Что такое чувство юмора и можно ли его развить

Чувство юмора – это способность человека видеть смешное в историях, окружении или какой-то ситуации. Она позволяет быстро найти общий язык с другими людьми, помогает уменьшить количество ссор и положительно влияет на здоровье.



• Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
• «Центр детско юношеского творчества» г. Альметьевск РТ
• Педагог дополнительного образования Боброва Оксана Викторовна
• Педагог дополнительного образования Крашенинникова Екатерина Александровна
• Педагог дополнительного образования Заикина Вероника Ивановна
• Педагог дополнительного образования Степанян Давид Ваганович

Как развить чувство юмора в себе

Вы сидите перед экраном ТВ или компьютера и смотрите КВН, «ПрожекторПерисХилтон», «Лигу смеха» или какую-то другую передачу. Бывало так, что вы смеялись аж до коликов в животе и не могли остановиться? В такие моменты вы, наверно, задавали себе вопросы: «Как они могут придумывать смешное на ходу?», «Эх, не мешало бы мне так научиться смешно шутить», «А можно ли развить чувство юмора в себе?».



генеалогическое дерево жены

У вас точно есть знакомые, с которыми всегда весело, ведь они постоянно рассказывают анекдоты или какие-то забавные случаи из жизни. Никто из них не заканчивал школу актерского мастерства, поэтому вы думаете: «Юмористом можно стать только от рождения» или «Какая простая шутка, а все смеются до слез».

Может, в вашей голове уже несколько раз появлялась какая-то шутка, но вы боялись ее просто произнести? В это время кто-то другой пошутил так, как хотели вы. Да, вы опять не решились сострить, как Ургант или Павел Воля, поэтому вам нужно избавиться от страхов, полюбить себя и просто научиться шутить в любой ситуации.

причины отсутствия чувства юмора:

- *Вы никогда не ставили цель развить чувство юмора и остроумие*. Согласитесь, вряд ли вы станете хорошим маркетологом, бизнесменом, учителем или врачом, если не будите учиться. Так обстоят дела и с юмором. Хотите научиться шутить? Упражняйтесь, упражняйтесь, упражняйтесь.
- *Вы очень умный человек*. Были проведены исследования, в ходе которых определили, что люди с развитым творческим мышлением более удачные шутники. Почему? Потому что шутка это неожиданная комбинация слов, а не строгий алгоритм. Но даже очень умный человек может развить в себе хорошее чувство юмора, главное – тренироваться.
- *Вы больны*. Британские психологи сделали вывод, что потеря чувства юмора может быть сигналом о наступлении болезни Альцгеймера. Только не спешите идти к врачу, попробуйте сначала прокачать свое чувство юмора.



Карьерная лестница

Развитие чувства юмора: что за таинственная сила побуждает людей смеяться?

- Все просто: **люди смеются от удивления**. Эту реакцию заранее прогнозирует хороший юморист, так как создает в своих шутках сначала эффект ожидания, а потом выдает то, что не ожидала услышать публика.



- Теперь вы знаете о таинственной силе, которая заставляет людей смеяться до слез. Эта сила мысленно ведет публику в одном направлении (у фокусников есть подобный прием и он называется **мисдирекшн**), а затем идет **сюрприз** или **панчлайн** (этот этап у фокусников называется раскрытием).

Удивление или сюрприз вызывает смех.



- Лена, ты где была всё лето? - На даче с бабушкой!

- Думаете, фокусники талантливы от рождения? Нет, они заранее планируют свой фокус. Точно также и юморист. Он не обладает даром чувства юмора от рождения, а тщательно подготавливает свою шутку. И фокусник и юморист создают в воображении людей определенный сюжет, который имеет **начало, кульминацию и концовку.**

пример для визуализации определенных картин, чтобы вам стало понятнее, как это работает.

- Случай на дороге.*(Представляем картину Инспектор ГИБДД (И) и водитель (В))*
- (И)- Добрый день, ваши документы. *(вроде все идет нормально)*

(И)- У Вас видеорегистратора нет? Уаааа! Че сейчас будет! *(Все рисуют себе в уме одну и ту же сцену, и уже смешно)*

(И) – А ну выходи из машины! По линии пройди! До носа дотронься! Документы предъяви. *(Развиваем фантазию)*

(В) - (Читает) ФСБ? - Уааа, что сейчас будет, а ну до носа дотронься. *(Панчлайн)*



Фактор неожиданности необходим при написании любой шутки, а его придумывание поможет вам понять, как развить чувство юмора.

- Теперь небольшое задание для вас: каждый раз, когда вы с чего-то посмеетесь, пусть даже пустякового. Спросите себя «А что заставило меня засмеяться?». Ответ будет всегда один и тот же: «Я не ожидал, что он так ответит» или «Я не ожидал такого развития истории».



Как же придумать шутки для девушки, КВН или друзей с неожиданным развитием?



Победитель велогонки на 1000 км

- Вам нужно точно знать, что слушатели внимательно вас слушают и они сталкивались с подобными ситуациями в жизни. Кроме этого важно быть уверенным в том, что слушатели понимают все используемые фразы. Если вы будете использовать сложные и незнакомые термины, вы сами разрушите эффект неожиданности и не сможете рассмешить аудиторию.

Давайте подытожим:

- Как развить чувство юмора?

Попробуйте писать свои собственные шутки, пусть сначала они вам не будут нравиться.

- Как написать смешную шутку?

Поймите механизм, который вызывает смех и включите эффект неожиданности.



Мышебойка

Хочется отметить еще одну важную истину: человек с хорошим чувством юмора не должен быть смешным или забавным. Цель – научиться видеть положительное в любой ситуации, снизить уровень стресса от сумасшедшего темпа современной жизни и развить собственную харизму.