

ПСИХОЛОГІЧНІ ФУНКЦІЇ СМІХУ В РОБОТІ ЛІКАРНЯНОГО КЛОУНА

Науково доведено, що лікарняна клоунада позитивно впливає на самопочуття дітей. Десятки організацій, як професійних, так і волонтерських, працюють в цьому напрямку в США, Франції, Італії, Голландії, Ізраїлі, Білорусії і багатьох інших країнах.

Широко відомий і визнаний той факт, що гумор і сміх мають своєрідну цілющу силу: викид ендорфінів – гормонів, природно втамовує біль, допомагає побороти стрес і знизити біль, стимулювати імунну систему, поліпшити параметри складу крові тощо. Перераховані фактори є невід'ємною складовою одужання [1].

Феномен сміху в психології вивчали такі психологи, як Л. Хілл, Н. Сміт, Р. Р. Парс. У країнах СНД дослідження психологічного аспекту сміху, і сміхотерапії зокрема, практично відсутні. Такі катарсичні процеси, як плач і агресія досить часто застосовуються в різних методах психотерапії. Однак сміх, як правило, ігнорується. У культурі прийнято вважати, що сміх це несерйозно і люди зазвичай сміються над чимось гумористичним або в стані щастя, або взагалі від дурості. І сміх не розглядається як важливий і серйозний феномен життя[2].

Метод сміхотерапії (клоунотерапії) спрямований на повернення природного сміху, який знімає напруження в тілі і поступово звільняє від затисків і напруг.

Позитивний і так званий лікувальний ефект виникнення сміху у відповідь на появу і активність лікарняного клоуна ґрунтується на теоріях, які пояснюють виникнення сміхової реакції [2].

Теорія несумісності пояснює виникнення гумору, коли логіка і знайомі зв'язки замінюються незвичайними і непоєднуваними.

Думки і емоції кардинально змінюють свою спрямованість і забарвлення, коли жарт / ситуація набуває несподіваного повороту. Як правило, очікування в обмеженому просторі лікувального закладу і емоційне налаштування приймають логічні форми, на які впливають як минулий досвід, так і закономірності мислення людини. Тобто ситуація приймається як даність і формальність. Реакція на жарт, сміх зумовлюють виникнення нових емоцій і думок. Таким чином, постійне протиставлення оптимізує функціонування інтелектуальної та емоційної сфери психіки людини.

Теорія переваги. Певний суб'єкт, об'єкт, дія щодо якої людина відчуває перевагу, ставить себе вище, що і викликає сміх над цим.

Так, дурість, незграбність, помилки клоуна викликають сміх у дітей. Дії клоуна гротескні, навмисне перебільшені мають ефект не тільки відчуття переваги дитини, статусного та інтелектуального, а й привертають увагу всіх оточуючих, таким чином об'єднуючи їх навколо себе в переживанні позитивних емоцій. Тоді сміх стає продуктивним засобом спілкування і формування міжособистісних відносин, полегшуючи соціалізацію дітей в лікарні.

Теорія полегшення, згідно з якою ситуація сильної напруги, в якій знаходиться людина, отримує несподіваний і щасливий кінець, викликаючи відчуття полегшення і сміх.

Наростаюче напруження, стресовий стан, фізичні і просторові обмеження закономірно відображаються в емоційній напрузі, неможливості і заборону висловлювати відкрито емоції. Сміх, як природна реакція на спеціально створену клоуном ситуацію, запускає механізм емоційної розрядки у дитини.

Узагальнюючи перелічені теорії, можна розкрити значення функцій сміху, викликаного діями лікарняних клоунів, спираючись на перерахування А. Сичова [3].

Комунікативна функція. Сміх маленьких пацієнтів знімає бар'єри ворожості і нерозуміння і сприяє згуртуванню навколо об'єкта, на який повному можна відреагувати разом.

Ігрова функція. Сміх, як одна з форм реагування, є складовою частиною гри, а іноді і її змістом. Включення дитини в гру і ініціювання її продовження викликано бажанням знову отримати сміхову реакцію.

Соціалізуюча функція. Ця функція впливає з ігровий. Так чи інакше, в грі дитина набуває актуальні до ситуації навички комунікації, відтворює певні дії, засвоюючи норми і правила.

Санкціонуюча функція. Дії клоуна, що викликають певну реакцію, набувають сенсу покарання за безглуздість, незграбність, невідповідність звичному і правильному положенню речей. Дитині важливо відчувати себе не тільки об'єктом покарання, а й отримати дозвіл на своєрідне покарання спеціальної людини-клоуна.

Компенсаторна функція. Одним із прийомів роботи лікарняного клоуна є відображення страху, неприродною віку, нав'язаної серйозності, несхвалюваних бажань. Сміхове реагування на це відображення є релаксацією пережитої напруги і госпітального стресу.

Пізнавальна функція. В процесі гри з дитиною програються і проживаються норми і цінності у взаємодії.

Виходячи з викладених положень, можемо зазначити, що загальні принципи впливу на стан хворої дитини в умовах госпіталізації зумовлені типовими психічними реакціями.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Ольшанский В. М. Путь клоуна. История смехотерапии / В. М. Ольшанский. – М. : Зебра Е, 2013. – 368 с.
2. Гайнуллина Д. М. Смех как физиологическая, социальная и лингвистическая составляющая нашей жизни // Вестник Челябинского государственного университета. – 2013. – № 35 (326). – Филология. Искусствоведение. – Вып. 85. – С. 34–39.
3. Сычев, А. А. Смех как социокультурный феномен [Электронный ресурс] : автореф. дис. ... д-ра филол. наук. Саранск, 2004. – Режим доступа: <http://www.dissercat.com/content/smekh-kaksotsiokulturnyi-fenomen>