совладающего поведения, WCQ. *PSYTESTS.ORG: психологические тесты онлайн*. Адаптация: НИПНИ. URL: <https://psytests.org/coping/wcq-run.html>
- Леонтьев, Д. А., Осин, Е. Н. (2007). Печать экзистенциализма: эмпирические корреляты экзистенциального мировоззрения. *Экзистенциальная традиция: философия, психология, психотерапия*, 1 (10), 121–130.
- Леонтьев, Д. А., Рассказова, Е. И. (2006). *Тест жизнестойкости*. Москва: Издательство Смысл.
- Наливайко, Т. В., Шакурова, З. А. (2010). Особенности проявления жизнестойкости в структуре социально-психологических свойств личности студентов. *Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Психология*, 27 (203), 44–49. EDN: MWJYFR
- Самохвалова, А. Г. (2016). Гелотофобия как фактор возникновения коммуникативных трудностей подростков. В В. С. Белгородский, О. В. Кашеев, В. В. Зотов, И. В. Антоненко (ред.), *Гуманитарные основания социального прогресса: Россия и современность: сборник статей Международной научно-практической конференции* (Москва, 25–27 апреля 2016 года, стр. 132–138). Москва: Московский государственный университет дизайна и технологии. EDN: WKZHCD
- Стефаненко, Е. А., Иванова, Е. М., Ениколопов, С. М. и др. (2011). Диагностика страха выглядеть смешным: русскоязычная адаптация опросника гелотофобии. *Психологический журнал*, 32 (2), 94–108. EDN: NTJYQN
- Ярощук, И. В. (2020). Психология жизнестойкости: обзор теоретических концепций, эмпирических исследований и методик диагностики. *Ученые записки Санкт-Петербургского государственного института психологии и социальной работы*, 33 (1), 50–60. EDN: KSCJEN
- Bledsoe, T. S., & Baskin, J. J. (2014). Recognizing Student Fear: The Elephant in the Classroom. *College Teaching*, 62 (1), 32–41. <https://doi.org/10.1080/87567555.2013.831022>
- Ruch, W., Beermann, U., & Proyer, R. T. (2009). Investigating the humor of gelotophobes: Does feeling ridiculous equal being humorless? *Humor: International Journal of Humor Research*, 22 (1-2), 111–144. <https://doi.org/10.1515/HUMR.2009.006>
- Ruch, W., Hofmann, J., & Platt, T. (2015). Individual differences in gelotophobia and responses to laughter-eliciting emotions. *Personality and Individual Differences*, 72, 117–121. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.08.034>

- Ruch, W., & Proyer, R. T. (2008). The fear of being laughed at: Individual and group differences in Gelotophobia. *Humor: International Journal of Humor Research*, 21 (1), 47–67. <https://doi.org/10.1515/HUMOR.2008.002>
- Titze, M. (2009). Gelotophobia: The fear of being laughed at. *Humor: International Journal of Humor Research*, 22 (2), 27–48. <https://doi.org/10.1515/HUMR.2009.002>

## References

- Ajzenk, G. (2014). Lichnostnyj oprosnik Ajzenka (EPI). *PSYCHOJOURNAL.RU: Psihologicheskij zhurnal*. URL: <https://psychojournal.ru/tests/118-lichnostnyy-oprosnik-ajzenka-epi.html> (data obrashcheniya: 18.09.2023).
- Aleksandrova, L. A. (2004). K koncepcii zhiznestejki v psihologii. V *Sibirskaya psihologiya segodnya: sbornik nauchnyh trudov* (vyp. 2, str. 82–90). Kemerovo: Izd-vo OOO "Avtorskoe izdatel'stvo Kuzbassvuzizdat".
- Boyazitova, I. V., Erkenova, M. M. (2018). Lichnostnye resursy kak osnova zhiznestejki v studencheskom vozraste. *Veles*, 12-1 (66), 77–84. EDN: YTHLWP
- Garanina, M. M. (2023). Fenomen zhiznestejki: podhody k rassmotreniyu, perspektivy izucheniya. *Mezhdunarodnyj nauchno-issledovatel'skij zhurnal*, 12 (138). <https://doi.org/10.23670/IRJ.2023.138.184>. EDN: DXHPCK
- Drozдова, N. V., Asmankina, E. E. (2023). Osobennosti zhiznestejki v yunosheskom vozraste. *Problemy sovremennogo pedagogicheskogo obrazovaniya*, 78-1, 312–316. EDN: RRBBL
- Evtushenko, E. A. (2016). Zhiznestejka lichnosti kak psihologicheskij fenomen. *Lichnost', sem'ya i obshchestvo: voprosy pedagogiki i psihologii*, 60, 72–78. EDN: VHNRJR
- Zyat'kova, E. O., Stoyanova, I. Ya., Yazykov, K. G. (2021). Stressoustojchivost' i zhiznestejka kak psihologicheskij resurs pri gelotofobii v kontekste psihologicheskogo zdorov'ya studentov. *Sibirskij psihologicheskij zhurnal*, 80, 146–164. <https://doi.org/10.17223/17267080/80/8>. EDN: LARLUD
- Ivanova, E. M., Enikolopov, S. N., Stefanenko, E. A. (2016). Osobennosti otnosheniya k yumoru i smekhu v Rossii. *Vestnik Rossijskogo gumanitarnogo nauchnogo fonda*, 2 (83), 167–181. EDN: WDHHLT
- Ivanova, E. M., Makogon, I. K., Stefanenko, E. A. i dr. (2016). Russkoyazychnaya adaptaciya oprosnika gelotofobii, gelotofilii i katagelasticizma PhoPhiKat. *Voprosy psihologii*, 2, 162–171. EDN: WIALIZ
- Ivanova, P. O., Ivanova, E. M. (2019). Aprobaciya russkoyazychnoj versii Oprosnika scenarijev družebel'nogo podshuchivaniya i agressivnogo vysmeivaniya (OSPV) T. Platt. *Klinicheskaya i special'naya psihologiya*, 8 (2), 140–158. <https://doi.org/10.17759/cpse.2019080208>. EDN: RCCPMZ
- Ivanchenko, T. A. (2009). Metodika inventarizaciya simptomov stressa. *PSYTESTS.ORG: psihologicheskie testy onlajn*. URL: <https://psytests.org/stress/isyns.html>
- Kucheryavenko, I. A., Grineva, O. I., Egolaeva, E. S. (2023). Fenomen zhiznestejki v psihologicheskoy nauke. *Problemy sovremennogo pedagogicheskogo obrazovaniya*, 79-2, 429–432. EDN: ALFAMX
- Lazarus, R., Folkman, S. (2009). Sposoby sovladayushchego povedeniya, WSQ. *PSYTESTS.ORG: psihologicheskie testy onlajn*. *Adaptaciya: NIPNI*. URL: <https://psytests.org/coping/wcq-run.html>
- Leont'ev, D. A., Osin, E. N. (2007). Pechat' ekzistencializma: empiricheskie korrelyaty ekzistencial'nogo mirovozzreniya. *Ekzistencial'naya tradiciya: filosofiya, psihologiya, psihoterapiya*, 1 (10), 121–130.
- Leont'ev, D. A., Rasskazova, E. I. (2006). *Test zhiznestejki*. Moskva: Izdatel'stvo Smysl.
- Nalivajko, T. V., Shakurova, Z. A. (2010). Osobennosti proyavleniya zhiznestejki v strukture social'no-psihologicheskikh svojstv lichnosti studentov. *Vestnik Yuzhno-Ural'skogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Psihologiya*, 27 (203), 44–49. EDN: MWJYFR
- Samohvalova, A. G. (2016). Gelotofobiya kak faktor vzniknoveniya kommunikativnyh trudnostej podrostkov. V V. S. Belgorodskij, O. V. Kashcheev, V. V. Zotov, I. V. Antonenko (red.), *Gumanitarnye osnovaniya social'nogo progressa: Rossiya i sovremennost'*: sbornik statej Mezhdunarodnoj

- nauchno-prakticheskoy konferencii (Moskva, 25–27 aprelya 2016 goda, str. 132–138). Moscow: Moskovskij gosudarstvennyj universitet dizajna i tekhnologii. EDN: WKZHCD
- Stefanenko, E. A., Ivanova, E. M., Enikolopov, S. M. i dr. (2011). Diagnostika straha vyglyadet' smeshnym: russkoyazychnaya adaptaciya oprosnika gelotofobii. *Psihologicheskij zhurnal*, 32 (2), 94–108. EDN: NTJYQN
- Yaroshchuk, I. V. (2020). Psihologiya zhiznestojkosti: obzor teoreticheskikh koncepcij, empiricheskikh issledovanij i metodik diagnostiki. *Uchenye zapiski Sankt-Peterburgskogo gosudarstvennogo instituta psihologii i social'noj raboty*, 33 (1), 50–60. EDN: KSCJEN
- Bledsoe, T. S., & Baskin, J. J. (2014). Recognizing Student Fear: The Elephant in the Classroom. *College Teaching*, 62 (1), 32–41. <https://doi.org/10.1080/87567555.2013.831022>
- Ruch, W., Beermann, U., & Proyer, R. T. (2009). Investigating the humor of gelotophobes: Does feeling ridiculous equal being humorless? *Humor: International Journal of Humor Research*, 22 (1-2), 111–144. <https://doi.org/10.1515/HUMR.2009.006>
- Ruch, W., Hofmann, J., & Platt, T. (2015). Individual differences in gelotophobia and responses to laughter-eliciting emotions. *Personality and Individual Differences*, 72, 117–121. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.08.034>
- Ruch, W., & Proyer, R. T. (2008). The fear of being laughed at: Individual and group differences in Gelotophobia. *Humor: International Journal of Humor Research*, 21 (1), 47–67. <https://doi.org/10.1515/HUMOR.2008.002>
- Titze, M. (2009). Gelotophobia: The fear of being laughed at. *Humor: International Journal of Humor Research*, 22 (2), 27–48. <https://doi.org/10.1515/HUMR.2009.002>

### Информация об авторах

**Елена Викторовна Чернышева** – доцент кафедры общей и социальной психологии Уральского федерального университета имени первого Президента России Б. Н. Ельцина, кандидат психологических наук.

**Татьяна Сергеевна Дмитриева** – клинический психолог, Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б. Н. Ельцина.

### About the authors

**Elena V. Chernysheva** – Associate Professor of the Department of General and Social Psychology, Ural Federal University named after the First President of Russia B. N. Yeltsin, Cand.Sci. (Psy).

**Tatiana S. Dmitreeva** – clinical psychologist, Ural Federal University named after the First President of Russia B. N. Yeltsin.

### Вклад авторов

Авторы внесли равный вклад в разработку исследования, обработку его результатов и написание текста статьи.

### Author's contribution

The authors contributed equally to the research development, results processing and writing the text of the article.

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

The authors declare no conflicts of interests.

Поступила в редакцию 26.11.2024

Одобрена после рецензирования 01.02.2025

Опубликована 28.04.2025

Submitted November 11, 2024

Approved after reviewing February 01, 2025

Accepted April 28, 2025