

Н. Белесова, Г. Наби  
А. Абибулаева, Н. Албытова

Евразийский национальный университет им. Л.Н. Гумилева, Нур-Султан, Казахстан  
(E-mail: gulzi\_nabi@list.ru, linni@mail.ru, asyoka93@gmail.com, Nalbytova@mail.ru)

## Чувство юмора как адаптивный копинг-конструкт социального и эмоционального интеллекта молодежи в условиях чрезвычайного положения Республики Казахстан

**Аннотация.** В статье рассматривается социальная роль чувства юмора как инструмента разрешения эмоционального конфликта индивидуума молодого человека в кризисной ситуации. В условиях сложившегося чрезвычайного положения важно отметить панические настроения и стрессовое состояние населения. Авторами было проведено констатирующее исследование среди казахстанской молодежи. Представители молодежи были выбраны в качестве респондентов, так как эта категория наиболее мобильна и вместе с тем эмоциональный и социальный интеллект молодых людей находятся в стадии развития. Было предположено, что чувство юмора является адаптивным конструктом социального и эмоционального интеллекта молодежи в период введения режима чрезвычайного положения в Республике Казахстан. В анкетировании участвовало 881 человек из 17 регионов страны. В ходе анализа было выявлено, что 84,3% респондентов считают, что чувство юмора – эффективный инструмент в облегчении напряжения. Была выявлена социальная ценность юмора при эскалации сценария чрезвычайного положения. В статье анализируются проявление и реализация копинг-стратегии в условиях чрезвычайного положения как показатель достаточного или недостаточного уровня развития социального и эмоционального интеллекта молодых людей.

**Ключевые слова:** эмоциональный интеллект, чувство юмора, социальный интеллект, копинг-конструкт, молодежь.

DOI: <https://doi.org/10.32523/2616-6895-2021-136-3-71-83>

### Введение

Всемирная организация здравоохранения 30 января 2020 года объявило о чрезвычайной ситуации, сложившейся в мире в связи со вспышкой COVID – 19, а 11 марта 2020 данную ситуацию обозначили как пандемию [1]. Указом Президента Республики Казахстан от 15 марта 2020 года № 285 «О введении чрезвычайного положения в Республике Казахстан» в стране было введено чрезвычайное положение:

«в целях защиты жизни и здоровья граждан».

Кризисная ситуация при неэффективном подходе может привести к социальной депрессии [2, с.482-483], что создаст негативный выход и последствия чрезвычайного положения. Однако последние исследования многих зарубежных авторов [Лазурас, Фолкман, и другие] о поведении людей в чрезвычайной ситуации привели к выводу о том, что массовое поведение оказывается осознанным, не

поддающимся панике (как это утверждалось некоторыми учеными ранее), и к тому же больше подвержено состраданию и взаимопомощи. Отдельные случаи возникновения панических настроений, как было установлено научными исследованиями, купировались самими участниками чрезвычайной ситуации [3, с.157].

Кризисная ситуация способна катализировать процесс личностного развития в том случае, если кризис будет преодолен позитивно, отмечают в своем научном труде такие ученые, как Ахмадулина Р.А., Абитов И.Р. [4, с.693-706]. В этом контексте ни один житель страны не должен выступать как пассивный наблюдатель чрезвычайного положения в ситуации ожидания, в его интересах выбрать в системе ценностных ориентаций позитивные копинг-стратегии, способствующие формированию новых парадигм и структур для конструктивного взаимодействия между участниками чрезвычайного положения.

### Материалы и методы

С 12 по 16 апреля 2020 года было проведено констатирующее исследование (запущена анкета на определение уровня совладания юмором) среди казахстанской молодежи во время чрезвычайного положения во всех 17 географических локациях страны. Данное исследование было проведено с помощью электронного инструмента: в формате онлайн Google form. Это связано с невозможностью контакта офлайн во время пандемии. Генеральная совокупность респондентов составила 881 человек по всему Казахстану. Данные анкет были обработаны в той же системе Google form.

Метод теоретического анализа был выбран для работы с теоретическими ресурсами на тему исследования, который дал возможность проанализировать ключевые определения по теме работы, такие, как «эмоциональный интеллект», «чувство юмора», «социальный интеллект», «копинг-конструкт», «молодежь». Метод анализа также был применен и при составлении стратегии исследования, и ее реализации. Проектный метод был выбран для

достижения целей исследования, которые отличаются инновацией и столкновением респондентов с неизвестной ранее чрезвычайной ситуацией. Два названных метода способствовали систематизации деятельности по проведению научного исследования, разбивке его на различные ступени. Также был применен сравнительный метод, который был необходим в процессе описания результатов исследования. Все это предоставило возможность реализовать обработку приобретенных результатов, их качественное толкование, формулировку общих результатов изучения и установить перспективу последующего исследования.

### Основная часть

Многие исследователи отмечают, что сама природа чрезвычайного положения обусловлена многочисленными стрессогенными ситуациями [5, с.54-59], различными видами страха как за собственную жизнь и здоровье, так и за близких. В этот период может развиваться синдром эмоционального выгорания, который характеризуется негативной реакцией организма человека на эмоциогенные и социогенные нагрузки, которые обусловлены изменениями в сфере коммуникации, различного рода дисбалансами, прямыми и латентными внутриличностными и межличностными конфликтами [6]. Ряд ученых предполагает, что физическое здоровье и условия жизни напрямую влияют на психическое состояние человека. В то же время существует доказанная исследованиями концепция, что критерием здоровья тела является здоровая психологическая сфера и позитивное мышление [7, с.55-67].

Аспекты позитивного мышления в реальной жизнедеятельности выражаются в копинг-стратегиях. Копинг-стратегии (исследования копинг-поведения и копинг-стратегий (Лазурас Р., Фолкман С, Дж. Амирхан, Н.А. Сирота, В.М. Ялтонский, Р.М. Грановская и др.) – это стратегии совладания со стрессом, которые предполагают самостоятельные намерения и конкретные действия со стороны

индивида для изменения неблагоприятной ситуации. Значительное влияние на выбор копинг-стратегии человека влияет его собственная базовая шкала ценностей, локус контроля, способность к экстраполяции (интуиции), чувство юмора и другие ресурсы. Некоторые ученые (Лужбина Н.А., Ральникова И.А., Васильева Е.В., Любимова О.М) добавляют в этот список эмоциональный интеллект [8], авторы считают, что и социальный интеллект представляется возможным ввести в выше обозначенный перечень.

Особенности социального и эмоционального интеллектов были описаны в концептуальной модели Рувен Бар-Она в 1982 году. Дж. Мейр и П. Саловей, два профессора из США, в конце XX столетия впервые предложили термин «эмоциональный интеллект», определив его как способность «понимать других и действовать или вести себя мудро по отношению к окружающим». Существуют теории эмоционального интеллекта (J.D. Mayer, D. Caruso, P. Salovey, Д.В. Люсин, Д.В. Ушаков). Даниел Гоулман, автор книги «Emotional Intelligence: Why It Can Matter More than IQ» (1995 г.), определил эмоциональный интеллект как набор навыков, включающих контроль эмоциональных порывов (импульсов), самомотивации, эмпатии и социальной компетенции в межличностных взаимоотношениях [9, с.3].

Такие ученые, как Э.Торндайк и Ч. Хант в начале того же века предложили термин «социальный интеллект», который обозначает «дальновидность в межличностных отношениях» [10]. Г. Олпорт считал, что социальный интеллект – это «социальный дар», который способен «обеспечивать гладкость в отношениях с людьми, продуктом которого является социальное приспособление, а не глубина понимания» [11, с. 345]. Важность социального интеллекта для адаптации в обществе (в ситуации, в том числе) подчеркивали и Э. Торндайк, и Г.Олпорт.

Значение человеческих эмоций для построения внутриличностных и межличностных отношений подчеркивал в своих трудах С.Л. Рубинштейн: «Человек действуя, не только производит те или иные изменения в при-

роде в предметном мире, но и воздействует на других людей и сам испытывает воздействия, идущие от них и от собственных действий и поступков, изменяющих его взаимоотношения с другими; он переживает то, что с ним происходит и им совершится; он относится определенным образом к тому, что его окружает» [12, с.551].

И социальный, и эмоциональный интеллекты являются необходимыми человеку для создания и развития коммуникативных связей. При этом эмоциональный интеллект больше направлен на способность распознавать и управлять своими и чужими эмоциями, а социальный интеллект направлен на способность распознавать и управлять различными ролями, которые играет сам субъект и его окружение в зависимости от определенной ситуации и потребностей.

В ситуации чрезвычайного положения копинг-стратегии являются основным фундаментом для развития позитивного сценария событий в жизни каждого человека и соответственно всего общества. Проявление и реализация копинг-стратегий в условиях чрезвычайного положения является показателем достаточного или недостаточного уровня развития социального и эмоционального интеллекта людей. В ходе эмпирического исследования, проведенного в Тверском государственном университете, было установлено, «что человек, находящийся в состоянии сниженного эмоционального тонуса, с повышенной психической истощаемостью и аффективной лабильностью, утратил интерес и позитивные чувства к окружающим, не способен устанавливать конструктивные отношения с людьми, стремиться эмоционально дистанцироваться» [13].

По классификации Э. Хейма, [14, с.8-17] различают адаптивный (стратегия оптимизма), относительно адаптивный (стратегия протеста и пассивности) и неадаптивный (стратегия самообвинения, агрессивности и подавления эмоций) варианты копинг-стратегий. Адаптивный вариант копинг-стратегии есть конструктивный способ переосмысления трудной ситуации, возможность совладания

с проблемой, нахождение в ней позитивных аспектов и формирование стратегии оптимизма. В этом контексте наличие чувства юмора, на наш взгляд, выступает основополагающим конструктом социального и эмоционального интеллекта.

Исцеляющее и благотворное влияние чувства юмора, смеха, шуток подчеркивалось в трудах многих философов, поэтов, ученых. Абай, великий казахский поэт, писал следующее: «Настоящий смех – редкое достояние. Смех – это показатель трудностей и радостей жизни человека... Смех требует высокого сознания. Смех – это подарок Создателя, один из драгоценных даров. Человека, говорят, можно узнать по делу, слову, я бы добавил, и по смеху тоже. Смех – зеркало человека. Язык смеха тайный и загадочный. Смехом освещается характер человека» [15, с.222-223]. Исследователь Т. Кожакеев, отмечая особое отношение Абая к юмору, передает еще одно его определение смеха и шуток: «Юмор включает намерение посмеяться, но чаще без злобы и грубой насмешки» [16, с.720].

В ситуации чрезвычайного положения приходится расставаться со многими стереотипами, искать новые идеи, строить по-новому жизнь. Вот что пишет об этом Эдвард де Боно, исследующий латеральное мышление: «В нашем сознании – в этой своеобразной системе накопления данных – расположение информации, такой, как концепции и идеи, не соответствует максимальному уровню использования доступных сведений. ... нередко существует какой-то иной путь расположения доступной информации. Это означает, что возможен и переход к этому иному расположению. Обычно такой переход происходит внезапно. Если он носит временный характер, то рождает чувство юмора. Если переход постоянен, то в дело вступает интуиция. Примечательно, что интуитивное озарение часто вызывает у окружающих смех, хотя в самом решении и нет ничего забавного....

В каждой из приведенной ситуации (шутки - прим. авторов) у нас возникают определенные ожидания. Затем, совершенно неожиданно для нас, они не сбываются, но мы в тот же

момент видим, что непредвиденное развитие событий оказывается еще одним способом организации информации. Чувство юмора и интуиция характерны для такого типа системы обработки информации. Намеренно их вызвать очень сложно» [17, с.39-40].

О социальности юмора и его роли в построении социальной коммуникации, а следовательно, и в развитии социального и эмоционального интеллекта, свидетельствуют многие научные исследования современности [18, с.1-2]. Социальная ценность юмора при эскалации сценария чрезвычайного положения заключается в том, что он позволяет человеку: сохранять воодушевленное лидерство; разрешать конструктивным способом конфликты (в рассматриваемом аспекте, как правило, в семье в режиме объявленного карантина); выражать собственные эмоции в позитивном формате; строить и развивать конструктивные эмоциональные и социальные коммуникации; снимать стресс, как у себя, так и у окружения; актуализировать личные ресурсы; снижать серьезность сложившейся ситуации; проявлять оптимизм и влиять этим на окружение; сохранить витальные ресурсы, снизить психологическое напряжение; перейти в позицию наблюдения, абстрагируясь от тревоги и фрустрации.

Введение режима чрезвычайного положения стало для многих юношей и девушек первым серьезным глобальным социальным вызовом (например, как природные катаклизмы, стихийные бедствия и т.д.), ограничившим их движение, социальную и иные виды активности, а также сам фактор пандемии добавил тревожного напряжения и стал стрессогенной ситуацией. Закон Республики Казахстан «О государственной молодежной политике» от 9 февраля 2015 года № 285-V ЗРК, в главе 1, пункт 3 определяет, что «молодежь – это граждане Республики Казахстан от четырнадцати до двадцати девяти лет».

В рамках проведенного нами исследования казахстанские юноши и девушки должны были отреагировать на следующие вопросы:

- Я часто теряю чувство юмора в трудной ситуации.

- Я часто обнаруживаю, что мои проблемы значительно уменьшаются, когда я стараюсь найти что-то смешное в них.

- Я обычно стараюсь сказать что-то смешное, когда я в напряженной ситуации.

- Вряд ли чувство юмора способно облегчить мою жизнь.

- Я часто чувствую, что если бы возникла ситуация, плакать мне или смеяться, то я бы лучше смеялся.

- Обычно я могу найти над чем посмеяться или пошутить, даже в трудных ситуациях.

- Благодаря опыту я знаю, что юмор – это часто очень эффективный способ справиться с проблемами.

Обратная связь респондентов на данные вопросы была распределена по следующим возможным ответам:

- согласен;

- скорее согласен, чем не согласен;

- скорее не согласен, чем согласен;

- не согласен.

*Гипотеза:* чувство юмора является адаптивным конструктом социального и эмоционального интеллекта юношей и девушек в период введения режима чрезвычайного положения в Республике Казахстан (связанного с пандемией COVID -19 в мире)

Всего в анкетировании приняли участие 881 человек. Как видно на диаграмме (рис.1),

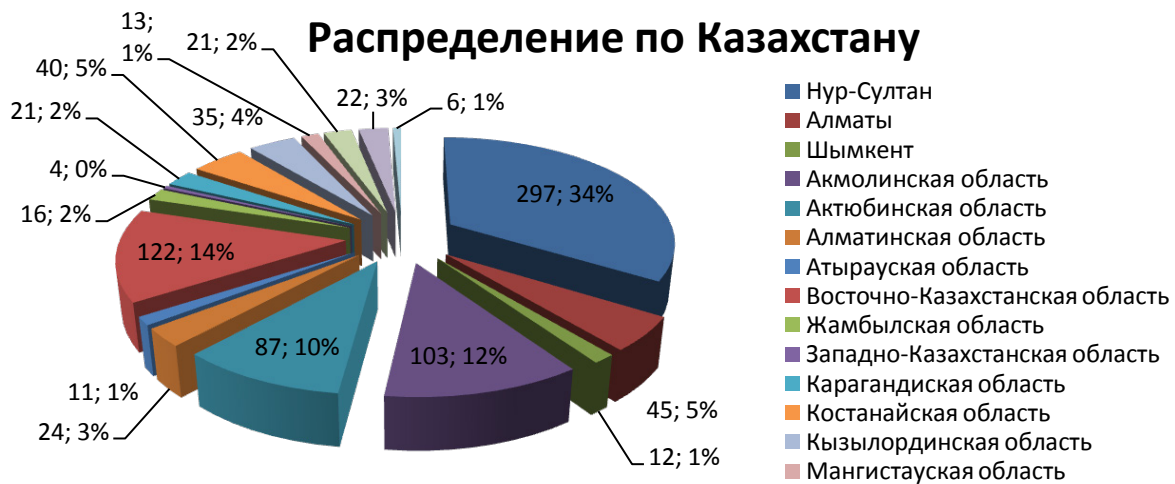


Рисунок 1. Распределение респондентов по географическим локациям

### Возраст респондентов

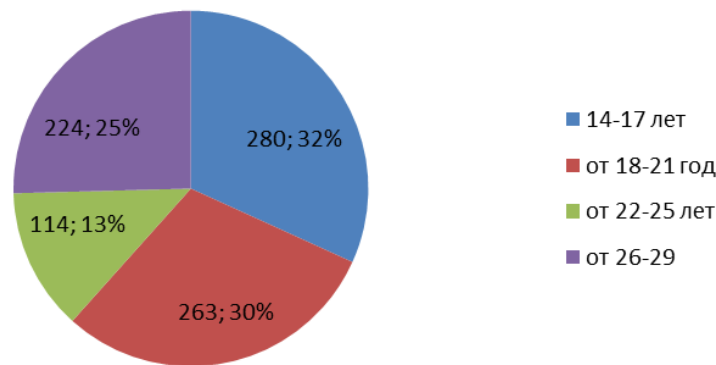


Рисунок 2. Показатель распределения по возрасту респондентов

констатирующее исследование охватило все 17 важных географических локаций Казахстана: г. Нур-Султан, Алматы, Шымкент, а также все области страны. Максимальное участие проявила столичная молодежь, показатель – 34%, на минимальной отметке оказалась Западно-Казахстанская область – 0,5%. Это может быть связано с тем, что карантин как следствие введения чрезвычайного положения был введен вначале в гг. Нур-Султан и в Алматы. Столичная молодежь уже имела на момент анкетирования определенный опыт нахождения в условиях карантина.

В исследовании приняли участие представители всех возрастных групп (рис.2):

1) от 14 до 17 лет, 2) от 18 до 21 года 3) от 22 до 25 лет 4) от 26 до 29 лет. Самыми активными оказались юноши и девушки, входившие в возрастную группу от 14 до 17 лет, их

участие в общей группе составило 32%, в то время как молодежь от 22 до 25 лет проявила минимальный уровень участия, 13%. Можно отметить, что к возрастной группе от 14 до 17 лет относятся, как правило, школьники и студенты колледжей, для которых участие в анкетировании стала интересной формой проведения времени.

В данном исследовании проявление максимальной активности произошло среди юных представительниц женского пола, 73%, против доли участия юношей, 27% (рис.3). Явный перевес в процентах свидетельствует о большей заинтересованности девушек в такого вида мероприятиях, включая вероятность того, что представители мужского пола предпочитают подобного рода занятиям другие формы времяпровождения во время карантина (работа, просмотр фильмов, игры в интернете и т.п.).

### Пол респондентов

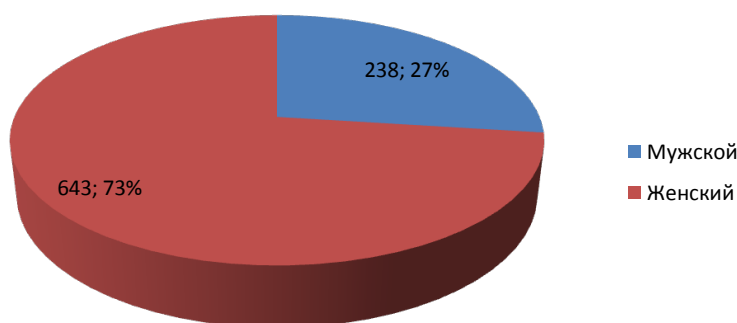


Рисунок 3. Пол респондентов

### Сфера деятельности

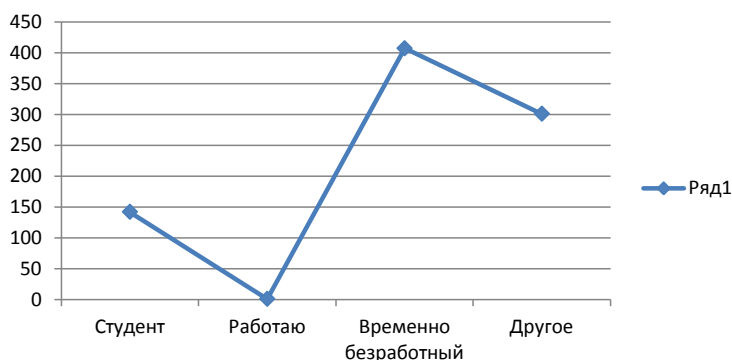
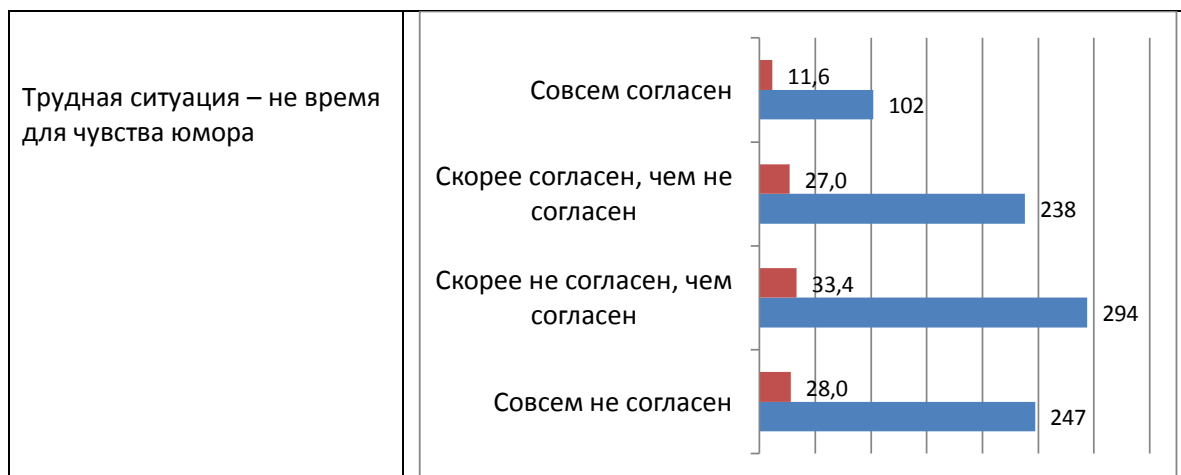


Рисунок 4. Сфера деятельности респондентов

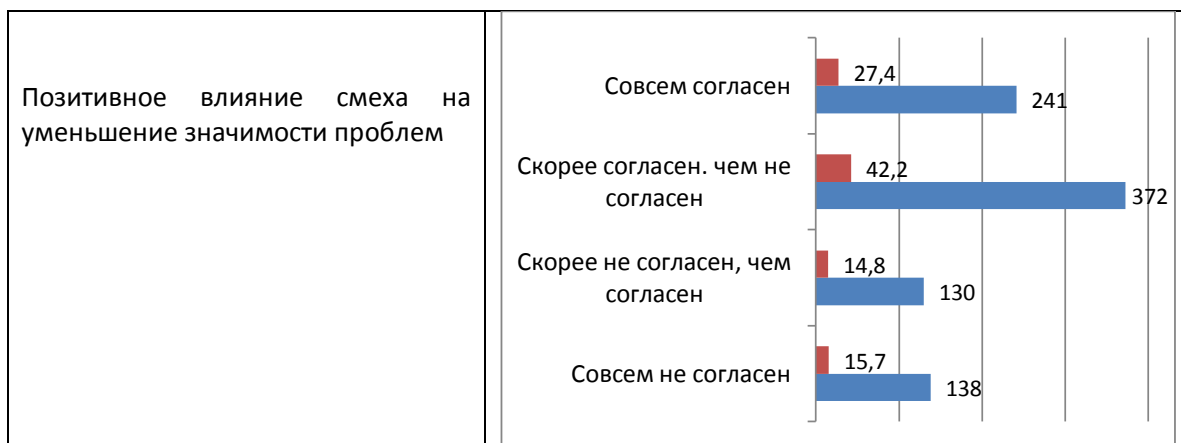
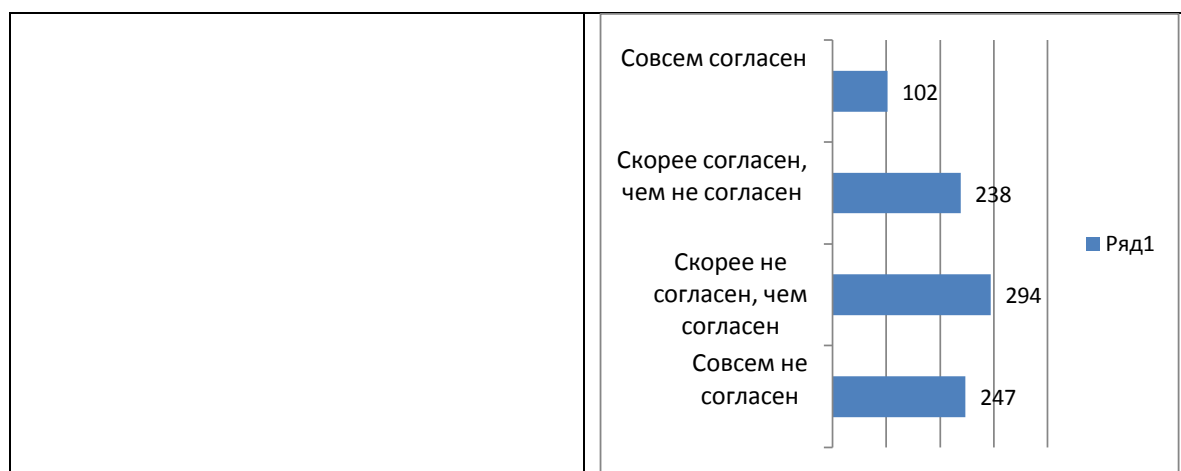


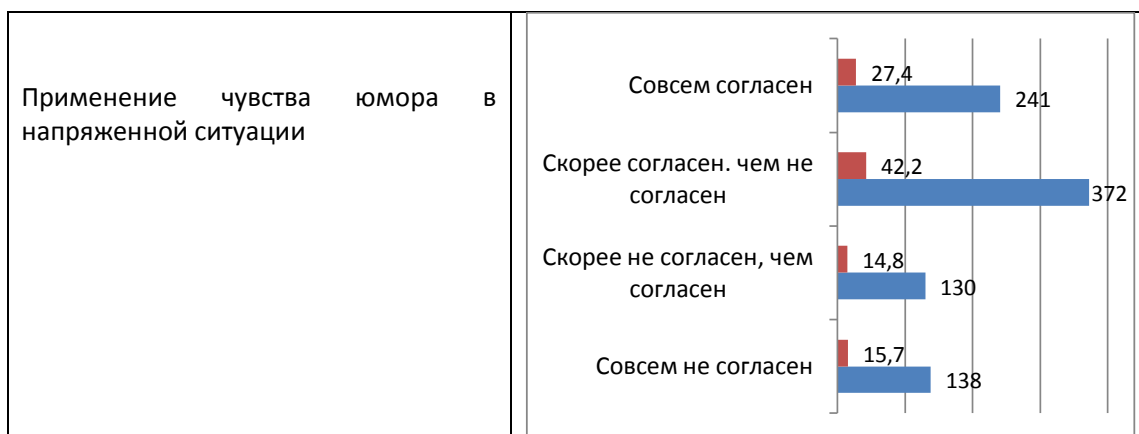
Интересны показатели занятости молодежи в обследуемый период (рис.4). Так, количество временно не работающих достигло максимальной точки и показало – 407 человек, что составляет чуть более 50% опрошенных. В то же время работающим в столь репрезентативном списке оказался только 1 человек (вероятно, работающий в сфере жизнеобеспе-

чения), 301 человек указал на графу «другое», что предполагает вопрос обучения или работы в дистанционном режиме в том числе.

Вопрос 1: Я часто теряю чувство юмора в трудной ситуации

Диаграмма показывает нам, что 247 человек (28 %) респондентов категорически не согласны с данным утверждением, и не смотря





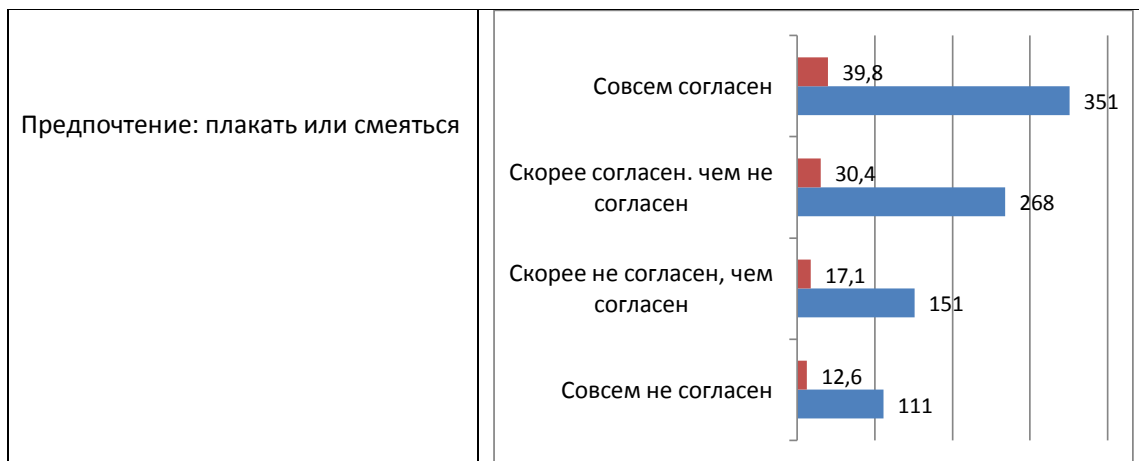
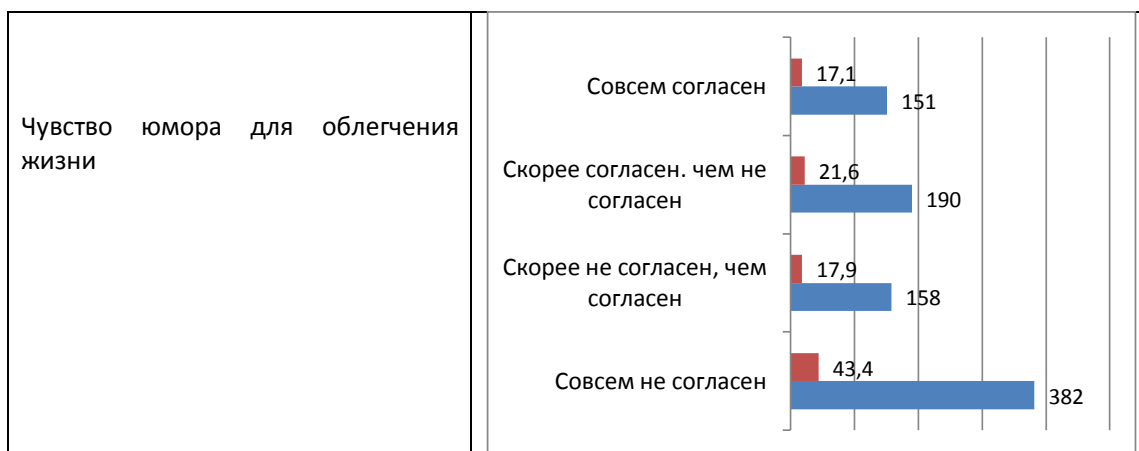
на всю сложность ситуации, находят в себе силы и мужество применить чувство юмора. На 1 процент меньше группа тех, кто скорее применяют чувство юмора. Гораздо реже будут шутить в трудной ситуации 294 человека, что составляет 33,4%. И никогда не применяют чувство юмора в вышеназванной ситуации 102 человека (11%). Получается, что 81% молодых людей в разной степени интенсивности при-

меняют свое чувство юмора в момент кризисной точки или проблемы.

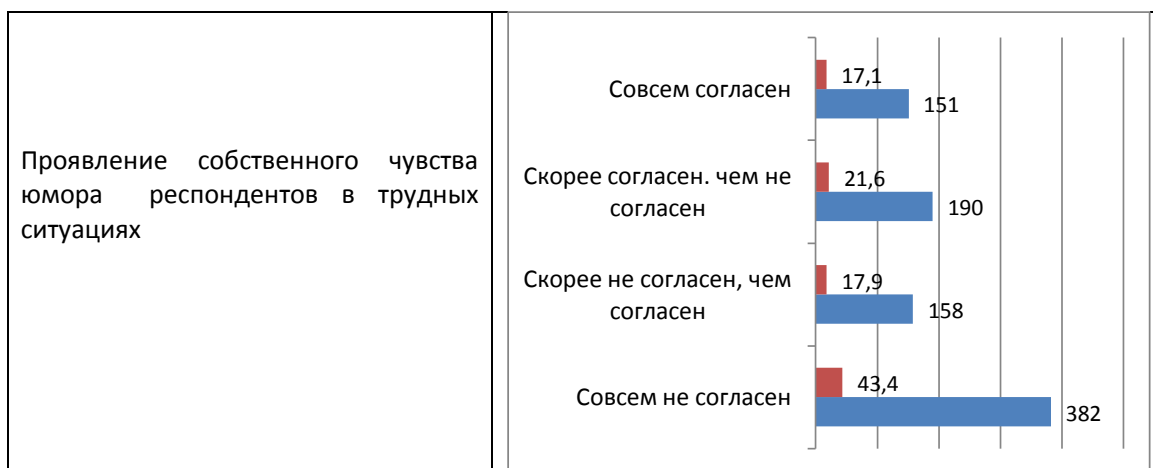
Вопрос 2: Я часто обнаруживаю, что мои проблемы значительно уменьшаются, когда я стараюсь найти что-то смешное в них

Позитивное влияние смеха на уменьшение значимости проблем

Диаграмма обнаруживает значимость смеха в трудной ситуации для 102 человек – 11,6%,







в то же время не отрицают влияние смеха 238 человек, 27 %, смех как фактор облегчения решения проблемы вызывает сомнение у 294 человек - 33% , категорично не согласными с данным утверждением оказались 247 человек, 28 %. В итоге 72% опрошенных в разной степени применения считают смех определенным катализатором для уменьшения значимости проблем

Вопрос 3: Я обычно стараюсь сказать что-то смешное, когда я в напряженной ситуации.

Применение чувства юмора в напряженной ситуации

Для снятия напряжения чувство юмора применяют постоянно 241 опрошенных, в большей позиции применения – 372 человека, в меньшей степени применения – 130 человек, и никогда не применяют – 138 человек. В итоге можно констатировать факт применения чувства юмора преобладающим у 84,3 % юношей и девушек.

Вопрос 4: Вряд ли чувство юмора способно облегчить мою жизнь

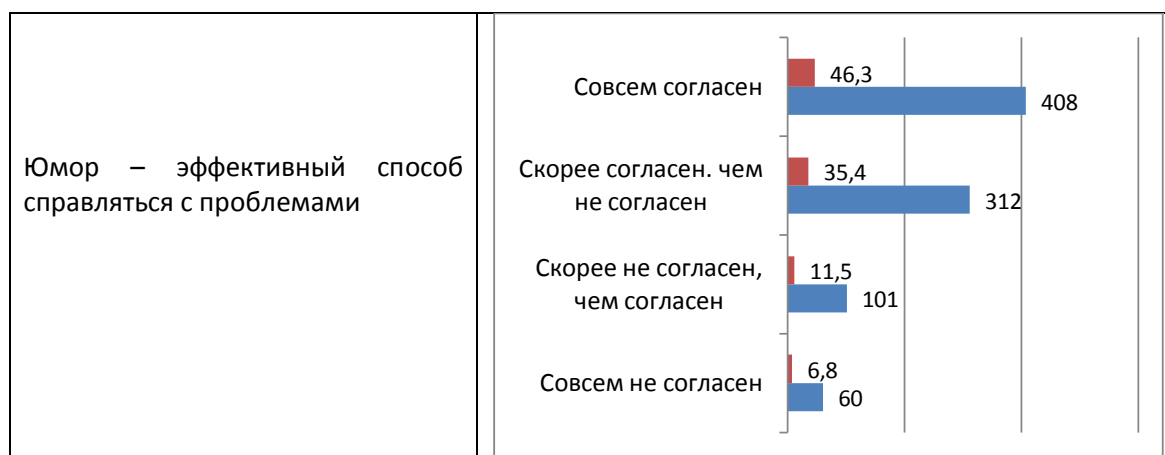
Чувство юмора для облегчения жизни

В списке ответов, где респонденты признают значимую роль чувства юмора для облегчения их жизни, 382 человека (43,4 %) ответили утвердительно, при этом еще 17,9 % опрошенных в целом согласны с этим утверждением. Меньше четверти опрошенных не считают чувство юмора помощником в своей жизни (21,6%), и никогда не применяют данное чувство для облегчения своей жизни – 151 человек, что составляет 17,1 %.

Вопрос 5: Я часто чувствую, что если бы возникла ситуация, плакать мне или смеяться, то я бы лучше смеялся.

Предпочтение: плакать или смеяться

Меньше всех хотят смеяться среди респондентов – 12,6 % (111), еще 17,1% (268) готовы больше плакать, чем смеяться. Позитивный выбор в сторону смеха сделали 351 человек



(около 40%), и их поддерживают 268 человек, чуть более 30%.

Вопрос 6: Обычно я могу найти над чем посмеяться или пошутить, даже в трудных ситуациях.

Проявление собственного чувства юмора респондентов в трудных ситуациях

Талантом шутить в трудной ситуации обладает 151 человек, предпочли бы проявить свое чувство юмора – 190 человек, сомневаются в такой возможности – 158 человек, и 382 человека признают, что не смогут проявить свое чувство юмора в трудной ситуации. С небольшим отрывом от тех, кто не сможет шутить сам в трудной ситуации, можно обозначить тех, кто уверен в своем чувстве юмора, они составили 56,6% от общей группы респондентов.

Вопрос 7: Благодаря опыту я знаю, что юмор – это часто очень эффективный способ справиться с проблемами.

Юмор – эффективный способ справиться с проблемами

Почти 50% юношей и девушек, участвовавших в исследовании, считают юмор эффективным способом преодоления проблем (408 – 46,3%).

В целом уважительное отношение к юмору проявляют 312 человек, что составляет 35,4%.

Не особо обращают на проявление этого чувства при решении сложных жизненных задач – 101 человек (11,5%). И считают чувство юмора бесполезным 60 человек (6,8 %).

### Заключение

Следуя показателям диаграмм проведенного исследования, можно сделать общий вывод, что молодежь Казахстана, опрошенная во время чрезвычайного положения (карантина), в целом проявила свое позитивное отношение к чувству юмора, как к копинг-конструкту социального и эмоционального интеллекта. К тому же факт того, что девушки и юноши сами могут проявить чувство юмора в трудных ситуациях (56,6%) и уже применяли его как эффективный инструмент для облегчения жизни (81,7%) свидетельствует о важности чувства юмора при преодолении трудных ситуаций и проблем в их жизни.

Данное направление исследований, на взгляд авторов, является перспективным, поэтому в будущем предполагается проводить дальнейшее изучение трансформации и эффективного применения копинг-конструктов социального и эмоционального интеллекта молодежи в условиях решения проблем, вызванных всемирной пандемией.

### Список литературы

1. Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) объявила пандемию нового коронавируса в мире [Электронный ресурс]. - URL: <https://www.ntv.ru/novosti/2303986/> (дата обращения: 26.04.2020).
2. Крысько В.Г. Социальная психология: словарь-справочник. - Минск-Харвест, Москва – АСТ, 2001.
3. Касьяник П. М. Современные зарубежные исследования поведения толпы в экстремальных ситуациях, психология социальных явлений и качество жизни - URL: [sovremenn-e-zarubejn-e-issledovaniya-povedeniya-tolp-v-ekstremaln-h-situatsiyah.pdf](https://sovremenn-e-zarubejn-e-issledovaniya-povedeniya-tolp-v-ekstremaln-h-situatsiyah.pdf) (дата обращения: 24.04.2020).
4. Ахмадулина Э.А., Абитов И.Р. Оказание психологической помощи людям, попавшим в чрезвычайные ситуации // Медицина чрезвычайных ситуаций. Т. 2, Гл. 7. С. 693-706.
5. Долгова В.И. Исследование самооценок эмоциональных состояний студентов с различным уровнем эмоционального интеллекта в период экзаменационной сессии // Вектор науки Тольяттинского государственного университета. Серия: Педагогика, психология». – 2017. № 3 (30) - 54-59 с.
6. Кравчук Ю.А. Эмоциональное выгорание педагогов и способы его преодоления. - URL: <https://na.schools.by/pages/emotsionalnoe-vygoranie-pedagogov-i-sposoby-ego-preodolenija> (дата обращения: 25.04.2020).

7. Ханевская Г.В. Влияние позитивных эмоций на здоровье личности студента // Международный научный журнал «Символ науки». - 2016. - № 10-2. С. 55-67.
8. Лужбина Н.А., Ральникова И.А., Васильева Е.В., Любимова О.М., Копинг-стратегии юношей в контексте эмоционального интеллекта // Человеческий капитал. - 2019, № 8(128). - С. 95-97.
9. Shoshana F. «Teaching emotional intelligence and the quality of their interactions with students», graduate school of applied and professional psychology of Rutgers / The State University of New Jersey, 2014. - P 3.
10. Базарсадаева Э.Ж. К вопросу об истории изучения эмоционального интеллекта // Вестник Бурятского государственного университета. - 2013. - URL: file:///C:/Users/Admin/Desktop/%D0%B3%D1%83%D0%BB%D1%8C%D0%B7%D0%B8%20%D0%B6%D0%B0%D0%BD/PHD/Doctor%20Gulzi/%D0%92%D0%90%D0%9A/k-voprosu-ob-istorii-izucheniya-emotsionalnogo-intellekta.pdf (дата обращения: 25.04.2020).
11. Олпорт Г.В. Личность в психологии: теории личности – М.: ЮВЕНТА, 2011. – 345 с.
12. Рубинштейн С.Л. Эмоции и потребности. Основы общей психологии – СПб: Издательство «Питер», 1999. – 551 с.
13. Морозова И.О. Гусева И.В. Взаимосвязь эмоционального интеллекта с предпочитаемыми копинг-стратегиями у специалистов экстремального профиля деятельности. – 2015. -URL: <http://izron.ru/articles/perspektivy-razvitiya-nauki-v-oblasti-pedagogiki-i-psikhologii-sbornik-nauchnykh-trudov-poitogam-me/sektsiya-15-psikhologiya-truda-inzhenernaya-psikhologiya-ergonomika-spetsialnost-19-00-03/vzaimosvyaz-emotsionalnogo-intellekta-s-predpochitaemymi-koping-strategiyami-u-spetsialistov-ekstrem> (дата обращения: 24.04.20).
14. Heim E. Coping and adaptivity: there is suitable or unsuitable coping, Psychoter. Psychosom., Med. Psychol. 1988. N. 1- 8-17 p.
15. Есим Г. Хаким Абай. – Астана: Фолиант, 2012. - 400 с.
16. Нұрғалиев Р. Н., Ахметов З., Әуезова Л.М. Абай. Энциклопедия. - Алматы, «Атамұра» баспасы, 1995. – 720 б.
17. Де Боно Э. Латеральное мышление. – СПб: Питер Паблишинг, 1997.
18. Артемьева Т.В., Мамзина К.Р. Юмор как диагностический критерий психического здоровья человека. - URL: [https://kpfu.ru/staff\\_files/F1830655403/Artemyeva\\_Mamzina.pdf](https://kpfu.ru/staff_files/F1830655403/Artemyeva_Mamzina.pdf) (дата обращения: 28.05.20).

## References

1. Vsemirnaja organizacija zdravoohraneniya (VOZ) ob#javila pandemiju novogo koronavirusa v mire [The world health organization declared a pandemic of a novel coronavirus in the world]. Available at: <https://www.ntv.ru/novosti/2303986/> (Accessed: 26.04.2020)
2. Krysko V. G. Social'naja psihologija: slovar'-spravochnik [Social psychology, dictionary-reference] (Minsk-harvest, Moscow-AST, 2001).
3. Kasyanik P. M. Sovremennye zarubezhnye issledovaniya povedeniya tolpy v jekstremal'nyh situacijah, psihologija social'nyh javlenij i kachestvo zhizni [Modern foreign studies of crowd behavior in extreme situations, psychology of social phenomena and quality of life]. Available at: <http://sovremenn-e-zarubejn-e-issledovaniya-povedeniya-tolp-v-ekstremaln-h-situatsiyah.pdf> (Accessed: 24.04.2020).
4. Akhmadullina, A. E., Abitov I. R. Okazanie psihologicheskoy pomoshhi ljudjam, popavshim v chrezvychajnye situacii [Provision of psychological assistance to people involved in emergency situations], Medicina chrezvychajnyh situacij [Emergency Medicine,] Vol. 2, Chapter 7, 693-706 p.
5. Dolgova V. I. Issledovanie samoocenok jemocional'nyh sostojanij studentov s razlichnym urovnem jemocional'nogo intellekta v period jekzamenacionnoj sessii [Study of self-assessments of emotional states of students with different levels of emotional intelligence during the examination session], Vektor nauki Tol'jattinskogo gosudarstvennogo universiteta. Serija: Pedagogika, psihologija» [Vector of science of Tolyatti state University. Series: Pedagogy, psychology»,] 3 (30), 54-59 (2017).
6. Kravchuk Yu. Jemocional'noe vygoranie pedagogov i sposoby ego preodolenija [Emotional burnout of teachers and ways to overcome it]. Available at: <https://na.schools.by/pages/emotsionalnoe-vygoranie-pedagogov-i-sposoby-ego-preodolenija> (Accessed: 25.04.2020).

7. Khanevskaya G. V. Vlijanie pozitivnyh jemocij na zdorov'e lichnosti studenta [Influence of positive emotions on the health of a student's personality, international scientific journal «Symbol of science»], 10(2) ,55-67 (2016).
8. Luzhbina N.A., Ralnikova I.A., Vasilyeva E.V., Lyubimova O.M. Coping strategies of young men in the context of emotional intelligence [Coping strategies of young men in the context of emotional intelligence], Chelovecheskij kapital [Human capital], 8(128), -97-97 (2019).
9. Shoshana F. «Teaching emotional intelligence and the quality of their interactions with students», graduate school of applied and professional psychology of Rutgers, (The State University of New Jersey, 2014, P. 3).
10. Bazarsadaev E. J. K voprosu ob istorii izuchenija jemocional'nogo intellekta [To the question about the history of the study of emotional intelligence], Vestnik Burjatskogo gosudarstvennogo universiteta [Bulletin of the Buryat state University]. Available at: file:///C:/Users/Admin/Desktop/%D0%B3%D1%83%D0%BB%D1%8C%D0%B7%D0%B8%20%D0%B6%D0%B0%D0%BD/PHD/Doctor%20Gulzi/%D0%92%D0%90%D0%9A/k-voprosu-ob-istorii-izucheniya-emotsionalnogo-intellekta.pdf (Accessed: 25.04.2020).
11. Allport G. W. Lichnost' v psihologii: teorii lichnosti [Personality psychology: theories of personality] (JUVENTA, Moscow, 2011, 345 p.).
12. Rubinstein S. L. Jemocii i potrebnosti. Osnovy obshhej psihologii [Emotions and needs. Fundamentals of General psychology] («Peter», St. Petersburg, 1999, 551 p.).
13. Morozova I. O. Guseva I. V. Vzaimosvjaz' jemocional'nogo intellekta s predpochitaemymi koping-strategijami u specialistov jekstremal'nogo profilja dejatel'nosti [The relationship of emotional intelligence with preferred coping strategies for extreme specialists]. - 2015, - Available at: <http://izro.n.ru/articles/perspektivy-razvitiya-nauki-v-oblasti-pedagogiki-i-psikhologii-sbornik-nauchnykh-trudov-po-itogam-me/sektsiya-15-psikhologiya-truda-inzhenernaya-psikhologiya-ergonomika-spetsialnost-19-00-03/vzaimosvyaz-emotsionalnogo-intellekta-s-predpochitaemymi-koping-strategiyami-u-spetsialistov-ekstrem> (Accessed: 24.04.20)
14. Heim E., Coping and adaptivity: there is suitable or unsuitable coping, Psychoter. (Psychosom., Med. Psychol. 1988, H. 1- 8-17 p.
15. Esim G. Hakim Abaj [Hakim Abaj] (Foliant, Astana; Folio, 2012, 400 p.)
16. Nurgaliev R.N., Akhmetov Z., Auezova L. M. Abaj. Jenciklopedija [Abaj. Encyclopedia] («Atamura», Almatybaspasy, 1995, 720 p.
17. De Bono E. Lateral'noe myshlenie [Lateral thinking], Piter Publishing, St. Petersburg, 1997).
18. Artemyeva T. V., Mamzina K. R. Jumor kak diagnosticheskij kriterij psihicheskogo zdorov'ja cheloveka [Humor as a diagnostic criterion of human mental health]. Available at: [https://kpfu.ru/staff\\_files/F1830655403/Artemyeva.Mamzina.pdf](https://kpfu.ru/staff_files/F1830655403/Artemyeva.Mamzina.pdf) (Accessed: 28.05.20).

**Г. Нәби, Н. Белесова, А. Абибулаева, Н. Албытова**

*Л.Н. Гумилев атындағы Еуразия ұлттық университеті, Нұр-Сұлтан, Қазақстан*

### **Қазақстан Республикасының төтенше жағдайы кезінде жастардың әзіл сезімі әлеуметтік және эмоциялық зиятының бейімделгіш копинг-конструкциясы ретінде**

**Аңдатпа.** Мақалада әзілкештік қабілеттің әлеуметтік ролі индивидуум жастардың кризистік жағдайда эмоционалдық кикілжіңді жеңе білу құралы ретінде қарастырылған. Орын алған төтенше жағдай шарттарында халықтың үрейлі көңіл-күйі мен күйзеліс күйі байқалғанын атап айтқан жөн. Авторлар қазақстандық жастар арасында айқындаушы зерттеу жүргізді. Жастар өте мобильді категория ретінде респонденттер болып таңдалды, ал пандемия алғашқы әлеуметтік сын-қатерге айналды, өз кезегінде, жастардың эмоционалдық және әлеуметтік интеллекттері үнемі даму үстінде болады. Қазақстан Республикасында төтенше жағдай режимін енгізген мерзімде жастардың әзілкештік қабілеті эмоционалдық және әлеуметтік интеллекттердің адаптивті құрылымы болады деп болжам жасалды. Сауалнамаға еліміздің 17 өңірінен 881 адам қатысты. Талдау барысында респонденттердің 84,3% әзілкештік қабілеті шиеленісті жеңілдетудің тиімді жолы деп көрсетті. Төтенше жағдай сценарийінің ушығуы кезінде әзілдің

әлеуметтік құндылығы анықталды. Мақалада төтенше жағдай кезіндегі копинг-стратегиясының көрінісі мен іске асырылуы жастардың әлеуметтік және эмоционалдық интеллекттерінің жеткілікті немесе жеткіліксіз даму деңгейінің көрсеткіші ретінде талданды.

**Түйін сөздер:** эмоциялық интеллект, әзіл сезімі, әлеуметтік интеллект, күрделі құрылым, жастар.

**G. Nabi, N. Belessova, A. Abibulayeva, N. Albytova**

*L.N. Gumilyov Eurasian National University, Nur-Sultan, Kazakhstan*

**Sense of humor as an adaptive coping construct of social and emotional intelligence of young people under the state of emergency of the Republic of Kazakhstan**

**Abstract.** The article considers the social role of the sense of humor as a tool for resolving the emotional conflict of a young person in a crisis. During a state of emergency, it is important to note the panic and stress state of the population. The authors conducted an ascertaining study among young people in Kazakhstan. Young people have been selected as respondents, as this category is the most mobile, and the pandemic was the first serious social challenge. At the same time, the emotional and social intelligence of young people is still developing. It was suggested that the sense of humor is an adaptive construct of the social and emotional intelligence of young people during the introduction of the state of emergency in the Republic of Kazakhstan. The survey was attended by 881 participants from 17 regions of the country. The analysis revealed that 84.3% of respondents believe that a sense of humor is an effective tool in relieving tension. The article reveals the social value of humor in escalating a state of emergency scenario. The article analyzes the manifestation and implementation of the coping strategy in a state of emergency as an indicator of a sufficient or insufficient level of development of social and emotional intelligence of young people.

**Keywords:** emotional intelligence, sense of humor, social intelligence, coping construct, youth.

**Сведения об авторах:**

**Наби Г.А.** – автор для корреспонденции, докторант 2 курса специальности «Социальная педагогика и самопознание» Евразийского национального университета имени Л.Н.Гумилева, Нур-Султан, Казахстан.

**Белесова Н.А.** – докторант 2 курса специальности «Педагогика и психология» Евразийского национального университета имени Л. Н. Гумилева, Нур-Султан, Казахстан.

**Абибулаева А.Б.** – доктор педагогических наук, профессор кафедры «Социальная педагогика и самопознание» Евразийского национального университета имени Л. Н. Гумилева, Нур-Султан, Казахстан.

**Албытова Н.П.** – кандидат педагогических наук, ассоциированный профессор Евразийского национального университета имени Л. Н. Гумилева, Нур-Султан, Казахстан.

**Nabi G.A.** – **Corresponding author**, The 2nd year Ph.D. student in Social pedagogy and self-knowledge, L. N. Gumilyov Eurasian National University, Nur-Sultan, Kazakhstan

**Belessova N.A.** – The 2nd year Ph.D. student in Pedagogy and Psychology, L. N. Gumilyov Eurasian National University, Nur-Sultan, Kazakhstan.

**Abibulayeva A.B.** – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, L. N. Gumilyov Eurasian National University, Nur-Sultan, Kazakhstan.

**Albytova N.P.** – Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, L. N. Gumilyov Eurasian National University, Nur-Sultan, Kazakhstan.