

**Pécsi Tudományegyetem  
Bölcsészettudományi Kar  
Pszichológia Doktori Iskola  
Evolúciós- és Kognitív Pszichológia Program**

---



**Tisljár Roland**

**A humor szerepe és szerveződése a társas  
kapcsolatokban.**

**Evolúciós modellek tesztelése**

**Doktori értekezés**

**Témavezető: Prof. Dr. Bereczkei Tamás**

**Pécs, 2011**



# Tartalomjegyzék

Tartalomjegyzék.....	1
Bevezető.....	3
1. A humor ontogenetikai és filogenetikai háttere.....	5
1.1. A nevetés, mint a humorra adott visszajelzés eszköze.....	5
1.2. Nevetés és humor az állatvilágban.....	7
1.3. A humor és a játék evolúciós kapcsolata.....	9
1.4. A humor fejlődépszichológiai sajátosságai.....	13
2. A humor pszichológiai funkciói.....	16
2.1. Klasszikus pszichológiai humormodellek.....	16
2.1.1. Energialevezetés és mentális egészség.....	16
2.1.2. Agresszió és humor.....	20
2.1.3. A humor mint az arousalszabályozás eszköze.....	25
2.1.4. Az ellentmondások játékos észlelése.....	27
2.1.5. Koncentráció és stresszoldás.....	31
2.2. A humor adaptivitása. Evolúciós pszichológiai humormodellek.....	33
2.2.1. A jó humor vonzó. A humor mint szexuálisan szelektált jelleg.....	33
2.2.2. Érdeklődésindikátor modell.....	35
2.2.3. Mások érzelmi állapotának közvetlen befolyásolási eszköze.....	37
2.2.4. A nevetés és humor mint a téves riasztás jelzése.....	39
2.2.5. A humor mint a csoportidentitás erősítésének eszköze.....	41
2.2.6. A humor mint gátló mechanizmus.....	42
2.2.7. A humor mint a vokális kurkászás eszköze.....	44
2.2.8. Humor és elmeolvasási képesség.....	45
2.2.9. A humor összetett funkciói.....	46
3. A humor szerepe a társas kapcsolatok szerveződésében.....	48
3.1. Baráti kapcsolatok.....	48
3.1.1. Humor és baráti kapcsolatok.....	52
3.1.2. A humor nemi különbségei a baráti kapcsolatokban.....	54
3.2. Párkapcsolatok.....	56
3.2.1. Evolúciós párválasztási modellek.....	57
3.2.1.1. Az önértékelés és partnerértékelés szerepe a párválasztásban.....	59
3.2.2. Kötődési típus, partnerválasztás és humor.....	61
3.2.3. Homogámia és párválasztás.....	63
3.2.3.1. Homogámia és személyiség.....	66
3.2.3.2. Humor és homogámia.....	68
3.2.4. Humor és párválasztás.....	69
3.2.4.1. A humor mint vonzó jelleg.....	69
3.2.4.2. A humor szerepe a párkapcsolatok fenntartásában.....	73
3.2.4.3. Kapcsolattal való elégedettség és humorhasználat.....	74
4. A humor formái, mérése és más személyiségdimenziókkal fennálló kapcsolatai.....	75
4.1. A humor formái.....	75
4.1.1. Viccek.....	76
4.1.2. Spontán társalgási humor.....	77
4.1.3. Nem szándékos humor.....	77
4.2. A humor mérőeljárásai.....	78
4.3. Humor Stílus Kérdőív.....	80
4.3.1. A humorskálák és a személyiség kapcsolata.....	82
4.3.2. Az egyénre jellemző humorstílus genetikai és környezeti meghatározottsága.....	86
4.3.3. A humorstílus egyéni különbségei.....	89
Saját vizsgálatok.....	92
5. A humorpreferencia nemi-, személyiségbeli és testalkati összefüggései (1. vizsgálat).....	93

5.1. Hipotézisek és predikciók .....	97
5.2. Módszer .....	97
5.3. Eredmények.....	99
5.4. Megbeszélés .....	100
6. A vonzerő és a humorérzék összefüggései (2. vizsgálat) .....	103
6.1. Hipotézisek.....	104
6.2. Módszer .....	104
6.3. Eredmények.....	106
6.4. Megbeszélés .....	109
7. Humorhasonlóság a baráti kapcsolatokban (3. vizsgálat) .....	111
7.1. Hipotézisek.....	111
7.2. Módszer.....	112
7.3. Eredmények.....	114
7.4. Megbeszélés .....	122
8. A párkapcsolatokban élő személyek humorstílus hasonlóságának mértéke és hatása a kapcsolat működésére (4. vizsgálat).....	126
8.1. Hipotézisek.....	127
8.2. Első vizsgálat .....	128
8.2.1. Módszer.....	128
8.2.2. Eredmények.....	129
8.2.3. Megbeszélés .....	133
8.3. Második vizsgálat.....	137
8.3.1. Módszer.....	137
8.3.2. Eredmények.....	139
8.3.3. Megbeszélés .....	140
9. Párválasztási preferenciák és a humor (5. vizsgálat).....	143
9.1. Hipotézisek.....	145
9.2. Módszer.....	145
9.3. Eredmények.....	146
9.4. Megbeszélés .....	156
10. A párkapcsolati humorpreferenciák az önértékelés és a kötődés dimenzióinak tükrében (6. vizsgálat).....	158
10.1. Hipotézisek.....	159
10.2. Módszer.....	159
10.3. Eredmények.....	161
10.4. Megbeszélés .....	169
11. Összegzés .....	171
Irodalom .....	178
Köszönetnyilvánítás .....	200
Mellékletek.....	202

## Bevezető

Az itt bemutatott kutatássorozat célja a humor társas kapcsolatokon belül mutatkozó szerveződésének feltárása, háttértényezőinek vizsgálata, valamint a kapott eredmények evolúciós modellekbe ágyazott interpretációja. A humor általánosan magasra értékelt jelleg, szinte minden típusú szociális kapcsolatunkban megjelenhet, értő használata nagyfokú elismertséget biztosít a humorizáló társaink számára (pl.: Cann & Calhoun, 1997; Feingold, 1992). Jelen van a meghatározó informális kapcsolatainkban, a baráti és párkapcsolatok fontos eleme (pl.: Kaufman és mtsai, 2008; Lauer, Lauer, & Kerr, 1990; Sprecher & Regan, 2002). Kutatássorozatunkban egyrészt arra keressük a választ, hogy a humor szempontjából hogyan jellemezhetőek a baráti és a párkapcsolataink, illetve hogy az általunk ideálisnak tartott partner milyen humorjellemzőkkel rendelkezik. A partnerkapcsolatok szerveződésében fontos szerepet tölt be az asszortatív partnerválasztás, vagy más néven a homogámia keresése. Előnyben részesítjük a hozzánk hasonló emberek társaságát a baráti- és párkapcsolatainkban egyaránt (pl.: Bereczkei, Gyuris, Köves, & Bernáth, 2002; Figueredo, Sefcek, & Jones, 2010). Az ilyen jellegű kapcsolatainkat a hasonlóság jellemzi számos külső és belső tulajdonságunk vonatkozásában is (pl. Gyuris, Bereczkei, & Járai, 2010). A homogámia megjelenését és mértékét elsősorban az határozza meg, hogy az adott jelleg milyen hatást gyakorolhat a kapcsolat működésére, fontos szerepet tölt-e be ebből a szempontból. Feltevésünk szerint a humor kapcsán is megjelenik a hasonlóság, illetve annak keresése mindkét típusú (baráti és párkapcsolat) primer szociális relációinkban. A kapcsolat jellege és a résztvevő felek neme szerint feltehetőleg különbségeket találunk a kapcsolatokon belüli humormintázatokban, a férfiakra és nőkre jellemző evolúciósan kialakult szociális kapcsolati stratégiák és taktikáknak megfelelően (Gangestad & Simpson, 2000; Fletcher & Overall, 2008).

A vizsgálataink második részében a humorpreferenciával összefüggő háttértényezőket vizsgáljuk, vagyis annak az okait keressük, hogy pontosan miért is részesítjük előnyben a humoros emberek társaságát, illetve mi az, ami hajlamosíthat erre bennünket. Megvizsgáljuk a humor és az alapvető személyiségdimenziók, illetve a testalkat összefüggéseit, ezen kívül a humor és a vonzerő összefüggéseinek kérdéskörét. Arra keressük a választ, hogy a partnerválasztás során magasra értékelt jó humorérzék (illetve ennek a nemek szerint eltérő megfelelői) ténylegesen növeli-e hordozójuk vonzerejét, vagy nem játszik ebben számottevő szerepet. A párválasztással kapcsolatos kutatások az evolúciós pszichológiai egyik kiemelt

területét képezik, azonban a humorról kapcsolatos vizsgálatok nagy része csak az általános preferenciák szintjéig jutott el (pl.: Bressler, Martin, & Balshine, 2006; Buss, 1989), a specifikus háttérváltozók és a humoron belüli eltérő dimenziók párválasztási jelentőségét még nem tárták fel.

A vizsgálni szándékozott specifikus kérdéskör jobb megértéséhez szükségesnek látjuk azonban a humor evolúciósan kialakult funkcióinak és jelenségkörének bemutatását. Tudjuk ugyanis, hogy előnyben részesítjük a humor az élet szinte minden területén, arra vonatkozóan azonban megoszlanak a vélemények, hogy pontosan miért is tölti be a humor ezt a kiemelt pozíciót (Martin, 2007). Számos pszichológiai magyarázat és átfogó evolúciós modell is született már a humor funkciójára vonatkozóan, ezek rövid bemutatása is a dolgozat részét képezi. Ennek azért éreztük szükségét, mert viszonylag kevésbé ismert területe ez a pszichológiának, a témát feldolgozó magyar nyelven elérhető irodalmak jól használható összefoglalásokat kínálnak, de az általunk képviselttől némileg eltérő fókuszról közelítik meg a témakört (pl.: Bagdy & Pap, 2004; Séra, 1983). A humor funkcionális megközelítéseinek bemutatását követően a társkapcsolatokban játszott szerepe már a vizsgálatainkhoz szervesen kapcsolódik, ahogyan a humor egyes alkategóriáinak és alkalmazott mérőeljárásainak a leírása is. A kérdéseink evolúciós pszichológiai megválaszolása szempontjából szintén fontos a humort meghatározó genetikai és környezeti háttértényezők rövid körülménye is.

A humor egy összetett jelleg, multifunkcionalitása jól tükröződik a magyarázatára született nagyszámú pszichológiai modell alapján is. Számos pszichológiai mechanizmus együttműködését igényli, részt vesznek benne kognitív, emocionális, valamint a társas kapcsolatokat monitorozó mentális komponensek egyaránt. Napjainkra egyre inkább felismeri a pszichológia tudománya a humor jelenségkörének vizsgálatában rejlő nagy lehetőségeket, a terület feltárása az emberi psziché működését meghatározó mentális alrendszerek együttműködése vonatkozóan meghatározó információkkal szolgálhat. A napjainkra egyre kiterjedtebbé váló humorról kapcsolatos kutatásokon belül az evolúciós pszichológiai megközelítést használó vizsgálatok elsősorban a humor társas és intrapszichés funkcióinak feltárását célozták, amelyek további ismeretekkel való kiegészítéséhez kíván hozzájárulni jelen dolgozat is.

# 1. A humor ontogenetikai és filogenetikai háttere

## *1.1. A nevetés, mint a humorra adott visszajelzés eszköze*

A humor evolúciós szempontú elemzéséhez szükséges a hozzá kapcsolódó kommunikatív érzelmkifejezés leghatékonyabb eszközének, a nevetésnek a bemutatása. A nevetés egy univerzális emberi viselkedéses jelleg, minden eddig ismert kultúrában elfordul, az alapérzelmekhez hasonló hatékonysággal ismerjük fel és értelmezzük rassztól és kulturális környezettől függetlenül (Apte, 1985; Lefcourt, 2000; Provine, 2000). Egyedfejlődésileg az első társas vokalizációk egyike, melyet az ember csecsemők végrehajtanak (Deacon, 1997). Spontán módon jelenik meg, valahol kettő és hat hónapos kor között (Fogel és mtsai, 1997; Scheier és mtsai, 2002). Genetikai meghatározottságát támasztja alá az a tény, hogy még a veleszületetten süket és vak csecsemők is produkálnak nevetést, annak ellenére, hogy ezzel kapcsolatos észlelési vagy tanulási tapasztalattal nem rendelkeznek (Eibl-Eibesfeldt, 1989; Provine, 2000). A nevetés egy karakterisztikus, sztereotipizált jelleg (Grammer & Eibl-Eibesfeldt, 1990; Provine 1991), ami felfogható egy fajspecifikus, ritualizált, fixen meghatározott reakció mintázatként is (Grammer & Eibl-Eibesfeldt, 1990). A felsoroltakon túl számos további eredmény alapján feltételezhető, hogy minden normál ember egy erőteljes genetikai meghatározottsággal bír, mely előírja a nevetés produkciós és észlelési képességének a kifejlődését (Darwin, 1872; McGhee, 1979; Caron, 2002).

A humorra adott nevetéses reakciók intenzitását nagyban befolyásolja az aktuális társas helyzet. A nevetés a humor megértésének kommunikációs eszköze. Robert Provine (2000) humorkutató egyik vizsgálatában a kísérleti személyek három kondícióban néztek meg egy-egy vígjátékrészletet. Az egyikben egyedül voltak egy szobában, és úgy tudták, hogy az ajtón túl, hallótávolságon belül sincs senki más; a másodikban szintén egyedül voltak, de úgy voltak informálva, hogy az ajtón kívül vannak más személyek; a harmadik kondícióban pedig többekkel együtt nézték végig az adott humoros filmrészletet. Az eredmények azt mutatták, hogy az emberek ugyan többet nevettek más személyek jelenlétében, mint akkor, amikor úgy tudták, hogy egyedül vannak az adott helyiségben, de a legintenzívebb és leghosszabban tartó nevetés abban a kondícióban mutatkozott, amikor egyedül voltak ugyan, de úgy tudták, hogy az ajtón kívül lévők hallhatják őket. A társas kontextus erős facilitáló hatást gyakorol a nevetésre, amint azt egy nagy mintán végzett megfigyeléses vizsgálat eredményei is

alátámasztották. A megfigyelt személyek harmincszor gyakrabban nevettek társas kontextusban, mint egyedül (Provine & Fisher, 1989). Ezekből az adatokból jól kirajzolódik egyrészt a humor társas beágyazottsága, vagyis az, hogy a humor funkciója nem csupán belső, internális, az elmeműködésre gyakorolt különféle hatásaiból fakad, hanem a rá irányuló preferenciáját kifelé is hajlamosak vagyunk kommunikálni, elsősorban a nevetés eszközével. A nevetés ugyanis egy hatékony érzelemkiváltó eszköz, segítségével a szimpla verbális kommunikációnál (pl.: elmondom a többieknek, hogy az elhangzott/látott konkrét humort megértettem és jónak találtam) jóval hatásosabban tudjuk informálni környezetünket az általunk észlelt humor mentális feldolgozásáról és értékeléséről. Az emberi kommunikáció szerves része a különféle érzelmek kifejezése, az érzelmek által színezett kommunikatív aktusokat általában őszintébbnek tartjuk, mint az ezt nélkülözőket (Bereczkei, 2003).

Egyes feltevések szerint a humor által kiváltott nevetés nem csupán visszajelzés, mellyel kommunikáljuk a humor megértését és az általa kiváltott játékos mentális állapotot, hanem általa képesek vagyunk közvetlenül befolyásolni a jelenlévők aktuális érzelmi állapotát is (Owren & Bachorowski, 2003; Russel, Bachorowski, & Fernandez-Dolls, 2003). A nevetéssel együtt járó hang ugyanis közvetlen hatást gyakorol a hallgatóira, pozitív érzelmi állapotot vált ki a körükben. Jól példázza ezt a mechanizmust a nevetés „ragadós” természete, vagyis az az automatikus viselkedéses reakció, hogy nevetés hallatán mi magunk is hajlamosá válunk nevetni, ami által gyorsan a nevető személyhez hasonló érzelmi állapotba kerülünk (Provine, 2000 )

. Ezt persze több tényező is befolyásolja, úgymint a hallott nevetés intenzitása és vokális összetétele (a nagyrészt zöngés hangokat tartalmazó nevetés pozitívabb hatást vált ki), valamint a nevető személlyel fennálló viszony természete is. A nevetéses reakció csak abban az esetben jelentkezik, ha nem éreztük magunkat fenyegetve az adott szituációban, olyan emberekkel vagyunk körülveve, akiket ismerünk, vagy legalábbis nem tételezünk fel a részükről támadó szándékot. A nevetés tehát pozitív érzelmekhez vezethet a nevető személy társai körében, amely kedvezőbb megítélés alá helyezi részükről a nevetéses reakciót kiváltó személy cselekedeteit. Az egyéni hatékonyság növelésén túl a csoport együttműködését is segítheti a nevetés „ragadós” jellege, valamint az általa kiváltott pozitív érzelmi reakció. Általa a csoport tagjai gyorsan és hatékonyan kerülnek hasonló érzelmi állapotba, ami megkönnyíti a kommunikációt, és a közös célok elérését szolgáló viselkedés összehangolását (Csányi, 1999; Gervais & Wilson, 2005).



## ***1.2. Nevetés és humor az állatvilágban***

A humort a kapcsolódó elméletek többsége egy fajspecifikus, csupán az emberre jellemző képességként határozza meg (Martin, 2007). Ezt az elképzelést azonban részlegesen cáfolják azok a kutatások, melyek egyes állatfajoknál vizsgálták a humor proto formáinak meglétét. A vizsgálódás első számú irányát az emberszabású majmok képezik, azt a feltevést alapul véve, hogy ha egy tulajdonság megléte a törzsfejlődésileg közeli rokon fajokban is kimutatható, akkor annak már jelen kellett lennie a két faj közös ősnél is (Berezkei, 2003; Miklósi, 2010). A humor filogenetikai eredetére vonatkozó ismereteink elsősorban az emberszabásúak feltételezett humorhasználatával foglalkozó etológiai vizsgálatok eredményeiből származnak.

E vizsgálati irányvonal alapjait Darwin az emberi és állati érzelmkifejezésről írott könyvében találjuk meg (1963 [1872]). Véleménye szerint a nevetés, amit ő az öröm és boldogság pozitív érzelmkifejezésének tartott, bizonyos formában felfedezhető a fiatal csimpánzegyedek társaikkal folytatott játéktevékenység közbeni csiklandozásra adott reakcióiban is. Ezt a feltételezést a modern primatológiai eredmények is alátámasztják, melyek szerint a nevetés homológ a majmok és emberszabásúak „játékarc” kifejezésével (Csányi, 1998). Az arckifejezés relaxált arcizmokkal és nyitott szájjal jár együtt, miközben a szájszélek kissé behúzódnak, az ajkak fedik a fogsort. A jellegzetes arckifejezést egy szagatott, ziháló hangadás kíséri, valamint heves, de nem rigid testi mozdulatok. A testtartás és az arc mozgása jellemzően feszültségmentes, laza, nélkülözi az agressziót, a fenyegetést vagy félelmet jelző kifejezések karakterjegyeit egyaránt (van Hoof & Preuschoft, 2003). A játékarc kifejezése játéktevékenység közben jelenik meg, amely egy gyakran előforduló viselkedési forma az emlősök és egyes madárfajok juvenilis egyedei között. Olyan elemek kapnak helyet a játéktevékenységben, melyek a túlélési sikerességgel kapcsolhatók össze (pl.: harc, vadászat, párzási viselkedés, a helyváltató mozgás különféle formái), de ebben az esetben a tényleges funkciót és vele járó kockázatokat nélkülözve, csupán „játékból” végzik, változatos és energikus módon. Láthatóan magas élvezeti értékkel bír a fiatal állatok számára közös játéktevékenységekben való részvétel, amely egyesek szerint egy jól működő gyakorlási funkciót lát el.

A játék gyakorláselméletei szerint e tevékenység révén az egyedek fontos, a túléléssel és a szaporodással kapcsolatos felnőttkori feladatokra készülnek fel, a különféle készségek

kortikális programozása, valamint a lényeges szociális képességek kifejlődésének elősegítése révén (Gervais & Wilson, 2005). A játék során ezen kívül a fiatal egyedek a látszat és a valóság, komoly és komolytalan közötti különbségtétel képességéről is tanúbizonyságot tesznek, ami a humor lényegi eleme (Martin, 2007). Azoknál az emberszabású majmoknál, akiket megtanítottak valamilyen jelnyelv használatára, gyakran megjelenik az elsajátított nyelv humoros formában történő alkalmazása, például szójátékok, össze nem illő szóhasználat, illetve humoros inzultusok formájában. Ezeket a kezdetleges humoros megnyilvánulásokat mindig a korábban leírt játékcarc kifejezése kíséri, ami a nyelvi humor és a játéktevékenység közötti szoros kapcsolatot mutatja (Gamble, 2001). Jennifer Gamble (2001) további fontos megállapítása az is, hogy ugyan a komplex viccek és szójátékok képzéséhez szükséges kognitív kapacitás feltehetően nincs meg az emberszabású majmokban, azonban a humor iránti preferenciájuk mértéke összevethető az emberekével.

Az emberi humor gyökerei vélhetően még messzebbre nyúlnak, mivel a szociális játéktevékenységet kísérő arckifejezés a főemlősökön kívül más fajoknál is megtalálható. Ilyen például a kutyafélék és a medvefélék arckifejezése, amellyel hasonló faciólis és vokális jelzések járnak együtt, mint a primáták esetében (van Hoof & Preuschoft, 2003). A humoros viselkedés alapjait képező érzelmi reakciók tehát nem fajunk önálló, evolúciós mértékkel rövid múltja során alakultak ki, hanem akár már a közös emlős őseinknél is jelen lehettek, akár több tízmillió évvel ezelőtt (Dawkins, 2006).

Ezt a feltevést támasztja alá Jaak Panksepp és munkatársainak kutatási eredményei is, akik a nevetés egy bizonyos formáját vélik felfedezni patkányok körében (Panksepp & Burgdorf, 2003). A laboratóriumban vizsgált patkányok vad játéktevékenysége (rough-and-tumble play), illetve az ember általi csiklandozás közben egy magas frekvenciájú (kb. 50 kHz), ciripeléshez hasonlatos hangot adnak ki. A hang az emberi fül számára nem hallható, de a patkányok audiális észlelési tartományán belülre esik. Az emberi nevetéshez hasonlóan ez a hangadás is ragályosnak tűnik: a hallótávolságon belüli egyedek átveszik egymástól, valamint a fiatalabbak előnyben részesítik az idősebb, „nevető” társaik közelségét, a nem „nevető” társaiké rovására. Tenyésztés útján könnyen módosítható, növelhető vagy csökkenthető a „nevetéses” válasz nagysága, ami a jelleg öröklékenységét, genetikai meghatározottságát mutatja. A kutatók szerint a patkányok „nevetésének” hátterében álló, a játékkal kapcsolatos agyi áramkörök az öröm érzelmére vonatkozó érzelmi szabályozó rendszer részei, amely elsősorban a társas játék során aktiválódik az emlősök körében. Funkcióját tekintve a társas

kapcsolatok kialakítását és fenntartását segíti elő, a társas elköteleződés és segítségnyújtás elsajátítása, valamint a társas dinamika alakítása révén (Panksepp & Burgdorf, 2003).

Az emberi nevetés mindazonáltal jelentősen eltér a patkányok ultrahangú, ciripelő „nevetésétől”, ezért számos kutató kételkedve fogadta a közös evolúciós eredet feltételezését (Gervais & Wilson, 2005). Az újabb bizonyítékok azonban alátámasztani látszanak a két jellegnek (az emberi gyermekkorra jellemző nevetés és a patkányok ultrahangú vokalizációja) az emlősöknél megtalálható, fontos társas-érzelemszabályozó funkciókat ellátó, kéreg alatti struktúrákkal való kapcsolatát, valamint a szociális játékban fellelhető közös evolúciós eredetét (Panksepp, 2007). Az állatkutatások eredményei alapján feltételezhető, hogy a humor használatát kísérő érzelmi reakciók az emlősök között általános társas játéktevékenység által kiváltott öröm és jókedv érzelmeiből erednek (Martin, 2007).

### ***1.3. A humor és a játék evolúciós kapcsolata***

Az állati viselkedések közül tehát a humor leginkább a szociális játéktevékenységhez kapcsolható. Ebből arra következtethetünk, hogy a humor evolúciósan kialakult funkciója átfedésben lehet a játék funkciójával. Egybehangzó vélemények szerint a játék a szociális fejlődés egyik legfontosabb területe (Berezkei, 2003). A játéktevékenység háttérben lévő kognitív és emocionális folyamatok evolúciós kialakulására vonatkozóan számos elképzelés látott napvilágot (Berezkei, 2003). Az elméletek egy része szerint nem közvetlen adaptációról, csupán más adaptációk melléktermékéről van szó, vagyis ezek szerint a játék önálló funkcióval nem rendelkezik (Bekoff, 1984). Ez az elképzelés a humorra vonatkozóan is megtalálható volt a pszichológiában, melyet más, adaptív előnyt biztosító jellemzők (pl.: a nyelv) kialakulásának melléktermékeként határozták meg (Martin, 2007). Ez azonban sem a játék, sem a humor esetében nem látszik valószínűnek, mivel ezek olyan, a fizikai és mentális igénybevételt tekintve meglehetősen költséges aktivitások, amelyekkel az egyedek ébren töltött idejük jelentős részét (10-50%, de fiatalok esetében akár 90%) töltik. Ez az idő-, és energiamennyiség túl sok lenne abban az esetben, ha a túlélés és a szaporodás szempontjából közömbös tevékenységre „költénék” ezt az egyedek, ami így egyértelmű hátrányt jelentene számukra a fizikai és társas erőforrásokért vívott versengés során.

A játék önálló funkcióira vonatkozó elméleteket két nagyobb csoportba sorolhatjuk. Az egyikbe a közvetlen, direkt nyereséget megjelölő modellek kerülnek, a másikba pedig a távlati előnyöket hangsúlyozók.

A közvetlen előnyöket hangsúlyozó elméletek egyike a játék funkcióját az örömszerzésben határozza meg. A játéktevékenység során a különböző akadályozó tényezők elkerülése és kiküszöbölése révén lecsökken a belső feszültség, megkönnyebbülést, örömrészt él át a személy (Grastyán, 1983). Ebben az esetben egy direkt, közvetlen nyereségről van szó, amely azonban nem minden típusú játéktevékenységnél határozható meg egyértelműen. A modell elsősorban a magasabb mentális igénybevétellel együtt járó, egy adott szabályrendszeren belüli alkalmazkodást feltételező játékokra (pl.: kártya, társasjátékok) alkalmazható. Az ilyen játékokban a megoldandó problémák megemelik a játékosok arousalszintjét, majd a problémamegoldást követően belső feszültségük csökkenésével örömrészt élnek át. Ez a folyamat a humor arousal elméleteinek képezi az alapját (ld.: Klasszikus pszichológiai humorelméletek), melyekben a jutalomérzet elsődleges funkciója nem a csupán a kellemes állapot közvetlen elérése, hanem az adott, eredményre vezető tevékenység megerősítése, érzelmi alapon történő kondicionálása.

A távlati nyereségeket hangsúlyozó elméletek szerint a játék az egyed túlélési és szaporodási esélyei növekedéséhez járul hozzá. Az elképzelések egyik csoportja a játék gyakorlási funkcióit hangsúlyozza, melyek szerint az állatok és az ember játékanak célja a felnőttkorban fontossá váló viselkedésformák begyakorlása. Az egyes fizikai aktivitásokhoz szükséges izomzat és neurális háttér kiépítésén túl a szociális készségek begyakorlása is a játék révén valósul meg (Bekoff, 2001). Ezek közé tartoznak a zsákmányszerző, a meneküléshez szükséges, és a párválasztásban szerepet játszó tevékenységek, melyek játékos formában történő elsajátítása már kora gyermekkorban megkezdődik. A játékos harc (rough-and-tumble play) az állatvilágban és az embernél is egyaránt megfigyelhető fiatal korban, melynek során a fajtársakkal való küzdelem különböző formái kerülnek begyakorlásra. Ez a típusú játékos küzdelem az emlősfajokra eltérő mértékben jellemző. A többnejűséget mutató fajok (pl.: csimpánzok, makákók) fiatal hímjei között elterjedt, a felnőttkori intenzív konkurenciaharcokra való felkészülés jegyében (Smith, 1982). Az embernél a gyakorlási repertoár kiszélesítését a szerepjátszás teszi lehetővé, ennek segítségével a gyerekek bele tudnak helyezkedni mind a támadó, mind pedig a védekező fél szerepébe, elsajátítva mindkét helyzet hatékony megoldási módjait.

Az elméletek másik csoportja a mentális képességek fejlesztésében jelöli meg a játék elsődleges funkcióját. A tárgyakkal való manipuláció a tárgyi világ jobb leképezésében és a hozzá való alkalmazkodásban segít, az eszközhasználat hatékonyságát növeli. Az ismeretátadás és a készségfejlesztés leghatékonyabb módja óvodás és kisiskoláskorban a játéktevékenység (Cole & Cole, 2003). Az ember későbbi életkorban is előnyben részesíti a játékot, szívesen vesz részt benne, könnyen tanul játékos köntösbe ágyazott ismereteket. A játék háttérében valószínűleg egy autonóm motivációs rendszer áll, mely nagyrészt független a konkrét viselkedést energizáló egyéb motivációs központoktól (Eibl-Eibesfeldt, 1989; Bende, 2001). A játék egy stresszmentes, barátságos környezetben kiváltódó viselkedés, melynek kulcstényezője az önmagáért való cselekvés öröme. A játék explicit módon meghatározott célja a győzelem, a versenytársak vagy a feladat legyűrése. Az észlelt kockázat jelentősen eltér a túlélést és a szaporodást ténylegesen befolyásoló problémahelyzetekre jellemzőtől, itt csupán a való élet modellezése történik meg, így a tanulási hatékonyságát nem befolyásolja a feszültség figyelemre gyakorolt negatív hatása.

Az ember esetében a fizikai aktivitás révén megvalósuló játéktevékenység mértéke és intenzitása az életkor előrehaladtával csökken, egyre inkább a verbalizáció közreműködésével megvalósuló mentális játéktevékenység veszi át a helyét. A gyakorlás célja itt már a fizikai és társas környezet minél pontosabb elméleti leképezése, melynek révén hatékonyabb problémamegoldás és jobb társas alkalmazkodó-készség érhető el. A társas játékok emellett egy általános szocializációs funkciót is betöltenek. A gyerekek olyan átfogó társas képességek és ügyességek alapjait szerzik meg általuk, amelyek révén képessé válnak társas kapcsolatok létrehozására és fenntartására, a csoporton belüli dominancia-rangsorhoz való alkalmazkodásra, valamint a csoporton belüli kommunikáció hatékony formáinak kialakítására (Berezkei, 2003). Ezt a funkciót támasztja alá többek között az a megfigyelés is, mely szerint az egymással fiatal korban többször játszó főemlős egyedek felnőtt korukban hajlamosabbak lesznek a fiatalkori játék-csoportjuk többi résztvevőjével való szövetségkötésre, a velük való szoros társas kapcsolatok fenntartására (Archer, 1992). A közös játéktevékenység emberre vonatkozó előnyeivel eddig még viszonylag kevés vizsgálat foglalkozott, de a társas viselkedést befolyásoló hatását már sikerült kimutatni (Orlick, 1981).

A játék közvetett gyakorlati hatása a tanulási mechanizmusokon keresztül érvényesül. Növekszik általa az egyed tanulási kapacitása, hatékonysága, és mentális flexibilitása. Az egyik legfontosabb funkciója abban a képességben rejlik, hogy általa az egyed már meglévő

viselkedéselemeket tud új összetételben és struktúrában elhelyezni (Fagen, 1981). Ez a mentális rekombinációs funkció a humor kapcsán is könnyen kimutatható, gyakori és hatékony humorforrás a már ismert szöveges vagy képi elemek új, meglepő kombinációkba való rendezése.

A humor alkalmazása jól beleillik a játék kapcsán kirajzolódó képbe. A fiúgyerekekre és a felnőtt férfiakra egyaránt jellemző az agresszív humorhasználat nagyobb mértéke, ami a felnőttkori intenzív intraszexuális vetélkedésben, illetve az erre való felkészülésben töltheti be funkcióját. A humor, mint a játékos viselkedés legjellemzőbb felnőttkori megjelenése egyrészt azt mutathatja, hogy az emberre jellemző összetett szociális térhez való alkalmazkodáshoz nem elegendő csupán a gyermekkori gyakorlás, hanem későbbi, folyamatos tanulást igényelhet. Másrészt pedig a humor a felnőttkori, valódi fenyegetéseket magukban hordozó konkurenciaharcok résztvevőinek nagyban költséghatékony eszköze lehet, mivel a fizikai agresszió és a direkt szembehelyezkedés nagy kockázattal járó kinyilvánítása helyett lehetővé teszi az adott probléma kevésbé konfrontatív megoldását. A humoros pengeváltások az esetek legnagyobb részében nem vezetnek nyílt agresszióhoz, ugyanakkor a szituáció minden résztvevője számára nyilvánvalóvá teszi az aktuális erőviszonyokat. Ezzel mindkét felet megóvják a fizikai összetűzésből fakadó esetleges sérülésektől, valamint a konfrontáció vesztese számára a hierarchiában betöltött korábbi pozíció elvesztésével együtt járó negatív következményektől (pl.: A győztesnek nem kell példát statuálnia a renitensen a csoport többi tagja felé, mivel nem volt komoly a fenyegetés).

Glenn Weisfeld (1993) is a humor háttérében a játékéhoz hasonló evolúciósan kialakult funkciót tételez fel. Ahogyan a játék egy biztonságos környezetet teremt a felnőttkori túléléshez kapcsolódó különféle képességek gyakorlásához, úgy a humor révén is a társas kognícióhoz és az interperszonális viselkedés szabályozásához szükséges képességeket sajátít el használója. A humoros anekdoták, az ugratás, a viccek és a szójátékok segítségével az egyén a társas működés olyan érzékeny területeire vonatkozóan szerezhet információkat, mint a szexualitás, a társas státusz vagy az agresszivitás. Emellett a humor alkalmazásával játékos vetélkedésben vehet részt, vagy akár ki is provokálhat ilyet. Weisfeld szerint tehát a humor adaptív haszna az emlősöknél megtalálható fizikai játéktevékenység eredeti funkcióinak a humán kogníció területén való kiterjesztett alkalmazása, a játék eredeti előnyeinek megőrzésével együtt.

Mások szerint a humor megjelenését az embernél megjelenő megnövekedett agykéreg tette lehetővé. Nem csupán az absztrakt gondolkodás, a nyelvhasználat, és a másoknak való mentális állapotulajdonítására képességéhez segített hozzá, hanem a játék, a nevetés és vidám érzelmi állapot funkcióit kiterjesztve képessé váltunk a különféle mentális tartalmakkal (szavak, gondolatok, alternatív valóságok stb.) való játékos manipulációra, melyet humornak nevezünk (Caron, 2002).

#### **1.4. A humor fejlődépszichológiai sajátosságai**

A humor kognitív fejlődésben játszott szerepét Paul McGhee (1979) egy négy lépcsős modellbe ágyazottan fejtette ki. Véleménye szerint a második életév közepéig nem beszélhetünk humorhasználatról, mert még nincs meg annak alapvető feltétele, a kognitív fejlődés Piaget által meghatározott műveletek előtti szakaszába való belépés, és a mintha játék képessége (Cole & Cole, 2003). A humor fejlődésének első szakasza ebben az életkorban kezdődik, amelynek McGhee a *tárgyakara irányuló inkongruens cselekvés* elnevezést adta. A gyerekek ebben az időszakban képessé válnak mentális sémákba ágyazottan reprezentálni a külső világ összetevőit, a humor forrása pedig az egyes elemek játékos áthelyezése a saját sémájából egy másik, kevésbé az adott elemhez kapcsolódó sémába. Kezdetben nem szándékosan alkalmazzák ezeket a sémaváltásokat (pl.: a banánt telefonként használják), de a felnőttek erre adott pozitív, nevetéses reakciója megnöveli az ilyen jellegű viselkedés későbbi előfordulási gyakoriságát. A gyerekek fokozatosan megtanulják összekapcsolni a kettőt, és a felnőttek pozitív reakcióit keresve szándékosan kezdenek el generálni ilyen típusú, inkongruenciát magában foglaló összekapcsolásokat.

A harmadik életév kezdetén indul a humorfejlődés második szakasza, melynek fő jellemzője a *tárgyak és események inkongruens címkézése*. A kognitív fejlődés aktuális szintje lehetővé teszi a nyelv játékos formában történő használatát, melynek leggyakoribb formája a tárgyak és fogalmak konvencionális elnevezéseinek felcserélgetése. A gyerekek nagy örömeiket lelik például a kutya cicaként, a fül orrként, vagy a pohár tányérként való megnevezésében, amely humorizálásnak természetesen feltétele az, hogy tisztában legyenek az adott elemek eredeti, bevett megnevezésével. A szakaszra jellemző humorprodukciónál jól szemlélteti a humor mentális fejlődésben játszott szerepét, mely egyfajta gyakorlási

eszközként írható le. Az adott életkorra jellemző, éppen már elsajátított mentális képességek gyakorlását segíti elő, valamint ezt energizálja, a humorra adott önjutalmazó és a referenciaszemélyektől származó pozitív érzelmi reakciók révén. Ezt a funkciót a leglátványosabban az a jelenség szemlélteti, hogy mindig a humort produkáló gyermek az, aki a saját humorán a leginkább nevet. A humor funkciója ebben az életkorban még nem elsősorban interperszonális, jóval inkább az egyéni mentális fejlődés egyik hajtómotorjaként írható le. Az önjutalmazó funkció a gyermekkort követően is megmarad, spontán humorizálás során felnőttkorban is mindig a humor generálója az, aki a legnagyobbat nevet a saját humorán. Ez persze csak azokra a humoros megnyilatkozásokra igaz, amelyeket spontán módon, közvetlenül akkor talál ki az egyén, a viccek elmesélésének hatásmechanizmusa részben más sémát követ.

Hároméves kortól a *fogalmi inkongruitás* veszi át a fő szerepet a humor fejlődésében. A gyermek ebben az időszakban ismeri fel a külvilág elemeinek osztályokba sorolhatóságát, és az osztályok lényegi meghatározóit, szabályszerűségeit. A humor ebben az időszakban a fogalmakra jellemző attribútumok be nem tartásából, megsértéséből adódik. A modell kritikusai szerint azonban a második és harmadik szakasz között nem beszélhetünk minőségi különbségekről, csupán arról van itt szó, hogy a gyarapodó tárgyi tudásuk függvényében megváltoznak gyermekek beszédének fő elemei (Johnson & Mervis, 1997). Először ugyanis a tárgyak nevét tanulják meg, emiatt először azokat manipulálják humoros formában. Ezt követi a fogalmi gondolkodás kialakulása, melynek elemei innentől kezdve válnak humoruk fő forrásaiává.

A humor fejlődésének negyedik, utolsó szakasza a *többszörös jelentések* elnevezést kapta, és nagyjából hét éves kor tájékán jelenik meg. Ebben az időszakban történik meg a műveletek előtti szakaszcól a konkrét műveleti szakaszra történő kognitív fejlődési váltás. A gyermekek képessé válnak más személyeknek az övéktől eltérő nézőpontját elképzelni, gondolkodásuk kevésbé egocentrikussá válik, perspektíva-váltási képességük javul. A konkrét műveleti gondolkodás elemei révén lehetővé válik egy, az eddigieknél jóval komplexebb, a valóság több elemét manipuláló humoralkalmazás. Az ilyen korú gyerekek például előszeretettel használják ki a szójátékokban és kettős jelentésű szavakban rejlő humorforrásokat. Fokozatosan képessé válnak az absztrakt humor megértésére, melynek alapjait a logikai inkonzisztenciák felismerése, valamint a következtetésen alapuló, deduktív gondolkodás megjelenése teremti meg.



McGhee szerint ez a szakasz a humorfejlődés végállomása, ezt az életkort követően csupán mennyiségi változásokról beszélhetünk. Mások szerint azonban a serdülőkorra jellemző formális műveleti szakasz is jelentősen befolyásolja a humor fejlődését (Führ, 2001). Ezt a szakaszt a gondolkodás absztraktabbá válása, a logikai alapelveknek a világ észlelésére és az egyéni élmények értékelésére gyakorolt erőteljes hatása jellemzi, mely az alkalmazott és preferált humor típusát is befolyásolja. A humorpreferenciában mutatkozó fejlődési eltéréseket szemlélteti az a vizsgálat, melyben eltérő életkorú gyerekek kedvenc vicceire voltak kíváncsiak (Yalisove, 1978). A 7-13 éves gyerekek elsősorban a nyelvi kétértelműséget magukban foglaló vicceket kedvelték (pl.: „Miért repülnek a madarak Délre? Mert gyalogosan túl messze lenne.”), az idősebb 15-16 évesek viszont már inkább az abszurditáson alapuló vicceket preferálták (pl.: „Hogyan tudsz négy elefántot beültetni egy Trabantba? Kettőt előre, kettőt pedig hátra.”). Összegezve azt mondhatjuk, hogy a humor fejlődése párhuzamba állítható az egyre kidolgozottabb mentális struktúrák és kognitív képességek megjelenésével, melyek révén az egyén képessé válik a játékos inkongruenciák egyre összetettebb szinten való észlelésére és generálására.

A gyermek fejlődését végigkíséri a környezetük humorának az egyre összetettebb szinten való megtapasztalása. Már a korai kapcsolatok során, a szülők gondozó viselkedésben is jelen van a humor, nemenként eltérő hangsúlyokkal. Az apák a csecsemőkkel stimuláló aktivitásokban, elsősorban játéktevékenységben vesznek részt, mellyel emelik az arousalszintjüket (Lamb, 1997). Többet játszanak velük – a kontaktjaik 70-90%-ában-, míg az anyák inkább fizikai ellátással és érzelmi jólétükkel törődnek (gyakori mosolygás, több beszéd a gyerekek irányában) (Bereczkei, 2003). A nemek szerint eltérő humormintázat eltérő funkciók szolgálatában áll a szülő-gyermek relációban a gyermek fejlődésének későbbi szakaszaiban is. Ezek között egy jellemző különbség a férfiak gyakoribb humorprodukcója, valamint a nők humor iránt mutatott nagyobb fokú érzékenysége, melynek az adott nemre jellemző, hatékony önérvényesítést lehetővé tévő viselkedésmintázat elsajátításában is fontos mintaadó szerepe van.

## 2. A humor pszichológiai funkciói

### 2.1. Klasszikus pszichológiai humormodellek

#### 2.1.1. Energialevezetés és mentális egészség

Az egyik legismertebb pszichológiai humorelmélet Sigmund Freud (1982 [1905]) nevéhez fűződik. Az általa kidolgozott elképzelés nagyban meghatározta a XX. század első felében a humor pszichológiájával foglalkozó elméleti és empirikus munkákat. Freud szerint az embert olyan alapvető, biológiailag meghatározott késztetések hajtják, mint a szex, agresszió és a táplálkozás. Ezek a gyerekes, éretlen és jórészt tudattalan vágyak különböző formában gyakorolnak hatást a viselkedésre. Általánosságban az örömelevél által vezérelt *Id* és az internalizált szülői és társadalmi elvárásokat érvényesíteni kívánó *szuperego* közötti kompromisszumként, az *ego* működése révén alakul ki a konkrét viselkedés. Ennek a folyamatos belső pszichológiai munkának az eszközei közé tartozik a humor, amely tehát Freud szerint elsősorban intrapszichés funkciókat lát el. Hasonlóan működik az ún. elhárító mechanizmusokhoz, melyek segítségével a személy képes szabályozni az általános szorongási szintjét (Freud, 1994). A humorra adott reakció, a nevetés a felgyülemlett idegi energia levezetését szolgálja. Freud a nevetéssel kapcsolatos jelenségeknek három típusát különíti el, a viccet, a humort és a komikumot.

A viccek többféle kognitív viccmunka-technikát alkalmaznak (pl.: áthelyezés, sűrítés, helyettesítés), melyek a szuperegót gátolják, az *Id* szexuális és agresszív impulzusait pedig segítik a felszínre kerülni, kielégülni. Ennek következtében az elfojtás alatt lévő motívumok röviden kifejeződnek és élvezetet nyújtanak a személynek. A vicc formájában megfogalmazott kijelentések miatt nem érzünk büntudatot, mivel a szuperego figyelmét az alkalmazott vicctechnika időlegesen eltereli, emiatt gyakran a vicc tényleges célja nem is tudatosul a vicc mesélőjében. A vicc működéséhez tehát két összetevő szükséges, egyrészt egy okos, jól működő viccmunka, másrészt pedig az egyes elnyomott szexuális vagy agresszív impulzusok kifejezése.

A humor a stresszteli és averzív élethelyzetekben jelenik meg, amelyekben az emberek általában negatív érzelmeket (pl.: félelem, szomorúság, düh) élnek át. A szituációban található

meglepetésszerű vagy inkongruens elemek egy alternatív nézőpontot aktiválnak a helyzetet megfigyelő vagy átélő személyben, amely a helyzet relativizálása révén lecsökkenti a negatív érzelmek megjelenésének valószínűségét. A humor élvezete a negatív érzelmekkel megjelenő érzelmi energiák megtakarításából adódik. A nevetés és a jókedv feszültségcsökkentő szerepének ez a kulcsa, emiatt alkalmazható a stresszel való megküzdés egyik hatékony eszközeként. A humor tehát védekező mechanizmusként funkcionál, segítségével képessé válunk az összetett és esetlegesen negatív szituációkkal hatékonyan szembenézni, a negatív érzelmek elkerülése révén megőrizni a helyzet realiztikus szemléletmódját.

Freud kitüntetett pozícióba helyezte a humort, szerinte e képesség értékét elsősorban az adja, hogy amíg a viccek és a komikum megértése és használata szinte általános, addig a (megküzdési eszközként értelmezett) humor csak kevesek által birtokolt, értékes adottság (Freud, 1928). Funkcionálisan leginkább az érzelemregulációt és a stresszel való megküzdést hangsúlyozó modern humorelméletekhez kapcsolható (Martin, 2007). Emellett a játékosság és a humor, mint két hasonlóan működő, egyfajta gyermeki, szorongásmentes elmeállapotot biztosító eszköz kapcsolata szintén megjelenik Freud elméletében, amely szintén fontos összetevője az egyik modern, átfogó evolúciós humorelméletnek (Gervais & Wilson, 2005).

Hangsúlyoznunk kell, hogy a XX. század első felében a humor fogalma még nem az a napjainkban használatos széleskörű, ún. esernyő fogalom volt, mely alá gyakorlatilag minden nevetéssel és vidámsággal együtt járó jelenséget besorolnak. Ennek megfelelően kortársaihoz hasonlóan Freud is kizárólag ebben a szűkebb értelemben használta a humor kifejezést.

A komikum fogalmát elsősorban a nonverbális humorhasználatra vonatkoztatta, melynek tipikus példái a bohóctréfák, vagy az ún. hasraesős, spontán fizikai humor. Itt a megfigyelő az esemény észlelésének kezdetén mozgósít bizonyos mennyiségű energiát a várhatóan bekövetkező esemény megoldására. Amikor ez azonban elmarad, akkor ez a mentális energia redundássá válik, és nevetés formájában felszabadul. Minél nagyobb ez az energia-felszabadulás, annál intenzívebb a nevetéses reakció. A jellemző alapsituáció gyakran tartalmaz kisebb-nagyobb mértékben agresszív elemeket is, ez esetben a - például egy banánhéjon elcsúszott személy balesetére adott - reakciót nagyban befolyásolja a megfigyelőnek a balesetet elszenvedő egyénnel való viszonyának minősége, valamint a személy életkora, és neme is.

A freudi elmélet nagy hatást gyakorolt kora és a következő évtizedek pszichológiai gondolkodására, számos kutatásban próbálták tesztelni a humorra vonatkozó elképzelését is. Az egyik feltevés szerint azok az egyének találják a szexuális vagy agresszív tartalmú vicceket humorosabbnak, akiknél ezek a késztetések erős elfojtás alatt állnak. A viccek libidinális témái kezdetben szorongást váltanak ki, majd a feszültség hirtelen oldódik a poén révén. A vicc által keltett örömezzet ennek a gyors szorongáscsökkenésnek az eredménye, és minél erősebb ez a hatás, annál nagyobb lesz a kiváltódó vidámság és öröm (Levine & Redlich, 1955). Ha a vicc által kiváltott szorongás mértéke túl nagy, vagy a csattanó nem csökkenti a szorongást, akkor nem fog tetszeni humor, és inkább elutasító reakciót vált ki. Az egyik vizsgálatban az elképzelés tesztelésre egy tipikusan szexuális és agresszív tárgyú karikatúrákból álló tesztet állítottak össze, amelynek az elemeit egyesével mutatták be a vizsgálatokban részt vevő személyeknek, majd a képekre adott verbális és nonverbális válaszaik alapján meghatározták az adott karikatúra tetszésének mértékét. Egy másik vizsgálatban skizofréniával és szorongásos zavarral diagnosztizált betegeket, valamint normál kontroll személyeket hasonlítottak össze (Levine & Abelson, 1959).

Az eredmények alátámasztották a feltételezéseket, a pszichiátriai betegek a csak kismértékű nyílt szexualitást és agressziót tartalmazó ábrákat találták a leghumorosabbnak, míg a normál személyek a közepesen direkt képeket favorizálták a leginkább. A további vizsgálatok eredményei azonban nem egyértelműen támasztják alá az elképzelést, aminek az oka részben az alkalmazott mérőeljárásokban keresendő. A későbbi humorkutatási eredmények tanúsága szerint ugyanis az egyéni humorhasználat minősége, pozitív vagy negatív jellege nincs összefüggésben a különböző vicc vagy karikatúra típusok preferenciájának mértékével.

A másik freudi feltételezés szerint az ellenséges, durva viccek preferenciája az elfojtott agresszív késztetésekkel áll kapcsolatban. Minél több ilyen jellegű elfojtással rendelkezik egy személy, annál inkább előnyben részesíti az agresszív tárgyú humorizálást. Ez a feltevés sem nyert igazolást, ugyanis az eredmények szerint éppen az agressziót nyíltan kifejezők azok, akik leginkább preferálják az ilyen típusú humort, nem pedig az ezeket a késztetéseket elfojtó személyek (Epstein & Smith, 1956). Hasonló eredmények születtek a szexuális viccek preferenciájára vonatkozó, az előzővel megegyező feltételezésen alapuló elképzelés tesztelése során. Azok a férfiak és nők kedvelik jobban ezt a típusú humort, akik pozitívabban viszonyulnak a szexualitáshoz, több ilyen jellegű tapasztalattal rendelkeznek, valamint

kevésbé prűdek (Ruch & Hehl, 1988). Érdekes az a további eredmény is, miszerint a nagyobb szexuális aktivitású egyének tartalomtól függetlenül jobban preferálják a humor minden típusát, mint a szexuálisan kevésbé aktívak.

A viccmunkára vonatkozó freudi elképzelés szerint a jól sikerült, agresszív tartalmú viccek elterelik a hallgató figyelmét a humor agresszív tartalmáról, ami így nevetéses reakciót vált ki. Gollob és Levine (1967) azt feltételezte, ha felhívják a figyelmet a vicc agresszív tartalmára, akkor a hallgató sokkal kevésbé fogja élvezni az adott humort, mivel a gátló mechanizmusai működésbe lépnek. A vizsgálati személyeknek karikatúrákat kellett értékelniük élvezeti érték szerint, ami előtt és után arra kérték őket, nevezzék meg a humor konkrét forrását a képeken. Ezzel a tényleges agresszív tartalomra irányították a figyelmüket, és a feltételezésekkel összhangban azt tapasztalták, hogy a nagymértékben agresszív képek értékelése lecsökkent, szemben a kevésbé agresszív, illetve a nem humoros képek megítélésével.

A témával foglalkozó vizsgálatok nagy részében az egyes viccformák és a humortípusok élvezeti értékét hasonlították össze, emellett azonban néhány kutatás a humor produkció meghatározóival is foglalkozott. Az egyik vizsgálatban középiskolásoknak különböző frusztráló interakciókat ábrázoló képeket adtak, majd megkérdezték, véleményük szerint mit válaszolna a frusztráló cselekedetek képen látható célpontja. Az alanyok egyik csoportjának a lehető leghumorosabb választ kellett kreálnia, míg a másik csoport utasításában nem szerepelt ez a kitétel. A humoros válaszok a humort nem tartalmazóknál jóval több szexuális és agresszív elemet tartalmaztak, ami különösen érdekes volt annak a fényében, hogy a képek nem tartalmaztak semmilyen egyértelműen szexuális információt (Nevo & Nevo, 1983). Szintén Freud elképzelését támasztja alá Ziv és Gadish (1990) kutatása is, melyben a résztvevőket arra kérték, a TAT teszt képeire alkossanak humoros és nem humoros válaszokat. Hasonlóképpen az előzőleg említett vizsgálatához, itt is jelentősen több agresszív és szexualitással kapcsolatos elem került a humoros formában megfogalmazott válaszokba, mint a humort nem tartalmazóakba.

A pszichológiai humorkutatás több aktuális irányvonala is részlegesen kapcsolatba hozható a Sigmund Freud által megfogalmazott feltevésekkel, többek között ide sorolhatóak a későbbiekben részletes kifejtésre kerülő evolúciós pszichológiai humormodellek is. Mindazonáltal a konkrét analitikus megközelítés, mint a humorkutatás elméleti kerete már évtizedek óta nem meghatározó paradigmája a téma empirikus pszichológiai vizsgálatainak.

### 2.1.2. Agresszió és humor

Az előzőekben láthattuk, hogy Freud nagy jelentőséget tulajdonított a humorban az agresszív elemeknek, az ellenségesség kifejezését a viccek fontos összetevőjeként határozta meg. Az európai gondolkodásban már jóval a pszichoanalízist megelőzően is helyet kapott ez az elképzelés, sőt kijelenthetjük, hogy ez a legkorábbi tudományos feltételezés a humor funkcióira vonatkozóan. Platón és Arisztotelész az agresszió egy formájaként írja le a humort (Martin, 2007), mely elképzelés számos későbbi humorelméletben is visszaköszön (pl.: Bergson, 1911; Rapp, 1951). Antropológiai adatok tanúsága szerint a humor megjelenését tekintve valóban gyakran durva és otromba, bántó jellegű. Steven Pinker idéz egy esetet, melyben egy amazóniai törzsnél élő kutató baleset áldozata lett (beverte a fejét egy kunyhó ajtajának szemöldökfájába, magasabb lévén a helyi lakosoknál), majd ezt követően vérző sebbel a földre rogyott, és a fájdalom további egyértelmű jeleit mutatta. Az esetet végignéző helybeliek viszont segítségnyújtás helyett hangos nevetésben törtek ki, és a térdüket csapkodták nagy vidámságukban (Pinker, 2002, p. 506).

A gyerekek humorában is könnyen fellelhető ez az elem, gyakran nevetnek társaik kisebb balesetei, szerencsétlensége láttán. Már kisgyermekkorban megjelenik a „kinevetve lenni” érzésének erősen negatív minősége, amely felnőtt korban is szinte változatlanul fennmarad az egyik leginkább elkerülni vágyott, félelemteljes és averzív érzelmi állapotként. Az ellenségesség a különböző társadalmi csoportokra vonatkozó, a humorizáló és a vicc célpontjai közötti különbségek felnagyítását szolgáló humorban is könnyen megtalálható, az egyes etnikai csoportok, homoszexuálisok, „szőke nők” gyakori tárgyai az ilyen jellegű vicceknek.

Az agresszió tehát a laikusok számára is jól láthatóan a humor egy fontos része, olyannyira, hogy egyes kutatók szerint az egész jelleg átfogó magyarázatát is ebben kell keresnünk. Napjainkban az elképzelés egyik legjelesebb képviselője Charles Gruner, aki részletesen kidolgozta a humor agresszióra épülő működését, valamint egy evolúciós modellt is felvázolt a humor kialakulására vonatkozóan (Gruner, 1978, 1997). Szerinte a humor játékos agresszió. Nem valós, mivel nincs fizikai támadás és sérülésokozás, és sokban hasonlít a kisgyermek és a fiatal állatok játékharcahoz. A humor tehát a játék egy formája, olyan tevékenység, amely nem korlátozódik a gyerekkora, előfordulása felnőttkorban is gyakori. A játéktevékenység eredménye mindig a nyertes-vesztes reláció kialakulása,

hasonlóan a való életben zajló küzdelmekhez, illetve az állatvilágban jelen lévő hierarchiaharcokhoz. Gruner evolúciós feltevése szerint a nevetés mindig a küzdelmet követően, illetve annak játékos, ritualizált formájára, a humorra adott reakcióként jelenik meg. Egyrészt társas jelzéseként funkcionál, a nyertes győzelmét hirdeti a legyőzött fél és a hallgatóság felé, másrészt pedig fontos élettani szerepet tölt be, mivel gyorsan és hatékonyan visszaállítja a normál, nyugalmi állapotra jellemző homeosztatisz egyensúlyt a szervezeten belül. Gruner a versengésre és az agresszióra való hajlamot az ember fajspecifikus tulajdonságaként határozza meg, amely egyértelmű előnyt biztosított őseink számára a túlélésért folytatott harcban. Véleménye szerint a nyelv kialakulásával is kapcsolatba hozható, melynek segítségével elődeink képessé váltak fizikai agresszió alkalmazása nélkül, csupán a szavaikkal nevetségessé tenni valakit, így stabilizálva vagy emelve a társadalmi ranglétrán elfoglalt helyzetüket. Az agresszió gyakori része volt őseink hétköznapjainak, emiatt fokozatosan a nyelv révén közvetített agresszió egyik jellegzetes formájává vált a humor. Ez köszön vissza számos, napjainkban is jellemző, tipikus humorformában. A hasraesős humor, a durva, otromba tréfák, mások hibáinak pellengérré állítása, és a korábban már említett különféle társadalmi csoportokkal kapcsolatos humorizálás is ezt az evolúciósan kialakult, agresszív tendenciát példázza.

A humor produkciója, a viccek mesélése Gruner szerint egyfajta szellemességi párbaj, amelynek során a humorizáló fél a mások (elsősorban a rivális) felett álló intellektuális képességeit próbálja demonstrálni. A szellemes megjegyzések befolyásolják a társalgás menetét, emellett a beszélő társaságon belüli megítélésére és pozíciójára is hatást gyakorolnak. A szónoklásban már a klasszikus ókori szövegek is a humor értő használatának fontosságára hívják fel a figyelmet (Nótári, 2010). Ennek előnyeit jól példázza Ronald Reagan amerikai elnök esete is, aki megnyilatkozásaiban gyakran élt az elmés bmondások eszközével. Számos kutató szerint népszerűségét és elnöki hatékonyságát nagyban ennek köszönhetette az egyébként nem a legintelligensebb elnökök közé sorolt politikus (Pinker, 2002). A szellemességre és a szóviccekre a hallgatóság gyakran úgy reagál, mint aki ténylegesen egy kisebb inzultust élt át, a küzdelem és a legyőzöttség jeleit mutatva (pl.: Ez kemény volt!; Ez fáj!).

Hatékonyságát azonban egyéb tényezők is befolyásolhatják, mivel az ezt a típusú humort túlzott mértékben alkalmazó személyek megítélése gyakran negatív. A túlzott agresszív, másra nem figyelő humorizálással ugyanis gyakran megakasztják a társalgás

normál menetét, ami hallgatóságban visszatetszést, negatív érzéseket vált ki. Az öncélúvá váló humorizálás a figyelmetlenség, illetve a társas érzéketlenség feltételezéséhez vezet, ez pedig az adott személy társas pozícióit nagyban gyengítheti. Gruner szerint az ilyen emberek kommunikációjukkal állandó kontroll alatt igyekeznek tartani a társas interakciókat, szellemességeikkel folyamatosan saját intellektuális fensőbbiségüket demonstrálva. A nyeresztes különbségtétel nem egyértelmű azonban a viccek esetében, melyek előre legyártott, fix mondatokból, helyzetleírásból és csattanóból állnak. Ezek használata ugyanis nem csak a vicc mesélőjét, hanem a hallgatót is a fölény érzetében részesítheti. Aki érti a humort, „veszi a lapot”, az fölénybe kerül a humort nem értőkkel szemben, a győztesek táborát erősíti, amit nevetésével jelez is a társaság többi tagja felé.

Ez a jellemzés a nevetés alapvető társas funkcióját illusztrálja (Provine, 2000), de Gruner máshová helyezi a hangsúlyt, és a nevetés feszültségcsökkentő hatását emeli ki, több korábbi elméletalkotóhoz, például Freudhoz hasonlóan (1982 [1905]). Gruner szerint minden egyes humortípusban megtalálható az a mag, amely az agressziót és az ellenségességet példázza, fellelhető még a látszólag ártalmatlan, nonszensz vagy önbecsmérlő humorban is. Ebből következően a humor fő funkciója a fölény kifejezése mellett a személyiség működésének fenntartása, az egyes negatív életeseményekkel való szembenézés megkönnyítése. Képesek vagyunk nevetni saját korábbi hibáinkon és butaságainkon, viccet csinálni a személyiségünk egyes részeiből és motivációinkból, ezáltal egyensúlyban tartva azokat, megőrizve rugalmasságunkat. A humortalan embereknek nem csak az érdekérvényesítő képessége korlátozott, hanem személyiségüket tekintve is rigidként, kis szereprepertoárral rendelkezőként jellemezhetők, akik lelki egészsége emiatt sérülékenyebb. A humorban megnyilvánuló fensőbbiségre törekvés tehát a stresszkeltő életeseményekkel való megküzdést segíti, a pszichés jólétünk fenntartásához járul hozzá. Ez az elképzelés a mai humorelméletek közül a humor megküzdési módként való meghatározását előtérbe helyező elképzelésekkel rokon (Martin, 2007).

Az elmélet számos empirikusan tesztelhető hipotézis kialakítására adott lehetőséget. Az egyik szerint minél több agresszió található egy viccben, annál humorosabbnak fogjuk azt észlelni. McCauley és munkatársai (1983) vizsgálati eredményei alátámasztották ezt az elképzelést, a kísérleti személyeik annál humorosabbnak értékelték a vizsgálatban használt karikatúrákat, minél több agressziót tartalmazott az adott kép. A további vizsgálatok azonban árnyaltabbá tették a képet, és arra a megállapításra jutottak, hogy általában a közepes mértékű



agressziót találják a személyek a legviccesebbnek (Zillmann & Bryant, 1974). Ezt összeegyeztethető Gruner eredeti, játékos agresszió elképzelésével, mivel a játék csak egy bizonyos mértékig marad értelmezési keret, túl sok agresszió használta esetén a játékosként megélt tényleges élethelyzetek és a humoros szituációk is elveszítik játékos voltukat, többé már nem vidámak vagy viccesek.

A megalázó humor élvezeti értékét elsősorban az áldozat észlelt fájdalmának megtapasztalása adja, nem pedig a vicc mesélője által kifejezett ellenségesség. Deckers és Carr (1986) vizsgálataikban a kísérleti személyek karikatúrák viccességét, a támadó fél agressziójának észlelt mértékét, valamint az áldozat által átélt fájdalom nagyságát hasonlították össze. A viccességre adott értékek csupán az átélt fájdalom nagyságával mutattak korrelációt, a bántalmazó által kifejezett agresszió mértékével nem. Ez a kapcsolat ugyanakkor csak bizonyos értékek között állt fenn, az extrém mértékű fájdalmat már nem találták viccesnek a kísérleti személyek.

A másik oldalról közelítve is megfogalmazták az agresszió humort befolyásoló szerepét. A feltevés szerint az ellenséges vagy agresszív személyiségjegyekkel rendelkező emberek jobban preferálják a humor minden típusát. Ezt az elképzelést ugyan nem igazolták a kutatások (Ruch & Hehl, 1998), de az elmélet átfogó változata számos szociálpszichológiai kutatást inspirált a huszadik század hatvanas és hetvenes éveiben (Martin, 2007). Ennek egyik eredménye Zillmann és Bryant (1980) 'téves attribúciós' humorteóriája, melynek alapvetése szerint a társas normák általában erősen korlátozzák a mások szerencsétlensége vagy fájdalma feletti öröm kifejezését. Ez a tendencia érvényesül még azon személyek irányában is, akiket nem igazán kedvelünk. Abban az esetben viszont már megengedhetjük magunknak az általunk nem kedvelt személyek kinevetését, ha a velük megtörtént negatív esetek egyes elemeit humorforrásként észleljük. Ebben az esetben a téves attribúció elmélete szerint a szituáció bizonyos lényegtelen elemeit jelölünk meg vidámságunk kiváltójaként, így nyugodtan nevetünk az általunk nem kedvelt személy szerencsétlenségén. Ilyen lehet például, ha a szomszédunk autójával beletolat a postaládájába, és mi azon kezdünk el nevetni, hogy milyen vicces alakúra hajlott meg a láda állványa vagy milyen arckifejezést vág a szomszéd. A vizsgálatok alátámasztották a feltevést, miszerint a résztvevők a negatív érzelmeket kiváltó személyek vicces baleseteit találták a leghumorosabbnak. Vélhetően ilyenkor az ártatlan humorra vonatkozó kulcsok feloldhatják a káröröm kifejezésének útjában álló gátlásokat, hasonlóan a Freud (1982 [1905]) által leírt mechanizmushoz, melyben a

viccmunka eltéríti a szuperego figyelmét, így megtörténhet a büntudat nélküli vágykielégítés. Jelen koncepció viszont inkább a jelenség kognitív mechanizmusát próbálja megragadni, hasonlóképpen a humor mechanizmusát leíró későbbi elméletekhez.

Az agresszió alapuló humormodell sok elemmel gazdagította a humorra vonatkozó pszichológiai ismereteinket, számos megállapítása jelenleg is elfogadott. Azonban az elmélet több szempontból is problematikusnak bizonyult a későbbi kutatások tükrében, ami miatt jórészt kiszorult a jelenleg is elfogadott és tesztelt humormagyarázatok közül.

Például nagyon kevés bizonyíték támasztja alá azt a feltevést, mely szerint minden humortípus tartalmaz agresszív elemet, sőt azoknak a központi magját képezi. Viccek és humoros karikatúrák, képregények átfogó faktoranalitikus vizsgálata arra az eredményre vezetett, hogy nincs az agresszióval kapcsolatos önálló faktor a humoron belül (Ruch & Hehl, 1998). A vizsgálatokban három faktor volt jól elkülöníthető: két strukturális (össze nem illőség – feloldás; nonszensz), és egy tartalmi (szexualitás), az agresszió nem képezett külön faktort. Az elméletbe ágyazott, a humor evolúciós eredetére vonatkozó elképzelés is több szempontból problémás. Az elméletnek a humor adaptív értékével foglalkozó része elhibázott, fordított logikát használ. Azt állítja, hogy a humor azért maradt fenn, mert őseink gyakran használták, de arról ugyanakkor nem beszél, miért használták gyakran, és mondjuk miért nem a korábban alkalmazott fizikai agressziót használták továbbra is a feltevés szerint számukra elsődleges, a csoportrangsorban való előrejutást szolgáló célok elérésére. Számos további homályos részt is tartalmaz a modell ezen része, mindazonáltal meg kell jegyezni, hogy több későbbi evolúciós humorelmélet sikerrel használta fel és javította ki jelen elméletnek a humor evolúciós hátterére vonatkozó megállapításait (pl. Alexander, 1986).

Az előbbieket mellett az állatkísérleti adatok sem támasztják alá Gruner felvetését a nevetés agresszív eredetére vonatkozóan. A fiatal emberszabású egyedek által használt játékcarc, amit az emberi mosoly és nevetés homológjának tartanak a kutatók, szinte kizárólag barátságos és játékos társas szituációban jelenik meg, agresszió jelenléte esetén nem aktiválódik (van Hoof, 1972).

Összességében a legjelentősebb probléma az elmélettel mégis az, hogy a szó szoros értelmében nem mondható tudományosnak, mivel oly módon került megfogalmazásra, ami lehetlenné teszi a falszifikációját. Gruner kijelentette, ha valaki mutat neki egy olyan viccet, ami nem tartalmaz agresszív elemet, akkor az cáfolná az elméletét. Ez így rendben is lenne,

de a gond az, hogy a kérdéses viccek agresszivitását kizárólag ő, Gruner ítélné meg. Ennek megfelelően az agresszivitás konkrét kritériumait is ő határozza meg, és így bármilyen, minimálisan sem agresszív viccben is képes találni erre utaló jelet, lényegi elemet. Ebből kiindulva az elmélet empirikus tesztelése sem dönt el semmit, nem képes megerősíteni vagy cáfolni azt. Jelentőségéhez viszont még meg kell jegyezni azt is, hogy az elmélet által indukált kutatások nagyban hozzájárultak a humor pszichológiájának teljesebb megértéséhez, és a kapott eredmények a jelenlegi, modern evolúciós elméleti keretek között sok esetben hatékonyan újraértelmezhetőek.

### **2.1.3. A humor mint az arousalszabályozás eszköze**

A felhalmozódott pszichológiai feszültségtől való megkönnyebbülés, mint a humor alapvető funkciója gyakran megjelenik a korai humorelméletekben (Martin, 2007). Gregory (1924) szerint ez minden típusú humor háttere. A humorral összekapcsolódó megkönnyebbülés oka sokféle lehet, például amikor egy előzetesen nehéznek gondolt feladatról kiderül, hogy könnyen megoldható, vagy egy küzdelem sikeres befejezését követően, és lehet ez akár félelemtől, fájdalomtól, vagy társas korlátozó tényezőktől megszabadulás is. A feszültségcsökkenést előtérbe helyező elméletek a humor működése során fellépő fiziológiai és pszichés arousal-változásokra fókuszálnak. Ezt az elképzelést modern formában Daniel Berlyne dolgozta ki (1960, 1969, 1972), aki az esztétikai élmények meghatározóival kapcsolatos fejtegetései között jelentős figyelmet szentelt a humor magyarázatának is. A humor által kiváltott kellemes érzés hátterében, hasonlóan mint az esztétikai élményeknél, vagy a játék örömeiben, ún. kollatív tulajdonságokat határoz meg, melyeket az inger észlelése során összehasonlít vagy szembeállít az észlelő személy. Ilyen tulajdonságok az újdonság, a szokatlanság, a kétértelműség, a változás, az inkongruitás és az összeférhetetlenség. Ezek a jellegek erősen vonzzák a figyelmet, érdekesnek és szokatlannak találjuk őket, és az arousal szint emelkedésével kapcsolódnak össze a vegetatív idegrendszerben és az agyban. Berlyne feltételezése szerint az örömrészlet és a nevetés nem a felgyülemlett energiától való megszabadulás eredménye (mint a pszichoanalitikus és a hierarchikus jelzések elméleteiben), hanem az arousal szint változásával és aktuális állapotával áll összefüggésben. A legmagasabb örömrészlet a közepes, optimális szinten lévő arousalal jár együtt, a túl alacsony vagy túl magas arousal szint inkább kellemetlen. Az

aktivációs változások is összefüggésben állnak az örömmérzettel, a következő lehetséges módokon: az egyik szerint a humor mesélése vagy észlelése közbeni mérsékelt aktivációs emelkedés az optimális szint irányában már önmagában kellemes és jutalmazó jellegű. A másik akkor lép működésbe, amikor a humor észlelése során az arousal az optimális szint fölé emelkedik, majd a csattanó hirtelen lecsökkenti újból az megfelelő állapotba, szintén kellemes érzést váltva ki ezáltal. A mindkét mechanizmus eredményeként fellépő pozitív érzést a nevetés kifejezése kíséri. (Az elmélet részletes magyar nyelvű bemutatásáért ld.: Séra, 1983).

Az arousal érzelmi működésben játszott szerepének vizsgálata a hatvanas és hetvenes években a pszichológia kitüntetett témái közé tartozott. Stanley Schachter az érzelmek természetével kapcsolatos vizsgálatsorozatának egyik elemében a humor és az érzelmek viszonyával foglalkozott (Schachter & Wheeler, 1962). A szimpatikus idegrendszeri aktivitás növelése, csökkentése, valamint változatlanul hagyását (epinefrin, chlorpromazin, ill. sóoldat injekció alkalmazásával) követően egy humoros filmrészletet láttak a résztvevők, akiknél a kiváltott vidámság mértékét (érzelmi komponens), és az észlelt humorosság fokát (kognitív komponens) mérték. Az előbbit a nevetés mennyiségének feljegyzésével, az utóbbit pedig a kísérleti személyek saját értékelése alapján állapították meg. A megnövelt arousalszintű egyének nagyobb mértékű élvezet jeleit mutatták, mint a normál csoport, valamint humorosabbnak is találták a látott filmrészletet. A normál csoport pedig a csökkentett arousal-csoportnál találta élvezetesebbnek és viccesebbnek a filmet, demonstrálva ezzel a vegetatív arousalszint befolyását az érzelmek és a kognitívan kiértékelt információk átélt minőségére. Egy későbbi vizsgálatban Gavanski (1986) kimutatta a mosoly és a nevetés (a vidámság faciális és vokális jelzései) erős kapcsolatát a humor érzelmi élvezetével, míg a humorosságra vonatkozó pontszámok inkább a kognitív kiértékelési komponenssel, a humor értésével álltak összefüggésben. A humor és az érzelmi felfokozottság kapcsolatát támasztja alá az a vizsgálati eredmény is, melyben humoros filmek megtekintését követően ugyanolyan mértékű növekedést tapasztaltak a vizsgálati személyek stresszhormon-szintjében, mint akik félelmet vagy dühöt kiváltó filmeket láttak azt megelőzően (Levi, 1965).

Az optimális arousalszint és a magas élvezeti érték közötti kapcsolat meglétét nem sikerült alátámasztani a kutatóknak. Langevin és Day (1972) alanyai az izgalmi állapot (szívritmus, bőrellenállás) növekedésével arányosan egyre humorosabbnak látták a megítéltetett karikatúrákat, melyhez hasonló eredményre jutott Godkewitsch (1976) viccek élvezeti- és humorosság értékeit mérő vizsgálatában. A humor élvezete és a vegetatív arousal

szint között inkább egy lineáris kapcsolat rajzolódik ki, a humor élvezetének intenzitása, hasonlóképpen más érzelmekhez, a fiziológiai arousalszint emelkedésével együtt fokozódik (Martin, 2007).

Daniel Berlyne humorelmélete, és az általa inspirált kutatások jelentősen bővítették a humor élettani és pszichológiai működési mechanizmusára vonatkozó ismereteinket. Nála már kidomborodik a humor komplex, fiziológiai alapokon nyugvó, az érzelmek és a kogníció közötti interakciós jellege. A humor eredménye egy kognitív kiértékelést követő érzelmi reakció, amely arousalszint növekedéssel, valamint az érzelmi állapot faciális és vokális kifejezésével, a mosollyal és a nevetéssel jár együtt. Mind a humor érzelmi komponenseinek, mind pedig kognitív meghatározottságának vizsgálatával nagyszámú kutatás foglalkozik jelenleg is, melyek kapcsolódó eredményeinek ismertetése a dolgozat később fejezeteiben kap helyet.

#### **2.1.4. Az ellentmondások játékos észlelése**

A korábban tárgyalt humormodellek viszonylag kis részben foglalkoztak a humor kognitív aspektusaival. Freud elméletéből a viccmunka fogalma kapcsolható ide (Freud, 1982 [1905]), Berlyne arousal-elméletében pedig az ingerek ún. kollatív tulajdonságai kapcsán kerülnek tárgyalásra (Berlyne, 1969). Az inkongruitás elméletek viszont ezt emelik a középpontba, szerintük a humor elsődleges összetevője az egymással össze nem illő dolgok észlelése. Azt találjuk mulatságosnak, amit meglepőnek, különösnek, szokatlannak, az előzetes elvárásainktól eltérőnek látunk (Martin, 2007). Ez az elképzelés szintén régóta jelen van a humorral kapcsolatos teóriákban. Többek között Hans Eysenck véleménye szerint is az össze nem illő vagy ellentétes gondolatok, vélekedések vagy érzetek hirtelen integrációja eredményeként jön létre a humor által kiváltott örömezés és a nevetés (Eysenck, 1942). Az elképzelés legismertebb és máig legnagyobb hatású teoretikusa Arthur Koestler, a magyar származású író és polihisztor, aki a kreativitás hátterét tárgyaló munkájában fejti ki részletesen humorra vonatkozó elméletét (Koestler, 1998 [1964]). A humor alapja egy általa bizsziációknak nevezett jellegzetes mentális folyamat, ami egy helyzet vagy gondolat két, külön-külön önálló, de általában nehezen összeegyeztethető vagy eltérő vonatkoztatási keretének egyszerre aktiválódása. Legegyszerűbb példája a szóvicc, ami egy szó vagy

kifejezés két eltérő jelentését kombinálja, vagy pedig két szó hasonló hangzásával, de eltérő jelentésével játszik. (pl.: „Három cowboy lovagol a sivatagban. Elöl megy Joe aranylovon, utána Bill ezüstön. Mögöttük pedig Charles bronzon.”) A viccek csattanója nem illik össze a vicc felvezetésével, lehet például komoly-komolytalan, fontos-jelentéktelen, és számos egyéb ellentétpár bennük. A normál közlési viszonyok között egy dolgot egyszerre csak egy jelentésben használunk, a humoros mód viszont megengedi egy szó egyszerre két eltérő értelmezésének használatát, aktívan tartását. Más elméletalkotók szerint az inkongruitás szükséges, de nem elégséges a humorhoz, ezen kívül még kell valami egyéb. Erre vonatkozóan több elképzelés is napvilágot látott. Egyesek szerint ez a plusz adalék lehet az inkongruitás hirtelen megjelenése (Suls, 1983), vagy egy nem fenyegető, játékos kontextusban való észlelése (Rothbart, 1976), vagy akár az a követelmény, hogy az inkongruitásnak legyen valamilyen értelme, megoldása (Shultz, 1972). Ez utóbbi elképzelés szerint a humor csattanója alakítja ki az inkongruitást, amit a vicc hallgatója úgy próbál feloldani, hogy a felvezetésben látott-hallott információkat kísérli meg újraértelmezni egy másik értelmezési keretben. Ha ez sikerül, akkor nyer értelmet a vicc, „esik le a poén”. Az elképzelés jobban megérthető a következő vicc segítségével:

„Egy hölgy belép egy ruhaüzletbe, és ezt kérdezi az eladótól: 'Felpróbálhatom azt a ruhát a kirakatban?' Mire a válasz: 'Igen, de nem gondolja, hogy jobb lenne erre a célra valamelyik próbafülke?' „ (Ritchie, 2004, id. Martin, 2007).

Amikor a csattanó nem egyeztethető össze az előzetes elvárásokkal, akkor a hallgató meglepődést követően egy olyan kognitív szabályszerűséget kezd el keresni, ami a vicc felvezetéséből következőként értelmezi a poént. Amikor megtalálja ezt a szabályt, akkor az inkongruitás megszűnik, és vicc humorosként kerül észlelésre, megjelenik a nevetés. Ha viszont ez a szabály nincs meg, akkor marad az inkongruitás, a zavar és értetlenség (esetleg kényszeredett mosoly), vagy ahogy Hofi Géza címkézte ezt, a „Hát, ezt nem értetted” állapota. A humor tehát az inkongruitás eltávolításából vagy megoldásából származik, nem pedig az állandó jelenlétéből (Martin, 2007). A humorban gyakran előforduló, szexualitással kapcsolatos és agresszív elemek a korábban tárgyalt elméletek szerint lényegi meghatározói a humornak. Suls (1977) ezzel szemben azt mondja, hogy itt nem ezen van a fő hangsúly, ezek az elemek inkább csak lehetővé teszik a hallgató számára, hogy humorban mutatkozó inkongruitást fel tudja oldani, többek között bizonyos könnyen hozzáférhető, sztereotipikus attribúciók révén. A következő viccben például a férfi és a nő eltérő mögöttes szándékának feltételezése szünteti meg az inkongruitást:

„Idősebb Fradi-szurkoló készülődik az esti meccsre. A felesége nézi, amint férje csupa zöld-fehérbe öltözik.

Egyszer csak megszólal:

- Apukám, ahogy elnézlek, Te jobban szereted a Fradit, mint engem.

- Anyukám, ahogy elnézlek, lassan már az Újpestet is jobban szeretem!”

Nem feltétlenül kell egyetérteni az adott sztereotípiával a vicc megértéséhez, elég annyi, hogy tudjon a létezésükről a vicc hallgatója. A látszólag agresszív (pl. etnikai alapú vagy szexista) viccek valójában nem igazából agresszívek, csupán a közkeletű sztereotípiákat használják fel a mentális játéktevékenység során. Az ún. kiugró jelleg (saliency) hipotézis foglalja össze ezt az elképzelést, mely szerint az agresszív és szexuális elemek könnyű detektálhatóságuk révén egy értelmezési támpontot szolgáltatnak az inkongruitás megoldásához (Goldstein, Suls & Anthony, 1972).

Az inkongruitás elméleteket számos vizsgálatban tesztelték, és továbbfejlesztett vizsgáltuk a mai napig a humorkutatás egyik meghatározó vonulata. Shultz és Horribe (1974) azt vizsgálták, vajon a humor lényegi eleme-e az inkongruitás vagy annak megoldása. Olyan vicceket gyártottak, melyekben vagy megvan mindkét elem, vagy pedig az egyik vagy a másik hiányzik. Mindkét elemet egy vicc testesítette meg, amit később manipuláltak, az egyik vagy másik tényező eltávolításával.

*Eredeti, két komponens tartalmazó változat:* - Doktor úr, jöjjön gyorsan, a gyerek lenyelte a golyóstollat!, - Azonnal ott vagyok! Mit csináltak azóta?, - Ceruzával írtunk.”;

*Inkongruens változat:* „- Doktor úr, jöjjön gyorsan, a gyerek lenyelte a golyóstollat!, - Azonnal ott vagyok! Mit csináltak azóta a gyerekekkel?, - Ceruzát használtunk.”;

*Megoldást tartalmazó változat:* - Doktor úr, jöjjön gyorsan, a gyerek lenyelte a golyóstollat!, - Azonnal ott vagyok! Mit csináltak azóta?, - Nem tudjuk, mitévők legyünk.”;

Fejlődéses összehasonlító vizsgálatokban azt kapták, hogy már a nyolc éves gyerekek is legjobban az eredeti, két komponensű vicceket preferálták, ezután következtek a megoldást nem tartalmazók, majd végül az inkongruitást nélkülöző változatok. Érdekes módon azonban a hatéves gyerekeknél még nem jelentkezett ez a különbség, ők hasonló mértékben preferálták az eredeti és a csupán inkongruitást tartalmazó vicceket. A kutatók szerint a jelenség hátterében az aktuális kognitív fejlődési szint áll, mivel a konkrét műveleti szakaszt megelőzően még egyedül az inkongruitás észlelése is kiváltja a humorra adott választ, de a későbbiekben már ehhez szükséges a megoldás jelenléte és detekciója is. Mások vélekedése

szerint azonban már kisgyerekkorban is preferálják a megoldást tartalmazó vicceket, de ehhez könnyen érhető humorra van szükség (Pien & Rothbart, 1976).

Egy ötletes vizsgálatsorozatban a nyelvi humorban található egyéb elemek hatását próbálták meg kiküszöbölni, melyhez az ún. súlymeghatározási (weight judgement) paradigmát dolgozták ki (Nerhardt, 1970; Deckers, 1993). A vizsgálat első részében különböző súlyokat kell összehasonlítani a kísérleti személyeknek, eldönteni, melyik a nehezebb. A következő fázisban is ugyanez a feladat, csak itt már a kísérletvezetők kicserélték a súlyokat olyanokra, amik csak látszólag egyformák, de valójában nagy különbségek vannak közöttük. A második próba során a súlyok közötti extrém eltérésekre meglepődve a kísérleti személyek jelentős része elmosolyodott vagy nevetett, a tapasztalat humorosságának egyértelmű jelét adta. Az eredmények szerint az inkongruitás nagysága (a súlyban mutatkozó eltérés) egyenes arányosságban volt a megjelenő mosolygás és nevetés mennyiségével, valamint az észlelt humorosság mértékével is. Ez azonban csak egy bizonyos határig mutatott együttjárást, a túlzottan nagymértékű diszkrepancia már nem emelt a tapasztalat humorosságának megítélésén (Deckers & Salais, 1983). Hozzá kell tenni azt is, hogy jelen hatás csak akkor jelentkezett, ha a vizsgálati személyek valamennyire elővételezték a humoros kimenet lehetőségét. Amikor ugyanis olyan feltételek között végezték el a vizsgálatot, amelyben nem vártak ilyen jellegű meglepődést a kísérleti személyek, ott nem reagáltak humoros ingernek megfelelően, vélhetően nem helyezték át egy játékos keretbe szituációt az első meglepődés követően. Az adott inger humorossága az inkongruitás elméletek szerint a meglepődés mértékével együtt növekszik. A vizsgálati eredmények azonban ezt nem támasztották alá, a várakozásokkal ellentétesen éppen a legkevésbé meglepő viccek működtek a legjobban, ezeket találták a leghumorosabbnak a vizsgálatok résztvevői (Martin, 2007).

A humor működésének inkongruitáson alapuló feltételezése jelenleg is számos kutatást implikál, a kognitív humorelméletek fontos komponense az észleletek össze nem illésének, illetve ezek pontos meghatározóinak a feltárása.



### 2.1.5. Koncentráció és stresszoldás

A humor alapvetően játékos természete már több korábbi humorelméletben is megjelent (pl.: Berlyne, 1969; Gruner, 1997), de központi jelentőségüként Michael Apter (1982) határozta meg először. Az átforduláselmélet (reversal theory) néven ismert általános motivációs és személyiségelméletet veszi alapul a szerző (Apter, 2001). Az elmélet szerint az emberekre két stabil izgalmi (arousal) állapot lehet jellemző. Az első, *telikusnak* nevezett állapotot a komolyság és a céltudatosság jellemzi, míg a második, *paratelikus* stádiumot pedig egy arousalkereső, játékos, folyamatorientált beállítódás. Az elmélet elnevezése abból adódik, hogy alkotója szerint a két elmeállapot között folyamatosan váltakozunk, akár egy átlagos nap során többször is átváltva egyikből a másikba (innen az elnevezés – átforduláselmélet). Berlyne (1969) optimális arousalszint elméletével szemben azt állítja, hogy az arousal észlelése eltérő lehet annak a függvényében, éppen melyik elmeállapotban van a személy. A telikus állapotban az alacsony arousalszintet részesíti előnyben (relaxáció), míg a magas arousalt kellemetlennek éli meg (szorongás). Ezzel szemben a paratelikus időszakban a magas arousal a preferált (izgalom), az alacsony arousalszint pedig kerülendő (unalom). A humor is egy paratelikus aktivitás, melyben a magas izgalmi szint élvezetet biztosít, mint például a humoros formában megfogalmazott szexuális vagy agresszív témák az arousalszint növelése révén járulnak hozzá a humor élvezeti értékének emelkedéshez.

Apter (1991) a játékot tehát egy olyan elmeállapotként határozza meg, melyben a hétköznapiól eltérő módon észleljük a bennünket körülvevő világot, és benne önmagunkat. A humor megjelenéséhez és észleléséhez ez a játékos elmeállapot szükségeltetik, amely pszichológiai védelmet biztosít a való világból érkező kihívásokkal szemben.

A humor inkongruitáson alapuló természetét Apter (1982) a szinergia fogalmának bevezetésével ragadja meg. Ez a Koestler (1964) bizsociációjához nagyban hasonló fogalom egy olyan kognitív folyamatot jelöl, melynek során egy dologra vonatkozóan két egymásnak ellentmondó értelmezési lehetőség kerül egyszerre a tudat fókuszába. Játékos elmeállapotban ezek a szinergiák élvezetesek, mert megemelik az egyén arousalszintjét. Apter elutasítja az inkongruitás feloldásán alapuló humorelméleteket, szerinte a humor éppen az össze nem illő nézőpontok egyszerre történő észleléséből ered, nem pedig ennek az össze nem illőségnek a feloldásából. A humor csattanója váltja ki ezt az inkongruencián alapuló szinergiát, általa kerül egyszerre a tudat fókuszába a két össze nem illő értelmezés, melynek észlelését

humorosnak, élvezetesnek találjuk. Ehhez azonban az kell, hogy a szinergia egyik összetevője (pl.: személy, tárgy, helyzet vagy cselekedet) a poén révén elveszítse korábbi jelentőségét és leértékelődjön, az új értelmezés keretében kevésbé fontosnak, magasztosnak, okosnak vagy akár feddhetetlennek tűnjön, mint amilyenek a humor csattanót megelőző része alapján tűnt. Leértékelés nélkül a szinergiát nem találjuk viccesnek, nem működik humorként. Apter a humor agresszív természetével is foglalkozott, véleménye szerint nem ez a humor alapja, az agresszív elemek csupán a humor működéséhez szükséges leértékelési folyamat eszközei. A humor Apter szerint nem tartalmaz minden esetben agresszív elemeket, mivel a leértékelésnek nem kell szükségszerűen agresszívnak lennie, csupán annyi szükséges, hogy a korábban magasabbra pozícionált tényezőkről derüljön ki azok esendő, kissé jelentéktelenebb volta.

Az elméletet kiegészítették a humor társas jellegének hangsúlyozásával (Wyer & Collins, 1992). Az elképzelés szerint a humor működését csak elhangzása társas kontextusának ismerete révén érthetjük meg, ezen kívül szükséges hozzá a folyamat során alkalmazott egyes információ-feldolgozó faktoroknak (a megértés nehézségi foka, a kognitív elaboráció mértéke) ismerete is. Wyer és Collins szerint az észlelt humorosság akkor a legnagyobb, ha megértéséhez közepes szintű mentális erőfeszítés szükségeltetik, a túl könnyen vagy csak túl sok erőfeszítés árán megérthető humor nem nyújt hasonló nagyságú élvezetet.

A humor tehát a társas kommunikáció egyik formája, a humor által kiváltott (vagy már korábban is aktív) játékos elmeállapot a teljes társas helyzet újraértelmezéséhez vezet. A humor megváltoztatja a szituációra korábban alkalmazott sémákat és értelmezési kereteket, az egyén egy könnyedebb, kevésbé fenyegető szociális közegben érzi magát, annak minden előnyével együtt.

A korábban bemutatott négy nagy pszichológiai humormodell tesztelése során született kutatási eredmények jórészt beleilleszthetők a humor átforduláselméletébe. Ilyen például az arousalszint és a humor élvezeti értéke között mutatkozó pozitív korreláció (Godkewitsch, 1976), valamint az az eredmény is, mely szerint a paratelikus elmeállapotban lévő személyek gyakrabban mosolyognak és nevetnek, illetve hajlamosabbak környezetük humoros aspektusainak észlelésére, a humor élvezetére, és a humor megküzdési eszközként való használatára is (Martin, 1984).

Michael Apter egy átfogó, a korábbi kutatási eredményeket jól integráló elméleti modellje a nagyobb pszichológiai humorelméletek felvetéseit is képes kezelni. A pszichoanalitikus és a hierarchikus elképzeléshez hasonlóan választ kínál a humor szexuális és agresszív természetére, és az érzelmek humorban játszott szerepére is. A humor motivációja a játék által kiváltott élvezetre törekvésen alapul, ezen kívül a humor társas meghatározottsága is fontos szerepet kap, amely tényező hiányzott a korábbi humorelméletekből. A humor stresszel való megküzdés során történő alkalmazása is magyarázatot nyer, az elmélet szerint a humorral együttjáró paratelikus elmeállapot segít a stresszteli szituációk kezelésében, a feszültség csökkentésében, és az új, szélesebb fókuszú figyelmi állapotok kialakításban. A humor játéktevékenységgel való kapcsolatának, valamint szociális meghatározottságának központi helyzetbe emelése fontos kiindulópontja lehet az evolúciós pszichológiai kutatásoknak is, valamint a vizsgálati lehetőségek közé emeli az összehasonlító viselkedéskutatás, a fejlődépszichológia, valamint a szociálpszichológia vonatkozó eredményeinek újraértelmezését is.

## ***2.2. A humor adaptivitása. Evolúciós pszichológiai humormodellek***

A humor egy fajspecifikus, univerzálisan jelenlévő aspektusa az ember pszichológia eszköztárának (Caron, 2002; Gervais & Wilson, 2005). A különféle humorfajták produkciója, megértése és élvezte az emberi kogníció megkülönböztető jellegzetessége (Provine, 2000, 2004). Az emberek szeretik a jó humort, és saját magukat is szeretik jó humorúnak tudni (Apte, 1987), de a párkapcsolati és baráti kapcsolati partnereiknél is fontosnak tartják ezt a tulajdonságot (Goodwin, 1990; Kenrick, Sadhalla, Groth, & Trost, 1990; Sprecher & Regan, 2002). Az univerzális előfordulás és az általánosan magas fokú preferencia előrevetíti a jelleg evolúciós magyarázatának létjogosultságát. A következőkben a humor evolúciós eredetét és adaptív funkcióit feltáró, átfogó pszichológiai elméletek kerülnek bemutatásra.

### **2.2.1. A jó humor vonzó. A humor mint szexuálisan szelektált jelleg**

Az elmélet kidolgozása Geoffrey Miller nevéhez fűződik, aki a Párválasztó agy című nagy hatású könyvében (2006 [2000]) az emberi elme számos összetevőjét a hatékony

párválasztás elősegítésének eszközeként határozta meg. Elképzelése szerint a humor is az interszexuális szelekció eredményeként jött létre, párválasztási eszközként funkcionál mindkét nem számára. A humor alkalmazása az adott egyed genetikai rátermettségéről közöl információt. A humor egy komplex jelleg, összetett kognitív és emocionális szabályozást igényel, ezért jól mutatja a háttérképeségek esetleges zavarát vagy hiányosságát, mivel az ezekben mutatkozó már kismértékű változás is észrevehetővé válik az egyén humorprodukciónjában. A jó humorhoz az összetett kognitív képességeket igénylő intelligenciára és kreativitásra van szükség, a humor tehát egyfajta fitnesszindikátorként e két tulajdonság egyénre jellemző mértékét jelzi a lehetséges partnerek irányába.

A nemre jellemző párválasztási stratégiák a humorhasználatban is megjelennek. A férfiak többet humorizálnak, és ez a különbség még nagyobbá válik párválasztási helyzetben (McGhee, 1979; Robinson & Smith-Lovin, 2001). A nők viszont jobban értékelik a jó humort, ez az információ nagyobb befolyással bír a párválasztási döntéseikre, mint a férfiak esetében (Lundy, Tan, & Cunningham, 1998). Humánétológiai eredmények arról tanúskodnak, hogy nők által a férfi humorára adott visszajelzés előre jelezheti a kapcsolat későbbi alakulásának irányát (Grammer & Eibl-Eibesfeldt, 1990). Az említett vizsgálatban azt találták, hogy a férfi-nő párbeszédnek esetében a nő által produkált nevetés mennyisége hatékony bejósolója a mindkét félnél meglévő szexuális érdeklődés mértékének, míg a férfinevetés csak minimális arányban jelzi előre azt.

Mivel azonban az embereknél az utódvállalás általában hosszú távú párkapcsolatok keretein belül történik, ezért a nemek hasonlóképpen diszkriminatívva váltak a partner tulajdonságaira vonatkozóan. Ezt támasztotta alá egy, az emberi párválasztási szokásokat vizsgáló összefoglaló felmérés is, melynek eredményei szerint nincs számottevő különbség a férfiak és a nők között a jó humorérzék iránti hosszú távú párpreferenciáikban (Feingold, 1992).

A humor szexuális szelekciós elképzelését számos vizsgálatban tesztelték, melyek nagyrészt alátámasztották az elméletben foglalt feltevéseket. Eric Bressler és Sigal Balshine (2006) vizsgálatában a résztvevők megegyező és ellenkező nemű személyek fotóit látták egy sorozatban, emellett kiegészítő információként a képeken látható személyek által írt mondatokat olvashattak. A mondatok egy része tartalmazott humort, a másik része pedig nem. Ezt követően el kellett dönteniük, hogy az egyes képeken látható egyéneket mennyire tartják vonzónak hosszú távú partnereiként. Az eredmények azt mutatták, hogy a humorosként bemutatott férfiakat a nők vonzóbbnak találták, mint a nem humoros kondícióban, míg a

férfiak preferenciáját nem befolyásolta a képen látható nők humora. Hasonlóképpen az azonos nembe tartozó személyek általános vonzerejének megítélését szintén nem befolyásolta a humor megléte vagy hiánya. Egy másik vizsgálat tanulsága szerint a nők és a férfiak eltérő definícióval rendelkeznek a „jó humorérzék” tulajdonságra vonatkozóan (Bressler, Martin, & Balshine, 2006). Egy kísérleti választási helyzetben a nők inkább azokat a férfiakat választották, akik képesek voltak megnevettetni őket, míg a férfiak inkább azokat a nőket preferálták, akik nevettek az ő vicceiken. A férfiak tehát azok, akik a humor révén reklámozzák az előnyös tulajdonságaikat a párválasztás során, míg a nők ezen információ alapján eldöntik, megfelelő-e számukra az adott férfi vagy nem.

### **2.2.2. Érdeklődésindikátor-modell**

A szexuális szelekciós elmélet szerint tehát a humor egy vonzó jelleg, a fő funkciója a vonzerő növelése révén a párválasztás elősegítése, egy jobb alkupozíció kialakítása a párt választó fél számára. Norman Li és munkatársai (2009) azonban nem értenek teljesen egyet ezzel a feltevessel, véleményük szerint több korábbi kutatási eredmény sem illeszthető bele a humor szexuális szelekciós elméletébe. Például azok a kutatások melyekben a nők a humoros férfiakat vonzóbbnak értékelték (Bressler & Balshine, 2006; Lundy és mtsai, 1998), de ugyanakkor kevésbé intelligensnek is, mint a nem humorosként jellemzett embereket. Ez azt mutatja, hogy a humor az intelligenciától függetlenül növelheti a vonzerőt, és elsősorban nem az intelligencia jelzése révén éri el ezt a hatást. Duane Lundy és munkatársai idézett vizsgálatukban (1998) még azt is találták, hogy a humoros férfiakat a nők ugyan vonzóbb kapcsolati partnerként ítélték meg, de ez csak a fizikailag vonzó férfiak esetében volt így. A kevésbé előnyös külsejű férfiak vonzerején a jó humorérzék nem emelt, ami szintén azt mutatja, hogy a humor párválasztási hatásait egyéb faktorok, például a fizikai vonzerő is befolyásolják. Ezen kívül a szexuális szelekciós elképzelés a humor párválasztási eszközként való alkalmazását hangsúlyozza, vizsgálatainak fókuszában is ez a terület áll. A humor nyilvánvalóan nem korlátozódik csupán erre az egy területre, a szociális érintkezés szinte összes területén jelen van (áttekintő elemzésért ld.: Martin, 2007), emiatt egy átfogóbb magyarázatot igényel, mint a szimplán párválasztási eszközként való meghatározás.

A Li és munkatársai által javasolt elmélet szerint a humor a társas kapcsolatok kialakítására fenntartására szolgál, a segítségével jelezzük a társaink felé az aktuális

érdeklődésünk mértékét. Erre a feladatra a humort indirekt formája teszi alkalmassá: általa finomabb visszajelzéseket és reakciókat képes adni a személy, mint a direkt, sok esetben azonnali válaszreakciót feltételező normál kommunikatív aktusok során. Az elméletalkotók vélekedése szerint nem az tetszik nekünk, akit humorosnak találunk, hanem épp fordítva, humorosabbnak látjuk azt, aki egyébként is tetszik nekünk. A humor használatát a párválasztás területén kívül is ezek a szabályszerűségek irányítják. Segítségével folyamatos kontroll alatt tudjuk tartani szociális kapcsolatainkat, és mindezt a direkt visszajelzésekből és reakciókból fakadó esetleges konfrontálódás veszélyének nagyfokú lecsökkentésével tudjuk megtenni. A társas kapcsolataink ugyanis dinamikus természetűek, folyamatosan visszajelzéseket adunk és kapunk, annak függvényében, hogy érdekeinket milyen mértékben látjuk érvényesülni illetve sérülni az adott kapcsolati partner aktuális viselkedése által.

Az elméletet egy összetett, háromlépcsős vizsgálat sorozatban tesztelték, amely tartalmazott kérdőíves, kísérleti és megfigyeléses vizsgálatot is. A kérdőíves felmérés eredményei szerint a férfiak és a nők egyaránt hajlamosabbak a humorizálásra abban az esetben, ha tetszik nekik a beszélgetőpartnerük. Ha nem találják vonzónak, akkor inkább a normál beszélgetést preferálják a humorizálással szemben. A hosszú távú párkapcsolattal való elégedettség is a lehetséges mediáló tényezők között volt. Az eredmények alapján a kapcsolattal való elégedettség (és az ismerkedési dimenzióban a vonzalom) esetén a felek hajlamosabbak a partner humorára pozitívabban reagálni. A férfiak a kezdeti vonzalom esetén preferálják kifejezetten a nők humorát, a nők pedig a kapcsolattal való elégedettség növekedésével mutatják ezt a tendenciát. A humorra adott visszajelzés kontextus által meghatározott amplitúdó-változásai összhangban vannak az evolúciósan kialakult férfi és női párválasztási stratégiákkal és taktikákkal (Bereczkei, 2003).

A kísérleti kondícióban vonzó és kevésbé vonzó arcokat ítéltettek meg vonzerő szempontjából. Először önmagukban, másodjára pedig egy bemutatkozó szöveggel kiegészítve, amely az egyik dimenzióban humoros, a másikban pedig ezt nélkülöző volt. Az eredmények azt mutatták, hogy a kezdeti, csupán a külső alapján kialakult vonzalom emeli az adott személy humorosságának értékelését, és bár összességében a humorosság nem emeli számottevően a vonzerőt, de a kezdetben kevésbé vonzónak látott személyek megítélését némileg javította. A megfigyeléses vizsgálatban egy - előre megírt, profi színészek által eljátszott – „rapid randi” helyzetet figyeltek meg a vizsgálati személyek. A beszélgetést humor alkalmazásával kezdeményező feleket a másik féllel való párkapcsolat kialakítása iránt

érdeklődőbbnek határozták meg, mint azokat, akik humor nélkül kezdeményeztek beszélgetést. A beszélgetés kezdeményezésére pozitívan, humoros módon reagáló partnereket szintén a kapcsolatfelvétel felé nyitottként ítélték meg, szemben azokkal, akik csak szimpla, humormentes választ adtak. Ez fokozottan így volt abban a kondícióban, amikor a beszélgetés kezdeményezése és a rá adott válasz is humoros formában hangzott el.

Az eredmények azt mutatják, hogy a humor és a rá adott reakció egy speciális, a normál beszélgetéstől eltérő funkcióval bír, jól láthatóvá teszi a kommunikáló felek tényleges érdeklődésének mértékét mind a konverzációban részt vevő személyek, mind pedig az ezt megfigyelő külső szemlélők számára. Az eredmények alátámasztják Li és munkatársai elméletét, miszerint a humor elsődleges funkciója a társas érdeklődés mértékének visszajelzése és szabályozása, amely így egy jól használható értelmezési keretet kínál a humor szociális és csoportműködést szabályozó funkcióit előtérbe állító elképzelések számára egyaránt.

### **2.2.3. Mások érzelmi állapotának közvetlen befolyásolási eszköze**

A humor produkciója a beszélő játékos elmeállapotáról közöl információt, és észlelése is ezt váltja ki az észlelő személyből. Michael Owren és Jo-Ann Bachorowski (2003) szerint itt valójában a másik fél érzelmi állapotának a közvetlen befolyásolása történik meg a humor, illetve az általa generált nevetés és a hozzá kapcsolódó pozitív érzelmi állapot révén. A nevetéssel együtt járó hang egy pozitív érzelmi arousalt vált ki a hallgatóban. Ez egyrészt a humort produkáló számára kedvező irányba befolyásolja a hallgató érzelmi állapotát, másrészt pedig viszonylag gyorsan hasonló érzelmi állapotot alakít ki a nevető és a nevetést halló jelenlévők között (Provine, 2000). A másodikként említett, ún. szinkronizáció jelensége lehetővé teszi a csoport tagjainak gyors és hatékony érzelmi szintű összehangolódását, nagyban emelve a közös cél érdekében folytatott cselekvés eredményességének valószínűségét (Csányi, 1998). A korábban már említett jelenség, a nevetés ragadós természete jól szemlélteti ezt. Biztonságosnak értékelt szociális környezetben nevetés hallatán nevetni kezdenek az emberek, és ezzel együtt megváltoztatják a konkrét szituáció értelmezési keretét. A komolysággal szemben a humoros elmeállapotot eltérő kockázatbecslés és megváltozott értelmezési támpontok jellemzik. Ez az elmeállapot nem elsősorban a fizikai és

társas világból származó lehetséges veszélyekkel való megküzdés szolgálatában áll, a szervezet inkább egy mentális és fizikai állapotát tekintve relaxáltabb, paraszimpatikus aktivációval jellemezhető. Nevetés hatására a konkrét szituáció értelmezési kerete komolyról humorosra változik. Számos kísérlet kimutatta, hogy a humoros ingerek (pl.: viccek, karikatúrák, vígjátékok) humorosságának megítélését nagyban befolyásolja a nevetés hangja, származzon az akár egy jelen lévő nevető embertől, vagy egy bejátszott hangfelvételtől. Mindkét eset résztvevői magasabbra értékelték az adott inger humorosságát, mint azok az értékelők, akik nevetést nélkülöző kondícióban értékelték az adott ingert (Porterfield és mtsai, 1988, Martin & Gray, 1996).

Ezt a jelenséget használja ki többek között a tévés vígjátékok alá kevert ún. konzervnevetés, amivel a poénok hatásfokát próbálják növelni a vígjátéksorozatok készítői. Ez persze csak egy bizonyos észlelési tartományon belül működik, de az igazán rossz humoron a mesterséges nevetés bejátszása sem segít (pl.: Annie Hall, 1977).

Nem mindegy azonban, hogy milyen nevetést hall az ember. A sok hasonló elemet tartalmazó, repetitív nevetés csak kezdetben váltja ki a fent leírt pozitív érzelem-indukciós hatást. Többszöri hallásra a hatás megfordul, az adott ingert inkább negatív, averzív hatást generál, nem vált ki többé nevetést (Provine, 1992). A sokféle akusztikai elemet tartalmazó, változatos nevetési hang ezzel szemben sokadik hallásra is nevetésre ösztönzi a hallgatóit, akik élvezetesebbként és őszintébb jelzésként értékelik azt (Bachorowski, Smoski & Owren, 2001). Eltérő nevetéshangok összehasonlításából az derült ki, hogy a leginkább pozitív reakciót a zöngés mássalhangzókat tartalmazó, felharmonikus hangokban gazdag, énekszerű nevetés váltja ki, míg a zöngétlen, morgás- vagy, fújtatásszerű, vagy a vihogást kísérő (cacklelike) nevetési hangadások jóval alacsonyabb értékelést kapnak (Bachorowski & Owren, 2001). A kutatók szerint az eredmények azt mutatják, hogy az akusztikailag eltérő nevetéstípusok révén többféle érzelmi állapotot is képes kiváltani hallgatóságában a nevető személy.

A nevetés társas kapcsolatszabályozó hatását mutatja az az eredmény, hogy minél közelebbi kapcsolatban van egymással két ember, annál gyakoribbá válik beszélgetéseikben az olyan nevetés, ami a partner nevetésének ideje alatt vagy közvetlenül azt követően jelenik meg. A kutatók eredményei szerint ez az ún. antifonális nevetés kapcsolatépítő funkcióval bír, együttműködő viselkedést vált ki a szociális partnerek között (Smoski & Bachorowski, 2003). A barátokból álló kétfős csoportok nevetése jóval nagyobb arányban tartalmazott antifonális



nevetést, mint az idegenekből álló csoportoké. Érdekes adalék, hogy a férfi-nő vegyes csoportokban a nőkre nagyobb mértékben volt jellemző az ilyen jellegű nevetés. Ez arra a következtetésre vezet, hogy a párkapcsolatok kialakítása és fenntartása során a nők eszköztárában kitüntetettebb helyet foglal el a partner nevetés révén történő érzelemszabályozása. A nevetés tehát a pozitív érzelmek kifejezési módja mellett egy fontos, érzelemindukációs funkciót is betölt, amely révén a társas kapcsolatok szabályozása, a kötelékek erősítése, és a csoport hatékonyabb együttműködésének elősegítése valósítható meg (Gervais & Wilson, 2005).

#### **2.2.4. A nevetés és humor mint a téves riasztás jelzése**

Ramachandran (1998) feltevése szerint a gyermekkori csiklandozás, és az erre válaszként megjelenő nevetés a felnőttkori nevetés gyakorlásának tekinthető. Az elmélet szerint a nevetés egy jelzés a hallótávolságon belüli csoporttagok felé, amikor a korábban észlelt anomáliáról kiderül annak triviális volta, veszélytelensége. Jelzi, hogy hamis riasztás történt, a többieknek nem kell továbbra is készültségben lenniük. Ezzel gyorsan és hatékonyan relaxált állapotba helyezi a korábban készültségi aktivitásban lévő hallgatóságot, jelentős mennyiségű energiát takarítva meg ezzel számukra. Ez egyrészt megmagyarázza a nevetés ragályos természetét, valamint azt is, hogy miért nem nevetnek a hallótávolságon belül lévő, de a nevetővel rokoni vagy ismerősi kapcsolatban nem álló személyek. A kommunikáció a csoport tagjainak szól, a nevetővel bizalmi viszonyban lévő jelenlévők megbízható információként tekintenek ismerősük nevetésére, szemben az őt nem ismerő személyekkel.

Az ún. hasraesős humorra adott reakciókra is magyarázatot kínál az elmélet. Ennek közismert példája a banánhéjon elcsúszó ember esete - ha betöri a fejét vagy elájul, akkor nem nevetünk rajta, hanem odarohanunk segíteni; ha azonban az látszik, hogy nem történt komolyabb baja és feltápáskodik, akkor szinte visszatarthatatlan kacagásban törünk ki, Ramachandran szerint nevetéssel jelezve a többieknek, hogy minden rendben, nem történt semmi komolyabb baj.

A téves riasztás-elképzelés azonban nem nyújt magyarázatot a humor minden funkciójára vonatkozóan. Ennek magyarázatában Ramachandran az exaptáció fogalmát hívja

segítségül, mely szerint, ha már van egy működő mechanizmus, ez könnyen felhasználható más funkciók betöltésére is. A nevetés és a humor lehetséges, hogy egyfajta játékként használatos, annak minden korábban részletezett funkciójával együtt (lásd: A humor és a játék evolúciós kapcsolata) illetve a kreatív gondolkodás próba-, és gyakorlási eszközeként működik.

Ugyanakkor az elképzelés azt nem magyarázza meg, miért használjuk a humort viszonylag gyakran pszichológiai védekezési mechanizmusként. Lehetséges, hogy a szituáció trivializálásában segít – amikor észleljük az anomáliát, akkor annak jelentőségét, veszélyességét, feszültség-generáló hatását csökkenthetjük a humorossá tétel útján, mintha az is téves riasztás lett volna. Tehát ha a szignál eredetileg a csoport tagjainak megnyugtatót szolgáló etológiai jelzéseként alakult is ki, de az ezután felmerülő kognitív anomáliák megoldására szintén alkalmazottá vált, egyfajta pszichés védekezési mechanizmusként.

Ramachandran a nevetés és a humor neurológiai hátterével is foglalkozott. Szerinte például a szójátékok vagy a humor egyéb formái hátterében meghúzódó finom nüanszok megértéséhez az agyunk több elkülönült régiójának az együttműködése szükséges. Számos klinikai bizonyíték alátámasztja, hogy az ehhez kapcsolódó téves riasztás mechanizmus hátterében egy, a limbikus rendszerben található idegi áramkör a felelős (Daly & Mulder, 1957). A rendszer bizonyos részeinek sérülése (corpus mamillare, tuber cinereum) ugyanis kontrollálatlan nevetéshez vezet, sőt olyan eset is előfordult, amikor a leállíthatatlan roham következtében a beteg halálra nevette magát (Joseph, 1992).

Az is ismert, hogy az insular cortex-sérült betegek bizonyos százaléka egyfajta furcsa rendellenesség jeleit is mutatja, melynek neve *fájdalom aszimbólia* (pain asymboly), ami vetromediális frontális sérült betegek esetében is előfordul. Ezek a betegek a fájdalomkeltő ingerekre (pl.: tűszúrás az ujjon) eltérően reagálnak – észlelik a fájdalmat, de az nem fáj nekik (nem kapcsolódik hozzá a fájdalom érzése, a fájdalom averzív emocionális komponense hiányzik). Ennek az is lehet az oka, hogy a szenzoros információ feldolgozódik a thalamuszban, és részben az insulában, de nem továbbítódik a cinguláris gyrusba és más limbikus struktúrákba, amelyek a megfelelő érzelmet és az ehhez kapcsolódó arousalt generálnák. Meglepő módon a betegek egy része arról számolt be, hogy a stimulust viccesként élték meg, és gyakran nevetni kezdtek (Berthier, Starkstein & Leiguarda, 1988). Ez az eredmény jól illeszkedik a téves riasztás-elképzelés keretébe. A páciensek azért nevetnek jelen esetben, mert nem kapcsolódnak össze a szomatoszenzoros és a limbikus struktúráik,

ami a két kulcs-összetevő a felvázolt elméletben: egy potenciálisan veszélyes anomáliát (a fájdalmat jelző szenzoros bemeneti információt) az elvárások leértékelése követi (ténylegesen nem fáj). Tehát a fájdalom jelzése egy téves riasztás volt, így indukálódik az ilyen esetre adandó válasz, a nevetés.

Hasonló magyarázat adható a csiklandozásra, illetve a rá adott reakcióra is. Mindkét fél jelzi általa, hogy nem áll szándékukban tényleges agressziót mutatni, az adott szituációt fenyegetést nem tartalmazóként, játékként kezelik.

### **2.2.5. A humor mint a csoportidentitás erősítésének eszköze**

A humor nemcsak pozitív érzelmeket kiváltó, a kommunikációt elősegítő funkciót láthat el. Gyakran lehet egyértelműen agresszív, kényszerítő erejű, másokat befolyásolni szándékozó eszköze a kommunikációnak. A humoros interakciók jelentős része valakinek vagy valaminek a kinevetésén alapul, egy bizonyos egyéni jellegzetesség vagy viselkedéses elem válik a humor forrásává. Richard Alexander (1986) szerint a nevetés és a humor az ember evolúciós múltja során egymással koevolúcióban alakult ki, a csoportidentitás erősítése szolgálatában. A csoport működését elősegítő funkció két fő módon valósul meg, a társas normák csoporton belüli erősítése, valamint a normaszegők csoportból való kizárása révén. A humor ilyen jellegű megjelenését magában foglaló interakció legalább három főt vagy csoportot igényel. Az egyik, amelyik közli a humoros üzenetet, a másik, aki ezen nevet, és a harmadik, aki a humor céltáblája. A humor elszenvedője lehet egy konkrét személy, vagy egy lebecsült csoport meg nem határozott tagja, például egyes nemhez, etnikumhoz, vagy vallási csoporthoz tartozó személyek. A humor ilyen típusú alkalmazása a csoporton kívüliektől való különbözőség hangsúlyozása és azok a csoportból való kizárása révén növeli a csoporton belüliek identitásérzését és a csoport kohézióját. A humor evolúciósan kialakult funkciója az egyén csoporton belüli helyzetének javítása, a hierarchiában való előrejutás révén a szaporodással kapcsolatos erőforrásokhoz való szélesebb körű hozzáférés érdekében.

Alexander a humor működési mechanizmusát az ókori Athénban alkalmazott cserépszavazás (osztrakizmosz) eljárásához hasonlítja, és az indirekt reciprocitás elve alapján írja le. A csoportnormát sértő viselkedés vagy érték válik a humor céltáblájává. A csoport többi tagja nevetéssel jelzi, hogy ő nem követné el ezt a hibát, tudja a csoporton belül

uralkodó szabályokat, és nem utolsó sorban azt is, hogy örül, hogy nem ő lett a negatív humor céltáblája. Emellett a nevető felekben erős pozitív érzelmi állapot generálódik, ezáltal megerősítve a pellengérré állított viselkedés elkerülésére való törekvést, erősítve az aktuális csoportnormát.

Egy megfigyeléses vizsgálat eredményei szerint, ha egy társaságban a humoros komment célpontja egy, a csoporton kívüli személy valamilyen jellegzetessége, akkor az a csoport tagjainak aktivitását erősíti, beszédtempójuk és a hozzászólásaik gyakoriságát növeli. Viszont ha a célpont egy csoporton belüli személy, akkor a csoporttagok ezt követő aktivitása visszaesik, beszédtempójuk lelassul (La Gaipa, 1977). A kinevetett fél kellemetlen érzelmi állapotot él át, de a csoport többi tagjai is jobban figyel ezt követően arra, hogy mit és hogyan mond. Nem véletlen, hogy már gyermekkorban is félelmet kiváltó prototipikus helyzet, a rossz álmok egyik alaphelyzete a kinevetéstől való félelem. Egyértelmű jelzése ez a referenciacsoporttól való eltávolodásnak, a közös erőforrásokhoz való korlátozottabbá váló hozzáférésnek. A kinevetéssel járó kellemetlen érzés két hatást válthat ki: 1) az egyén továbbra is a csoport tagja akar maradni, ezért legközelebb törekedni fog a humor tárgyává tett normaszegő viselkedés, illetve a kinevetéssel együtt járó kellemetlen érzés elkerülésére, 2) nem ítéli olyan fontosnak a személy az adott csoporthoz tartozást, hogy emiatt tolerálja a kinevetést és az ezzel járó negatív érzelmi állapotot, ezért inkább elhagyja a csoportot. Az első funkció tűnik régebbinek, mivel evolúciós múltunk során a csoportból való kilépés nem volt reális alternatíva a tagok számára, ugyanis a csoporton kívül az egyén túlélési esélyei drasztikusan lecsökkentek. Ebből következően a humor negatív visszajelzéséként való alkalmazása is a csoporton belüli feszültségek csökkentésének, a csoport hatékony működése elősegítésének eszközeként működhetett evolúciós múltunk nagy részében.

#### **2.2.6. A humor mint gátló mechanizmus**

Ha valamin igazán elcsodálkozunk, az szinte teljesen eltávolít attól, amivel azt megelőzően foglalkoztunk, ami addig a figyelmünk fókuszában állt. Hasonló hatást képes elérni a humor által kiváltott nevetés is. Wallace Chafe (1987) szerint a humor fő funkciója annak figyelemelterelő hatása, ami egy evolúciós adaptációként jellemezhető. Elmélete szerint a humor azokban a szituációkban jelenik meg, amikor az egyén valamely, számára

előnyetlen cselekvésben vagy eseményben vesz részt. A humor meggátolja a negatív helyzetbe való involválódást azáltal, hogy a figyelmi fókuszot eltereli, a testi reakciókat pedig a nevetés révén a korábitól eltérő készültségi állapotba helyezi. A nevetés ezen kívül azt kommunikálja a külvilág felé, hogy a nevető személy kilépett a komoly elmeállapotból, és átkerült egy nem komolyan veendő, humoros elmeállapotba. Chafe szerint nevetés ragadós természete is ehhez segít hozzá, azt a célt szolgálja, hogy a nevető személy környezete is minél nagyobb arányban átváltson a komolytalan, nem fenyegető elmeállapotba, megelőzve ezáltal a lehetséges konfliktusok kialakulását.

Az elmélet későbbi kiterjesztése szerint (Chafe, 2007) a humor működésének kulcsa a nevetés által előidézett, pozitív érzelmi állapot kialakítása. Ezt ő *komolytalansággént* (nonseriousness) nevezi meg, hozzátéve, hogy konkrétan erre az elmeállapotra vonatkozó kifejezés nincs az angol nyelvben, melyre mások (pl.: Martin, 2007) a *vidámság*, és a *jókedv* (exhilaration, mirth) kifejezéseket javasolják. Érvéle szerint ez az érzelem egy olyan mentális állapottal jár együtt, ami megakadályozza az egyént abban, hogy bizonyos eseményeket komolyan vegyen. A humor eszerint a komolytalanság érzelmének aktivációját elősegítő eszközök egy készlete, melyekkel hatékonyan és gyorsan kiváltható ez az érzelmi állapot és az ezt kísérő viselkedéses reakciók. A nevetéssel együtt járó fiziológiai reakciók a testi működést befolyásolják, a cselekvés gátlását okozva, míg a komolytalanság pszichológiai állapota a komoly módon történő gondolkodástól óv meg minket az adott pillanatban. A komolytalanság érzelmének lehetséges evolúciós hátterét több szempontból közelíti meg: 1) a nevetés nem az egyetlen lehetséges reakció a komolytalanság érzelmének kifejezésére (pl.: egyéb arckifejezésekkel és viselkedésmódokkal is kommunikálható az adott érzelmi állapot), 2) a nevetés olyan szituációkban is megjelenik, amelyekben a humor nincs jelen. Ilyenek például a zavar, az önvád állapota, a szótalálási nehézségek vagy a különféle kínos szituációk. Itt a nevetés szintén a komolytalanság érzelmét fejezi ki, amellyel a személy a negatív érzelmek csökkentése révén próbálja a konkrét szituációt kezelhetőbbé tenni.

Ezen túlmenően Chafe az egyes humortípusok kultúrák közötti összehasonlító vizsgálatainak elemzése révén arra a megállapításra jut, hogy nincs egy univerzális kódrendszer, amely minden kultúra humorára érvényes lenne. Az egyének az akkulturációs folyamatuk részeként tanulják meg, mit tartanak humorosnak az adott kulturális környezetben (és azt is, hogy mit nem). A preferált humorformák és típusok tehát az adott kulturális közegbe való beilleszkedést teszik lehetővé, emellett pedig pontos információt közölnek az

egyén kulturális hovatartozásáról. Ez utóbbi jelzés megbízhatóságát mutatja az a tény is, hogy az egy adott kultúrára jellemző humor elsajátítása csak hosszú tanulás eredményeként lehetséges. Nem kevés tanulást igényel egy új kulturális közeg nyelvének az elsajátítása sem, de a jellemző humor megértése és produkciója csak jóval később, még több tanulás révén válhat csak lehetségessé.

### **2.2.7. A humor mint a vokális kurkászás eszköze**

Robin Dunbar (1996) is a társas kapcsolatok fenntartásában határozza meg a humor fő funkcióját, véleménye szerint a humor és az emberi nyelv közös evolúciós háttérrel rendelkezik. A társas állatfajoknál meglévő kurkászó viselkedésből eredeztethető, mely a társas kötelékek kialakítását és erősítését szolgálja. A kurkászás eredményeként az egyedek eufórikus, enyhén bódult állapotba kerülnek, a kurkászó viselkedés az endogén opiáthormonok felszabadulásával, és az ennek eredményeként fellépő pozitív érzelmi állapottal asszociálódik. Dunbar szerint a nyelv a kurkászó viselkedés egyfajta vokális kiterjesztéseként jött létre, melynek segítségével egyszerre több társát is tudja kurkászni a beszélő fél, lehetővé téve társas kötelékek fenntartását nagyobb csoportlétszám esetében is. A nyelv segítségével szociálisan releváns információkat tudnak megosztani egymással az együttműködő csoport tagjai (pl.: ki kivel mit csinál).

Az elmélet szerint a nyelv evolúciós funkciója kezdetben az ilyen jellegű információkat nyújtó pletyka lehetővé tétele volt. A verbális kommunikációnak szinte közvetlen része a nevetés, amely a beszélgetés fenntartásában és központozásában játszik fontos szerepet (Provine, 1993, 1996). A nevetés az endogén opiáthormonok felszabadulásával jár együtt, mely jelenség arra a következtetésre vezet, hogy a humoros társalgás a nevetés kiváltására, és ennek révén a társas kapcsolatok erősítésére jött létre. Dunbar szerint a nyelv kialakulásának előfeltétele volt az emberi tudatelmélet létrejötte, vagyis a más személyek mentális állapotába való behelyezkedés képességének kialakulása. Ennek révén az ember képessé vált mások érzelmi állapotainak, gondolkodásának, vágyainak, félelmeinek és reményeinek átérzésére, melynek segítségével hatékonyabban tudta alakítani a társakkal közösen folytatott cselekvését, jobban képes volt bejósolni a társak lehetséges viselkedését. A mentális állapot tulajdonításának képessége lehetővé tette az emberek számára

a konkrét eseményektől való elvonatkoztatást, a viselkedés tervezését, és akár humoros nézőpont kialakítását is.

Dunbar a humor révén létrejövő örömmérzetet hangsúlyozza, melyet a testi érintést kísérő örömmérzethez hasonlít. Az érintésnek a fejlődésben játszott fontos szerepét számos kutatási eredmény alátámasztja (pl.: Montagu, 1995). A humor sokszor az érintés előszobájaként működik. Egy jól sikerült vicc gyakran ölelésre ösztönöz, a humor a jutalmazó testi érintések kiváltása révén elősegítheti a hasonló attitűddel rendelkező személyek közötti érzelmi kapcsolat erősítését. Ha a nyelv a pletykálkodást teszi lehetővé, akkor a humor a társas attitűdök kifejezésének gyors és hatékony, kapcsolatformáló eszköze. Míg tehát a nyelv a társas kapcsolatokat erősíti, addig a nyelvben megjelenő humor pedig a baráti kapcsolatok kialakításában és fenntartásában játszik kulcsszerepet. Konrad Lorenz is hasonló véleményt fogalmaz meg, szerinte: „Ugyanazt a dolgot viccesnek találni még nem garantálja a valódi barátság kialakulását, de nagyon gyakran ez az első lépés ennek a kialakításában” (Lorenz, 2004, p. 28).

### **2.2.8. Humor és elmeolvasási képesség**

A humor működését leíró elméleteknek általában központi részét képezi annak meghatározása, pontosan mit is találunk viccesnek a humorban, mi az, amin nevetünk. Az arousal-szabályozási elmélet szerint a humor mindig két részből tevődik össze (részletesen lásd: 2.1.3.). Elsőként a feszültség emelése történik meg, miközben az egyén egy olyan értelmezési keretet, sémát aktivál, amelybe leginkább beleillőnek látja a történéseket. A poén megjelenése átrendezi az eddigi felállást, arra készíti a humor észlelőjét, hogy az új információknak megfelelő, az eddigtől eltérő értelmezési keretet aktiváljon, amelyben a korábban kategorizált információk eltérő értelmezést nyernek. Ez a paradigmaváltás gyorsan történik meg, és ezt észleljük humorosként, a felszabaduló feszültségtől nevetés formájában szabadulva meg. A korábban bemutatott téves riasztás elmélete szerint (Ramachandran, 1998) a humoros szituációkban megjelenő nevetés egy kommunikációs eszköz, mely segítségével tájékoztatják a csoport tagjait a feszültséget okozó esemény veszélytelen voltáról. A nevető ember jelzi a környezete felé, hogy téves riasztás történt, a továbbiakban nincs ok az aggodalomra. Erre válaszként ők is nevetni kezdenek, és mindenki megnyugszik, ellazul.

Norman Howe (2002) szerint itt fontos különválasztani a nevetést és a humort. A nevetés a feszültség felszabadulásából származik, leginkább egy egyszerű reflexes válaszként értelmezhető, hasonlóképpen a csiklandozásra adott reakcióhoz. A humor viszont ennél jóval összetettebb, és erős társas meghatározottsággal bír. A téves riasztás elmélet a nevetés eredetét meg tudja magyarázni, viszont a humor evolúcióját nem, valamint azt sem, miért olyan élvezetes a humor. Howe elmeolvasási hipotézise szerint a humor központi eleme annak megfigyelése és megértése, hogy aktuálisan mi játszódik le a vicc célpontjának elméjében a humoros esemény megtörténe alatt. Tehát nem azért látjuk humorosnak az adott szituációt, mert nem egyezik meg az előzetes elvárásainkkal, hanem mert el tudjuk képzelni (és el is képzeljük), hogy épp mi zajlik le az általunk humorosként értékelt viselkedést mutató személy fejében.

Az elmélet és kiterjesztése (Jung, 2003) szerint a humor megértéséhez és élvezetéhez elmeolvasási képességre (ToM) van szükség, enélkül képtelenek lennénk meglátni a helyzetben lévő humorforrást. Az elmélet mellett és ellen szóló eredmények is születtek a feltevés intenzív kísérleti vizsgálatainak során. Az elméletet támasztja alá Uekerman és munkatársai (2006) azon eredménye, miszerint az öregedéssel együtt jár a humor megértése képességének a csökkenése, ami összefüggésben áll a mentalizációt igénylő kérdések megválaszolási hatékonyságának a csökkenésével. Egy magyar mintán végzett vizsgálatban Juhász (2010) szintén kapcsolatot talált az elmeolvasó képesség és a viccek helyes befejezésnek képessége között. Egy másik kutatás kimutatta, hogy az alkoholbetegek csökkent humorfeldolgozó képességet, és mentalizációs deficitet is mutatnak (Uekermann, Channon, Winkel, Schlebusch and Daum, 2007). Más kutatások azonban nem találtak ilyen jellegű kapcsolatot. Például Annette Farrant és munkatársai (2005) frontál lebenyi epilepsziás betegek vizsgálata során arra jutottak, hogy a humor értékelése akkor is csökkenhet, ha a személy elmeolvasó képessége intakt marad.

### **2.2.9. A humor összetett funkciói**

A humor tehát számos evolúciósan kialakult, adaptív funkciót is betölt. Joseph Polimeni és Jeffrey Reiss (2006) áttekintő cikkükben a humor kognitív és evolúciós hátterét elemzik. A humor adaptációs előnyeivel foglalkozó nagyszámú feltevés feldolgozása alapján



arra a megállapításra jutnak, hogy a humor és a nevetés nem csak hogy egy evolúciósan adaptív jelleg, hanem valószínűleg az emberiség leginkább komplex kognitív attribútuma. Az emberek gyakran nevetnek, és sokszor mindezt a nevetést kiváltó oki háttér ismerete nélkül is megteszik. A nevetés kellemes érzést vált ki, a társas visszajelzések révén megerősíti a kiváltásához vezető eseményhez asszociálódó pozitív kapcsolatot. Robin Dunbarhoz hasonlóan ők is a kurkászó viselkedésben látják a humor előzményeit, a nevetés funkcióját ezzel kapcsolják össze. A szerzők szerint számos, az emberré válásban kulcsszerepet betöltő tényező kapcsolatba hozható a humor eredetével. Többek között a nyelv eredete, a spirituális érzelmek háttérében meghúzódó kognitív folyamatok, az emberi csoport nagyságát alakító tényezők, valamint a főemlősök játékos harca is fontos információkat szolgáltat a humor összetett evolúciós háttere és sokrétű funkcionalitása átfogóbb megértésének szolgálatában.

### **3. A humor szerepe a társas kapcsolatok szerveződésében**

#### ***3.1. Baráti kapcsolatok***

A társas kötelékek kialakítása és fenntartása alapvető fontosságú lehetett az emberi faj evolúciója során (Buss & Kenrick, 1998). Az ember életében a legkorábban megjelenő nem rokon kötelékek a barátság keretein belül szerveződnek. Már kisgyermekkortól kezdődően baráti kapcsolatok relációjában helyezük el magunkat, társas önmeghatározásunkban fontos referenciapontként szerepel a legjobb barát személye. Ez a konkrét személy az életkor előrehaladtával változhat, legtöbbünknek nem az óvodás-, vagy kisiskolás kori társai a legjobb barátai felnőttkorunkban. Ennek oka a kapcsolatok kialakításban szerepet játszó értékek változása, amelyek azzal összhangban változnak, ahogy a személy élethelyzete és énképe változik az egyéni fejlődés során (áttekintését lásd: Cole & Cole, 2003). Mindazonáltal a legjobb barátunk mindig kitüntetett helyet foglal el a társas kapcsolataink között, a vele töltött idő és a neki való segítségnyújtás eltérő elbírálás alá kerül, mint a kevésbé erős kötődéssel jellemezhető kapcsolatainkban megjelenő, hasonló jellegű aktivitás.

A baráti kapcsolatok egyfajta szövetségi rendszereknek tekinthetőek, speciális költség, és kockázati jellemzőkkel. Steven Pinker (2002) szerint problémahelyzetekben mutatkozik meg igazán, hogy ki a barát, ugyanis evolúciós szempontból a barátság értelme az, hogy védelmet nyújtson az ilyen jellegű helyzetekben is, amikor a segítségnyújtás másoknak már nem érné meg az együttjáró kockázatot és fáradságot. A baráti kapcsolatok az ember társas életének a párkapcsolatokhoz hasonlóan fontos építőkövei, és bár gyakran a párkapcsolati partnerünkre is közeli, vagy akár a legjobb barátunkként tekintünk (Hendrick & Hendrick, 1993), de a két típusú kapcsolat között számos jellemzőjüket tekintve fontos különbségeket találunk. A baráti kapcsolatokat az egyéb interperszonális kapcsolatoktól leginkább az önkéntességük, alapvetően informális természetük különbözteti meg. A párkapcsolatok fő funkciója az egyén reprodukív sikerességének közvetlen biztosítása, a velünk baráti viszonyban álló személyektől azonban általában nem szeretnénk gyereket, más jellegű célok mentén szerveződik a felek viszonya (Sprecher & Regan, 2002). A baráti kapcsolatokat inkább a kellemes közös időtöltés, a másikkal való együttlét szexuális motivációktól független jutalmazó ereje miatt tartjuk fenn és értékeljük nagyra. Informális jelleggel, önkéntes alapon szerveződnek, általában nem elsősorban egy közös cél megvalósításának szolgálatában alakul

ki, hanem attól függetlenül. A baráti kapcsolatokra jellemző a másik fél nagy mértékű elfogadása, a felek számára kölcsönösen kielégítő volta (F. Lassú, 2003). A barátságválasztás ennek megfelelően eltér a párkapcsolati partnerek választásától, nem a számunkra szexuálisan vonzó jellemzők alapján keressük valakinek a baráti társaságát.

Az emberi társas kapcsolatok működését nagyban meghatározzák az olyan, kölcsönös segítségnyújtást előíró érzelmi adaptációk, mint a hála, a bűntudat, és az igazságosság érzése (Bereczkei, 2009). Humánétológiai megfigyelések tanulsága szerint a baráti kapcsolatokra már kisgyermekkorától kezdődően jellemző a cserére való hajlam és az ajándékozási készség (Eibl-Eibesfeldt, 1989). Ez a társas hajlandóság a későbbiekben is fennmarad, a kölcsönösség különösen fontos a baráti kapcsolatok fenntartásában. Karl Grammer (1992) arról számol be, hogy a barátságok már 4-6 éves korban is ezen az elven alapulnak, ritkák az aszimmetrikus kapcsolatok. Rotenberg és Mann (1986) iskoláskorúak vizsgálatában azt találta, hogy a gyerekek azon társaik iránt érzik a legerősebb kötődést, akik az övékével megegyező mértékű figyelmet, érdeklődést, és segítséget nyújtanak számukra. A felnőttkori barátságokban is a kapcsolat alapját képezi a kölcsönösség. Kruger (2003) baráti kapcsolatokban vizsgálta az önzetlenség megjelenését, és azt találta, hogy ennek a másik fél iránti pozitív érzelmeknél nyolcszor nagyobb mértékben jobb bejósolója a viszonzás hite. Felnőttkorban is szívesebben választjuk barátnak azokat a személyeket, akik irányunkban magas segítségnyújtási attitűddel rendelkeznek (Bereczkei, Birkás, & Kerekes, 2007).

John Tooby és Leda Cosmides (1996) ezt a jelenséget „bankárparadoxonnak” nevezi. Gondolatmenetük szerint a bankokat felkereső kölcsönigénylők számára hamar világossá válik, hogy általában a bankok csupán pontosan annyi kölcsönt hajlandóak adni, amennyiről a hitelkérelmező bizonyítani tudja, hogy nincs rá szüksége (vagyis rendelkezik ennyivel). Számukra ugyanis a kölcsön (befektetés) megtérülése az elsődleges fontosságú, ennek kockázatát pedig az erős biztosítékok megkövetelésével tudják leginkább csökkenteni. Az elméletalkotók szerint az emberi társas kapcsolatokban is hasonló mérlegelések érvényesülnek, el kell döntenünk, kik azok, akiknek érdemes segítséget nyújtanunk, velük szövetségre lépünk. Ennek az egyik módja az, ha olyan emberekkel alakítunk ki ilyen kapcsolatokat, akiknek szintén haszna van abból, amiből nekünk is. A saját céljaink elérésére törekvésünk mások számára is hasznot hozhat, anélkül hogy akár bármi, biológiai értelemben altruista cselekedetet is végre kellene hajtunk. Vagy arról van itt szó, hogy a két személy érdekei és preferenciái megegyeznek, ezért jól tudnak együtt vagy egymás mellett működni.

Pinker (2002) ezt az élővilágban oly gyakori szimbiotikus kapcsolatokhoz hasonlítja, ahol is a két élőlény azért társul, mert mindkettőjük életvitelének mellékhatásai a másik fél számára hasznosak. Mindkét fél profitál a kapcsolatból, méghozzá úgy, hogy egyiküknek sincs plusz kiadása. A baráti kapcsolatokban mindkét fél érdekeit szolgálja a kötelék fenntartása, az együtt töltött idő mindkettőjük számára több hasznot hajt, mint amennyi költséggel jár.

A felnőttkori barátság ebben tehát erőteljesen eltér a rokoni kapcsolatoktól, ahol a segítségnyújtás nem feltétlen a kölcsönösségen alapul (Bereczkei, 2003). Egyéb tényezőkben azonban számos párhuzam is vonható a két típusú kapcsolat között. Az egyik hasonlóság az, hogy a barátok és a rokonok egyaránt gyakran alkotnak koalíciós csoportokat. Az *Homo sapiens* evolúciós múltja során ezek a kis létszámú koalíciós szövetségek az egyének ökológiai környezetének meghatározó részét képezték, a számukra biztosított érzelmi és anyagi támogatás nagy része e csoport tagjaitól származott (Ackerman, Kenrick, & Schaller 2007). A rokonfelismerésért felelős mentális algoritmusok gyakran kevés, és esetenként félrevezető információ alapján hoznak döntést, ezért előfordul, hogy időnként a velünk vérrokonsági kapcsolatban nem álló személyeket is rokonként azonosítjuk, mely kategorizáció a feléjük irányuló viselkedésünket is meghatározza. Ilyen információforrás lehet a közös lakhely, a fenotípusos hasonlóság, vagy az emocionális közelség érzete (DeBruine, 2002; Korcmaros & Kenny, 2001; Park & Schaller, 2005). Lisa DeBruine 2005-ben publikált kutatási eredményei is alátámasztják ennek a tendenciának a meglétét, ahol is a vizsgálati személyek által látott arcképek tulajdonosai iránti bizalmuk megnőtt, ha hasonlónak látták magukhoz, viszont ezzel a bizalomnövekedéssel párhuzamosan a feléjük irányuló szexuális vonzódásuk pedig lecsökkent. Tehát minél inkább hasonlít hozzánk valaki, annál inkább rokonként, megbízhatóként tekintünk rá, és ennek megfelelően a feléje irányuló szexuális motivációnk is csökkenést mutat. Szívesebben segítünk azoknak a személyeknek, akiket jellemző tulajdonságaik tekintetében hozzánk hasonlónak érzünk (Maner és mtsai, 2002). Az egy irányba mutató eredmények alapján tűnik, hogy a baráti kapcsolatok a rokoni kapcsolatainkhoz hasonlóképpen képeződnek le az elménkben és a viselkedésünkben. Olyannyira így van ez, hogy egyes kutatók ezt a fajta relációt már „pszichológiai rokonságként” is címkézik (Bailey, 1988).

A barátok rokonokhoz hasonlóképpen való kezelésében nemi különbségeket is találunk, a nőkre inkább jellemzőnek tűnik ez a típusú kategória-kiterjesztés. A férfiak reprodukív sikerességét a nőkénel jóval nagyobb mértékben határozza meg a társas státuszuk,

a dominanciahierarchiában elfoglalt helyük (Buss, 1989). A férfiak ennek megfelelően jóval kompetitívebbek a társkapcsolataikban, a nőkre viszont inkább a kooperatív kapcsolattartás jellemző, ami a rokoni kapcsolatoknak is alapvető jellemzője. Joshua Ackerman és munkatársai (2007) szerint ez a típusú magyarázat inkább az egynemű baráti kapcsolatokra igaz, az ellentétes nemű barátokra viszont nem. Az ebbe a típusban tartozó kapcsolatok fő meghatározó faktora a nőknek a szülői ráfordítás különbségeiből (Trivers, 1972) fakadó nagyobb mértékű párválasztási tudatossága. Ugyan mindkét nem elutasítóan reagál egy ellentétes nemű rokonnal való szexuális kapcsolat lehetőségére, de a nők a rokoni tulajdonságokat hordozó baráti kapcsolatokban (pl.: fenotípusos hasonlóság stb.) is jóval inkább hajlamosak az elutasításra, mint a férfiak.

Az előzőekben felsorolt tényezőknek megfelelően a nők és a férfiak eltérő kapcsolati rendszerekkel rendelkeznek.(Bereczkei, 2003). A férfiak egynemű kapcsolataira a dominanciahierarchia, a verbális és fizikai agresszió magasabb szintje, valamint egy átmenetibb és feladat-orientáltabb szerveződés jellemző (Baumeister & Sommer, 1997; Boulton & Smith, 1992). A nők csoportjai ezzel szemben jóval zártabbak, kisebb létszámúak, és mélyebben beágyazottak, a társas-emocionális kötelékek által jóval inkább befolyásoltak, mint a férfiak hasonló jellegű csoportjai. (Barth & Kinder, 1988; Freedman & DeBoer, 1979). Az ellentétes nemű baráti kapcsolatokban is található nemi különbség, a nők a férfiakhoz képest kevésbé vonzódnak szexuálisan az ellentétes nemű barátjukhoz, és a lehetséges szexuális kapcsolatot is csak kis mértékben tartják az ilyen típusú baráti kapcsolatok kialakulása előjelének (Bleske-Rechek & Buss, 2001). Egy vizsgálatban a szexuális és altruisztikus motivációkat vizsgálták rokonok, barátok és idegen személyek viszonylatában (Ackerman és mtsai, 2007). A nők a barátaikat szexuális szempontból hasonlóan kezelik a rokonaikhoz, a velük folytatott (incesztuózus) elképzelt kapcsolatot jobban elutasították, mint a férfiak. A nepotizmusban is megjelent a különbség, a nők a rokonaikhoz hasonló mértékű segítségben részesítették barátaikat is, míg a férfiak inkább az idegenekhez hasonlóan kezelték őket.

A közeli barátok kommunikációja zökkenőmentes, relatíve hatékony és pontos, együttműködésük olajozott, mint ahogy azt az LGT együttes egyik dala olyan jól szemlélteti: „Értünk egymás nyelvén, minden szó beszél”. Ennek oka egyrészt az lehet, hogy a felek jól ismerik egymást, másrészt pedig vélhetőleg bizonyos tulajdonságaikat tekintve hasonlítanak is egymásra. Kérdés, hogy ez a hasonlóság már a kapcsolat kialakításának kezdetén jelen van,

megteremtve ezzel a szoros kötelék kialakításának lehetőségét, vagy inkább csak az együtt töltött idő alatt alakul ki, a két ember folyamatos összecsiszolódásának eredményeképp.

A hasonlóság kapcsolati szerepe, a *homogámia* jelensége a párkapcsolatokon belül széles körűen vizsgált terület (pl.: Bereczkei, Gyuris, & Weisfeld, 2004), ugyanakkor a baráti kapcsolatok vonatkozásában még keveset tudunk róla. A kevés idevágó kutatás egyike Kibeom Lee és munkatársainak (2009) vizsgálata, melynek eredményei szerint a közeli baráti kapcsolatok tagjainak önjellemzése és a barátai által adott jellemzése átfed az őszinteség-alázatosság és a nyitottság személyiségdimenziókban. Ezen túlmenően a közeli barátok (sokkal inkább, mint a távolabbi ismerősök) hajlamosak e két, az egyéni identitásban kulcsszerepet betöltő dimenzióban mutatkozó hasonlóság túlbecslésére, de a többi, ebből a szempontból kevésbé meghatározó dimenzióban viszont nem.

### **3.1.1. Humor és baráti kapcsolatok**

A baráti kapcsolatok fenntartásában és szabályozásában fontos szerepet tölt be a humor, sok szempontból befolyásolja az informális kapcsolatainkat. Az egynemű és az ellentétes nemű baráti kapcsolataink kialakításánál egyaránt a legfontosabb jellemzők közé soroljuk a partner jó humorérzékét (Bleske-Rechek & Buss, 2001; Goodwin & Tang, 1990; Sprecher & Regan, 2002). A jó humorú embereket számos egyéb, szociális szempontból vonzó karakterjeggyel ruházzuk fel, amelyek a velük való baráti kapcsolat kialakítására vonatkozó kívánatosságukat is emelik. Ilyen tulajdonságok többek között a barátságosság, az extravertió, a kedvesség, az érdekesség és a jó képzelőerő, az intelligencia, valamint az érzelmi stabilitás is (Cann & Calhoun, 2001).

A humor tehát vonzó jelleg, előnyben részesítjük a humoros barátok társaságát. A humor ugyanis számos olyan funkcióval bír, amely előnyöket biztosít a kapcsolat működtetésére-, és a humoros emberrel való kapcsolatból származó indirekt előnyökhöz való hozzájutásra vonatkozóan egyaránt. A humornak az egyénre jellemző, általános megjelenési mintázata felmérésének az utóbbi évek humorkutatásban egyre szélesebb körben alkalmazott eszköze a Rod Martin és munkatársai (2003) által kifejlesztett Humor Stílus Kérdőív. Ez a vizsgálati eszköz az egyénre jellemző hétköznapi humoralkalmazás mértékét mutatja meg négy humorstílus mentén. Ezek közül kettő a társak felé irányuló, pozitív (kapcsolatépítő) és

negatív (agresszív) humor szintjét, kettő pedig az önirányított, szintén pozitív (énvédő) és negatív (énleértékelő) humoralkalmazás egyéni mértékét mutatja meg. Az egyes humorstílusok eltérő funkciókkal bírnak (részletesen lásd: 4.3.), ezért a felénk irányuló, baráti kapcsolatokban megjelenő preferenciák feltárása alapján árnyaltabb képet kaphatunk az ilyen jellegű kapcsolatok humor általi meghatározottságáról. A magasabb kapcsolatépítő és alacsonyabb énléértékelő humorszinttel jellemezhető egyének nagyobb mértékű intimitásról számoltak be a közeli kapcsolataikban. Emellett az énvédő humor személyes szintje pozitív együttjárást mutatott a társas támogatás észlelt mértékével való elégedettséggel, míg az énléértékelő humornál ezzel ellentétes mintázatot tárt fel a teszt kidolgozását követő kutatás (Martin és mtsai, 2003). A magasabb kapcsolatépítő és énvédő humorszint alacsonyabb magányosságérzéssel és szorongási szinttel párosult, szemben az énléértékelő humorral, melynek egyéni szintje ellentétes irányúan jelezte előre ezt a két tulajdonságot (Martin, 2007). A kapcsolatépítő humor magas-, és az agresszív humor alacsony szintjével rendelkező egyéneket kellemesebb kapcsolati partnerként, megbízhatóbb, nagyobb érzelmi biztonságot nyújtó és közvetlenebb társaként jellemezték az azonos nemből származó barátaik (Martin, 2007). A baráti kapcsolattal való elégedettséget tehát a kapcsolatépítő humorstílus előnyösen befolyásolja, míg az agresszív humor inkább a kapcsolattal való elégedetlenség érzetével járhat együtt.

Az egyes humorstílusoknak a kapcsolatok kialakításában és fenntartásában betöltött szerepét több kutatás is vizsgálta, és eredményeik azt mutatták, hogy a pozitív humorstílusok egyfajta szociális ügyességként, míg a negatív humorstílusok ezeknek a társas ügyességeknek a hiányaként határozhatóak meg (Yip & Martin, 2007; Kuiper és mtsai, 2004). Egy, a kérdőívvezésnél magasabb ökológiai érvényességű, naplóvezetésen alapuló vizsgálatban a résztvevők minden hétköznapi, tíz percnél hosszabb társas interakcióját mérték intimitás, élvezeti érték és önértékelés szempontjából (Nezlek & Derks, 2001). Az eredmények azt mutatták, hogy a magasabb énvédő humorú személyek nagyobb mértékben elégedettek a napi társas interakcióikkal, valamint az interakciók alatti magasabb önbizalmi szintről számoltak be. Az énvédő humorszint nem befolyásolta az interakciók számát, vagy a bennük tapasztalt intimitás mértékét. A szerzők szerint a humort megküzdési eszközként gyakrabban használó személyekkel való együttlét élvezetesebb társaik számára, valamint a kommunikáció hatékonyságát is növeli a résztvevő felek között. Egy másik, az előbbihez hasonló jellegű vizsgálatban a közeli barátokkal folytatott napi interakciókban vizsgálták a humor szerepét (Martin, 2007). Az egyénre jellemző magasabb kapcsolatépítő humorszint pozitív

összefüggést mutatott a barátokkal folytatott pozitív napi interakciók gyakoriságával, míg az énvédő humor a pozitív verbális interakciókkal függött össze. A két negatív humorstílus viszont az inkább negatív verbális kommunikációs aktusok és közös tevékenységek (pl.: vitatkozás, kritikus megjegyzések) számával mutatott összefüggést.

A humorstílusoknak a társas kapcsolatokban betöltött szerepét a téma irodalmának széleskörű ismerete alapján Rod Martin (2007) a következőképpen foglalta össze: A kapcsolatépítő és az énvédő humor magasabb szintje jobb kapcsolatkezdeményezési készséggel, a személyes információk hatékonyabb megosztásával, a közeli ismerősökkel fenntartott pozitívabb és kielégítőbb kapcsolatokkal, valamint alacsonyabb szintű magányosságérzéssel és szorongási szinttel társul. Az agresszív humor ezzel szemben a társakkal folytatott gyakoribb negatív interakciókkal jár együtt, emellett alacsonyabb empátiás képességekkel, a társas kapcsolatokban felmerülő problémák kevésbé hatékony megoldási képességével, valamint a kapcsolatokkal való kisebb mértékű elégedettséggel mutat együttjárást. Az énléértékelő humor pedig alacsonyabb asszertivitással társul, a közeli barátokkal folytatott interakciók gyakran negatívabbak, a személy nagyobb mértékű magányossággal, szorongási szinttel, valamint bizonytalan kötődési mintázattal, valamint a társas támogatás és a kapcsolati intimitás alacsonyabb általa észlelt szintjével jellemezhető. Fontos ugyanakkor, hogy ez a negatív humorstílus, az agresszív humorral ellentétben, nem függ össze negatívan a kapcsolati partnerek irányában kifejeződő negatív értékeléssel és elégedetlenséggel.

A legjobb baráttal fennálló kapcsolat az egyén számára a hétköznapi stressztől való megszabadulás terepe is, melyben a humornak az általános érzelmi állapotra gyakorolt pozitív hatása révén nagy szerepe van. Ezt támasztja alá az az eredmény is, miszerint a humor által kiváltott vidámság segítségével jobban el lehet feledtetni a negatív érzelmeket, mint egyéb pozitív érzelmelek, például a törődés vagy a szeretet által (Strick, Holland, Baaren, & Knippenberg, 2009).

### **3.1.2. A humor nemi különbségei a baráti kapcsolatokban**

További fontos kérdés a humor nemek szerinti eltérése, a női és férfi, illetve a vegyes nemű baráti kapcsolatokra gyakorolt hatásának a meghatározása. A produktív humorra



vonatközóan például a férfiakra a vicceselés, míg a nőkre a humoros anekdoták mesélése jellemző inkább (Crawford & Gressley, 1991). A naiv pszichológiai feltevésekkel ellenkezően a nők nem élvezik kevésbé a szexuális tárgyú humort, mint a férfiak (Hemmasi, Graf, & Rush, 1994), csak vélhetően inkább a társas elvárás hatás és az eltérő ingerküszöbük (az „alpári” humor kevésbé vicces számukra) miatt reagálnak a férfiaktól eltérő módon az ilyen jellegű humorra. A nők azokat az ilyen tárgyú vicceket tartják humorosnak, amelyekben a nők nincsenek megalázó helyzetben feltüntetve.

Jennifer Hay (2000) a humor interperszonális funkcióit vizsgálta eltérő összetételű felnőtt csoportok beszélgetésének elemzése révén. A beszélgetéseket 18, kis létszámú csoportnál rögzítették, melyek férfi és női egynemű, valamint kevert nemű elrendezésűek voltak. A beszélgetések helyszíne a résztvevők otthona volt, akik azt tudták ugyan, hogy magnóra veszik a társalgásukat, de azt nem, hogy vizsgálat fókuszában a beszélgetésben elhangzó humor áll. Számos eltérő humorfunkciót határoztak meg a szövegek elemzése alapján, melyeket három átfogó kategóriába (faktor) soroltak be. Az első az *erő vagy hatalom használatán alapuló* (pl.: agresszív ugratás), a második a *szolidaritáson alapuló* (pl.: baráti ugratás, humoros történetek mesélése), a harmadik pedig a *pszichológiai humor* elnevezést kapta (humor alkalmazása a problémákkal való megküzdés során). A nők sokkal hajlamosabbak voltak a szolidaritáson alapuló humorhasználatra mind az egynemű női, mind pedig a kevert nemű elrendezésekben. Az ilyen típusú humorizálásba tartozott a személyes információk humoros formában való közlése is, amely a partner bizalmának felkeltésén túl a kommunikáció személyességének kialakulásához járul hozzá. Ezen túlmenően a beszélgetés érzelmi kontroll alatt tartását is lehetővé teszi a női humor e típusú alkalmazása. Az ugratás barátságos vagy ellenséges formái egyaránt jellemzőek voltak az egynemű elrendezésekre, viszont a kevert nemű csoportokban ez kevésbé jelent meg.

Úgy tűnik, hogy a párválasztási szituációt idéző kétnemű elrendezésben a nemek nem vonultatják fel a teljes humor által elérhető eszköztárakat, inkább csak annak kapcsolatépítő funkcióját használják a társalgás során. Az ugratás a férfiak csoportjaira csak kis mértékben volt jellemzőbb, mint a nőkére, amely a humor egynemű kapcsolatokon belüli fontos kapcsolatszabályozó szerepét mutatja. A megküzdési eszközként való humorhasználat szintén jellemzőbb volt az egynemű elrendezésekre, de itt már jelentős nemi különbségek mutatkoztak az egynemű csoportok között abban, hogyan használják a humort megküzdési eszközként a két nem tagjai. A férfiak hajlamosabbak a beszélgetésekben felmerülő

problémák megoldására koncentráltan, a kontextus keretein belül humorizálni, míg a nők inkább az életük általánosabb problémáira válaszként, az adott beszélgetés kontextusán kívülre vonatkozóan alkalmazzák a humort.

A férfiak és a nők tehát humorpreferenciájuk és a humorra adott érzelmi reakcióik tekintetében nem különböznek egymástól számottevően, de abban némileg igen, hogy a humort milyen társas célok elérésének eszközeként használják. A különbség magyarázatának egyik megközelítése szerint a nők és a férfiak némileg eltérő társalgási célokkal jellemezhetők (Tannen, 1990). A nők baráti beszélgetéseinek célja az intimitás, a közelség érzetének az erősítése a jelenlévők között, míg a férfiak célja inkább a pozitív énfelmutatás, a társas elismertségük növelése. A nők gyakran használnak énfeltáráson és énfelértékelésen alapuló humort a csoport szolidaritásának és közelségérzésének növelésére, míg a férfiak inkább a mások előtti kedvező kép kialakítása szolgálatában, elsősorban szórakoztatási céllal alkalmazzák a humort.

### **3.2. Párkapcsolatok**

A nők és a férfiak eltérő párválasztási preferenciákkal és stratégiákkal rendelkeznek (Bereczkei, 2003). A vonzerőt kiváltó tulajdonságok olyan információkat szolgáltatnak a lehetséges partnerek számára, melyek előre jelzik az adott egyed párértékét. Ezek a rátermettséggel (fitness) kapcsolatos ún. fitnesszindikátorok kulcsszerepet játszanak a párválasztási folyamatban (Alcock, 1998; Miller, 2006). Elsősorban a felek biológiai értelemben vett párértékéről közölnek információt, tehát arról, hogy mekkora a közös utódok jövőbeli túlélési és szaporodási valószínűsége. Mivel mindkét fél számára elsődleges genetikai képviselőjük minél nagyobb arányban való elterjesztése a következő generációban, ezért az ezzel kapcsolatos jelzések, és a jelzések detektálása mindkét fél számára haszonnal jár a párválasztás során (Gangestad & Thornhill, 2008).

A nemek szerinti preferencia-különbségek oka az, hogy eltérő tulajdonságok jelzik előre a férfiak és a nők párértékét. A preferenciák nemeken belüli univerzalitást mutatnak, amelyen belül viszonylag jelentős individuális különbségek vannak jelen. Az egyéni különbségeket kialakító adaptációs mechanizmusok elemzése csak az utóbbi évtizedben került az evolúciós pszichológusok érdeklődésnek homlokterébe (Buss & Greiling, 1999), jelentős

lehetőségekkel gazdagítva az emberi viselkedés evolúciós szempontú megértését célul kitűző kutatási irányvonalakat (Nettle, 2007).

### **3.2.1. Evolúciós párválasztási modellek**

A vonzerőt kiváltó testi jelzések egy összetett jelzésrendszer részeit képezik, melyek az evolúciós adaptációként létrejött párválasztási stratégiák és taktikák működése révén befolyásolják az egyének reprodukív sikerességét. A párválasztási stratégiák olyan viselkedéses és kognitív döntéshozatali adaptációk, melyek strukturálják és irányítják az egyedek általános reprodukív erőfeszítéseit (Simpson & LaPaglia, 2008). A motivációs rendszer működése révén olyan döntések meghozatalához járulnak hozzá, melyek révén az egyén szomatikus és szaporodási erőfeszítéseit optimális egyensúlyban tartásával járulnak hozzá összesített rátermettsége növeléséhez.

A párválasztási taktikák pedig az egy bizonyos párválasztási stratégiát követő egyének konkrét viselkedéses megnyilvánulásai, vagyis egy stratégia megvalósítása többféle viselkedés (taktika) révén is kivitelezhető. A monogám fajoknál például, ahol nem csak az anya, hanem az apa szülői ráfordítása igen magas, az apák az utódjaiknak nyújtott magas támogatási ráta mellett nyitottak a más nőstényekkel folytatott, relatíve alacsony költségű párosodási lehetőségek felé. Az ilyen kevert stratégiák (Trivers, 1972) kivitelezésében több párválasztási taktika is szerepet játszhat. Az ember esetében a szaporodási sikerességet számos tényező befolyásolja, ezért a szelekciós folyamat a stratégiák és taktikák olyan rugalmas készleteit hozta létre, melyek aktivációját az adott egyed fizikai és társas környezete határozza meg. Norman Li és munkatársai (2002) vizsgálati eredményei jól példázta e mechanizmus működését. Férfiakat és nőket kérdeztek meg arról, hogy ha a „párválasztási piacon” bizonyos mennyiségű kredittel rendelkeznének, azt mire költenék. Alacsony befektetési lehetőségek esetén a férfiak a partnernek az utód rátermettsége szempontjából elsődleges kvalitásaira, annak egészségességére és termékenységére költöttek, a nők pedig a férfiak erőforrás-fenntartó képességére. A költségvetés növekedése esetén azonban ezek a tényezők mellett egyre inkább megjelentek olyan egyéb tulajdonságok, melyek az előbbieknél kisebb mértékben ugyan, de szintén hozzájárulnak az utód sikerességéhez (pl.: intelligencia, kreativitás, humor).

A párválasztás témaköre a legintenzívebben kutatott terület az evolúciós pszichológián belül (Dunbar & Barrett, 2007). A korábbi kutatási eredmények jó összegzését nyújtja Stephen Gangestad és Jeffrey Simpson (2000) Stratégiai Pluralizmus Modellje (SPM). Az elmélet kiindulópontjai a következők: (1) a természetes szelekciós folyamat a párválasztási stratégiák és taktikák kicsi és flexibilis készletét alakította ki, amelyeket az emberek a fizikai és a társas környezetből származó információk függvényében alkalmaznak. (2) A modell elsősorban a szexuális attitűdök és viselkedés nemi belüli változatosságának magyarázata szolgálatában áll, az ebben mutatkozó nemek közötti különbségek figyelembevétele mellett. (3) Az elképzelés szerint az emberi párválasztási stratégiákat és taktikákat két fő cél mentén írhatjuk le: a jó génekkel rendelkező partner kiválasztása; valamint a jó szülői és partnertulajdonságokkal rendelkező társsal való kapcsolat kialakítása.

A modell szerint az evolúció mindkét nem esetében elsősorban a feltételes, vagy kevert stratégiák kialakításának kedvezett. A nők eszerint az evolúciós fejlődés révén képessé váltak a lehetséges partner erőforrásaira és életképességére utaló jeleket felmérni és értékelni, a különböző hatótényezők függvényében. Ha például egy férfi alacsony ráfordítási-hajlandóságot mutat, mint a riválisai többsége, akkor vele a nők csak abban az esetben létesítenek kapcsolatot, ha egyéb tulajdonságaiban (pl.: életképesség, vonzerő stb.) magas értéket képvisel. A párválasztásnak ez a mechanizmusa mindkét nem részéről az őszinte jelzések kialakításának kedvezett, vagyis az olyan tulajdonságok létrejötte, amelyek a hordozójuk valódi rátermettségéről adnak számot, sok ráfordítással járnak, és ezért nehezen hamisíthatók (Bereczkei, 2003). Az őszinte jelzések preferenciája leginkább abban az időszakban domborodik ki igazán, amikor a nők párválasztási döntései magas fertilitási esély mellett születnek meg, vagyis a nők ovulációjának idején (Alvergne & Lummaa, 2010).

Az SPM tehát az evolúciós pszichológiai tárgyú, párválasztással kapcsolatos kutatások eredményeit foglalja egy modellbe. Ebből fakad azonban az a hiányossága is, hogy a párkapcsolatokat csak a kezdeti vonzerő megjelenéséig követi, de a kapcsolat kialakításában és későbbi szabályozásában szerepet játszó tényezők már hiányoznak a modell (és az EP kutatások többségének) fókuszából. Ezzel a területtel a szociálpszichológusok már régóta foglalkoznak, eredményeik nagy segítséget nyújtanak az evolúciósan kialakult céloknak és taktikáknak a társas környezet jelzéseihez való adaptálódási folyamatának értelmezésében (pl.: Fletcher & Overall, 2008).

Garth Fletcher és Jeffrey Simpson (1999) egy olyan modellt hozott létre, amely a párkapcsolatoknak a társas környezet, elsősorban a partner jellemzőinek függvényében való kialakításának és fenntartásának a mechanizmusát írja le. Az Ideális Elvárások Modellje öt, egymással összefüggő feltevésen alapul: (1) az egyének rendelkeznek a társakra és a kapcsolatokra vonatkozó olyan ideális elvárásokkal, melyek megelőzik a konkrét párkapcsolatok kialakítását, és nagymértékű nemek közötti különbségeket mutatnak. (2) A partnerekkel szemben támasztott követelmények dimenzióit a Strukturális Pluralizmus Modelljében lefektetett két alapvető cél határozza meg. (3) a partnerre és a kapcsolatra vonatkozó értékeléseket az ideális elvárások és az észlelt valóság viszonya határozza meg. (4) az elvárások és a realitás közötti észlelt meg nem felelések három cél elérését teszik lehetővé, melyek a kapcsolat értékelése, annak magyarázata és szabályozása. (5) az ítéletek pontosságának mértékét két, egymástól független, általános cél határozza meg, a pontosságra és az igazságra való törekvés, valamint a már fennálló kapcsolat pozitív megítélése iránti vágy.

### **3.2.1.1. Az önértékelés és partnerértékelés szerepe a párválasztásban**

A modell többlépcsős faktoranalitikus tesztelése arra az eredményre vezetett, hogy az emberek három fő dimenzió mentén értékelik a jelenlegi és a potenciális párkapcsolati partnereiket: melegszívűség / megbízhatóság, vonzerő / életerő, és státusz / erőforrások (Fletcher, Simpson, Thomas, & Giles, 1999). A kutatás feltárta az egyes dimenziókhoz tartozó tételeket, melyek a következők: (1) megértő / megbízható – megértő, támogató, tapintatos, kedves, meghallgatja a másikat, érzékeny; (2) vonzerő / életerő – kalandkedvelő, jó alakú, társaságkedvelő, szexi, vonzó, jó szerető; (3) státusz / erőforrás – jó állása van, biztos az anyagi helyzete, szép háza vagy lakása van, sikeres, jól öltözködik.

A dimenziókhoz tartozó tulajdonságok összhangban vannak a SPM-mel, vagyis a jó gondoskodó tulajdonsággal vagy a jó génekkel rendelkező partnerek megszerzése áll az emberek érdeklődésének fókuszában. A melegszívűség és megbízhatóság a partnernek a közös utódokra és párkapcsolatra irányuló befektetési hajlandóságát jelzi. A státusz és erőforrások azt mutatják, hogy az egyén rendelkezik az utódvállaláshoz szükséges eszközökkel. A vonzerő és életerő pedig az egyének jó génállományát, magas termékenységét

és átlagosan jobb immunképességét és egészségi állapotát hivatott jelezni. A kutatások azt mutatják, hogy minél nagyobb átfedés mutatkozik az egyéni elvárások és a partner értékelése között, az egyének annál elégedettebbek a kapcsolatukkal (Fletcher és munkatársai, 1999), annál kisebb az esély a kapcsolat felbomlásának (Fletcher és munkatársai, 2000), és annál kevésbé próbálják a felek szabályozni vagy megváltoztatni a partnerüket (Overall, Fletcher, & Simpson, 2006).

Fontos hozzátenni még, hogy jelentős nemben belüli eltéréseket is találtak az egyes dimenzióknak tulajdonított fontosság vonatkozásában. Sok tulajdonság van, amit az ideális partnerben fontosnak tartanak az emberek, de az egyének összes ideális elvárása biztosan nem valósul meg egy adott személyben. Ennek megfelelően trade-off mechanizmusok működnek a párválasztásban, az emberek helyzetük függvényében bizonyos tulajdonságokat fontosabbnak tartanak, mint másokat. A nők hosszú távú kapcsolataikban a férfiaknál nagyobb jelentőséget tulajdonítanak a partner melegszívűségének és megbízhatóságának, valamint státuszának és erőforrásainak, a férfiak viszont partnerük vonzerő és életerő dimenzióját tartják fontosabbnak, mint a nők (Fletcher, Tither, O'Loughlin, Friesen, & Overall, 2004).

A partner tulajdonságainak preferenciája ezen túlmenően nagymértékű egyéni különbségeket mutat, amelynek a magyarázatát az egyén önértékelésében találjuk meg. A párkapcsolati érték önészlelése kulcsszerepet játszik a folyamatban tehát, amely a jelenlegi és a potenciális partnerek értékelésének az előzőekben bemutatott dimenziói, a melegszívű / megbízható, vonzerő / életerő, és a státusz / erőforrások önmagukra vonatkozó értékelése mentén alakul ki (Fletcher & Boyes, 2004). Ha a személyek egy adott dimenzión pozitívabb önértékelést adtak maguknak, akkor a partner esetében is fontosabbnak tartották az ehhez kapcsolódó tulajdonságok meglétét. További bizonyíték e mellett, hogy abban az esetben is hasonló eredmények születtek, amikor egy direkt a párérték mérésére szolgáló eszközt használtak a vizsgálatban (Fletcher, Boyes, Overall, & Kavanagh, 2006).

A kutatók azt a következtetést vonták le az adatokból, hogy az egyének önmaguk párértékét ugyanazok a szempontok alapján határozzák meg, mint amit a lehetséges és tényleges partnereik értékelése során használnak. Az önértékelés pedig ebben a folyamatban a partnerek értékelésének alapjául szolgál, vagyis annak a függvényében alakítják ki az ideális és az aktuális partnerre vonatkozó elvárásaikat a személyek, amit az adott dimenzióban önmagukról gondolnak. A feltevés vizsgálatát elvégezték a Big Five személyiségdimenziókkal kapcsolatosan (alátámasztva azt), de az ideális partnerre humorára

vonatkozó ilyen szempontból való elemzésének eredményei még hiányoznak az ismereteink közül.

### **3.2.2. Kötődési típus, partnerválasztás és humor**

A társas kapcsolatok kialakításának és fenntartásának képessége az egyik legfontosabb meghatározója az ember evolúciós értelemben vett sikeressége, túlélésének és szaporodásának biztosítása szempontjából (Buss & Kenrick, 1998). A közeli kapcsolatok kulcsszerepét írja le John Bowlby (1973) evolúciós elmélete is, melyben a korai kötődési kapcsolat típusainak jellemzőit és lehetséges funkcióit mutatja be. A későbbi kutatások arra a következtetésre jutottak, hogy a kötődési stílus a felnőttkori kapcsolatokat is alapvetően meghatározza (Shaver & Mikulincer, 2004).

Az egyéni kötődési típus két dimenzió, a *szorongás* és az *elkerülés* mentén írható le, melyek jól tükrözik a személynek a saját magára, valamint a hozzá közel álló emberekkel való kapcsolattartásra vonatkozó mentális modelljeit (Brennan, & Clark, & Shaver, 1998). A szorongó kötődési típusú egyéneket a kapcsolataik iránti aggodás, félelem a visszautasítástól és az elhagyottság érzése jellemzi. Az elkerülő kötődési típusú személyek számára kellemetlen a másokhoz való közelség és a tőlük való érzelmi függés érzése, emiatt nehezen nyílnak meg mások felé. A szorongó és elkerülő kötődési skálákon alacsony értékekkel jellemezhető egyének biztosnak érzik a közeli kapcsolataikat, nem félnek a mások általi visszautasítástól, és kellemes számukra a másokhoz való érzelmi közelség érzése. A klasszikus kötődésemélet szerint azok a személyek, akik pozitívan látják önmagukat (alacsony szorongási szint), és másokat (alacsony elkerülési szint), azok biztonságosnak látják a kapcsolataikat, magasabb társas önértékelésűek és sikeresebbek. A bizonytalanul kötődő személyek mintázatai pedig bizalmatlan (magas elkerülés, magas szorongás), elkerülő (magas elkerülés, alacsony szorongás), vagy aggodalmaskodó (magas szorongás, alacsony elkerülés) kötődési mintázatokba lettek besorolva, melyek mindegyikének tagjaira a szoros kapcsolatok kialakításának és fenntartásának valamilyen típusú problematikája jellemző. Ezek a kötődési típusok már korai életkorban kialakulnak, de a viselkedésre gyakorolt hatásuk végigkíséri a felnőttkort is (Simpson, Collins, Tran, & Haydon, 2007). Az énképre és a másokról alkotott képre gyakorolt erős hatása miatt a kötődési típus befolyásolja a társas kapcsolatokban

mutatott viselkedéseket és döntési folyamatokat. Részben a kötődési típus függvényében ítéljük meg mások cselekedeteit, és a velük kialakított kapcsolattal való elégedettség mértékét is nagyban befolyásolja.

A humor összetett szociális funkcióiból adódóan feltételezhetjük, hogy hozzájárul a hosszantartó és kielégítő társas kapcsolatok fenntartásához (Shiota és mtsai, 2004). A partnerkapcsolatok humor révén való élvezetesebbé tétele szintén hozzájárulhat a kapcsolattal való elégedettség növekedéséhez, ami elősegíti a kapcsolat fennmaradását. A humor és a kötődési típus némileg tehát hasonló hatást generálhat a kapcsolatokon belül, ezért érdekes lehet a két tényező közötti kapcsolat feltárása.

Egy belgiumi mintán végzett vizsgálatban pozitív összefüggést találtak az egyének éneleértékelő humora, és a barátaik és az édesanyjuk felé irányuló bizonytalan kötődési stílusa között (Saroglou & Scariot, 2002). Az éneleértékelő humor ezen túlmenően a bizalmatlan-elkerülő és a szorongó-ambivalens szelfmodellekkel is összefüggésben állt. Az éneleértékelő humor egy másik vizsgálat eredményei szerint is közeli ismerősökkel fenntartott kapcsolatok szorongó kötődési mintázatával függött össze pozitívan, míg a magas kapcsolatépítő humorral rendelkező egyénekre jóval kevésbé volt jellemző az elkerülő felnőtt kötődési típus (Kazarian & Martin, 2004). Arnie Cann és munkatársai (2008) azt találták, hogy a mások felé irányuló humorstílusok (kapcsolatépítő, agresszív) az elkerülő kötődési dimenzióval mutatnak összefüggést, a magas kapcsolatépítő humor alacsony elkerülés-értékekkel párosult, míg az agresszív humor magas szintje magas elkerülési szinttel járt együtt. A személynek önmaga felé irányított humorának pedig a szorongó kötődési dimenzióval mutatott kapcsolatot, az énvédő humor negatív, míg az éneleértékelő humor pozitív irányú összefüggésben állt vele. Emellett még a mások iránti pozitív attitűddel jellemezhető egyének (alacsony elkerülés-érték) nagyobb mértékű énvédő humorhasználatról számoltak be, amely típusú humor a kapcsolaton belül felmerülő esetleges stresszforrásokkal való megküzdés révén előnyösen befolyásolja a kapcsolatok működését, nem hagy lehetőséget a felek közötti esetleges feszültségek eszkalálódásának.

Vassilis Saroglou és munkatársainak (2010) egy közelmúltban publikált kutatási eredménye is hasonló megállapításra jutott a humorstílusok és a kötődési típus kapcsolatát illetően. A mások felé irányuló humor két típusa a mások felé irányuló kötődési modell (elkerülő dimenzió) pozitív (kapcsolatépítő humor) és negatív (agresszív humor) dimenzióit tükrözi. A problémákkal való megküzdéshez hozzásegítő humor (énvédő), és a mások



figyelmét és megbecsülését a saját hibáinak pellengérré állítása révén elérni szándékozó humor (énleértékelő) pedig a pozitív és negatív énképet megjelenítő kötődési dimenzióval áll összefüggésben (szorongás dimenzió).

A vizsgálatok a kötődési típus és az egyéni humorstílusok kapcsolati elégedettségre gyakorolt hatásával is foglalkoztak (pl.: Saroglou és mtsai, 2010), de a kötődési típus párkapcsolati humorpreferenciákkal való összefüggését vizsgáló kutatások eddig még hiányoznak.

### **3.2.3. Homogámia és párválasztás**

A hasonlóság keresése vagy más néven asszortatív párválasztás számos kutatás eredményei szerint alapvető jellemzője az emberi párkapcsolatoknak (Bereczkei, Gyuris, Köves, & Bernáth, 2002). Pozitív korrelációs kapcsolatot találtak a vizsgált párok tagjai között életkoruk, szocioökonómiai státuszuk, rasszuk, intellektuális képességeik és végzettségük, fizikai vonzerejük, antropometriai jellegeik és egyes személyiségjegyeik vonatkozásában (Bereczkei & Csanaky, 1996; Bereczkei, Vörös, Gál, & Bernáth, 1997; Keller, Thiessen, & Young, 1996; Mascie-Taylor, 1988,1995; Penton-Voak, Perrett, & Peirce, 1999). A hasonlóság mértékét nagyban befolyásolja a vizsgált vonás jellege. A párok közötti hasonlóságot mutató korrelációk középestől magas értékeket mutattak az életkor, a testmagasság, a vonzerő, az attitűdök és intelligencia kapcsán (Luo & Klohnen, 2005, Watson és munkatársai, 2004). A személyiség vonásokban mért hasonlóság viszont ennél kisebb értéket mutat például a lelkiismeretesség és a kedvesség (Zentner, 2005), valamint a kötődés és a saját és a partner által megítélt személyiségjellemzőkben (Watson és mtsai, 2004). Ez utóbbi vizsgálatban azt is kimutatták, hogy ez a típusú hasonlóság a partnerek között nem annak tudható be, hogy az egymáshoz hasonló emberek hasonló dolgokat is csinálnak (pl.: iskola, hobbi, szórakozás), vagy akár együtt dolgoznának, vagy egymás közelében laktának, emiatt gyakrabban találkoznak. A hasonlóság ettől függetlenül megjelenik, amely tényből két fontos kérdés adódik: 1) miért hasonlítanak a párok egymáshoz számos tulajdonságukban (ultimatív, a funkcióra vonatkozó kérdés); 2) hogyan jön létre az asszortatív párválasztás, miképpen jönnek létre a hasonló egyedek közötti kapcsolatok (proximatív, a mechanizmusra vonatkozó kérdés).

A homogámia funkciójával foglalkozó magyarázatok egy része szerint a hasonlóság adaptivitása elsősorban a fertilitásban és a párkapcsolat stabilitásában ragadható meg (Gyuris, Bereczkei, & Járai, 2010). David Buss és Heidi Greiling (1999) szerint a hasonlóság keresésének heurisztikája az összeillés alkalmazkodási problémáinak megoldásában segít, pozitívan befolyásolva a kötődés, a párkapcsolati elégedettséget és a stabilitást. A hasonló testmagasságú és iskolázottságú párok kapcsolatából több gyermek születik (Mascie-Taylor, 1988). Egy nagy magyar szociográfiai adatbázis elemzéséből kiderült, hogy az egymáshoz hasonló iskolázottságú és/vagy hasonló korú házaspárok tagjai tovább maradnak együtt, elégedettebbek a házasságukkal, és több közös gyereket nevelnek, mint az ezekben a jellemzőkben egymástól eltérő párok tagjai (Bereczkei & Csanaky, 1996).

Rushton és munkatársai (1989) eredményei azt mutatják, hogy a közös gyerekkel rendelkező házaspárok genetikailag jobban hasonlítanak egymáshoz, mint két, a populációból véletlenszerűen párba illesztett egyének, valamint az olyan együtt élő párok, ahol a férj apaságát genetikai markeranalízissel kizárták. A közös gének alapján történő párválasztás révén az utódok a szülők genetikai képviselőjét nagyobb mértékben viszik tovább, mint azoknak a pároknak a gyermekei, akik egymáshoz kevésbé hasonlóak (Thiessen & Gregg, 1980). Ily módon a szülők összesített fitnessze, reprodukív hatékonysága növekszik, mivel génváltozataik nagyobb arányban kerülnek át a következő generációba. Ez a mechanizmus persze csak egy bizonyos határig jelent adaptív előnyöket, a rokonok házassága már genetikai szempontból nagyobb kockázatot hordoz magában, mint amit a hasonló gének megnövekedett továbbadásának fitnessznyeresége ellensúlyozni tudna. A közeli rokonok házasságából származó utódoknál nagymértékben megnövekszik a beltenyészet kialakulásának az esélye, a különféle recesszíven öröklődő betegségek kifejeződésének valószínűsége (Durham, 1991). A homogámia ennek megfelelően a hasonló, de egymással rokoni kapcsolatban nem álló egyedek párválasztásának sikerességét befolyásolja pozitív irányban.

Nem minden magyarázat feltételez közvetlen adaptív célokat a párok homogámiájának hátterében. Bizonyos feltevések szerint az emberi párválasztást a legjobb lehetséges pár megtalálásának a vágya hajtja, az emberek szeretnék a legjobb „minőségű” partnereket társukul illetve a gyermekeik apjául/anyjául (Todd, 2008). Az elképzelés szerint a homogámia tehát csak melléktermék, az egymáshoz hasonló párok csupán a legjobb minőségre törekvő heurisztika működése révén jönnek létre. Mechanizmusa szerint az fogja viszontválasztani az iránta érdeklődő egyént, aki az övével nagyjából megegyező párértékkel rendelkezik, ennek

megfelelően hozzá sok tekintetben hasonló tulajdonságokkal bír. Ez már átvezet a másik fontos kérdéshez, a hasonlóságot kialakító pszichológiai mechanizmusok kérdésköréhez.

A homogámiára törekvés úgy valósulhat meg, ha az egyének párválasztásuk során felismerik és preferálják a hozzájuk lényeges tulajdonságokban hasonlító egyedeket. Rushton (1989) véleménye szerint olyan komplex pszichológiai mechanizmussal rendelkezünk, melynek segítségével felismerjük a hozzánk fenotípusosan hasonló egyedeket. A háttérben meghúzódó hasonló genetikai állományt támasztják alá azok a kutatások, melyek szerint nem csupán a külső jellegeink állnak genetikai szabályozás alatt, hanem a belső tulajdonságaink nagy része is (pl.: attitűdök személyiségvonások, intelligencia) is mutat bizonyos mértékű öröklékenységet (Plomin és munkatársai, 2005).

Az egyik elképzelés szerint genetikai hasonlóságot a fenotípusos illesztés folyamata révén tudjuk meghatározni (Pfenning & Sherman, 1995). Ebben az esetben az egyének saját speciális fenotípusos jegyeiket (pl.: szag, külső tulajdonságok) egyfajta templátként használják fel, melynek révén fel tudják mérni a másik fél hozzájuk való hasonlóságának mértékét. Az ember esetében ezt a mechanizmust először az anyák és újszülött csecsemőik közötti relációban mutatták ki (Porter, 1987), de azóta számos további vizsgálat eredményei is további bizonyítékokat szolgáltatottak a működése mellett (Gyuris és mtsai, 2010). A homogámia preferenciája természetesen nem csak a rokon kapcsolatban jelenik meg. Arcpreferenciákat mérő vizsgálatokban azt találták, hogy a kísérleti személyek azokat az arcokat kedvelték leginkább, amelyben az előzetes manipulációk során 50%-ban belevetítették a válaszadó személyek arcait, vagyis ilyen mértékű hasonlóságot mutatott hozzájuk. A manipulációt nem ismerték fel a személyek, és jobban preferálták a hozzájuk hasonló arcokat, mint a tőlük e tekintetben idegen emberek arcképeit (DeBruine, 2004). Az emberek baráti kapcsolatban a velük azonos nemű, hozzájuk hasonlító arcú személyeket preferálták, míg párkapcsolati vonatkozásban az ellentétes nemű, az övékhez hasonló arcon látható tulajdonságokkal rendelkező egyéneket részesítették előnyben.

A másik feltevés a korai tanulási-asszociatív folyamatok szerepét hangsúlyozza, az etológiából régóta ismert szexuális imprinting működésén keresztül. Az egyedek a fejlődésük korai időszakában elsajátítják a rokonaik fontos tulajdonságait a velük való gyakori együttlét révén, majd felnőtt korukban az ezeket a jellegzetességeket az átlagostól némileg nagyobb mértékben hordozó lehetséges partnereket részesítik előnyben a párválasztásuk során. A humán párválasztást befolyásoló hatását több vizsgálatban is kimutatták. Az idősebb szülőktől

származó felnőtt korú egyedek nagyobb preferenciát mutattak az idősebb arcú ellentétes nemű személyekhez, mint azok, akik a szüleik fiatalabb életkorában születtek (Perrett és mtsai, 2002). A férfiak és a nők ellentétes nemű párjai nagy hasonlóságot mutatnak szüleikhez a haj és a szemszín vonatkozásában (Little és mtsai, 2002). A korai tapasztalatok későbbi preferenciákra gyakorolt hatását befolyásolja a gyermeknek a szülővel való érzelmi kapcsolatának minősége. A fiúk akkor választanak az anyjukhoz külső jellegzetességükben hasonló párt, ha az anyjuk nagyobb mértékű érzelmi melegséggel és kismértékű elutasítással viseltetett irányukban gyermekkoruk idején (Berezkei és mtsai, 2002). De nem csak ebbe az irányba mutató eredmények születtek, a férfiak például abban az esetben igyekeznek az anyjukhoz hasonló feleséget választani az érzelmi stabilitás és a szociális kívánatosság személyiségdimenzióiban, ha érzelmi szempontból relatíve rosszabb kapcsolatban álltak az anyjukkal (Gyuris és mtsai, 2010).

A genetikailag meghatározott fenotipusos illesztés és a szexuális imprinting-jellegű, tanulási folyamatok révén megvalósuló párválasztási döntések révén jöhet létre a pároknak adaptív előnyöket biztosító felek közötti homogámia. Egy másik mechanizmus a haszonmaximalizálásra való törekvésből indul ki. Ahogy korábban említettük, mindenki a lehető legjobb tulajdonságokkal rendelkező partnert akarja megszerezni, de azok fogják egymást kölcsönösen választani, akik nagyjából hasonló tulajdonságokkal, hasonló párértékkel rendelkeznek. A párkapcsolati érték önészlelése ebben a folyamatban egy fontos tényező, ez alapján döntjük el, kinek a közeledését fogjuk elfogadni, és kit utasítunk vissza. Ezt az információt a már serdülőkortól kezdődően kapott társas visszajelzések, pozitív reakciók és visszautasítások alapján alakítjuk ki, melyek a párválasztás mércéiként működnek felnőtt korunkban (Fletcher & Overall, 2008).

### **3.2.3.1. Homogámia és személyiség**

Az asszortatív párválasztás személyiségjegyekre vonatkozó megjelenését vizsgáló kutatások többségében kismértékű szignifikáns pozitív korrelációs kapcsolatokat találtak a partnerek között (Buss, 1985). Együtt járó és házasságban élő párok tagjai megegyező mértékű hasonlóságot mutattak külső jellegeikben, de a pszichológiai jegyek tekintetében már a házaspárok tagjai között nagyobb mértékű hasonlóság volt kimutatható (Keller, Thiessen, &

Young, 1996). A hasonlóság előjelzi a párkapcsolattal való elégedettséget (Eysenck & Wakefield, 1981). A házasságok közötti hasonlóság a kapcsolattal való elégedettség mértékében volt a legerősebb ( $r=0,73$ ), ami abban az esetben volt a legmagasabb, ha a férfiak a nőknél magasabb pszichoticitás, és alacsonyabb neuroticitás értékekkel rendelkeztek. A férfiak elégedettebbek voltak a kapcsolatukkal, ha a partnerük érzékenyebb volt náluk, míg a nők akkor voltak elégedettebbek, ha partnerüket náluk kevésbé érzékeny lelkületűnek látták.

A szociálisan kevésbé magasra értékelt tulajdonságokban is kimutatható volt a hasonlóságra törekvés tendenciája (Novgorodoff, 1974). A férfiak általában a kevésbé machiavelliánus nőket preferálják, ami különlegesen igaz az alacsony machiavellizmus-értékkel rendelkező férfiakra. A nők közül csupán a magas machiavellizmus pontszámot mutató nők preferálták az e jellegben hasonló szinten lévő férfiakat párkapcsolati partnerként. José Figueredo és munkatársai (2006) vizsgálati eredményei szerint a Nagy Ötök személyiségdimenzióiban hasonlóság mutatkozik a párkereső személyek és az általuk ideálisnak tartott partner jellemzői között. A már párkapcsolatban élő személyek vizsgálatából azonban kiderült, hogy az együtt élő partnerek között már nem jelenik meg ez a személyiségdimenziókban mutatkozó hasonlóság, viszont a párok észlelt párértéküket tekintve hasonlóságot mutatnak. Az eredmények azonban némi fenntartással kezelendők a minta relatíve fiatal személyekből álló összetétele miatt. Szintén hasonlóságot találtak az együtt élő párok között az Extraverzió és Lelkiismeretesség személyiségdimenziókban, és a nyugodtság, érdeklődés és magabiztosság mutatóiban (Little, Burt, & Perrett, 2006).

A hasonlóságra törekvés eltérő explicit és implicit háttéréről is információkkal szolgálnak Pieternel Dijkstra és Dick Barelds (2008) holland mintán végzett kutatásának eredményei. A résztvevők az övékhöz hasonló értékeket adták a számukra ideális partnernek mind az öt nagy személyiségdimenzióban, viszont mikor megkérdezték őket, hogy hasonló vagy komplementer partnert szeretnének, akkor a válaszadók nagy többsége az őket kiegészítő partnerek mellett tette le a voksát. A kutatók véleménye szerint némileg eltérhet egymástól az, ami implicit irányítja a párválasztási döntéseinket és sikerességünket (a hasonlóság keresése), és az, amit explicit módon megfogalmazunk magunknak ezzel kapcsolatban, vagyis hogy a tulajdonságainkkal komplementer partnert szeretnénk.

A homogám partnerek preferenciáját kialakító mechanizmussal kapcsolatosan Gyuris Petra és munkatársai (2010) közelmúltbeli vizsgálati eredményei szolgáltatottak fontos információkkal. A férfiak felesége és az anyjuk között hasonlóságot találtak a szociális

kívánatosság és a lelkiismeretesség személyiségfaktorokban, a női párválasztásban viszont csak tendenciaszerű hasonlóságot mértek férjük és apjuk között, a lelkiismeretesség személyiségfaktorban. További érdekes eredmény, hogy a férfiak abban az esetben hajlamosabbak az anyjukhoz érzelmi stabilitás és szociális kívánatosság szempontjából hasonló partnert választani, ha gyermekkorukban kevésbé szeretetteljes, „rosszabb” kapcsolatban voltak az adott szülővel, míg a nők esetében éppen az apai szeretet magas szintje alakítja ki a lelkiismeretesség faktornak az apáéval megegyező mértéke iránti párpreferenciát.

### **3.2.3.2. Humor és homogámia**

A hasonlóság keresése megjelenik a humorban is. A hosszú ideje kiegyensúlyozott párkapcsolatban élő emberek gyakran számolnak be arról, hogy kapcsolatuk sikerességének záloga a hasonló humorérzékük (Lauer, Lauer, & Kerr, 1990). Egy 61 párt meginterjúvoló vizsgálatból szintén az derült ki, hogy a partnerek szerint a humor kulcsszerepet tölt be a kapcsolatukban (Ziv, 1988). A humornak a kapcsolatok működésében játszott lehetséges pozitív szerepe több okra is visszavezethető. A humorérzék egyrészt segít a stresszel és a kapcsolati problémákkal való megküzdésben (Abel, 2002; Kuiper & Martin, 1993), és csökkenti a szorongás érzését (Yovetich és mtsai, 1990). Másrészt elősegítheti a felek közötti pozitív kommunikáció kialakulását, a konfliktusok hatékonyabb megoldását is magában foglalva. A kapcsolatok jövőbeli sikerességének egyik fontos prediktív tényezője a jelenbeli konfliktushelyzetekben való pozitív humoralkalmazás (Driver & Gottman, 2004). A humor emellett pozitív összefüggésben áll az egyéni önértékeléssel (Thorson és mtsai., 1997), a partner önértékelése pedig a kapcsolattal való elégedettséggel mutat pozitív kapcsolatot (Barelds, 2005).

Több vizsgálat is hasonló humorpreferenciáról számol be az együtt élő párok között, azzal a kitételrel, hogy ennek a típusú hasonlóságnak a kapcsolattal való elégedettségre gyakorolt pozitív hatása nem egyértelműen alátámasztott. Az egyik vizsgálatban rövid képregények és viccek humorosságát kellett megítélniük a résztvevő párok tagjainak, valamint a kapcsolattal való elégedettségükről is nyilatkoztak. A kapcsolattal elégedettebb, egymás iránti szeretetüket kifejező, házassági hajlandóságról beszámoló egyének hasonlóan értékelték a humoros ingeranyagot (Murstein & Brust, 1985). Egy későbbi vizsgálatban

szintén viccek és humoros képregények megítélése révén mérték a közreműködő házaspárok humorpreferenciáját, valamint a házasságukkal való elégedettségük mértékét (Priest & Thein, 2003). A vizsgált párok tagjai közepes hasonlóságot mutattak a humor kedvelésében és a kapcsolattal való elégedettségükben egyaránt. Azonban a humorpreferencia hasonlósága és a kapcsolattal való elégedettség között nem találtak szignifikáns összefüggést a kutatók. Véleményük szerint ugyan gyakran előforduló eset, hogy a párkapcsolati tanácsadást igénybe vevő párok nem kedvelik a partnerük humorát (Rust & Goldstein, 1989), de a párok humorpreferenciájának hasonlósága nem befolyásolja számottevően a házastársi szeretet mértékét.

Egy közelmúltban elvégzett vizsgálatban hosszú ideje együtt élő párok (átlag: 22 év) humorát és kapcsolati elégedettségét mérték (Barelds & Barelds-Dijkstra, 2010). A vizsgálat annyiban tért el a korábbiaktól, hogy itt a párok humorát a Thorson és Powell-féle (1993) multidimenzionális humorérzékét mérő kérdőívvel vizsgálták, mely nem csupán a humor preferenciáját, hanem emellett a humorprodukción és humor megküzdési eszközként való alkalmazását is méri. Az eredmények megerősítették Priest és Thein (2003) következtetéseit, mivel szintén azt mutatták, hogy a párok ugyan humorérzéküket tekintve hasonlatosak egymáshoz, de ez a hasonlóság nem kapcsolódik össze a kapcsolattal való elégedettségükkel.

### **3.2.4. Humor és párválasztás**

#### **3.2.4.1. A humor mint vonzó jelleg**

A humoros embereket általában vonzónak is tartjuk, ez a preferencia a férfiakra és a nőkre egyaránt igaz. Elég csak beleolvasni a hetilapok társkereső rovataiba, a „jó humorérzék” gyakran előfordul a reklámozni kívánt egyéni jellemzők között (pl.: Smith, Waldorf, & Trembath, 1990). A személyközi vonzerő során működő költség-haszon arányok elemzése során arra jutottak, hogy a párt választó felek szemében a másik fél humora a nevetéssel összekapcsolódó kellemes érzések révén növeli a kapcsolatból származó hasznot, és a negatív érzelmi reakciók hatékonyabb kezelési képessége révén csökkenti annak költségeit (Cook & Rice, 2003). Kísérleti eredmények tanulsága szerint az első találkozás

során közösen megtapasztalt humoros élmény növeli a felek között közelség és vonzalom érzését, megemelve ezzel a két fél újbóli találkozásának az esélyét (Fraley & Aron, 2004).

A jó humorhoz társuló kellemes érzelmi reakción túl számos egyéb jellemzővel is felruházzuk a humoros embereket. Cann és Calhoun (2001) vizsgálati eredményei szerint a jó humorérzékű embereket barátságosnak, extravertáltak, tapintatosnak, kedvesnek, érdekesnek, jó képzelőerejűnek, intelligensnek és érzelmileg stabilnak látjuk. A humor tehát egyfajta Jolly Jokernek tűnik a párválasztásban, a hozzá kapcsolt tulajdonságok mindegyike szociálisan magasra értékelt jelleg. A kutatások is alátámasztották a humor vonzó jellegét, amely bizonyos esetekben még a fizikai vonzerőt is felülmúlja (Sprecher & Regan, 2002). Az említett vizsgálatban a jó humor a kedvesség és a nyitottság személyiségjellemzők mellett a legelőnyösebben befolyásolta hordozója sikerességét a különféle társkapcsolatok kialakítása, köztük a párválasztás során is. A már említett párkereső hirdetésekben nagyon gyakran helyet kap a jó humorú partnerek keresése, de úgy tűnik erre a nők némileg nagyobb súlyt helyeznek (Feingold, 1992).

A humor preferenciájának mértékét befolyásolja a remélt kapcsolat időtartama, minél hosszabb távra tervezünk az adott partnerrel, annál fontosabb számunkra az illető jó humorérzéke (Kenrick, Sadalla, Groth & Trost, 1990). McGee és Shelvin (2009) vizsgálatukban kifejezetten a hosszú távú kapcsolatokra fókuszáltak, mivel meglátásuk szerint a humorérzék ilyenkor nagyobb jelentőséggel bír. Olyan személyleírások alapján kértek értékelést a vonzóságról és a kapcsolati alkalmasságról, amelyekben az evolúciós teória szerinti vonzó tulajdonságokkal ruházták fel a nőt (fiatal, egyedülálló, egészséges, vonzó, fitt), illetve a férfit (egyedülálló, ambiciózus, jó fizető állása és magas beosztása van). A leírások közötti egyetlen különbség az volt, milyen humorúnak ábrázolták a személyeket: vagy olyan személyként tüntették fel, akinek nincs humorérzéke, illetve átlagos vagy jó humorúként jellemezték őket. A résztvevő férfiak és nők is a jó humorú személyeket szignifikánsan vonzóbbnak és alkalmasabb partnernek találták (az átlagos humor és a humorérzék hiánya között nem találtak ilyen különbséget). Érdekesség, hogy a férfiak mindhárom humor-kondícióban magasabbra értékelték a nő vonzerejét, de ez a párkapcsolatra való alkalmasságának megítélését nem befolyásolta. A szerzők értelmezése szerint ez amiatt van, mert a nők számára a vonzóság és a partnerkapcsolati alkalmasság nem válik szét olyan mértékben, mint a másik nem esetében. A magyarázat szerint a férfiak a hangsúlyos rövid



távú preferenciáik miatt nagyobb hajlandóságot mutatnak olyan nőkhöz is vonzódni, akikkel nem akarnak párkapcsolatot létesíteni.

Bizonyos eredmények szerint a férfiak döntéseit nem befolyásolja számottevően a potenciális partner humora. Bressler és Balshine (2006) a humor vonzerejét vizsgálta a két nem párválasztási preferenciájában. Több mint kétszáz egyetemistát kértek fel két, előzőleg egyformán vonzónak ítélt arcra való döntésre úgy, hogy a fotók mellett egy-egy neki tulajdonított kijelentést is ismertettek a vizsgálati személyekkel. Mindkét képet nyolcszor látták az ülés során, az egyik mellett minden esetben teljesen semleges, míg a másik fotó esetében a nyolcból három alkalommal humoros tartalmú kijelentést mutattak be. A második szakaszban a vizsgálati személyek a képen látott egyén egyes személyiségvonásairól (barátságosság, intelligencia, függetlenség, megbízhatóság stb.), illetve vonzerejéről nyilatkoztak. Az eredmények szerint csak a nők mutatták annak jelét, hogy a humor a partner kívánatos tulajdonsága lenne, és annak ellenére őket találták vonzóbbnak a humortalan egyénekkel szemben, hogy egyidejűleg kevésbé intelligensnek és megbízhatónak ítélték őket. A kutatócsoport egy másik vizsgálatából az derült ki, hogy a férfiak és a nők eltérő elképzeléssel rendelkeznek a partner jó humorát illetően (Bressler, Martin, & Balshine, 2006). Az eredmények azt mutatták, hogy a nők bármilyen típusú kapcsolatban (barátság, randevú, egyéjszakás, rövid- és hosszú távú) az aktív, produktív humorú férfiakat részesítik előnyben, míg a férfiak inkább a vicceik, humoruk iránti fogékonyságot mutató, reaktív humorérzékkel jellemezhető nőket preferálják inkább, különösen a rövid távú kapcsolatokban.

Az alkalmazott párválasztási stratégia egyénenként és nemenként is változó lehet. Egyes kutatások szerint a férfiak párválasztási kontextusban hangsúlyosabban használják a humort, mint a nők (Kotthoff, 2000). Ez a különbség azonban kizárólag a humor produkció szintjére vonatkozik, nem pedig a humoros interakcióban való részvételek számára (Hay, 2000). Az ismerkedés során megjelenő humorizálásban a nők ugyanis inkább reaktív félként vannak jelen. Tehát amíg a férfiak a partner tetszését keresve humorizálnak, addig a nők ezeket a megnyilatkozásokat a rá adott esetleges pozitív érzelmi megnyilvánulás (nevetés) időzítésével és intenzitásával „értékelik” (Bressler, Martin, & Balshine, 2006).

Egy, a párválasztási helyzetet modellező vizsgálat eredményei szerint a nők hosszú távú kapcsolatait befolyásolja a partner humora, de csak bizonyos feltételek megléte esetén. A nők a jó humorú férfiakat vonzóbbnak találják, de csak abban az esetben, ha már előzőleg, az arcképük alapján egyébként is vonzónak látták őket. Ez a tendencia azonban csupán a hosszú

távú preferenciákban jelent meg, a férfiak rövid távú vonzerejét nem befolyásolta pozitívan humoruk mértéke. A férfiak esetében viszont sem rövid-, sem pedig hosszú távon nem növelte a nő vonzerejét annak jó humorérzéke, számukra mindkét kondícióban a partner külseje, fizikai vonzereje jelentette a kulcstényezőt (Lundy, Tan, & Cunningham, 1998).

Az eredmény magyarázatát a férfiak és nők eltérő párválasztási stratégiáiban találjuk meg (részletesen lásd: 3.2.1.). Az egyes fittségjelzők ugyanis nem önmagukban, hanem kombinációban, együttesen gyakorolnak befolyást az ellenkező nemre, és valószínűsíthetően eltérő súllyal esnek latba a párválasztási mérlegelés során. A férfiak jellemző stratégiája a minél több partner megtermékenyítésére irányuló szexuális motiváció, ezért számukra fontosabbak azok a jelzések, amelyek a fertilitásról árulkodnak (fizikai megjelenés), és csupán másodlagosak a gének minőségét vagy a szülői/partneri képességeket tükröző vonások. Fontos azonban megjegyezni, hogy ez a hierarchikus elrendeződés csak az ismeretség kezdeti szakaszában áll fenn, illetve akkor, ha a férfiak elve rövid távú kapcsolatban gondolkodnak. Buss és Schmitt (1993) elmélete szerint a hosszú távú kapcsolat igénye esetén a férfiak számára is legalább olyan fontossá válnak azok a tényezők, amelyek a nő kapcsolati alkalmasságát jelzik.

A női humorérzék más szempontból erőteljesebb befolyást gyakorol a párválasztási folyamat kimenetére. Humánétológiai megfigyelések tanulsága szerint egy kétszemélyes párbeszédi helyzetben a nő nevetésének mennyisége jobban bejósolja az egymás iránti szexuális érdeklődés kialakulását, mint a férfié (Grammer & Eibl-Eibesfeldt, 1990). A magyarázat szerint a női humorérzék visszajelző szerepet tölt be, a nők a humorra adott reakció révén nem elsősorban annak értékelését, hanem a férfitpartner iránti érdeklődést, és egyben a neki való alárendelődést is kifejezik általa. Ez összhangban áll Norman Li és munkatársai eredményeivel, mely szerint a kezdeti vonzerő nagyban meghatározza azt, hogy mennyire látjuk a partnert humorosnak, akit vonzónak találunk azt humorsabbnak is látjuk, így hajlamosabbak vagyunk a humorára pozitív visszajelzéseket adni. Kaufman és munkatársai (2008) szerint a nő elsődleges célja együttműködési készségének, kedvességének és a környezete iránti fogékonyságának „reklámozása”, és nem az aktív humorizálás kínálta dominanciajelzések „leadása”. A stratégia pedig sikeres: Brown és Lewis (2004) kutatási eredményei szerint az egyéjszakás kalandnál komolyabb kapcsolat esetén a férfiak a szubdomináns nőket részesítik előnyben.

### 3.2.4.2. A humor szerepe a párkapcsolatok fenntartásában

A párkapcsolaton belüli hasonló humorpreferenciának a kapcsolat működésére vonatkozó hatásait illetően megoszlanak a vélemények. A kutatások ugyan hasonló jellegű humorpreferenciáról számolnak be (Barelds & Barelds-Dijkstra, 2010; Murstein & Brust, 1985; Priest & Thein, 2003), de csak egy esetben mutattak ki összefüggést a kapcsolattal való elégedettség a felek humorpreferenciájának hasonlósága között.

Az objektív mérések tehát nem egyértelműen támasztják alá a humorhasonlóságnak a párkapcsolat stabilitását megőrző szerepét, mindazonáltal a partner humorának pozitív megítélése fontos faktornak látszik a folyamatban. Erős korrelációs kapcsolatokat találtak a kapcsolattal való elégedettség és a társ humorának magasra értékelése között (Rust & Goldstein, 1989; Ziv & Gadish, 1989). A boldog házasság okát a felek gyakran a humornak tulajdonítják (Ziv, 1988), a „gyakori közös nevetéseket” jelölve meg a hosszan tartó házasságok sikerének kulcstényezőjeként (Lauer, Lauer, & Kerr, 1990). Egy a kapcsolati stabilitás meghatározó tényezőit vizsgáló, a párok konfliktusmegoldó stratégiáinak videós elemzését alkalmazó kutatássorozat eredményei azt mutatták, hogy a házaspárok nagyobb mértékű elégedettségről számolnak be, ha gyakori közöttük a humorizálás, és kölcsönös nevetés jellemző rájuk a problémák megbeszélése közben (Gottman és munkatársai, 1993, 1999). Egy másik vizsgálatból az derült ki, hogy a humor pozitívan jelzi előre a kapcsolat stabilitását, de csak abban az esetben, ha a közös humorizálás nyugtatóan hat a férjre a konfliktushelyzetek során (Cohan & Bradbury, 1997).

További érdekes adatot szolgáltat Doris (2004, idézi: Martin, 2007), akinek eredményei szerint ha a kapcsolat kezdetén a felek (elsősorban a nő) nagy mértékben humorosnak látja a másikat, akkor megnő a szakítás valószínűsége. Az ilyen jellemzést adó személyek kapcsolatai nagy valószínűséggel bomlottak fel fél éven belül, míg a partnerüket nem kiugróan humorosnak látó egyének kapcsolataiban nem jelent meg ez a tendencia. Ez utóbbi eredmény a humornak a multifunkcionalitását mutatja, vagyis a humor egy bizonyos mértékben jótékony hatást gyakorol a párkapcsolatok működésére, de túlzott mértékben inkább egy védekező, a valódi én bemutatását gátló, szociálisan maladaptív hatást kiváltó eszköz (lásd részletesen: 4.3.).

### 3.2.4.3. Kapcsolattal való elégedettség és humorhasználat

Bethany Butzer és Nicholas Kuiper (2008) a párkapcsolatokon belüli humoralkalmazás összetételét vizsgálták a kapcsolattal való elégedettség függvényében. A kutatók két szituációban, egy jellemzően konfliktusos, és egy szintén tipikusan kellemes interakció során vizsgálták a humorhasználat megjelenését a párkapcsolatokon belül. Eredményeik szerint a párkapcsolatukkal elégedettebb emberekre nagyobb mértékű pozitív, ugyanakkor alacsonyabb negatív és elkerülő humorhasználat jellemző. Emellett szintén alacsonyabb mértékben használnak negatív, és elkerülő humort a konfliktushelyzetekben. További érdekes eredmény, hogy a kapcsolatukkal elégedettebb személyek szignifikánsan alacsonyabb negatív humorhasználatot mutattak a konfliktusos szituációkban, mint a normál, kellemes interakciók során. Ezzel szemben a kapcsolatukkal kevésbé elégedett felek hasonlóan magas negatív humorszintet mutattak a konfliktuózus és a kellemes interakcióikban egyaránt. Hasonló eredményeket talált Campbell, Martin és Ward (2008) videóra rögzített konfliktusmegoldást magában foglaló szituációk elemzése révén. Nagyobb párkapcsolati elégedettség volt jellemző azokra a személyekre, akiknek partnerei több kapcsolatépítő (pozitív) és kevesebb agresszív (negatív) humort alkalmaztak a konfrontáció során. Ezen túlmenően fokozott közelség-érzésről, valamint jobb problémamegoldó képességről számoltak be a vizsgálatot követően.

Az adatok alapján úgy tűnik, hogy a párkapcsolaton belüli, elsősorban negatív humoralkalmazás a partner szabályozásának eszköze lehet, mivel más vizsgálatokból tudjuk, hogy a kapcsolattal való elégedetlenséget elsősorban a partnerre vonatkozó értékelés határozza meg (Fletcher & Overall, 2008). Minél nagyobb mértékű az egyezés az egyéni elvárások és a partner észlelése között, annál kisebb az egyén készítése a partnerük számukra fontos dimenziókban történő szabályozására. Ha tehát az ideálunkhoz közelinek észleljük partnerünket, akkor nem, vagy csak kevés energiát fordítunk a megváltoztatására. Viszont ha ez az észlelt távolság nagyobb, akkor az elvárásainkhoz többek között a negatív humor használatával próbáljuk közelíteni a párkapcsolati partnerünket, az általunk átélt kapcsolati elégedettség növelésének szekunder céljával.

## **4. A humor formái, mérése és más személyiségdimenziókkal fennálló kapcsolatai**

### ***4.1. A humor formái***

Amikor azt halljuk valakiről, hogy jó a humora, akkor egy fontos információval egészül ki az adott személyről alkotott képünk. Mint ahogy azt korábban ismertettük, számos egyéb jellemzőt is társítunk a humorérzékhez, mint például a barátságos, az extrovertált, a kedves, az érdekes és az intelligens, hogy csak egy párat emeljünk ki közülük (Cann & Calhoun, 2001). Azonban ha arra vonatkozóan kérnének tőlünk információt, hogy a jellemzett félnél pontosan hogyan is jelenik meg a jó humorérzék, pontosan mi alapján adjuk ezt a jellemzést, akkor valószínűleg eléggé eltérő válaszokat adnánk, a humor megjelenésére vonatkozó személyes elképzelésünk függvényében. A humor ugyanis számos formában fordul elő a mindennapjaink során. Végiggondolva egy átlagos napunkat, akár össze is számolhatjuk a típusok sokféleségét, ami jól szemlélteti a humor gyűjtőfogalom természetét. A reggeli show-k rádiós műsorvezetői gyakran szellemes bemondásokkal és különféle viccekkel próbálják színesíteni a műsorukat. A televíziós kínálatban is gyakran megtalálhatók a humoros elemek, például a vígjátéki sorozatok, a vicces vetélkedők, kandi kamera összeállítások, a humoros reklámszpotok, valamint hazánkban is egyre nagyobb népszerűségnek örvendő stand-up comedy előadások formájában. Az újságokban szintén olvashatunk vicces hirdetések, vagy rövid humoros képregényeket, de mozik és a könyvesboltok kínálatában is találhatunk humoros jellegű filmeket és könyveket. Olyan, alapvetően nem humorral foglalkozó előadók is gyakran alkalmazzák a humort az előadásaikban, mint például a politikusok, közéleti személyiségek, motivációs előadók, tréner, és tanárok.

A felsorolt nagyszámú előfordulási formából akár úgy is tűnhet számunkra, hogy a humor egy alapvetően előre eltervezett, spontaneitásmentes eszköz. Ezzel szemben a helyzet az, hogy a hétköznapi életünkben leggyakrabban megjelenő humor éppen hogy spontán jelenik meg a velünk kapcsolatban álló személyekkel folytatott kommunikáció során (Martin & Kuiper, 1999). Gyakorlatilag minden típusú formális és informális érintkezésben helyet kaphat, legyen az munkahelyi vagy baráti diskurzus, szerelmesek között folyó csevegés, a boltban, az orvosnál, a különböző hivatalokban az ügyintézővel vagy a velünk együtt

várakozó, számunkra akár teljes mértékben idegen emberekkel folytatott beszélgetés. A mindennapi társas interakciókban megjelenő humort három nagy kategóriába tudjuk besorolni (Martin, 2007): (1) viccek – előre gyártott humoros anekdoták, melyet az emberek könnyen megjegyeznek és továbbadnak egymás között; (2) spontán társalgási humor – a társas interakció során szándékosan kreált humor, amely lehet verbális és nonverbális egyaránt; (3) véletlenszerű vagy nem szándékos humor.

#### **4.1.1. Viccek**

Az ebbe a kategóriába tartozó humoros anekdoták és történetek megszabott felépítésűek. Minden esetben egy felvezető (setup) fázisból és egy csattanóból állnak. A felvezető részbe tartozik a csattanó kivételével a vicc összes sora, ennek a segítségével a mesélő különféle elvárásokat alakít ki a hallgatóban a történet lehetséges kimenetelére vonatkozóan. Az ezt követő csattanó viszont megváltoztatja a korábbiak által kialakított értelmezési keretet, váratlan és játékos formában, a humor működéséhez elengedhetetlen nem komolyan veendő inkongruitást biztosítva. Általában a viccek elmesélését megelőzi egy ráutaló verbális vagy nonverbális fordulat (pl.: „És azt ismeritek, hogy...?”), vagy pedig egy olyan kulcsmondat (pl.: „Egy ember bemegy a kocsmába...”), amely előrevetíti, hogy most egy humoros történet következik, amit a hallgatóság nevetéssel honorálhat tetszés esetén (Cashion, Cody, & Erickson, 1986). A vicceket általában valamilyen apropóból, az éppen folyó beszélgetés valamelyik témájához kapcsolódóként mondja el a mesélője, azonban a viccek a kontextustól függetlenül is működnek, amelyek magukban foglalják a humor működéséhez szükséges összes elemet. Emiatt számos társalgási kontextusban is alkalmazható ugyanaz a vicc (Long & Grasser, 1988), de persze a vicc elmesélésének módja nagyban befolyásolja a humor eredményességét. A viccek jó elmeséléséhez is összetett képességek szükségesek (pl: szociális érzék, elmeolvasó képesség, intelligencia, színészi képesség stb.), de „előre gyártott” voltából fakadóan kevesebbet árul el az előadójának a humor produkciójához szükséges háttérképességeinek összetételéről (pl. kreativitás), mint a spontán humorizálás különféle típusai.

### **4.1.2. Spontán társalgási humor**

Egy naplóvezetéses feljegyzéseket használó kutatás eredményei szerint az átlagos napi nevetéses reakciók csupán 11 %-a jelenik meg az előbbieken bemutatott viccekre adott válaszként (Martin & Kuiper, 1999). A korábban szintén részletezett, médiából származó humor további 17 %-ért felelős, de a legnagyobb részt, a nevetés 72 %-át a beszélgetések során megjelenő spontán humorizálás váltja ki. Ez a típusú humor sokkal inkább kontextusfüggő, mint a viccmesélés, ennek megfelelően újra elmesélésekor gyakran jóval kevésbé vicces, mint a megjelenésének eredeti helyzetében. Erre szokták azt mondani, hogy ott kellett volna lenni az embernek, hogy értse, illetve hogy számára is hasonlóképpen vicces legyen a humoros fordulat, mint az azt újra elmesélő személy számára („Abban a helyzetben ez tízes volt.”). A spontán humor megjelenését is bevezetik különféle jelzések, ilyen lehet például a kacsintás vagy a hang tónusának megváltoztatása, de jóval kevésbé egyértelműen, mint a viccek előjelzésének esetében. Ez az oka, hogy ezeknek a humortípusoknak a megértése több figyelmet igényel, mivel a kétértelmű előjelek miatt a hallgató nem lehet biztos a közlés komoly vagy humoros természetét illetően.

A humor e típusának több felosztása is ismert. Neal Norrick (2003) nagyobb csoportokat használó kategóriái szerint a spontán humor megjelenhet 1) anekdotaként, 2) szójátékként, vagy 3) ironikus megjegyzésként. Jóval részletesebb Debra Long és Arthur Grasser (1988) felosztása, mely már 11 kategóriát foglal magában (irónia, satíra, szarkazmus, túlzás vagy elbagatellizálás, önleértékelés, ugratás, költői kérdésekre adott válaszok, komoly kijelentésekre adott szellemes válaszok, szójátékok, ismert kifejezések átformálása, szóviccek). Ezeken a döntően verbális humorformákon túl a spontán humor eszközei lehetnek még a különféle nonverbális jelzések is, mint például vicces vagy eltúlzott arckifejezések, fura járásmódok, gesztusok vagy egyéb mesterkélt viselkedési formák (Martin, 2007).

### **4.1.3. Nem szándékos humor**

Azok a humorforrások tartoznak ebbe a kategóriába, amelyekben a humort produkáló személynek nem állt szándékában ilyen jellegű aktust lefolytatni. Alleen Nilsen és Don Nilsen

(2000) ezt az általuk *véletlen humor*nak hívott megjelenési formát két részre bontják, fizikai és lingvisztikai típusokra. A véletlen fizikai humor kategóriájába tartoznak például az olyan kisebb balesetek, mint a klasszikus burleszkekben gyakran visszaköszönő banánhéjon való elcsúszás, vagy mások ruhájának itallal való leöntése. Ezeket az eseményeket azért találjuk viccesnek, mert meglepetésszerű formában következnek be (inkongruencia), emellett nem okoznak semmiféle nagymértékű vagy maradandó károsodást a baleset elszenvedőjének. A humor működési mechanizmusának az alapját az egyik kapcsolódó evolúciós elmélet is ezzel a hétköznapi jelenséggel szemlélteti, amely jól példázza, hogy a humor csak abban az esetben vált ki nevetést, ha áldozatára nézve nem jár komoly következményekkel (Ramachandran, 1998). A véletlen lingvisztikai humor kategóriájába pedig az olyan, különféle nyelvi tévesztésekből származó humorforrások tartoznak, mint a betűzési és kiejtési hibák, logikai össze nem illések, továbbá az ún. freudi elszólások, valamint a hasonló hangalakú szavak összetévesztése (malapropism), és a szavak mássalhangzóinak és magánhangzóinak felcserélése vagy helytelenül ejtése (spoonerism).

A humor nem szándékos formában való alkalmazása tehát az egyén intenciójától függetlenül, sokszor annak ellenére jön létre. Ezt azonban ki kell egészítenünk azzal, hogy vannak személyek, akik az átlagnál jóval gyakrabban mutatnak ilyen jellegű tévesztéseket, akiknek a viselkedésszerepjátékában jóval hangsúlyosabban van jelen ez a típusú humor. Ennek a magyarázata vélhetően a többi humortípushoz hasonlóan egy tanulási folyamatban keresendő. A nem szándékos humor produkciója kezdetben valószínűleg teljesen szándékolatlan, de a rá adott pozitív reakciók révén fokozatosan megerősödik az adott típusú hibázási hajlandóság, és az alapvető kondicionálási mechanizmusként ismert formálási folyamat által egyre hatékonyabbá válik a környezet részéről gyakran megerősített humorizálási forma.

#### **4.2. A humor mérőeljárásai**

A humor vizsgálatának kezdeti időszakában leginkább a különféle humortípusok által kiváltott élvezeti értéket, és ennek bizonyos pszichológiai változókkal való összefüggéseit vizsgálták (részletesen lásd: Martin, 2007). Ingeranyagként leggyakrabban vicceket, humoros képregényeket vagy karikatúrákat használtak. Tudjuk azonban, hogy az ilyen típusú



humorizálás csak töredékes részét képezi a mindennapi humorhasználatnak, melynek döntő többségét az egy adott társas szituációban megjelenő spontán humorizálás és az erre adott reakció teszi ki (Provine, 2000). A mérőeszközök mérési tartományában mutatkozó hiányosságok kiküszöbölésére a hetvenes évektől elkezdtek megjelenni a különféle önkitöltős kérdőívek, melyek a korábbiaknál szélesebb körben voltak képesek kimutatni a humor megjelenésével kapcsolatos faktorok egyéni különbségeit. A vizsgálatok fókuszja fokozatosan eltolódott a kognitív funkciók vizsgálatáról a humornak a mindennapi életben betöltött funkcióinak feltárása felé, olyan irányába, mint a személyközi kapcsolatok fenntartása, a stresszel való megküzdés, valamint a mentális és fizikai egészség megőrzésében játszott szerep. Az alkalmazott kérdőívekben meg kellett jelölni a különböző típusú humorformák létrehozásának gyakoriságát, a rájuk adott élvezeti értéket, és az ilyen típusú humorizálásban való részvételi hajlandóság mértékét (Lefcourt & Martin, 1986).

Egy fontos szempontot nem vettek figyelembe azonban az ilyen típusú mérőeszközök megalkotói. A humor ugyanis egy magasan értékelt társas jelleg (pl.: Cann & Calhoun, 2001), emiatt az emberek nem szívesen vallják be, hogy átlagos vagy átlag alatti humorral rendelkezőnek látják magukat. Ezt a társas kívánatosági torzítást úgy próbálták kiküszöbölni a tesztalkotók a későbbiekben, hogy nem direktben személyes humorérzék, élvezeti érték mértékére kérdeztek rá, hanem bizonyos speciálisan a humorról összefüggő viselkedéseknek a gyakoriságát mérték az egyének viselkedési repertoárján belül. Az egyéni humorérzék mértékének önjellemzését befolyásoló torzítási hatás miatt az egyén társainak a megkérdezése sokkal célravezetőbb lehet. A társak látják igazán, hogy az egyén humora milyen, mennyire jó vagy sem, illetve milyen gyakran alkalmazott. A humor erős társas meghatározottsággal bíró jelleg, leggyakrabban társas környezetben jelenik meg (Martin & Kuiper, 1999), ezért a társas környezet tagjai azok, akik legjobban képesek jellemezni az adott egyénre jellemző mértékét. Ha kérdőív által adott eredmények összhangban vannak a barátok és ismerősök, a személlyel közeli kapcsolatban álló személyek által adott jellemzéssel, akkor a kérdőív megfelelően mutatja a mérni kívánt humordimenziót, nem jelenik meg benne a szociális kívánatosági torzító hatás.

A kidolgozott mérőeljárások nagy többsége abból az alapkonceptióból indult ki, hogy a humor egy olyan jelleg, amely kizárólag pozitív hatást gyakorol a személy egészségi állapotára és általános jólétére, azonban ez nem minden esetben igaz. Mindnyájan fel tudunk idézni olyan eseteket, amikor általunk alkalmazott humor, vagy a más humorára adott reakció

sértő vagy bántó volt a jelenlévők valamelyikére nézve, vagy akár mi érzetük magunkat kellemetlenül egy minket célpontba állító humoros megjegyzés hatására. A következőkben egy a saját vizsgálatainkban is felhasznált, a humor átfogó, köztük esetlegesen negatív viselkedéses megjelenési formáinak a felmérésére szolgáló mérőeljárást mutatunk be.

### **4.3. Humor Stílus Kérdőív**

A Rod Marin és munkatársai (2003) által, a korábbi vizsgálóeszközök erényei és hibái figyelembevételével elkészített Humor Stílus Kérdőív (HSK) a többi önkitöltős kérdőívhez képest abban nyújt újat és többet, hogy nem csak a pozitív humoralkalmazásokat vizsgálja, hanem információt nyújt a negatív alkalmazások egyénre jellemző mértékéről is. A humor fizikai és pszichoszociális állapotra, a személyes jólétre gyakorolt hatása közismert (Lefcourt, 2001) és széles körűen vizsgált jelenség. A mérőeljárások döntő többsége azonban nem tért ki a humor negatív oldalára, a személyközi viszonyokban megjelenő agresszív, vagy esetenként túlzottan önirónikus humorizálás jelenségére. A HSK viszont mindkét vetületet méri, az egyes kijelentésekre adott önjellemzések eredményei négy alskálán, két pozitív és két negatív skálán kerülnek elhelyezésre. Pozitív humornak a mérőeljárás kidolgozói szerint (Martin és mtsai, 2003) az minősül, amikor a humoralkalmazás során senki nem szenved kárt, nem válik nevetségessé a társaság szemében, kizárólag nyertesei vannak a humoros aktusnak. Ezzel szemben a negatív humor alkalmazása során valaki kárára történik a humorizálás, a humor alkalmazása következtében valaki társa és/vagy önértékelése lecsökken, negatív érzéseket él át. A pozitív és a negatív humorstílust is két-két skála hivatott mérni a tesztben, melyek egyike a társak felé irányuló (interperszonális) humort, másika pedig az önirányított (intrapszichés) humort méri.

A pozitív, társak felé irányított humorskála a *Kapcsolatépítő* (Affiliative) elnevezést kapta. Az egyéneknek a humoros dolgok közlésére, vicceselésre, spontán szellemes ugratásra való hajlandóságának mértékét mutatja meg, melynek célja mások szórakoztatása, a kapcsolatok javítása, és a felmerülő feszültségek enyhítése (pl.: „Szeretem megnevetetni az embereket.”). Ez egy alapvetően barátságos és toleráns humoralkalmazás, mely erősíti a társa kohéziót.

A pozitív, intrapszichés célokat szolgáló skála az *Énvédő* (Self-Enhancing) humor egyénre jellemző nagyságát méri. Az ide sorolható képességek a következők: az élet dolgainak humoros szemléletmódja, és ennek még társak jelenléte nélkül is való megőrzési képessége; a mindennapokban tapasztalt gyakori ellentmondásosságban rejtőző humor meglátásának képessége; a humoros látásmód megőrzése csalódások és stresszes helyzetek esetén is; a humor megküzdési eszközként való használata (pl.: „A humoros életfelfogásom megvéd attól, hogy túlságosan ideges vagy depressziós legyek a dolgok miatt.”). Ebben a humoralkalmazásban a humornak stresszel való megküzdést elősegítő funkciója jelenik meg, amely nem mások kárára történik meg.

A negatív interperszonális humoralkalmazás skálája az *Agresszív* (Aggressive) humor nevet kapta. Az ide kapcsolható viselkedésformák a következők: a humor mások kritizálására és manipulálására való alkalmazása (pl.: szarkazmus, ugratás, nevetségessé tevés, gúnyolódás, humoros rágalmozás); a humor lehetséges támadó eszközként való használata (pl.: rasszista vagy szexista humor) (pl.: „Ha valaki hibázik, gyakran ugratom emiatt.”). Ide tartozik a humor kényszeres alkalmazása, a szociálisan nem megfelelő helyzetekben való humorizálással együtt. Ez a típusú humor a saját én kiemelését szolgálja, a másokkal meglévő kapcsolatok kárára.

A negatív intrapszichés funkciókkal bíró humorskála pedig az *Énleértékelő* (Self-Defeating) nevet viseli. A nagymértékben önbecsmérlő humoralkalmazás tartozik ide, másoknak az egyén saját kárára történő szórakoztatása humoros mondások és cselekedetek révén, amit követően az egyén együtt nevet az őt kinevető többiekkel (pl.: „Gyakran próbálom az emberekkel megkedveltetni magam azáltal, hogy vicces dolgokat mondom a gyengeségeimről, baklövéseimről és hibáimról.”). A humoralkalmazás célja itt az egyén másokkal való megkedveltetése, valamint egyfajta defenzív elzárkózásként is funkcionál, az egyén általa próbálja a negatív érzéseit elrejtetni, vagy elkerülni a problémák megoldásával való foglalatosságot. Az ebbe típusba tartozó humor mások figyelmének és jóváhagyásának megszerzését szolgálja, azonban ezt önmaga kárára, saját maga nevetségessé tétele révén éri el.

A Humor Stílus Kérdőív ugyan az egyénre jellemző humoralkalmazást méri, de nem feltételezi azt, hogy ezeket a módokat az egyének egy tudatosan megválasztott stratégia részeként használják. A teszt kidolgozóinak alapvetése szerint az emberek humora egy

spontán jelleg, az esetek legnagyobb részében nincsenek tudatában a humoruk egy adott szituáción belül megvalósuló társas vagy pszichológiai funkcióinak.

A teszt kidolgozása számos egymást követő vizsgálatból tevődött össze, nagy létszámú minta segítségével. A kitöltők életkora tizennégytől nyolcvanhét éves korig terjedt (Martin és munkatársai, 2003). Az adatok statisztikai elemzése, a megismételt faktorelemzés négy stabil faktort mutatott ki.

A kérdőív négy, egyenként nyolc itemből álló skálát tartalmaz, amelyek belső konzisztencia értékei megfelelőek. A kapott faktorstruktúrát és a teszt megbízhatóságát tesztelték továbbá a mérőeszköz több nyelvre való lefordítását követően is, és az Észak-, és Dél-Amerikában, Európában és Ázsiában elvégzett vizsgálatok egyaránt megerősítették az eredetileg kapott eredményeket (Chen & Martin, 2007; Kazarian & Martin, 2004; Saroglou & Scariot, 2002).

A vizsgálatokban közepes mértékű korrelációs kapcsolatokat találtak a kapcsolatépítő és az énvédő, valamint az agresszív és az éneértékelő humorskálák értékei között. Ezek az eredmények azt mutatják, hogy habár a megegyező pólusú humorskálák egymástól fogalmi és empirikus szinten elkülönülnek, de mégis némileg megegyező irányba mutatnak, a humornak ugyanarra a komponensére vonatkoznak. Emellett az agresszív humor gyenge korrelációt mutat a két pozitív humorstílussal, ami azt jelzi, hogy a kapcsolatépítő és az énvédő humor is tartalmazhat esetenként agresszív elemeket.

A vizsgálatok megerősítették a skálák tartalmi érvényességét, valamint a skálák közötti diszkriminancia érvényességét is (Kazarian & Martin, 2004; Martin és mtsai, 2003; Saroglou & Scariot, 2002). Az egyes skáláknál kapott pontszámok szignifikáns korrelációt mutatnak a teszt kitöltők társai által, az adott humordimenzió történt jellemzés eredményeivel.

#### **4.3.1. A humorskálák és a személyiség kapcsolata**

A két pozitív humorskála és a mentális egészséggel és pszichés jóléttel összefüggő tulajdonságok között pozitív kapcsolatot tártak fel a vizsgálatok. Az önbecsülés, a pozitív érzelmek, az optimizmus, a társas támogatás és az intimitás egyénre jellemző mértéke

pozitívan, a depresszió és a szorongás pedig negatívan függött össze a kapcsolatépítő és az énvédő humor egyéni szintjével. Ezzel szemben az agresszív humor pozitívan korrelál az ellenségesség és az agresszió mérőszámaival, a kapcsolattal való elégedettségel viszont negatív irányú a kapcsolata. Az énléértékelő humor szintén pozitív kapcsolatban áll a pszichés distresszel, a depresszió, a szorongás, az ellenségesség mértékével, és az egyénre jellemző pszichiátriai tünetek számával, és negatívan kapcsolódik az önértékelés, a pszichés jólét, a társas támogatás és a kapcsolattal való elégedettség egyéni értékeihez.

A vizsgálatok a négy humorstílus és a különböző személyiségjegyek kapcsolatát számos kutatásban mérték, az ide vonatkozó adatok elemzését lásd a következő fejezetben, összefoglalását pedig az 1. és 2. táblázatban.

A négy skála nemek szerinti átlagértékeiben nem találtak számottevő különbséget a kapcsolatépítő és az énvédő humor értékeiben, a két negatív humorskálán viszont a férfiak pontszámai szignifikánsan magasabbak, mint a nőké. Ez azt mutatja, hogy a férfiak humorral kapcsolatos eszköztárának szervezesebb részét képezi a negatív humoralkalmazás, gyakrabban nyúlnak az agresszív és az énléértékelő humorhoz az interperszonális kapcsolataik menedzselése, a szociális kapcsolatrendszerük fenntartása céljával. Az idősebb életkorú egyének alacsonyabb kapcsolatépítő humorszintről számolnak be, ami ennek a humortípusnak az életkortól függően eltérő funkcióit mutatja. A kapcsolatépítő humor nagyjából megfelel annak a fogalomnak, amit a hétköznapi emberek humor alatt szoktak érteni. Ennek a típusú humornak a párválasztásban játszott szerepét több kutatás is alátámasztotta (Bressler és mtsai 2006; Kaufman és mtsai, 2008). Valószínűsíthető, hogy fiatal korban ennek a humortípusnak az alkalmazása nagyon kifizetődő, azonban az életkor előrehaladtával ez a költséghatékonyság némileg megváltozik, így az idősebb, a már utódokkal, esetleg unokákkal rendelkező egyének kevésbé gyakran használják. A nők esetében fordított irányú elmozdulás látható az énvédő humor kapcsán, az idősebb személyek gyakrabban alkalmazzák a humor ezen ágát.

1. táblázat. A pozitív humorskálák és az egyes személyiségjellemzők közötti kapcsolat

	Pozitív irányú	Negatív irányú
Kapcsolatépítő humor	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Pozitív maszkulinitás (<math>r=0,16</math>)</li> <li>▪ Pozitív feminitás (<math>r=0,29</math>)</li> <li>▪ Extraverzió (<math>r=0,47</math>)</li> <li>▪ Nyitottság (<math>r=0,23</math>)</li> <li>▪ Pozitív önérzet (RSEI) (<math>r=0,21</math>)</li> <li>▪ Önbecsülés (ISE) (<math>r=0,43</math>)</li> <li>▪ Pszichés jólét (Ryff) (<math>r=0,26</math>)</li> <li>▪ Közelség és intimitás (MSIS) (<math>r=0,25</math>)</li> <li>▪ Empátiás törődés (IRI) (<math>r=0,23</math>) (inkább interperszonális)</li> <li>▪ Társas önértékelés (SSEI) (<math>r=0,39</math>)</li> <li>▪ Pozitív önértékelési standardok használata (PBSQ) (<math>r=0,24</math>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Negatív feminitás (<math>r=-0,20</math>)</li> <li>▪ Szorongás és idegesség (STAI-Trait) (<math>r=-0,27</math>)</li> <li>▪ Depresszív tünetek (CESD) (<math>r=-0,22</math>)</li> <li>▪ Magányosság (<math>r=?</math>) (Hampes, 2005)</li> <li>▪ Félénkség (SS) (<math>r=-0,28</math>)</li> <li>▪ .</li> <li>▪ Elkerülő kötődési stílus barátságokban (ECR-R) (<math>r=0,40</math>)</li> <li>▪ Negatív önértékelési standardok használata (DAS) (<math>r=-0,36</math>)</li> </ul>
Énvédő humor	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Pozitív maszkulinitás (<math>r=0,27</math>)</li> <li>▪ Extraverzió (<math>r=0,28</math>)</li> <li>▪ Nyitottság (<math>r=0,27</math>)</li> <li>▪ Barátságosság (<math>r=0,17</math>)</li> <li>▪ Pozitív önérzet (RSEI) (<math>r=0,28</math>)</li> <li>▪ Önbecsülés (ISE) (<math>r=0,32</math>)</li> <li>▪ Optimizmus (LOT) (<math>r=0,32</math>)</li> <li>▪ Pszichológiai jólét (Ryff) (<math>r=0,46</math>)</li> <li>▪ Közelség és intimitás (MSIS) (<math>r=0,17</math>)</li> <li>▪ Társas támogatással való elégedettség stresszhelyzetben (SSQS) (<math>r=0,30</math>)</li> <li>▪ Perspektívaváltási képesség (empátia) (IRI) (<math>r=0,28</math>) (inkább intraperszonális, kognitív)</li> <li>▪ Észlelt egészségesség (HSS) (<math>r=0,27</math>)</li> <li>▪ Társas önértékelés (SSEI) (<math>r=0,32</math>)</li> <li>▪ Pozitív önértékelési standardok használata (PBSQ) (<math>r=.24</math>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Negatív feminitás (<math>r=-0,36</math>)</li> <li>▪ Neuroticitás (<math>r=-0,37</math>)</li> <li>▪ Szorongás és idegesség (STAI-Trait) (<math>r=-0,40</math>)!</li> <li>▪ Depresszív tünetek (CESD) (<math>r=-0,33</math>)</li> <li>▪ Személyes distressz (empátia) (IRI) (<math>r=-0,34</math>) (intrapersonalitás miatt)</li> <li>▪ Magányosság (<math>r=?</math>) (Hampes, 2005)</li> <li>▪ Félénkség (csak férfiaknál) (SS) (<math>r=0,28</math>)</li> <li>▪ Negatív önértékelési standardok használata (DAS) (<math>r=-0,31</math>)</li> </ul>

Az egyes jellegek mellett látható zárójelben a mérési eszköz rövidítése, illetve egy további zárójelben a korrelációs érték. Abban az esetben, ahol nem közli a cikk a korreláció értékét, ott a cikk hivatkozása szerepel. A közölt eredmények a következő cikkekben találhatóak: Hampes, 2010; Hampes, 2006; Kazarian & Martin, 2004; Kazarian & Martin, 2006; Kuiper & McHale, 2009; Martin és mtsai, 2003; Saroglou & Scariot, 2002; Vernon és mtsai, 2008; Veselka és mtsai, 2010;

2. táblázat. A negatív humorskálák és az egyes személyiségjellemzők közötti kapcsolat

	Pozitív irányú	Negatív irányú
Agresszív humor	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Neuroticitás (<math>r=0,21</math>)</li> <li>▪ Ellenségesség (Ho) (<math>r=0,29</math>)</li> <li>▪ Agresszió (BPAQ) (<math>r=0,41</math>)</li> <li>▪ Féltékenység (csak férfiaknál) (SS) (<math>r=0,24</math>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Negatív maszkulinitás (<math>r=-0,46</math>)</li> <li>▪ Pozitív feminitás (<math>r=-0,32</math>)</li> <li>▪ Barátságosság (<math>r=-0,59</math>)!!!</li> <li>▪ Lelkiismeretesség (<math>r=-0,37</math>)!</li> <li>▪ .</li> <li>▪ Pszichoszociális jólét (HEXACO) (<math>r=-0,33</math>)</li> <li>▪ Empátias törődés (IRI) (<math>r=-0,29</math>)</li> <li>▪ Perspektívaváltási képesség (empátia) (IRI) (<math>r=-0,40</math>)</li> <li>▪ Személyes distressz (empátia) (IRI) (<math>r=-0,20</math>) (beleérzési képesség hiánya miatt)</li> </ul>
Énleértékelő humor	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Negatív maszkulinitás (<math>r=-0,21</math>)</li> <li>▪ Neuroticitás (<math>r=0,35</math>)</li> <li>▪ Szorongás és idegesség (STAI-Trait) (<math>r=0,26</math>)</li> <li>▪ Depresszív tünetek (CESD) (<math>r=0,26</math>)</li> <li>▪ Ellenségesség (Ho) (<math>r=0,38</math>)</li> <li>▪ Agresszió (BPAQ) (<math>r=0,28</math>)</li> <li>▪ Szomatizáció, érzékenység, depresszió, szorongás, ellenségesség (SCL-90) (<math>r=0,31</math>)</li> <li>▪ Magányosság (<math>r=?</math>) (Hampes, 2005)</li> <li>▪ Féltékenység (SS) (<math>r=0,20</math>) (nőknél – <math>r=0,29</math>)</li> <li>▪ Szorongó kötődési típus (ECR-R) (<math>r=0,44</math>)</li> <li>▪ Negatív önértékelési standardek használata (DAS) (<math>r=0,41</math>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Pozitív feminitás (<math>r=-0,21</math>)</li> <li>▪ Barátságosság (<math>r=-0,23</math>)</li> <li>▪ Lelkiismeretesség (<math>r=-0,34</math>)</li> <li>▪ Pozitív önérték (RSEI) (<math>r=-0,36</math>)</li> <li>▪ Önbecsülés (ISE) (<math>r=-0,25</math>)</li> <li>▪ Pszichológiai jólét (Ryff) (<math>r=-0,24</math>)</li> <li>▪ Közelség és intimitás (MSIS) (<math>r=-0,15</math>)</li> <li>▪ Társas támogatással való elégedettség stresszhelyzetben (SSQS) (<math>r=-0,21</math>)</li> <li>▪ Pszichoszociális jólét (HEXACO) (<math>r=-0,16</math>)</li> <li>▪ Társas önértékelés (SSEI) (<math>r=-0,22</math>)</li> <li>▪ Pozitív önértékelési standardek használata (PBSQ) (<math>r=-0,17</math>)</li> </ul>

Az egyes jellegek melletti első zárójelben látható a mérési eszköz rövidítése, a második zárójelben pedig a korrelációs érték. Abban az esetben, ahol nem közli a cikk a korreláció értékét, ott a cikk hivatkozása szerepel. A közölt eredmények a következő cikkekben találhatóak: Hampes, 2010; Hampes, 2006; Kazarian & Martin, 2004; Kazarian & Martin, 2006; Kuiper & McHale, 2009; Martin és mtsai, 2003; Saroglou & Scariot, 2002; Vernon és mtsai, 2008; Veselka és mtsai, 2010;

### **4.3.2. Az egyénre jellemző humorstílus genetikai és környezeti meghatározottsága**

A humorérzék egyéni különbsége veleszületettségének mértékét vizsgáló kutatások eredményét nagyban meghatározta a kutatók által alkalmazott humordefiníció és a felhasznált mérési eszközök. Az egyik típusban viccek vagy rövid humoros képregények humorosságának mértékét kellett megadni a kísérletekben résztvevőknek. Számos korrelációs kapcsolatot találtak számos humortípus és bizonyos egyéni jellemzők, például a szenzoros élménykeresés mértéke, a kétértelműség toleranciája vagy a konzervatív gondolkodás preferenciája között (Ruch, 1992), de a humornak a viselkedésben való megjelenésének valószínűségével nem találtak kapcsolatot az ilyen jellegű vizsgálatok során (Köhler & Ruch, 1996). A viselkedésgenetikai kutatásokban az egypetűjű és kétpetűjű ikrek között mutatkozó hasonlóságok vizsgálata során az egyének között jelentkező különbségeket három faktornak, a genetikai különbségek mellett a közös és nem-közös környezeti hatásoknak tulajdonítják. A közös környezetbe azok az elemek tartoznak, amelyek az ikerpárok tagjaira egyaránt hatottak a fejlődésük során, mint például a szülők nevelési stílusa, a nem-közösbe pedig azok a jellemzők, amelyekben nem osztoztak az ikrek, például eltérő baráti társaságok, egyéni élmények, betegségek. A közös elemek az egyének közötti hasonlóságot növelik, még a nem-közös faktorok a különbözőség növekedéséhez járulhatnak hozzá. Egy korábbi vizsgálat szerint a nonszensz, satirikus és szexuális tárgyú humoros képregények észlelt humorosság értékét a közös és nem-közös környezeti faktorok befolyásolják, míg az agresszív humoros képregények preferenciája a genetikai és a nem-közös faktorok hatásának tulajdonítható (Wilson, Rust, & Kasriel, 1977). Egy későbbi vizsgálat szintén a két környezeti faktor hatását mutatta ki női ikerpárok humoros képregény-preferenciájára vonatkozóan (Cherkas és mtsai, 2000). A korlátozott számú kutatási eredmény azt mutatja, hogy a bizonyos típusú viccek és képregények preferenciájaként meghatározott humorban mutatkozó egyéni különbségek elsősorban a közös és nem-közös környezeti hatásoknak tulajdoníthatóak, genetikai meghatározottságuk nem számottevő.

Az egyéni humorosságot a mindennapi humorhasználat mértékével azonosító humordefinícióval dolgozó kutatások más mérőeszközöket, elsősorban önkítöltős kérdőíveket használnak (pl.: HSK). Ezek a típusú mérőeszközök eredményei az egyén humorizálási képességével, az egyéni humorosság társak által megállapított mértékével és a mindennapi életben való humorhasználat gyakoriságával mutatnak erős együttjárást (Martin, 2007). Ezzel szemben például a viccek egyén által megítélt humorosságának mértékével nem állnak



korrelációs kapcsolatban (Köhler & Ruch, 1996). Ez utóbbi adat azt mutatja, hogy vélhetően ez a két mérési megközelítés a humor eltérő, egymástól nagyrészt független dimenzióit méri.

A humorhasználat önkitöltő kérdőíves vizsgálatának viselkedésgenetikai tárgyú felhasználásával kevés kutatás foglalkozott a múltban, azonban az utóbbi években egyre több ilyen jellegű eredmény lát napvilágot. Egy korábbi vizsgálatban azt találták, hogy egyéni humorhasználat összetevőiben mutatkozó variancia nagyrészt genetikai, illetve nem-közös környezeti hatásoknak tulajdonítható. Loehlin és Nichols (1976) vizsgálatában 1000 egypetéjű és kétpetéjű ikerpárt arra kértek, határozza meg mennyire érzi azt, hogy ő jó humorérzékkel rendelkezik. Jóval erősebb korrelációs kapcsolatot találtak az egypetéjű, mint a kétpetéjű ikerpárok között, ami a genetikai meghatározottság szerepét valószínűsíti. Egy másik vizsgálatban vérszerinti és adoptált testvérek humorhasználatát vizsgálták (Manke, 1998). A családtagokkal folytatott humoros interakciókban való részvétel genetikai és nem-közös környezeti hatásoknak volt tulajdonítható, a barátokkal való hasonló jellegű aktivitást genetikai hatás nem, ellenben mindkét típusú környezeti hatás befolyásolta.

A Rod Martin és munkatársai (2003) által kifejlesztett humorstílus kérdőív (HSK) a korábbi hasonló jellegű kérdőívektől eltérően különbséget tesz a pozitív és negatív humorhasználat között, két-két skálán (pozitív – kapcsolatépítő, énerősítő; negatív – agresszív, énelértékelő) mérve mindkét típusnak az egyénre jellemző mértékét. Ezt a vizsgálati eszközt használták fel Vernon és munkatársai (2008) nagy mintát alkalmazó ikerkutatásukban, melyben az egyes humorstílusok viselkedésgenetikai meghatározóit, valamint az egyes humorskáláknak a Big Five személyiségdimenzióival (Costa & McCrae, 1992) meglévő kapcsolatát mérték. A pozitív humorskálák értékeit a veleszületett és nem-közös környezeti faktorok befolyásolták, hasonlóképpen, mint az előzőekben említett, önkitöltős kérdőíveket használó vizsgálatoknál (Loehlin & Nichols, 1976; Manke, 1998), valamint szinte az összes, a személyiségjegyek viselkedésgenetikai hátterére vonatkozó korábbi kutatásban (Johnson, Vernon & Feiler, 2008). Ezzel szemben a negatív humorskálák értékeinek egyéni különbségei jóval kisebb genetikai hatásról tanúskodnak, az itt kapott értékek nagyrészt a közös és nem-közös környezeti hatásoknak tulajdoníthatóak.

Az eredmények a humor evolúciós szempontú elemzéséhez is fontos adalékkal szolgálnak. A humor fontos szerepet játszik a párválasztás során, a preferált partner jellemzői között előkelő helyet tölt be a jó humorérzék, azonban ez nem minden humoralkalmazásra igaz. A partnerválasztást befolyásoló humorpreferencia elsősorban a humor pozitív

alkalmazására vonatkozik. Azokat az embereket tartjuk jó humorérzékűnek, akik a pozitív humorhasználatban jeleskednek, amit a HSK két pozitív humorskálája mér. Ezek a részleges genetikai meghatározottság miatt stabilabb jellegek, az egyén veleszületett jellemzőire vonatkozóan megbízhatóbb információkat közölnek, mint a kizárólag környezeti hatások által formált negatív humortípusok. Ezen túlmenően a negatív humoralkalmazás környezeti meghatározottsága a jelleg fenotipikus plaszticitását mutatja, a negatív humoralkalmazás a környezethez való alkalmazkodás során, a külső kihívásokra adott lehetséges válaszként épül be az egyéni viselkedésszereplőbe, a szocializációs közegen belül elérhető megküzdési módok egyikeként.

A humorskálák értékei és a Big Five személyiségdimenziói között hasonló kapcsolatot találtak, mint Martin és munkatársai (2003). A kapcsolatépítő-, és az énerősítő humor pozitív korrelációt mutatott az *extraverzió* mértékével, amit a szerzők azon korábbi eredmények magyarázatát könnyíti meg, melyek szintén pozitív kapcsolatot találtak a pozitív humorstílusok és az érzelmi jólét, a társas támogatás és a kapcsolatokkal való elégedettség értékei között. A két pozitív humorskála szintén pozitív korrelációban állt a *tapasztalatok iránti nyitottság* értékeivel, mely a pozitív humorhasználat és a flexibilisebb gondolkodás, nagyobb képzelőerő és belátás kapcsolatát mutatja, ami egyúttal a problémákkal való megküzdésben is az egyén segítségére lehet. Az agresszív és az éneléértékelő humor értékei a *neuroticitás* skálával mutattak pozitív korrelációt, valamint a *lelkiismeretesség* skála értékeivel negatív irányú kapcsolatot. Ez utóbbi az alacsonyabb mértékű impulzuskontrollal járhat együtt, ami részben megmagyarázza a társas helyzetekben nem megfelelő módon történő humorhasználatot. Ezen túlmenően egyedül az éneléértékelő humor korrelált negatívan a *neuroticitással*, és pozitívan a *barátságossággal*, bizonyítva azt, hogy ez a perspektívaváltási képességet igénylő humorstílus erős kapcsolatban állhat az érzelmi és társas jólét egyénre jellemző mértékével. Az agresszív humor és a *barátságosság* erős negatív korrelációban áll, mely az ezzel együtt járó alacsony empátia-, és a másokkal való törődés szintről, és kevésbé kielégítő társas kapcsolatokról közöl információt. A viselkedésgenetikai elemzés kimutatta, hogy minden egyes fenotípusos korreláció genetikai és nem-közös környezeti hatásokra vezethető vissza, kialakításukban a közös környezet nem játszik szerepet.

Egy másik kutatásban a humorstílusok és a vonásjellegű érzelmi intelligencia-dimenziók (trait emotional intelligence) kapcsolatának viselkedésgenetikai hátterét vizsgálták

(Vernon és mtsai, 2009). A vonásjellegű érzelmi intelligencia olyan érzelmi vonatkozású énkép tényezőkkel foglalkozik, melyek a személyiség alacsonyabb hierarchikus részén helyezkednek el (Petrides, Pita, & Kokkinaki, 2007). Az egyes területei négy, egymással kapcsolatban lévő faktorba szerveződnek: *Emocionalitás* (érzelem-észlelés, empátia, érzelem kifejezés, kapcsolatok); *Önkontroll* (érzelmi kontroll, impulzivitás, stressz management); *Szociabilitás* (érzelem management, asszertivitás, társas tudatosság); *Jólét* (boldogság, optimizmus, önbecsülés). Két további terület (alkalmazkodókészség, önmotivációs készség) a globális érzelmi intelligencia vonásba tartozik.

### 4.3.3. A humorstílus egyéni különbségei

Az egyénre jellemző humorstílus értékek háttértényezőinek meghatározása mellett fontos kérdés az egyénre jellemző humorstílus-kombinációk meghatározása is. Az egyes pozitív és negatív skálák értékei közötti korrelációs vizsgálatok sokat elárulnak a humorstílusok együttjárásáról, mindazonáltal nem teszik lehetővé a mind a négy stílusra vonatkozó profilok megállapítását. Olyan kombinációi ezek a négy humorskála egyénre jellemző értékeinek, melyekbe az egymástól jól elkülönülő dimenziók mentén besorolhatók a vizsgált populációk. Graeme Galloway (2010) vizsgálatában klaszterekbe rendezte az egyéni humorskála értéket, megkönnyítve ezáltal az egyes egyéni értékek értelmezését. Példája szerint a negatív humorskálákon mutatkozó átlagosnál nagyobb pontszám oka lehet az alacsonyabb pszichoszociális egészségérzet, de ugyanúgy állhat a magas extravertió érték is az átlagon felüli érték háttérében. A humor több, akár egymás mellett működő funkciót is betölthet, ezért az egyes skálák egyéni értékeit önmagukban nehéz értelmezni. Eltérő háttértényezők is vezethetnek ugyanarra az eredményre, illetve különböző okok is alakíthatnak ki hasonló humormintázatot. Klein és Kuiper (2006) szerint a pozitív és a negatív humorstílus használata egyaránt hozzásegítheti az egyént a csoporton belüli elismertsége növeléséhez. Az egyes skálák más személyiségjellemzőkkel mutatott korrelációs kapcsolatai (lásd: 1., 2. táblázat) hozzásegíthetnek a stílusok egyéni mintázatának értelmezéséhez.

Galloway (2010) vizsgálatában a humorstílus- értékek (HSK) mellett a Big Five személyiségdimenziók (Donnellan és mtsai, 2006) pontszámait, valamint a globális önértékelés (Rosenberg, 1965) eredményét használta fel. Az eredmények négy klaszterbe

szervezetten mutatták a leoptimálisabb elkülönülést és illeszkedést, valamint klaszteren belüli homogenitást. Az első klaszterbe tartozó személyek *mind a négy humorskálán az átlagnál magasabb* pontszámot értek el. A második klaszterbe az előzővel ellentétes, *minden humorskálán átlag alatti* értéket mutató személyek tartoztak. A harmadikba azok kerültek, akik *pozitív humorértékeik az átlagnál magasabbak*, míg *negatív pontszámaik átlag alattiak* voltak. A negyedik klaszterbe pedig az *átlag alatti pozitív*, és *átlag feletti negatív* humorskála-értékű személyek lettek besorolva. Az első klaszter tagjai a Nyitottság és az Extraverzió átlag feletti értékeivel jellemezhetők, a Lelkiismeretesség és a Barátságosság átlag alatti szinten jellemző rájuk, a Neuroticitás és az önértékelési pontszámaik pedig megfelelnek az átlagnak. A második klaszterbe tartozók átlag feletti Lelkiismeretességgel, átlag alatti Extraverzióval, valamint a többi mért érték átlagos szintjével jellemezhetőek. A harmadik klaszterbe átlag feletti önértékelést, Extravertáltságot, Lelkiismeretességet és Barátságosságot, valamint átlag alatti Neuroticitást, és átlagos Nyitottságot mutató egyének kerültek. A negyedik klaszter pedig az átlag alatti önértékelés, Nyitottság, Extraverzió és Barátságosság, valamint átlag közeli Lelkiismeretesség és Neuroticitás pontszámokkal rendelkezőket foglalt magában. Az egyes és négyes klaszterbe a vártnál több férfi, míg a hármas és négyes számúba az átlagosnál több nő került.

Galloway (2010) az egyes klaszterek közötti különbségek általános hátterét az egyénre jellemző arousal alapszintben határozza meg, a korábbi arousal elméletekkel összhangban (részletesen lásd: 2.1.3.) a humor fő funkcióját az arousal szabályozásában jelölve meg. Az elképzelés szerint az egyes klaszterbe tartozó, minden humorstílusban átlag feletti értékkel rendelkező személyek alacsony alap arousal-szintjük emelésére alkalmazzák átlag feletti mennyiségben a humor minden típusát. Ezzel szemben a kettes klaszter tagjainak alaparousal-szintje magas, ezért nincs szükségük a humorhasználat egyik módjára sem a számukra kielégítő izgalmi szint eléréséhez. A harmadik klaszterbe tartozó személyek kiegyensúlyozottak, kevésbé szorongóak, pozitívan viszonyulnak önmagukhoz és másokhoz egyaránt. A csoportjaikon belül magas státussal jellemezhetőek, motiváltak az feléjük irányuló pozitív érzések fenntartására és növelésére. Az átlagnál magasabb pozitív humorskála értékek jó eszközként szolgálhatnak a magas társas státus fenntartásához, melyhez a kismértékű negatív humorhasználat is hozzásegíti őket. A negyedik klaszter tagjai nem nyitottak az új élmények felé, negatívan viszonyulnak önmaguk és mások iránt is. A negatív humort az énképüket ért vélt vagy valós fenyegetések elhárítására használják. Az agresszív humort például leginkább azok leértékelésre, akik véleményük szerint nem kellően értékelik őket, az

énleértékelő humorral pedig alacsony önértékelésüket próbálják palástolni önmaguk és mások előtt.

Az eredmények értelmezését nagyban megkönnyítené az egyes klaszterek párválasztási preferáltság-értékeinek meghatározása, melynek révén pontosabban meg tudnánk határozni az egyénre jellemző humorstílus-mintázatok hasznát és költségeit is. (5. saját vizsgálat).

# Saját vizsgálatok

## 5. A humorpreferencia nemi-, személyiségbeli és testalkati összefüggései (1. vizsgálat)

A párválasztás fitnessindikátorai közül a rövid távú kapcsolatokban, valamint a hosszú távú kapcsolatok kezdeti időszakában a leglényegesebbeknek a fizikai attribútumok tekinthetők (Bereczkei, 2003, Rhodes & Simmons, 2007). A két nem testalakja különböző, eltérő testi jellegekkel rendelkeznek a serdülőkori változásokat követően. A testalakhoz kapcsolódóan a két nem ideális testzsírszázaléka is eltér egymástól. A nők elsősorban a csípőn és a combon található nagyobb zsírdépok révén biztosítják a terhesség és a szoptatás időszaka alatt jelentkező nagy energiaszükséglet kielégítését (McFarland, 1997). Ha a felnőtt női test zsírtartalom-szintje egy bizonyos szint (15-20 %, egyénfüggően) alá csökken, akkor leáll a normál havi ciklus, mely funkció segítségével a szervezet biztosítja, hogy nem megfelelő energiaforrások esetén ne következzen be az anyai szervezet energiaforrásait erőteljesen igénybe vevő terhesség (Frisch, 1990). A nők szaporodási sikerességét alapvetően befolyásolja a testzsír mennyisége, amelynek nem csak az alsó értéke kritikus pont. Egy bizonyos testsúly vagy testtömeg-index (a testsúly testmagassághoz viszonyított értéke) felett a termékenységi mutató szintén lecsökken, feltehetően az elhízással együtt járó csökkent fizikális teljesítőképesség és az egészségügyi kockázatok közvetett hatása miatt (Lake, Power, & Cole, 1997). A férfiak vonzerő-ítéleteit azonban nemcsak a női test relatív soványsága vagy kövérsége határozza meg, hanem lényeges a test arányossága is, különösen a *derék-csípő arány* (a derék körfogata osztva a csípő körfogatával). Devendra Singh és munkatársai (1995) széles körűen ismert kutatási eredményei szerint a férfiak a 0,7-0,8-as értékkel rendelkező hölgyeket preferálják leginkább, a testsúlytól függetlenül. A férfiak a közepesen vékony vagy enyhén telt női testalkatot tartják a legvonzóbbnak, mindemellett nőiesebbnek és egészségesebbnek is vélik ezeket a hölgyeket (Tovée és mtsai, 1999).

A férfiak vonzerejét is befolyásolják másodlagos nemi jellegeik, ha kisebb mértékben is, mint a nők esetében. A nők a magas (0,9-1) derék-csípő aránnyal rendelkező, vagyis szélesebb vállú és karcsú, izmos csípőjű, normál testtömeg-indexű férfiakat részesítik előnyben (Singh, 1995; Furnham, Tan, & McManus, 1997). Az alkat információval szolgál a férfiak erőforrás-fenntartó képességéről és genetikai minőségéről (Bereczkei, 2003). Adrian Furnham és munkatársai (1997) vizsgálatából az is kiderült, hogy a testsúllyal és a testarányokkal kapcsolatban hasonló a helyzet, mint a nők esetében, vagyis a normál

testsúlytartományba tartozó férfiak vonzóbbnak találtnak, mint a kifejezetten vékony illetve robusztus alkatú társaik. Az elhízott férfiak vonzerő-csökkenését magyarázhatja többek között az az adat, mely szerint a spermiumok életképessége és mennyisége negatív korrelációt mutat a testtömeg-indexszel, bár ezt csak a normál testtömeg-index tartományba tartozó férfiak esetében sikerült kimutatni jelen vizsgálatban (Aggerholm és mtsai, 2008). Az elhízás negatív hatást gyakorol a férfiak utódnemzési képességére a megváltozott hormonszint következtében, ugyanis a túlsúllyal rendelkező férfiak alacsonyabb tesztoszteron, valamint follikulusz stimuláló és luteinizáló hormon-szinttel rendelkeznek, mint a normál tesztömeg-indexszel rendelkező társaik (Pauli és mtsai, 2008).

A párválasztásban szerepet játszó tényezők között tehát fontos helyen áll a fizikai adottságok által kiváltott vonzerő, amely egyfajta elsődleges szűrőként működik. A vizuális információkon alapuló kölcsönös vonzalom kapcsolatfelvételt eredményez, amelynek hatására a felek lehetőség szerint elkezdenek beszélgetni egymással. Ebben a fázisban a párválasztási stratégiáknak egy olyan eszköztára lép működésbe, amelyek használata során a fizikális megjelenésből megállapított egészségességen és genetikai minőségen túlmenően olyan tulajdonságok meglétére vonatkozóan keresik a választ a beszélgetőtársak, amelyek a személyiségről, valamint a rövidebb vagy hosszabb távú kapcsolati orientációról közölnek információt. Számos összetevő kaphat szerepet ebben a folyamatban, melyek közül gyakran kiemelésre kerül a humor, a humorérzék jelentősége (Hansen, 1977, Kenrick és mtsai, 1990). Mindkét nem fontosnak tartja a humort, amely úgy tűnik már ebben a kezdeti szakaszban is fontos eleme az ismerkedési folyamatnak. Előzetes kutatások alapján sok vélt és valós okot lehet feltételezni e jelleg előnyben részesítése mögött (Martin, 2007). A lehetséges funkciók egyikét példázza az a szembeötlő tényező, miszerint a humorral átítatott kapcsolatok kiegyensúlyozottabbnak tűnnek, mint az azt nélkülözők (Lauer, Lauer, & Kerr, 1990).

A kapcsolódó kutatások szerint a humor jelenléte növeli az adott kapcsolattal járó észlelt előnyöket, tehát a nevetéshez kapcsolódó kellemes érzéseket. Mindemellett a humor csökkenti az észlelt hátrányokat azáltal, hogy a másik fél felénk irányuló negatív érzelmi reakcióinak valószínűségét redukálja (Cook & Rice, 2003). A kapcsolat kialakításának esélyeit növeli a humor vonzerőre és a közelség érzésére gyakorolt pozitív hatása. Ebből kifolyólag akivel humoros interakcióban veszünk részt, azt vonzóbbnak és hozzánk közelebb állónak tartjuk (Fraley & Aron, 2004). A humor mindkét nem számára nagy fontossággal bír a kapcsolat kezdeti szakaszában, az ismerkedés időszakában.



A párválasztási folyamatban tehát nagy jelentőséggel bír a fizikai vonzóság, azonban ez nemenként eltérő mértékben befolyásolja a párválasztási sikerességet. Egy nemrég közzétett tanulmány szerint a nők tényleges párválasztási sikerességét nagyobb mértékben befolyásolja a fizikális vonzerejük, mint a férfiakét (Jokela, 2009). A nagy mintát feldolgozó kutatás eredményei azt mutatják, hogy a nők (fénykép alapján meghatározott) fiatalkori vonzereje magasabb utódszámmal jár együtt, míg a férfiak esetében ez a hatás csak jóval kisebb mértékben jelentkezik. Eszerint a férfiak párválasztási sikerességében nagyobb szerepet tölthetnek be a fizikális vonzerón túlmenő párválasztási jelzések, mint például a humor használata.

A testalkat és a személyiségjellemzők közötti kapcsolat a naiv pszichológiai elképzelések egyik jól ismert feltevése. A temperamentum testalkat alapján való meghatározottsága a korai személyiségpszichológiai elméletek között is helyet kapott, elég csak Sheldon (1942) testalkattípusaira gondolnunk. Három típust különböztet meg. Az endomorf testalkatú emberek hízásra hajlamosak, temperamentumukat nagyfokú szociabilitás, melegség és érzelmi kiegyensúlyozottság jellemzi. A mezomorf alkatú egyének atlétikusak, jól tűrik a fizikai megterheléseket. Temperamentumuk versengésre, a kalandok keresésére való hajlammal, valamint magabiztossággal jellemezhető. Az ektomorf személyek sovány testalkatúak, temperamentumuk meghatározó karakterjegyei a szociális inkompetencia és gátoltság, és az ebből fakadó a társas ingerek elkerülésére törekvő viselkedés (Carver & Scheier, 2002). A személyiségtypológiákkal kapcsolatos kutatások a XX. század közepe óta jelentősen átalakították és továbbfinomították ezeket a kezdeti típusokat (Nettle, 2006), a naiv pszichológiai elképzelések között azonban mindmáig jelen van egy a testalkat és egy jellemző személyiségjegy kapcsolatára vonatkozó feltevés. Eszerint a jó humorérzék általánosan jellemző tulajdonsága az átlagnál teltebb, piknikus testalkatú (endomorf) egyéneknek, számottevő nemi különbségek nélkül.

Eysenck (1975) későbbi, szintén biológiai alapú megközelítése a személyiségjellemzők és a biológiai funkciók összekapcsolására helyezi a hangsúlyt. A személyiség alapidimenzióinak kialakulásában az öröklött tényezőknek jut a legnagyobb szerep. Elmélete szerint a személyiség két főlérendelt szupervonás, az érzelmi stabilitás-labilitás, valamint az extroverzió-introverzió tengelyén keresztül ragadható meg. A két fő személyiségdimenzió alapján négy személyiségtypus írható le, ezek az extroverzió, neuroticizmus, pszichoticizmus és a kognitív szférába tartozó intelligencia (Matolcsi, 1991).

A tipikus introvertált személyiség passzív, komoly, békés, megfontolt és nyugodt. Az introspekcióra hajlamos van, előre megtervezi az életét, mert nem szereti a váratlan helyzeteket. Az etikai normákat komolyan veszi, szívesebben van egyedül vagy kevés személy környezetében, mint nagyobb létszámú társaságban.

A tipikus extrovertált személyiség szociális, bőbeszédű, könnyed, élénk és gondtalannak tűnő. Társas kapcsolataiban aktív, szereti az izgalmakat, tréfái gyakran durvák. Nagyfokú impulzivitás jellemzi, ezért társai gyakran kiszámíthatatlannak tartják (Matolesi, 1991; Carver & Scheier, 2002).

Humángenetikai vizsgálatok eredményei azt mutatják, hogy a személyiség egyes meghatározó jegyei magas (pl. extroverzió, szociabilitás), mások közepes értékű (pl. kockázatkeresés) öröklékenységgel rendelkeznek (Plomin & McLearn, 1997). A társas viselkedésnek egyetlen olyan területe sincs, amelynek kialakulását nem befolyásolnák jelentős mértékben a genetikai hatások (Berezkei, 2003). A személyiség Big Five modellben meghatározott (Costa & McCrae, 1992), általánosan elfogadott dimenziói közé tartozó extroverzió egyik lehetséges adaptív funkcióját Daniel Nettle (2005) a párválasztási sikerességben határozza meg, melyhez a társas szövetségek kialakításnak hatékonyabb képessége kapcsolódik, kockázati tényezőként pedig a csökkent mértékű családi stabilitás jelenik meg. Az extrovertált személyek jobban élvezik az egyes humorformákat, a vicceket és a humoros képregényeket (Ruch & Hehl, 1998). Ezeket az eredményeket fMRI vizsgálatok adatai is alátámasztják, melyek szerint a magas extroverzió (és alacsony neuroticitás) pontszámú személyek humoros képregények hatására nagyobb mértékű aktivitást mutattak a limbikus rendszer jutalmazó központjában (Mobbs és mtsai, 2005). Összességében megállapítható, hogy az extrovertáltság és a humor, valamint a párválasztási sikeresség kapcsolatát több kutató is feltételezi, azonban az ezt alátámasztó empirikus adatok még viszonylag szűk körűek (Martin, 2007). Vizsgálatunkban a feltevés empirikus tesztelésére tesztünk kísérletet, melynek eredményeivel a humorhasználatot, valamint az emberi párválasztást meghatározó háttérmechanizmusok működésére vonatkozó ismereteinket szeretnénk tovább bővíteni olyan módon, hogy empirikusan feltárjuk a nem, a fizikai vonzóság, az extroverzió-introverzió és a humor közti kapcsolatokat.

## **5.1. Hipotézisek és predikciók**

Jelen vizsgálat a párválasztás során alkalmazott stratégiákat nagyban befolyásoló tényezőknek mint a *nem*, *fizikális attraktivitás* és az *extroverzió-introverzió* a humor alkalmazásával mutatott összefüggéseit vizsgálja. Feltevésünk szerint személy neme, testalkata, az extroverzió-introverzió tengelyen mutatott személyiségtípusa, valamint ezen tényezők együttesen hatással vannak a humor használatára.

Hipotézis 1.: A vizsgált férfiak nagyobb valószínűséggel részesítik előnyben a humoros választ, mint a vizsgált nők.

Hipotézis 2.: Az extrovertált vizsgálati személyek nagyobb valószínűséggel részesítik előnyben a humoros választ, mint az introvertált vizsgálati személyek.

Hipotézis 3.: A túlsúlyos vizsgálati személyek nagyobb valószínűséggel részesítik előnyben a humoros választ, mint a normál súlyú vizsgálati személyek. További feltevésünk még, hogy a fenti hipotézisekben foglalt hatások egymással összeadódnak, tehát:

Hipotézis 4.: A túlsúlyos extrovertált férfi és női vizsgálati személyek nagyobb valószínűséggel részesítik előnyben a humoros választ, mint a normál súlyú extrovertált férfiak és nők.

Hipotézis 5.: A túlsúlyos introvertált nők és férfiak nagyobb valószínűséggel részesítik előnyben a humoros választ, mint a normál súlyú introvertált női és férfi vizsgálati személyek.

## **5.2. Módszer**

### **Minta**

A kutatásban résztvevő személyek száma 62 fő volt. Az érzelmi labilitást mutató egyének (15 fő), valamint a magas disszimulációs pontszámot elérő vizsgálati személyek (6 fő) szűrésre kerültek a vizsgálat kezdeti szakaszában, ezért ők nem szerepeltek a vizsgálat

további részében. Ezután a teljes kutatásban 41 fő vett részt, nemek szerint 21 férfi és 20 nő. Az összes vizsgálati személy közül túlsúlyosnak tekinthető 51,2 %. Az átlagos életkor 35, 0 (30-40) év. A résztvevők fizetségben nem részesültek. A kutatás etikai kockázata kicsi – annak ellenére, hogy szenzitív adatokat is tartalmazó tesztekkel töltötték ki a résztvevők – mivel a tesztek alapján nem lehet utólag azonosítani a vizsgálati személyeket. A vizsgálatban résztvevő személyek aláírták az adatok felvételére és felhasználására vonatkozó beleegyező nyilatkozatot. A kutatást az SZTE Pszichológiai Intézetének Etikai Bizottsága jóváhagyta.

## Eszközök

A kutatás során három mérőeszköz került alkalmazásra, melyek segítségével a személyiségtípust, az esetleges túlsúly mértékét megadó testtömeg-indexet, valamint a humorpreferencia szintjét határoztuk meg.

## EPQ

A személyiségtípus meghatározásánál a teszt magyar standard pontértékeket vettük figyelembe (Matolcsi, 1991, lásd: 1. Melléklet). A vizsgálatunk szempontjából a teszt *extraverzió* skáláján mutatott pontértékek voltak fontosak, a többi három skála (*neuroticitás, pszichoticizmus, hazugság-skála*) értékei nem kapcsolódtak hipotéziseinkhez, emiatt nem kerültek további elemzésre. A kapott értékek alapján, a teszt standard értékeinek megfelelően, a nemek szerint eltérő pontértékek alapján három csoportot alakítottunk ki (*extrovertált, introvertált, átlagos*).

## Testtömeg-index

Az index meghatározásához az adott testmagasságnak megfelelő ideális testsúlyt, illetve az attól való elérés mértékét meghatározó, nemzetközileg általánosan elfogadott arányszámot vettük figyelembe (WHO Working Group, 1986). Ennek alapján a testtömeget (méterben megadott) elosztottuk a testmagasság négyzetével ( $\text{kg/m}^2$ ). A kapott értékek alapján három csoportot különítettünk el: *sovány* ( $20 \text{ kg/m}^2$  alatt), *normál* ( $20\text{-}25 \text{ kg/m}^2$ ), valamint *túlsúlyos* ( $25 \text{ kg/m}^2$  felett) részmintákat.

## Humor kérdőív

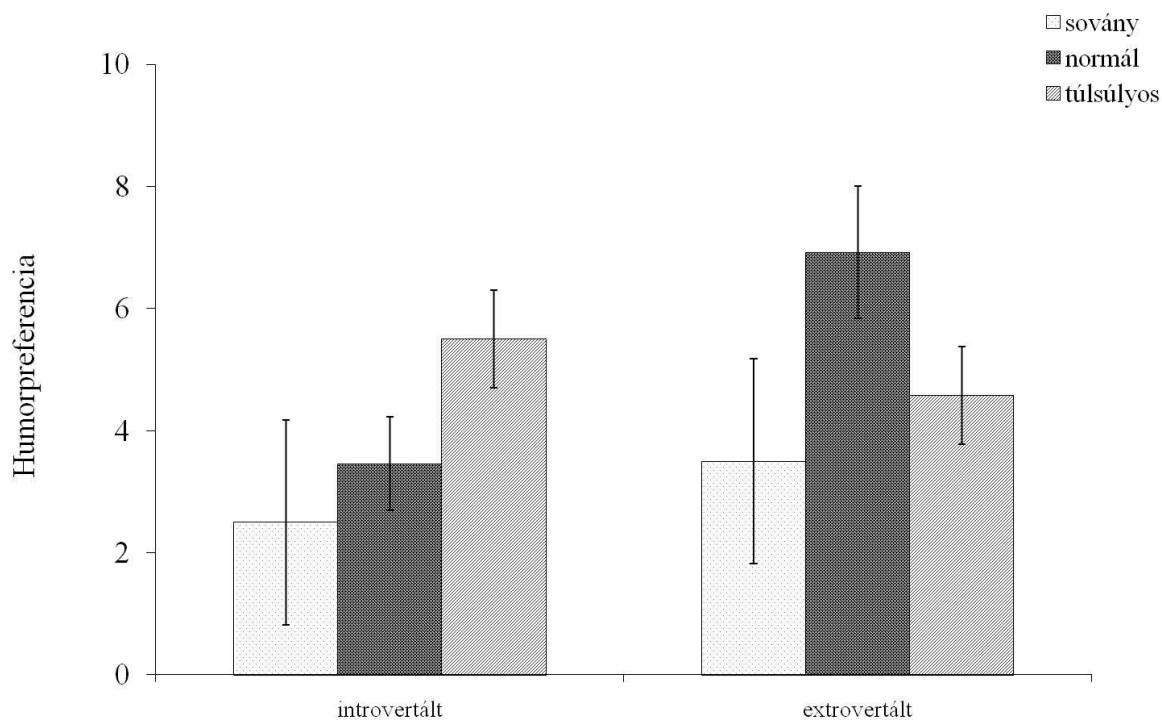
A humor-preferencia mértékének mérésére tesztet állítottunk össze, melynek kialakítása során mintaként szolgáltak a Ruch és Deckers (1993), valamint Bressler és munkatársai (2006) által a humor-preferencia mérésére kidolgozott mérőeljárások, valamint a humor pszichológiai vizsgálatának átfogó módszertani megfontolásai (Martin, 2007). A kérdőív szituációkat tartalmaz, melyek kapcsán a vizsgálati személyek 10 fokú Likert-skálán súlyozták a lehetséges (humoros) válasz használatának esélyét a saját maguk vonatkozásában (lásd: 2. Melléklet).

## Eljárás

Az alkalmazott tesztek kitöltése, valamint a további szükséges adatok felvétele egy alkalommal, a vizsgálatot vezető személy jelenlétében zajlott. A tesztek kitöltését követően az egyéb szükséges adatokat (magasság, testsúly) a személyek írásban adták meg. Az adatok anonimitására vonatkozóan a vizsgálati személyek szóbeli és írásbeli biztosítást kaptak.

### **5.3. Eredmények**

A humorpreferencia értékein többszemponos variancia-analízist végeztünk el a NEM (nő, férfi), SZEMÉLYISÉGTÍPUS (extrovertált, introvertált, átlagos) és a TESTTÖMEG (normál, sovány, túlsúlyos) független mintás faktorok bevonásával. A NEM-nek szignifikáns főhatása van ( $F(1,27)=4,97$ ,  $p=0,035$ ), a férfiak jobban előnyben részesítik a humort, mint a nők (férfiak: átlag=5,50, szórás=0,68; nők: átlag=3,78, szórás=0,63). A TESTTÖMEGNEK nem volt főhatása ( $F(2,27)=1,93$ ,  $p=0,165$ ), vagyis a három csoport (normál, sovány és túlsúlyos) ugyanolyan mértékben preferálja a humort. A SZEMÉLYISÉGTÍPUS alapján sem volt különbség a humorpreferenciában ( $F(2,27)=0,86$ ,  $p=0,44$ ), viszont a TESTTÖMEG x SZEMÉLYISÉGTÍPUS interakciónál tendencia jelentkezett ( $F(3,27)=2,75$ ,  $p=0,062$ ). Az elvégzett post-hoc tesztek kimutatták, hogy az introvertált csoportban a túlsúlyosak jobban preferálják a humort a normál testsúlyú csoporthoz képest ( $p=0,04$ ), míg az extrovertált csoportban a testtömegnek nincs szignifikáns hatása ( $p=0,17$ ) (lásd. 1. ábra). A többi interakció nem volt szignifikáns (minden  $p>0,31$ ).



1. ábra Az introvertált és extrovertált személyek humorpreferenciája a testtömeg függvényében.

#### 5.4. Megbeszélés

Jelen kutatás célja az volt, hogy a nem, az extroverzió személyiségdimenzió, valamint a testalkat humor preferenciával mutatott összefüggéseit vizsgálja. Az eredményeink azt mutatják, hogy markáns különbség van a nemek között, a férfiak jobban preferálják a humoros választ, mint a nők. Ezen túlmenően az extroverzió-introverzió személyiségdimenzió és a testtömeg kapcsolatot mutatott: az introvertáltak esetében a humor preferencia függ a testsúlytól, a túlsúlyosak jobban preferálják a humort, mint a normál és a sovány testalkatúak. Az extrovertált személyeknél viszont nem volt különbség a humorpreferenciában a testsúly függvényében.

A férfiak tehát nagyobb mértékben preferálják a humoros megnyilvánulásokat, mint a nők, igazolva ezzel az 1) hipotézisünket. A humorhasználat hajlandóságában jelentkező nemi különbségek egy irányba mutatnak számos korábbi vizsgálat eredményeivel (Kothoff, 2000;

Bressler, Martin, & Balshine, 2006), melyek szerint a humor használata a férfiak stratégiai eszköztárának aktív része. A vizsgálat udvarlási kontextusa pedig azt a további feltevést igazolja, mely szerint a humor alkalmazása a nemek közötti, párválasztási szituációban különösen nagy jelentőséggel bír. Ezáltal részben igazoljuk Miller (2006) elméletét a humor szexuális szelekciós eredetére vonatkozóan. Azért részleges csak ez az igazolás, mert eredményeink pontosan nem mutatják meg, hogy a humor (preferencia) mint fitnessindikátor mely háttértényezőkről (pl.: intelligencia, kreativitás) nyújt információt.

Az extroverzió mértéke önmagában szintén nem befolyásolja a humor-preferenciát, ezért a kapcsolódó, 2) hipotézisünket el kell vetnünk. Az introvertált személyiségtípuson belül azonban kapcsolat mutatkozik a testsúly és a humorpreferencia között: a túlsúllyal rendelkező introvertált személyek nagyobb mértékben preferálják a humoros választ, mint a normál súlyú, illetve a sovány introvertált személyek. Az extrovertált személyek esetében nem jelentkezik ez a különbség. Érdekes módon tehát nem a várt, extrovertált humorpreferencia mutatkozik az eredményekben, hanem egy ezzel részben ellentétes hatás, amely azonban jól értelmezhető az evolúciósan kialakult párválasztási mechanizmusok alapján (Bereczkei, 2003). A párválasztáshoz kapcsolódó trade-off stratégiák kompenzációs mechanizmusokat működtetnek, melyek a belső és külső erőforrások és képességek függvényében alakítják ki az egyén számára legmegfelelőbbnek tűnő preferenciákat és viselkedést. Az inkább introvertált személyek számára a szociális kapcsolatok kialakítása és fenntartása (ezen belül a párválasztás is) nagyobb energia-ráfordítást feltételez, mint az extrovertáltak esetében. Ez utóbbiak esetében a költségeket tovább növelheti az egyén túlsúlya, amely a fizikai vonzerő csökkenését eredményezi. Ezt a hatást ellensúlyozhatja a nagyobb mértékű humorpreferencia, melynek jótékony hatásai mind a szociális kapcsolatok kialakításában és fenntartásában, mind pedig az egyéni mentálhigiénés funkciók működtetésében egyaránt jelentkezhetnek, kompetitív párválasztási előnyt biztosítva az egyén számára (Martin, 2007).

Eredményeink szerint a testtömeg-érték nem befolyásolja a humorpreferencia mértékét, vagyis a túlsúly és a magas humorpreferencia kapcsolatára vonatkozó 3) hipotézisünk nem igazolódott be. Azonban több adat miatt is arra következtethetünk, hogy a két tényező között (testsúly, humorpreferencia) mégis lehet valamilyen összefüggés. Az egyik ilyen adat a testtömegre vonatkozóan elvégzett variancia-analízis eredménye, melynél a  $p$  érték (0,165) alacsony volta azt a feltételezésünket látszik alátámasztani, miszerint nagyobb elemszám esetén lehetséges, hogy megkapnánk a várt főhatást, vagyis különbséget a testsúly-

csoportok humor-preferencia szintjében. A másik kapcsolódó adat pedig a személyiségtípus és testtömeg humorpreferenciára vonatkozó tendencia-szintű interakciója ( $p=0,062$ ), mely eredmény feltevésünk szerint nagyobb minta esetében akár szignifikáns kapcsolatot eredményezhet. Mindkét adathoz kapcsolódóan a terveink között szerepel a vizsgálat nagyobb elemszámmal való kibővítése a későbbiekben. Ezen kívül szándékunkban áll a humor-preferencia mérésére kialakított teszt továbbfejlesztése, amely a humordimenzió hatékonyabb vizsgálatát tenné lehetővé. Összefoglalva, különbséget találtunk a nemek között a humorpreferenciában, amelyet modulálhat a személyiségdimenzió és a testtömeg is. Ezek az eredmények adalékul szolgálnak a humor evolúciós pszichológiai hátterének teljesebb megértéséhez.



## 6. A vonzerő és a humorérzék összefüggései (2. vizsgálat)

A humor szexuális szelekciós elmélete szerint a humor fő funkciója a vonzerő növelése révén a párválasztás elősegítése, egy jobb alkupozíció kialakítása a párt választó fél számára (Miller, 2006, Kaufman és mtsai, 2008) (Az elmélet részletes kifejtését lásd: 2.2.1.). Vannak azonban olyan kutatási eredmények, amelyek nem illeszthetők bele a humor szexuális szelekciós elméletébe. Több vizsgálatban is a nők a humoros férfiakat ugyan vonzóbbnak értékelték, de ugyanakkor kevésbé intelligensnek is, mint a nem humorosként jellemzett embereket (Bressler & Balshine, 2006; Lundy és mtsai, 1998). Ez arra mutat rá, hogy a humor az intelligenciától függetlenül gyakorolhat hatást a vonzerőre, és elsősorban nem az intelligencia jelzése révén éri el ezt a hatást, mint ahogy azt Miller (2006) elméletének egyik feltevése állítja. Duane Lundy és munkatársai idézett vizsgálatukban (1998) még azt is találták, hogy a humoros férfiakat a nők ugyan vonzóbb kapcsolati partnerként ítélték meg, de ez csak a fizikailag vonzó férfiak esetében volt így. A kevésbé előnyös külsejű férfiak vonzerején a jó humorérzék nem emelt, ami szintén azt mutatja, hogy a humor párválasztási hatásait egyéb faktorok, például a fizikai vonzerő is befolyásolják. Ezen kívül a szexuális szelekciós elképzelés a humor párválasztási eszközként való alkalmazását hangsúlyozza, vizsgálatainak fókuszában is ez a terület áll. A humor nyilvánvalóan nem korlátozódik csupán erre az egy területre, a szociális érintkezés szinte összes területén jelen van (áttekintő elemzésért ld.: Martin, 2007), emiatt átfogóbb magyarázatot igényel, mint a szimplán párválasztási eszközként való meghatározás.

A Li és munkatársai által javasolt elmélet szerint a humor a társas kapcsolatok kialakítására fenntartására szolgál, a segítségével jelezzük társaink felé az aktuális érdeklődésünk mértékét. Erre a feladatra a humort indirekt formája teszi alkalmassá, általa finomabb visszajelzéseket és reakciókat képes adni a személy, mint a direkt, sok esetben azonnali válaszreakciót feltételező normál kommunikatív aktusok során. Az elméletalkotók vélekedése szerint nem az tetszik nekünk, akit humorosnak találunk, hanem épp fordítva, humorosabbnak látjuk azt, aki egyébként is tetszik nekünk. A humor használatát a párválasztás területén kívül is ezek a szabályszerűségek irányítják. Segítségével folyamatos kontroll alatt tudjuk tartani szociális kapcsolatainkat, és mindezt a direkt visszajelzésekből és reakciókból fakadó esetleges konfrontálódás veszélyének nagyfokú lecsökkentésével tudjuk megtenni. A társas kapcsolataink ugyanis dinamikus természetűek, folyamatosan

visszajelzéseket adunk és kapunk, annak függvényében, hogy érdekeinket milyen mértékben látjuk érvényesülni illetve sérülni az adott kapcsolati partner aktuális viselkedése által (az elmélet részleteit és annak tesztelését lásd: 2.2.2.).

A szexuális szelekciós elképzeléssel nem harmonizáló kutatási eredmények, valamint Norman Li és munkatársai (2009) humorelméletéből kiindulva úgy véljük, hogy a humor értékelését nagymértékben meghatározza a humorizáló személynek tulajdonított vonzerő, vagyis minél vonzóbbnak látjuk a másikat, annál inkább értékelni fogjuk a humorát is. Ez a mechanizmus az elsődleges a humor értékelése szempontjából, nem pedig a humor alapvetően vonzó jellege. Vizsgálatunkban a humor szexuális szelekciós és érdeklődésindikátor modelljei összehasonlítására teszünk kísérletet.

## **6.1. Hipotézisek**

Hipotézis 1. Az aktív humorú férfiakat a nők nem látják vonzóbbnak a passzív humorú, illetve a humort nélkülözve kommunikáló társaiknál.

Hipotézis 2. A passzív humorú nőket a férfiak nem látják vonzóbbnak az aktív humorú, illetve a humort nélkülözve kommunikáló társaiknál.

Hipotézis 3. A humorosság megítélésében az adott személy vonzereje fontos meghatározó erővel bír, a férfiak és nők egyaránt a számukra vonzó személyeket fogják humorosabbnak is ítélni egyúttal, humorkondíciójuktól függetlenül.

## **6.2. Módszer**

### **Minta**

A vizsgálatban összesen 499 fő (121 férfi, 378 nő) vett részt. A vizsgálatban részt vevő férfiak a 17 és 74 év közötti életkori tartományba estek (M: 38,9 év, SD: 12,48), a nők pedig a 17 és 67 év közöttibe (M:33,7 év, SD:10,82). Ezzel gyakorlatilag lefedték a teljes felnőtt életkori sávokat, azt azonban meg kell jegyezzük, hogy a vizsgálati személyek nagyobb része a negyven év alatti korúakból került ki (366 fő). A vizsgálati személyek a

részvételért semmilyen díjazásban nem részesültek, önkéntes alapon vettek részt a vizsgálatban.

### Eszközök

A vizsgálatához összesen hat rövid (kb. egy perces időtartamú) videofelvételt készítettünk. A felvételek egy hosszabb beszélgetésből kerültek kivágásra, melyben a kamera kizárólag egy személy viselkedését rögzítette, a vele beszélgető társak nem láthatóak, csupán a hangjuk hallható. A felhasznált részletek a felvételen látható személyek által használt humornak megfelelően kerültek elkülönítésre, három csoportba rendezve: (1) aktív humor – a személy humorizál, a többiek nevetnek ezen, (2) passzív humor – a személy mások humorára pozitív reakciót ad, (3) humormentes kondíció – a személy beszélget a többiekkel, mindenféle humoralkalmazás nélkül. A három csoportba való elkülönítést független megítélők véleményei által végeztük el, akik besorolták a látott felvételeket a három kondíció valamelyikébe. Ezt követően az egy-egy kondícióba sorolt felvételek közül kiválasztottuk az adott kondíciót a leginkább megjelenítő videót, szintén független megítélők segítségével. Az eljárás következtében tehát összesen hat rövid videofelvételt kaptunk, melyek közül háromban női, háromban pedig férfi alany volt látható. A felvételeken látható női és férfi alany mindhárom kondícióban ugyanaz a személy volt, mindhárom filmrészlet ugyanaz az egy hosszabb beszélgetés során került rögzítésre a női és a férfi alany esetében egyaránt.

A korábban használt videofelvételeket felhasználó vizsgálatokban (pl.: Li és mtsai, 2009) szereplő személyek profi színészek voltak, akik előre megírt forgatókönyvek alapján, a spontaneitást nélkülözően humorizáltak. Jelen vizsgálatban abból indultunk ki, hogy a humor fontos meghatározója a spontaneitás, valamint a társas-kontextuális jelleg (Provine, 2000). Vagyis az aktuális kontextustól függetlenül a humor gyakran sokat veszít értékéből, leginkább a megjelenésének konkrét szituációjában működik. A mi esetünkben az ökológiai validitás emelése (természetes, spontán helyzetben történik a humorizálás) miatt a humor élvezeti értéke a külső megfigyelők (a vizsgálati személyek) számára csökkent, azonban ezt ellensúlyozta bizonyos mértékben a felvételen hallgató visszajelzések, a társak nevetésének a jelenléte.

## Eljárás

A résztvevőknek az internet igénybevételével jutattuk el a vizsgálati anyagokat, melyeket egy kérdőívezésre és preferenciavizsgálatok elvégzésére is alkalmas internetes oldal (Kwik Surveys) által biztosított netes felületen kellett kitölteniük. A vizsgálat első részében demográfiai kérdésekre válaszoltak, majd azt követően, hogy minden kérdésre választ adtak, egy videofelvételt láttak, melyen egy velük ellentétes nemű személy volt látható, a három kondíció valamelyikében (aktív humor, passzív humor, humortalan). A vizsgálati személyek által kapott kondíció a program által random módon került kiválasztásra. A video megtekintését követően a felvételen látott személy feltételezett tulajdonságait (pl.: vonzó, jó humorú, intelligens) kellett meghatározniuk egy hétfokú Likert-skálán. A kérdések megválaszolását követően megköszöntük a részvételüket, a vizsgálat eredményei utáni érdeklődők számára pedig egy email címet tettünk közzé.

### **6.3. Eredmények**

#### A vonzerő és a humorérzék humorkondíciók szerinti összehasonlítása

Első lépésként a vizsgálati személyek által megtekintett humorkondíciók szerint elkülönítettünk három csoportot. Ezután egyszempontos varianciaanalízissel megnéztük a vonzerő és a jó humorérzék mutatókra adott pontszámok csoportok közötti különbségeit. Post hoc elemzésként Tukey HSD-t használtunk.

Az ANOVA alapján megállapítható, hogy a férfiak vonzerő szempontjából nem tettek különbségeket az egyes csoportok között, ugyanannyira vonzónak látták az aktív humorú, a passzív humorú, és a humortalan kondícióban látott hölgyet is ( $F(2,118)=0,009$ ,  $p=0,991$ ).

A női vizsgálati személyek viszont csoportok szerint szignifikánsan eltérő vonzerő-pontszámokat adtak a látott férfiaknak ( $2,375$ )= $5,553$ ,  $p<0,01$ ). A nők a passzív humorú férfit szignifikánsan vonzóbbnak látták, mint az aktív humorút ( $p<0,01$ ) ( $3,85>3,32$ ), emellett a humortalan kondícióban látott férfit is tendenciaszinten vonzóbbként értékelték, mint az aktív humorú alanyt ( $p=0,080$ ) ( $3,73$  vs.  $3,32$ ). A passzív humorú és a humortalan kondícióban látott férfiak vonzereje között nem mutatkozott különbség.

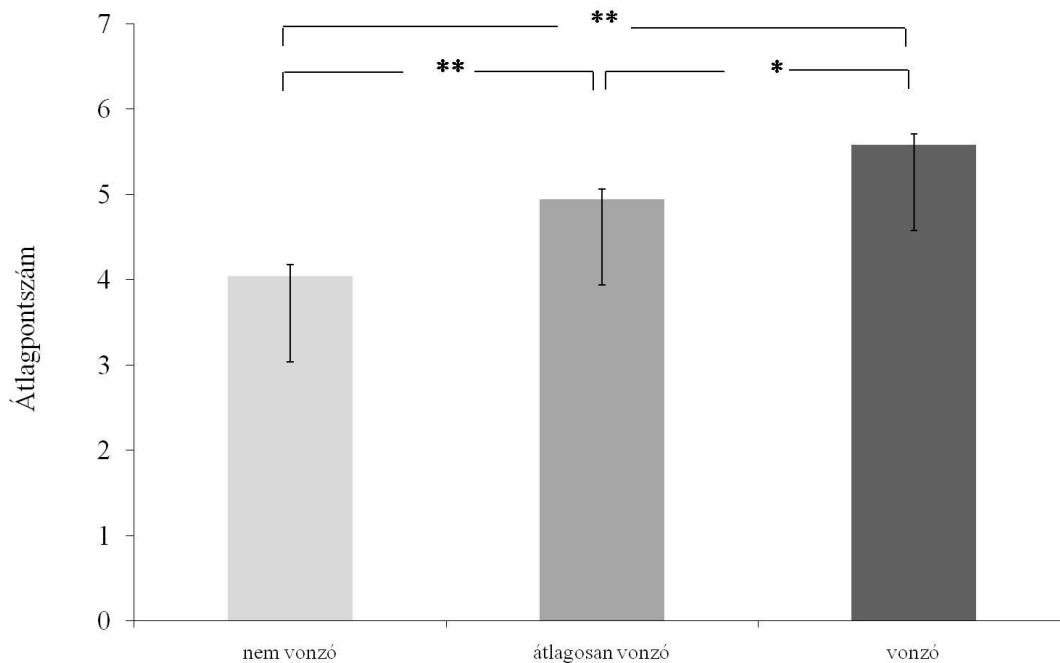
A férfi kísérleti személyek által adott pontszámok a vonzerőhöz hasonlóan nem különböztek a csoportok között a nők humorérzékének megítélésében sem ( $F(2,118)=0,698$ ,  $p=0,500$ ).

A nők ezzel szemben itt is csoportok szerint eltérő pontszámokat adtak az ANOVA eredményei alapján ( $F(2,375)=20,175$ ,  $p<0,001$ ). Az aktív és a passzív humorú csoportokban látott férfiakat is szignifikánsan humorosabbnak értékelték, mint a humortalan kondícióban látott férfit (mindkét esetben:  $p<0,001$ ) (4,95; 5,12 vs. 3,92). Az aktív és a passzív humorú csoport között nem mutatkozott szignifikáns különbség a nők által adott humorérzékre vonatkozó pontszámok tekintetében.

### A vonzerő és a humor összefüggéseinek vizsgálata

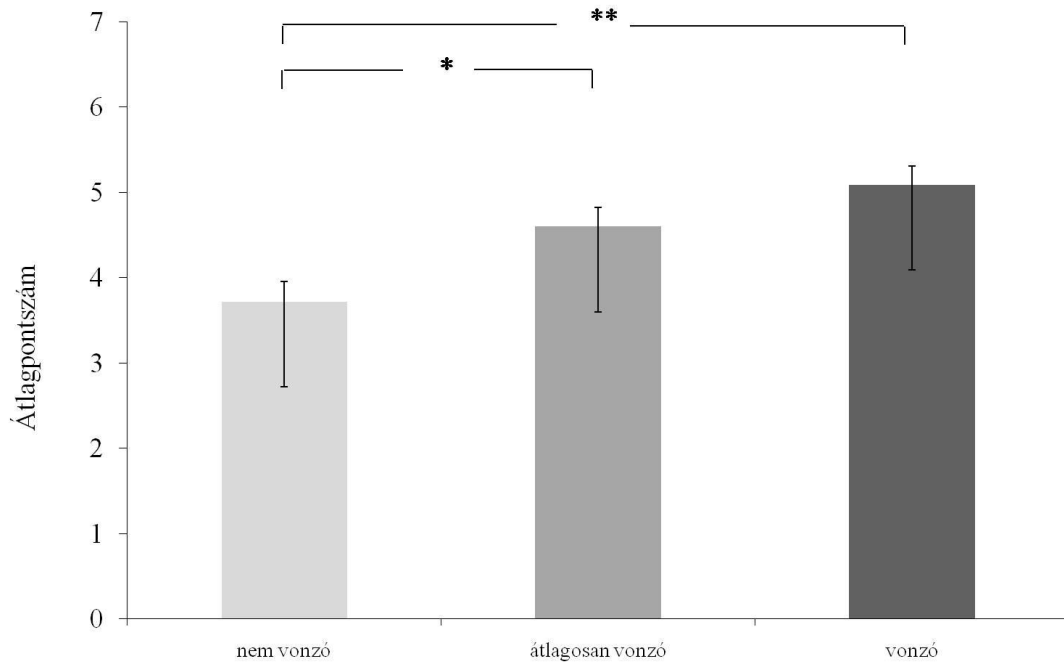
Az elemzés következő részében a megítélt személyeknek adott vonzerőpontszámok alapján három csoportot hoztunk létre (átlag alatti vonzerejű, átlagos vonzerejű, átlag feletti vonzerejű). Ezt követően egyszempontos varianciaanalízissel összehasonlítottuk a három csoport átlagait a látott személyek jó humorérzékére vonatkozóan. Post hoc elemzésként Tukey HSD-t használtunk.

Az ANOVA alapján szignifikáns különbség mutatkozott a csoportok között a férfiak esetében ( $F(2,118)=9,903$ ,  $p<0,001$ ). A férfiak az átlagosnál nagyobb mértékben vonzónak tartott nőket humorosabbnak találták, mint az átlag alatti vonzerejűeket ( $p<0,001$ ) (5,09 vs. 3,72), emellett az átlagos vonzerővel bíró nőket is humorosabbnak látták az alacsony vonzerejű hölgyeknél ( $p<0,05$ ) (4,60 vs. 3,72). Az átlag feletti és az átlagos vonzerővel rendelkező nők csoportjai között nem volt szignifikáns különbség a nekik tulajdonított humorérzék mértékében (lásd: 2. ábra).



2. ábra. A vonzerő szempontjából elkülönített csoportoknak tulajdonított átlagos humorosság-értékek és különbségeik a nők esetében (\*- $p < 0,05$ , \*\*- $p < 0,01$ )

A varianciaanalízis a nők ítéleteiben is különbségeket mutatott ki a vizsgált csoportok között ( $F(2,375)=34,526$ ,  $p < 0,001$ ). A nők a leginkább vonzónak látott férfiakat humorosabbnak is találták, mint az átlag alatti vonzerővel rendelkezőket ( $p < 0,001$ ) (5,58 vs. 4,04). Az átlagos vonzerejű férfiak is humorosabbnak tűntek a női megítélőknek, mint a kevésbé vonzóak ( $p < 0,001$ ) (4,98 vs. 4,04). Viszont a férfi megítélőkkel ellentétben a nők az átlag feletti vonzerejű férfiakat humorosabbnak találták az átlagos vonzerejű társaiknál is ( $p < 0,01$ ) (5,55 vs. 4,94) (lásd: 3. ábra).



3. ábra. A vonzerő szempontjából elkülönített csoportoknak tulajdonított átlagos humorosság-értékek és különbségeik a férfiak esetében (\*- $p < 0,05$ , \*\*- $p < 0,01$ )

#### 6.4. Megbeszélés

Az eredményeink azt mutatják, hogy a férfiak számára a nő humora nem befolyásolja számottevően annak vonzerejét. Több korábbi vizsgálat is arra az eredményre jutott, hogy a férfiak párpreferenciáit legnagyobb részben a lehetséges partner fizikai vonzereje határozza meg (Lundy, Tan, & Cunningham, 1998; Bressler, Martin, & Balshine, 2006), az egyéb személyiségvonzások (így humor is) csak kis részben befolyásolják a kezdeti párpreferenciáikat.

A nők vonzerővel kapcsolatos ítéleteik esetében sem tűnik számottevőnek a lehetséges férfitárs humorja. A vizsgálatban részt vevő hölgyek vonzerő pontszámai sem a Miller (2006) által feltételezettek szerint alakultak, vagyis a nők nem az aktív humorú férfit értékelték a legmagasabbra a vonzerő-skálán. Ezzel éppen ellentétesen, ez a kondíció volt az, amiben a legkevésbé vonzóknak értékelték a felvételen szereplő férfit. Ennek alapján úgy tűnik, hogy a humor ebben az esetben sem fejtett ki meghatározó szerepet a vonzerő

befolyásolásában, ezért indokolt volt a további, a humor és a vonzerő között fordított viszonyt feltételező elméleti elképzelés tesztelése.

Az eredményeink azt mutatták, hogy a férfiak az általuk az átlagosnál vonzóbbnak ítélt hölgy humorát is magasabbra értékelték, mint abban az esetben, ha nem találták vonzónak a hölgyet.

A nők esetében ehhez még az is társult, hogy leginkább vonzónak látott férfiak humorát értékelték a legmagasabbra, ezt követte az átlagosan vonzó férfiak humora, és a legkevesebbre a minimális vonzerővel rendelkező férfiak humorát értékelték.

Ezek az eredmények alátámasztani látszanak a Li és munkatársai (2009) által felvázolt elméleten alapuló hipotéziseinket, miszerint az adott személy vonzereje alapján határozzuk meg azt, hogy mennyire látjuk őt humorosnak, milyen mértékben szeretnénk vele kapcsolatot kialakítani. Ha valakit vonzóbbnak látunk, akkor annak a humorát is magasabbra értékeljük, mivel a humor és a rá adott reakció a társas érdeklődés eszközeként funkcionál ebben a folyamatban, vagyis általa jelezzük vissza a másik fél számára az iránta érzett szimpátiánk mértékét. Az érdeklődésindikátor-modellbe illeszkedő eredményeink fontos kiegészítésül szolgálnak a humorral kapcsolatos párpreferenciák, valamint a humornak a párválasztási folyamatban játszott szerepére vonatkozó eredmények és elméleti feltevések evolúciós hátterének értelmezéséhez.



## **7. Humorhasonlóság a baráti kapcsolatokban (3. vizsgálat)**

A baráti kapcsolatok fenntartásában és szabályozásában fontos szerepet tölt be a humor, sok szempontból befolyásolja az informális kapcsolatainkat (lásd: 3.1.1.). A legjobb barátokkal fenntartott kapcsolat sok szempontból speciális, az informális, nem rokoni kapcsolatok prototípusának is tekinthetők. A velük való kapcsolat fenntartása az egyén részéről nem jár együtt a kapcsolatból származó mindennemű nyereséget meghaladó arányú ráfordítást, a felek kölcsönös megelégedettségén alapul (részletesen lásd: 3.1.). Az egynemű és az ellentétes nemű baráti kapcsolataink kialakításánál egyaránt a legfontosabb jellemzők közé soroljuk a partner jó humorérzékét (Bleske-Reчек & Buss, 2001; Goodwin & Tang, 1990; Sprecher & Regan, 2002). A jó humorú embereket számos egyéb, szociális szempontból vonzó karakterjeggyel ruházzuk fel, amelyek a velük való baráti kapcsolat kialakítására vonatkozó kívánatosságukat is emelik. Ilyen tulajdonságok többek között a barátságosság, az extravertió, a kedvesség, az érdekesség és a jó képzelőerő, az intelligencia, valamint az érzelmi stabilitás is (Cann & Calhoun, 2001). A humor tehát vonzó jelleg, előnyben részesítjük a humoros barátok társaságát. Az egyének a legjobb barátaikhoz számos tekintetben hasonlóságot mutatnak, de bizonyos mértékű komplementaritás is érvényesül a felek között (Figueredo és mtsai, 2006).

Úgy véljük, hogy a barátok közötti hasonlóság megjelenik az egyénre jellemző humorstílusban is, a barátainkat bizonyos humoralkalmazási formákban saját magunkhoz hasonlóknak látunk. A humorstílusok nemi eltéréseket mutatnak az ilyen jellegű kapcsolatokon belül (lásd: 3.1.2.), ebből kiindulva úgy gondoljuk, hogy a humorban megjelenő homogámia mértékét a kapcsolatban részt vevők neme határozza meg. A humor funkciójának részleges nemi eltérései miatt a férfi-férfi és nő-nő baráti kapcsolatok tagjai eltérő jellegekben mutatnak hasonlóságot. Ezen túlmenően a vegyes nemű baráti kapcsolatok részben eltérnek az azonos nemű baráti kapcsolatoktól.

### **7.1. Hipotézisek**

Hipotézis 1: A egyének és legjobb barátaik hasonlóságot mutatnak humorstílusukban.

Hipotézis 2: A saját és a legjobb barát neme függvényében eltérőek a hasonlóságot mutató humorstílusok.

Hipotézis 3. A férfiak megegyező nemű legjobb barátaikkal az énjük felnagyításában szerepet játszó pozitív humorstílusokban, elsősorban a kapcsolatépítő humorban mutatnak hasonlóságot.

Hipotézis 4. A nők megegyező nemű legjobb barátaikkal a csoport kohézióját a kültagoktól való megkülönböztetésben és elszigetelésben szerepet játszó humorstílusokban mutatnak hasonlóságot.

Hipotézis 5. A kevert nemű csoportokban a humorstílus-hasonlóságot inkább a barát nemére általánosan jellemző értékek határozzák meg.

## **7.2. Módszer**

### **Minta**

A vizsgálatban 178 személy (134 nő, 44 férfi), a szegedi és a pécsi egyetemre járó, nappali szakos hallgatók vettek részt. A résztvevők 18 és 26 év közötti életkorúak voltak (M:21,01; SD:1,36). A részvétel feltétele volt, hogy a személyek aktuális legjobb barátjával való kapcsolata legalább egy éve tartson. A vizsgálati személyek a részvételért nem részesültek jutalmazásban, önkéntesen töltötték ki a szükséges kérdőíveket. Az adatfelvételt megelőzően tájékoztatásban részesültek az alkalmazott kérdőív kitöltésére vonatkozóan, valamint bővebb információkat is kaptak a vizsgálat tágabb céljáról (a humor szerepe a baráti kapcsolatok működésében).

### **Eszköz**

Humor Stílus Kérdőív (HSK; Martin és mtsai., 2003; magyar változat: Konstantin, 2005) (lásd: 3. Melléklet).

A HSK egy 32 itemből álló, az egyénre jellemző humorstílusok értékeit mérő vizsgálati eszköz (részletesen lásd: 4.3.). Négy, egyenként 8 itemből álló alskálát tartalmaz,

melyek mindegyike az egyéni humorhasználat egy-egy eltérő aspektusát méri. A két pozitív alsóala egyike a Kapcsolatépítő humort (pl.: „Sokat nevetek és viccelődöm a barátaimmal.”), másika pedig az Énvédő humort (pl.: „A humoros életfelfogásom megvéd attól, hogy túlságosan ideges vagy depressziós legyek a dolgok miatt.”) méri; a két negatív alsóala pedig az Agresszív humor (pl.: „Ha valaki hibázik, gyakran ugratom emiatt.”), valamint az Énleértékelő humor (pl.: „Gyakran próbálom az emberekkel megkedveltetni magam azáltal, hogy vicces dolgokat mondok a gyengeségeimről, baklövéseimről vagy hibáimról.”) egyénre jellemző szintjét mutatja meg. A válaszadóknak egy hét pontos Likert-skálán azt kell megadniuk, hogy az adott jellemzéseket mennyire látják igaznak önmagukra, illetve a legjobb barátaikra vonatkozóan.

A mérőeszköz több vizsgálatban is felhasználtuk. Az összetett adatok alapján számolt, az egyes skálákra vonatkozó belső konzisztencia-értékeket lásd: 10.3. fejezet.

## Eljárás

Az adatok felvételére csoportosan, egyetemi előadásokat és szemináriumokat követően került sor, a tesztek kitöltését önkéntesen vállaló hallgatók részvételével. A vizsgálat két egymást követő fázisból tevődött össze. Az első részben a vizsgálatvezető felvilágosítást adott a kérdőív kitöltésével kapcsolatosan, valamint röviden informálta a résztvevőket a vizsgálat távlati céljairól. Ezt követően a vizsgálati személyek saját magukra vonatkozóan töltötték ki a kérdőívet. A második fázisban arra kértük a résztvevőket, hogy gondoljanak a legjobb barátjukra, és ezt követően órá vonatkozóan töltsék ki a kérdőív második részét (ami szintén a HSK állításait tartalmazta). A legjobb barát meghatározásánál azért kértük a kategóriával kapcsolatosan elsőként eszükbe jutó személyre vonatkozóan kitölteni a kérdőívet, hogy ezzel kiküszöböljük a mérlegelésen alapuló, nem elsősorban érzelmileg beágyazott kapcsolatok jellemzését. További követelmény volt még, hogy a jellemzett baráttal folytatott baráti kapcsolatnak már legalább egy éve fenn kellett állnia.

### 7.3. Eredmények

#### Nemek közötti összehasonlítás

Az elemzés első lépéseként az egyének által önjellemzéseként, valamint a barátaik jellemzéseként adott humorstílus-értékek nemek közötti összehasonlítását végeztük el egyszempontos varianciával. Az eredmények csupán egy típusú humorban, az agresszióban mutattak szignifikáns eltérést a nemek között ( $F(1,177)=18,386, p<0,001$ ), mely szerint a férfiakra jellemzőbb az ilyen a típusú humor használata, mint a nőkre. A barátok jellemzésénél csupán tendenciaszintű különbség mutatkozott, mely szerint a férfiak hajlamosabbak legjobb barátaikat agresszívabb humorúaknak látni, mint ahogy a nők látják legjobb barátaikat ( $F(1,177)=2,831, p=0,094$ ) (lásd: 3. táblázat).

3. táblázat. A saját humor és a legjobb barátok humorának nemek szerinti adatai és nemi különbségei

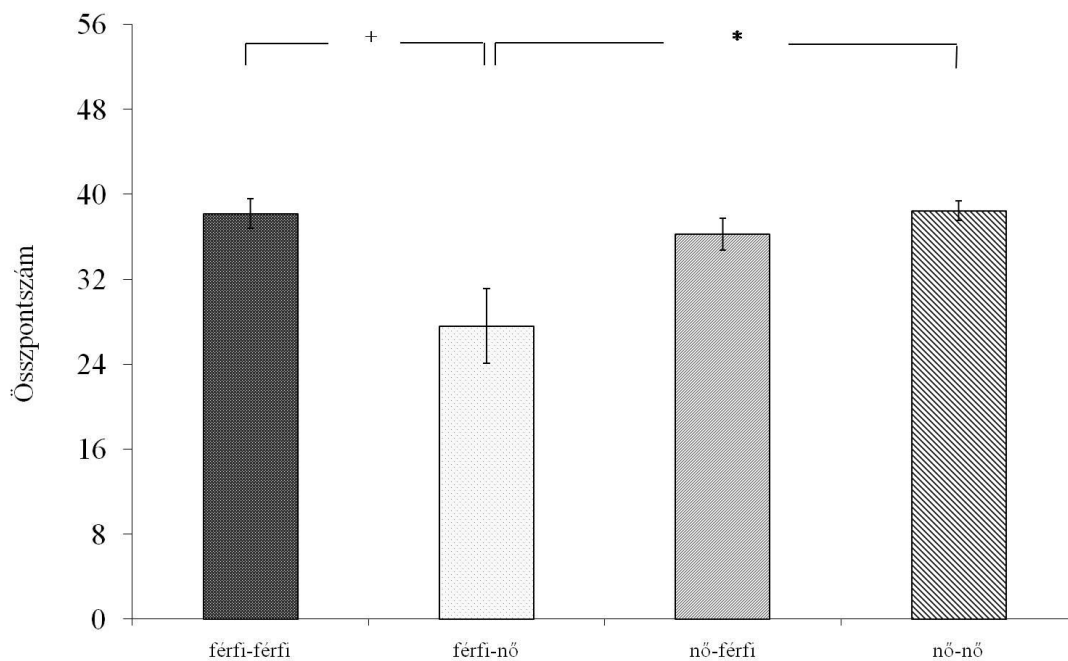
Humor stílusok	Férfiak humora (M, SD)		Nők humora (M, SD)		Férfiak > Nők (F)	
	Önértékelés	Barát ért.	Önértékelés	Barát ért.	Önért.	Barát ért.
Kapcsolatépítő	46,5 (6,4)	45,7 (7,4)	45,4 (8,2)	47,6 (7,7)	0,63	2,01
Énvédő	37 (9,2)	37 (7,8)	37,8 (9,1)	38 (9,8)	0,28	0,32
Agresszív	31,7 (9,3)	32,2 (7,8)	25,6 (7,8)	29,5 (9,8)	18,4**	2,83+
Énleértékelő	28,1 (8,5)	29,1 (9,3)	27,8 (8)	27,2 (9,6)	0,026	1,3

+ -  $p<0,1$ , \* -  $p<0,05$ , \*\* -  $p<0,01$ ; M- átlag, SD- szórás

## A saját nem és a legjobb barát neme szerinti csoportok összehasonlítása

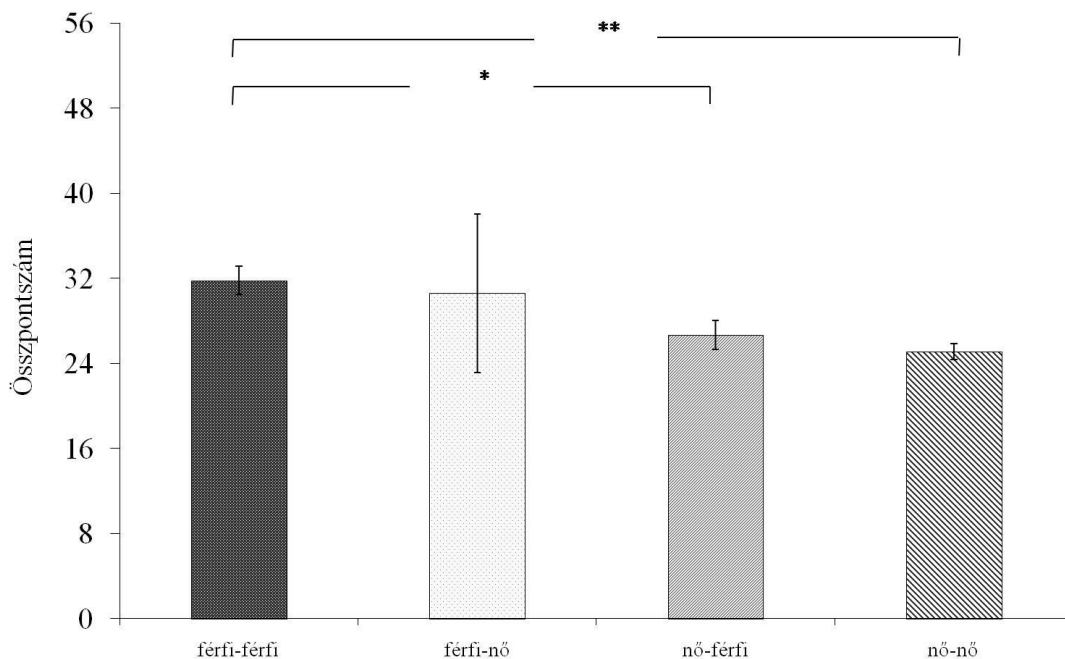
Az elemzés második részében csoportokat hoztunk létre, a vizsgálati személy saját neme és a legjobb barátjának neme függvényében. A négy új csoport: férfi, férfi legjobb baráttal (férfi-férfi) (N=39), nő, nő legjobb baráttal (nő-nő) (N=95), nő, férfi legjobb baráttal (nő-férfi) (N=39), és férfi, nő legjobb baráttal (férfi-nő) (N=5). Az utolsóként említett csoportba nagyon kevesen kerültek be a mintából, a résztvevő férfiaknak csupán alacsony hányada rendelkezett nőnemű legjobb baráttal. Ezt követően egyszempontos varianciaanalízissel összevetettük a csoportok adatait, minden egyes humorskálánál, a saját humorra és a legjobb barát humorára vonatkozóan egyaránt. Post hoc elemzésként Tukey HSD-t használtunk, illetve Dunnett T3-at azokban az esetekben, ahol a szórások nem egyeztek meg a csoportokban.

Az ANOVA alapján megállapítható, hogy a saját énvédő humorskála esetében szignifikáns különbség van a csoportok között ( $F(2,175)=2,708$ ,  $p=0,047$ ). A férfi-nő és a nő-női csoportok szignifikánsan különböznek egymástól ( $p=0,045$ ). A nőként nőt választó csoport nagyobb pontszámokat adott ezen a skálán, mint a nőt választó férfiak csoportjának tagjai (38.44 vs. 27.60). Tendenciaszintű különbséget találtunk a férfi-férfi és férfi-nő csoportok esetében is ( $p=0,067$ ), magasabb pontszámokkal a férfi férfit választó esetben (38 vs. 27.60). A saját énvédő humorskálánál a többi csoport nem különbözött egymástól szignifikánsan (minden  $p>0,18$ ) (lásd 4. ábra).



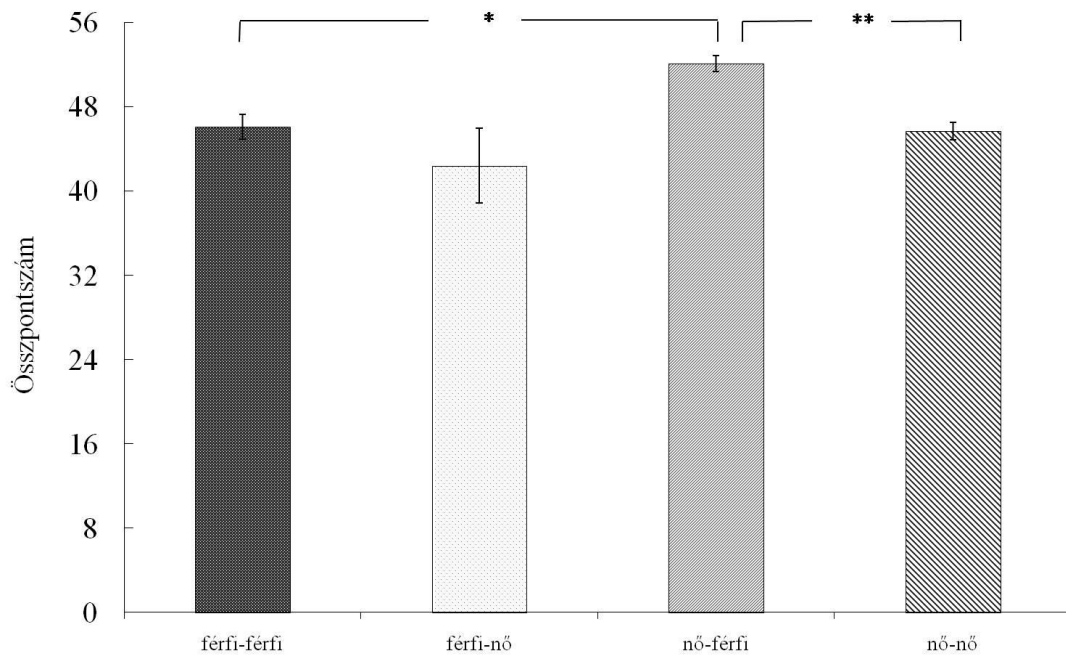
4. ábra. Az énvédő humorskála vizsgálati személyekre vonatkozó értékei a saját és a legjobb barát neme szerinti csoportokban, valamint a csoportok közötti különbségek (+ -  $p < 0,1$ , \*-  $p < 0,05$ )

Szignifikáns különbséget találtunk a saját agresszív humorskála értékeiben is a csoportok között ( $F(2,175)=6,452$ ,  $p < 0,001$ ). A férfi-férfi csoport szignifikánsan különbözik a nő-nő ( $p < 0,001$ ), és a nő-férfi ( $p=0,048$ ) csoporttól. A férfi legjobb barátal rendelkező férfiak tagjai magasabb pontszámot adtak, mint a női és a férfi legjobb barátot választó nők egyaránt (31,79 vs. 25,12, 26,67). A saját agresszív humorskálánál a többi csoport nem különbözött egymástól szignifikánsan (minden  $p > 0,89$ ) (lásd 5. ábra).



5. ábra. Az agresszív humorskála vizsgálati személyekre vonatkozó értékei a saját és legjobb barát neme szerinti csoportokban, valamint a csoportok közötti különbségek ( + -  $p < 0,1$ , \* -  $p < 0,05$ , \*\* -  $p < 0,001$ )

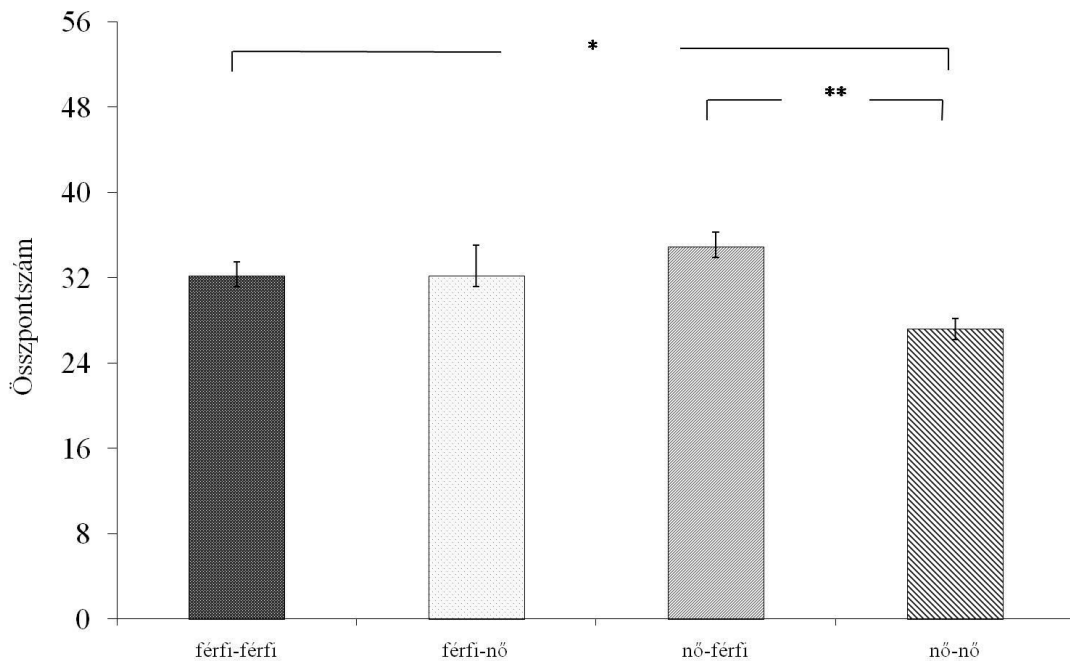
A legjobb barát kapcsolatépítő humorának eredményei szintén különböztek a csoportok között ( $F(2,175)=8,340$ ,  $p > 0,001$ ). A nő-férfi csoport és a férfi-férfi csoport ( $p=0,048$ ), valamint a nő-férfi és a nő-nő csoport mutatott szignifikáns különbségeket ezen a skálán ( $p < 0,001$ ). A női legjobb baráttal bíró csoport tagjaira jellemzőbb ez a típusú humorizálás a válaszadók szerint, mint a férfi-férfi csoport tagjaira, és a férfi legjobb baráttal rendelkező nők csoportjára (52,08 vs. 46,10, 45,71). A legjobb barát kapcsolatépítő humorában a többi csoport nem különbözött egymástól szignifikánsan (minden  $p > 0,20$ ) (lásd 6. ábra).



6. ábra. Az kapcsolatépítő humorskála legjobb barátira vonatkozó értékei a saját és legjobb barát neme szerinti csoportokban, valamint a csoportok közötti különbségek (\* -  $p < 0,05$ , \*\* -  $p < 0,001$ )

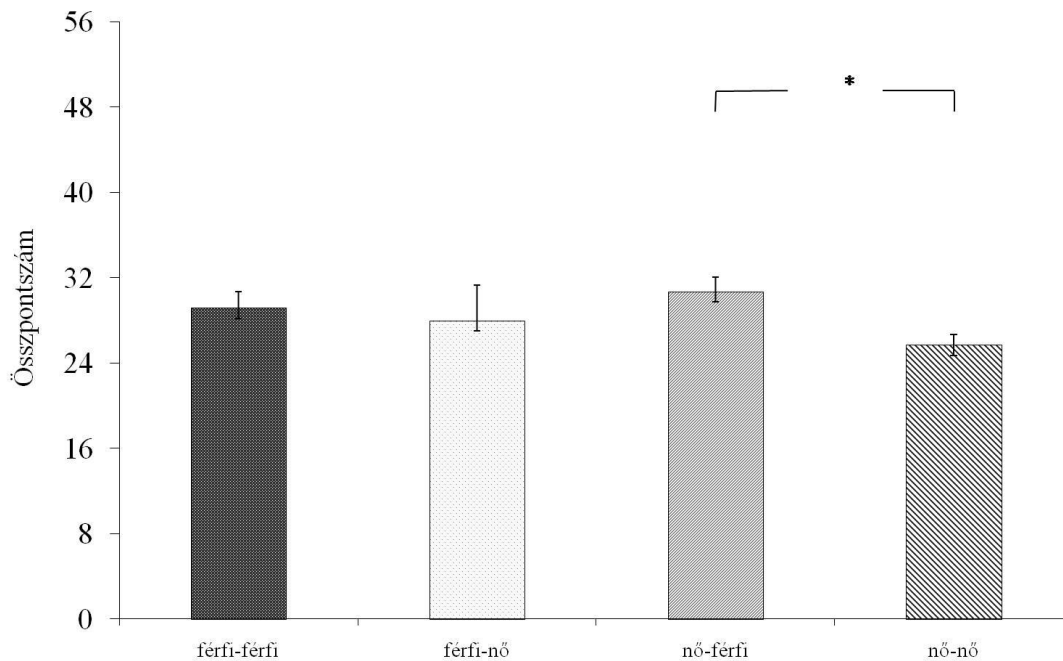
A legközelebbi barát agresszív humorában is találtunk szignifikáns különbséget a csoportok között ( $F(2,175)=7,953$ ,  $p < 0,001$ ). A férfi-férfi és a nő-nő csoportok szignifikánsan különböztek egymástól ( $p=0,019$ ), és a nő-férfi és nő-csoportok is ilyen jellegű különbséget mutattak ( $p < 0,001$ ). A nő-nő csoport tagjai kevésbé agresszív humorúnak látják legjobb barátjukat, mint a férfi baráttal rendelkező csoport tagjai (27,22 vs. 32,18), és mint a nőként férfi barátot jellemző személyek (27,22 vs. 34,90). A legjobb barát agresszív humorát mérő skálánál a többi csoport nem különbözött egymástól szignifikánsan (minden  $p > 0,53$ ) (lásd: 7. ábra).





7. ábra. Az agresszív humorskála legjobb barátira vonatkozó értékei a saját és legjobb barát neme szerinti csoportokban, valamint a csoportok közötti különbségek (\*-  $p < 0,05$ , \*\* -  $p < 0,001$ )

Továbbá az egyszempontos varianciaanalízis eredményei azt mutatták, hogy a legjobb barátok éneértékelő humorában is különbség van a vizsgált csoportok között ( $F(2,175)=3,124$ ,  $p=0,027$ ). A nő-férfi és a nő-nő csoportok különböznek szignifikánsan ebben a mutatóban ( $p=0,027$ ), amely alapján a nők véleménye szerint férfitársaikra jóval inkább jellemző ennek a humorformának a használata, mint a nők női barátaira (30,72 vs. 25,72). A legjobb barátoknál mutatkozó énértékelő humorskálánál a többi csoport nem különbözött egymástól szignifikánsan (minden  $p > 0,21$ ) (lásd: 8. ábra).



8. ábra. Az éneleértékelő humorskála legjobb barátira vonatkozó értékei a saját és legjobb barát neme szerinti csoportokban, valamint a csoportok közötti különbségek ( \*-  $p < 0,05$  )

### A saját humorstílus és a legjobb barát humorstílusának összehasonlítása

A legjobb barát neme szerinti csoportok átlagainak összehasonlításán túl fontos kérdés még a saját humorstílus megjelenésének mikéntje a baráti kapcsolatokban. A humorstílusok hasonlóságát Pearson-féle korrelációs elemzéssel teszteltük, a nemekre és a legjobb barátok neme szerinti csoportokra vonatkozóan.

### Nők és legjobb barátaik humora

A nők a legjobb barátaikkal a két negatív humorstílusban mutatnak hasonlóságot. A saját agresszív humor pozitív korrelációs kapcsolatban áll a legjobb barát agresszív humorával ( $r=0,341$ ,  $p < 0,001$ ). A saját éneleértékelő humor pedig a legjobb barát mindkét negatív humorstílus-értékével szignifikáns kapcsolatban áll: a barát éneleértékelő humorával ( $r=0,386$ ,  $p < 0,001$ ), és a barát agresszív humorával is ( $r=0,245$ ,  $p=0,004$ ) közepes mértékű pozitív korrelációt mutat. A pozitív humorstílusok vonatkozásában csupán egy tendencia-jellegű

kapcsolat jelentkezik, a saját és a legjobb barát kapcsolatépítő humora mutat ilyen jellegű hasonlóságot egymással ( $r=0,150$ ,  $p=0,84$ ).

### Férfiak és legjobb barátaik humora

A férfiak a nőkkel ellenkezően a két pozitív humorstílusban mutatnak hasonlóságot a legjobb barátaikkal a korrelációs elemzés tanulsága szerint. A kapcsolatépítő humorban ( $r=0,377$ ,  $p=0,012$ ), és az énvédő humorban ( $r=0,399$ ,  $p=0,007$ ) jelenik meg pozitív korrelációs kapcsolat a saját és a legjobb barátok humorértékei között. Emellett az agresszív humorstílus értékei tendenciaszerű pozitív korrelációt mutatnak a saját és a barát értékek között ( $r=0,279$ ,  $p=0,66$ ).

### Férfiak férfi legjobb baráttal

A csoport által mutatott mintázat nagyjából megegyezik a férfiaknak a barát nemétől független mintáján lefuttatott elemzés eredményeivel. A két pozitív humorstílusban mutatkozik hasonlóság a felek között, a kapcsolatépítő humor ( $r=0,394$ ,  $p=0,013$ ), és az énvédő humor ( $r=0,352$ ,  $p=0,028$ ) mutat pozitív irányú együttmozgást a saját humor és a legjobb barát humorának értékei közül.

### Nők női legjobb baráttal

A női barátokkal rendelkező személyek humorstílus adatai között nagyobb mértékű hasonlóságot találunk, mint a férfi-férfi csoport esetében, de az adatok összehasonlítását óvatosan kell kezelni, elsősorban az eltérő nagyságú női és férfi minta miatt (95 fő vs. 39 fő).

A nők kapcsolatépítő humorukban szignifikánsan hasonlítanak nőnemű legjobb barátjukhoz ( $r=0,283$ ,  $p=0,005$ ). Hasonlóság mutatkozik közöttük továbbá a saját és a barát agresszív humorában ( $r=0,285$ ,  $p=0,005$ ), valamint a saját éneértékelő humor és a legjobb barát éneértékelő humora ( $r=0,478$ ,  $p<0,001$ ), agresszív humora ( $r=0,269$ ,  $p=0,008$ ) és énvédő humora kapcsolatában ( $r=0,204$ ,  $p=0,047$ ). A személy saját éneértékelő humora

tendenciaszintű, gyenge pozitív korrelációs kapcsolatban áll a legjobb barátja kapcsolatépítő humor-szintjével ( $r=0,171$ ,  $p=0,098$ ). Emellett szintén tendenciaszintű pozitív kapcsolat mutatkozik a vizsgálatban részt vevő nők és legjobb barátaik kapcsolatépítő ( $r=0,176$ ,  $p=0,088$ ), és énvédő humora között ( $r=0,194$ ,  $p=0,059$ ).

#### Nők férfi legjobb baráttal

A férfi legjobb baráttal rendelkező nők némileg eltérnek az előző mintázattól a humorban mutatott hasonlóságukat illetően. A saját kapcsolatépítő humoruk negatív irányú szignifikáns korrelációban áll a legjobb barátjuk énvédő humorának szintjével ( $r=-0,317$ ,  $p=0,049$ ), valamint pozitív irányú kapcsolatot mutat a barátjuk agresszív humorával ( $r=0,319$ ,  $p=0,048$ ). A saját agresszív humor és a legjobb barát agresszív humorhasználatának mértéke hasonló egymáshoz ( $r=0,450$ ,  $p=0,004$ ), ahogyan a saját énléértékelő humoralkalmazás is pozitív irányúan kapcsolódik a legjobb barát agresszív humoralkalmazásához ( $r=0,370$ ,  $p=0,020$ ).

#### Férfiak női legjobb baráttal

Az alacsony elemszám miatt ( $N=5$ ) az erre a csoportra vonatkozó korrelációs elemzések eredményei nem megbízhatóak, ezért nem közöljük őket.

### **7.4. Megbeszélés**

A férfiak és nők közötti teljes mintán mért különbség csupán az agresszív humorstílusban jelent meg. A férfiak önmagukat szignifikánsabban humorosnak látják, mint a vizsgálatban részt vevő nők. Ez az eredmény megfelel a teszt validálása során mért nemi különbségeknek, mely szerint a férfiakra jellemzőbb az agresszív humorstílus alkalmazása, mint a nőkre (Martin és mtsai, 2003). A férfiak legjobb barátaikat is tendenciózusan agresszívabb humorúnak látják, mint a nők, amely eredmény szintén beleilleszthető a férfiakra nagyobb mértékben jellemző agresszív humorhasználat képébe.

Érdekes eredmények születtek viszont a saját nem és a legjobb barát neme szerinti csoportok összehasonlítás során.

Az egyénre jellemző kapcsolatépítő humor szintje nem mutatott különbséget az egyes csoportok között. Ez az a humorstílus, amit az emberek köznapi értelemben általában azonosítanak a humorral. Erre vonatkozóan pedig tudjuk azt, hogy mivel egy magasan értékelt társas jellegről van szó, ezért az emberek előszeretettel vallják magukat az átlagnál jobb humorral rendelkezőnek. Szeretjük magunkat jó humorúnak látni, és úgy tűnik ennek mértékét nem befolyásolja a legjobb baráti kapcsolatunk természete, a barátunk neme.

Az énvédő humor egyénre jellemző szintjében viszont már különbség mutatkozott, méghozzá a férfi-nő és a nő-nő csoportok között. A női legjobb barátról beszámoló nők nagyobb mértékben alkalmazzák a humort coping mechanizmusként, mint a hasonló barátpreferenciát mutató férfiak. Lehetséges, hogy a nőt legjobb barátul választó férfiak kevésbé kerülnek rivalizációs helyzetekbe a legjobb barátaikkal, a női barátokkal férfiként való kapcsolat fenntartása kevesebb, az önértékelésre nézve fenyegető helyzetet hordoz magában. Ezt a feltevést támaszthatja alá a férfi-férfi csoporttól való tendenciaszintű eltérés is ebben a dimenzióban, úgy tűnik a női barát a férfiak számára nagy protektív hatással bír a mindennapi stresszekkel való megküzdés során.

Az agresszív humor egyéni szintje az előzetes feltevéseknek megfelelően különbséget mutat a nők (a barát nemétől függetlenül) és a férfi baráttal bíró férfiak között. A férfiak szociális eszköztárának szerves része az agresszió alkalmazása, mely a humoralkalmazásban is megjelenik. A többi csoport között nem találunk különbségeket ebben a dimenzióban. Kijelenthetjük tehát, hogy a nők esetében a legjobb barát neme nem számottevően befolyásolja az agresszív humor szintjét, vagyis nem az agresszívabb humorhasználat az, ami előrevetíti a nők eltérő nemű barátválasztását.

Az egyénre jellemző éneértékelő humorban nem találtunk szignifikáns különbségeket a csoportok között, úgy tűnik ezt az önértékeléssel nagyban összefüggő humorstílus alkalmazását nem elsősorban a baráti kapcsolatok jellege határozza meg.

A barátok kapcsolatépítő humorának szintjében a nő-nő és a nő-férfi erős szignifikáns különbségeket mutat, a nők férfi legjobb barátaikat jóval humorosabbnak látják, mint a nők legjobb barátnőiket. Ez az eredmény harmonizál a produktív férhumor női elvárásával, amely szerint a nők azokat a férfiakat látják szociálisan kívánatosabbnak, akik megnevettetik

őket (Bressler & Balshine, 2006). A férfi-ferfi csoporthoz képest is humorosabbnak látják a nők férfi barátaikat, ami szintén a férfi humor nőkre gyakorolt társas kapcsolatokat erősítő hatását támasztja alá.

A barátok énvédő humorában nem találtunk különbséget a csoportok között.

A barátok agresszív humorhasználatának mértéke viszont különbözik, a nő-ferfi és a nő-nő, valamint a férfi-ferfi és nő-nő csoportok között is. A férfi barátokat mind a nők, mind pedig a férfiak agresszívebb humorúként jellemzik, mint a nők női barátaikat. A nők ugyanakkor nem különböznek ebben a férfiaktól, a nő-ferfi és a férfi-ferfi csoport között nem mutatkozott különbség ebben a dimenzióban.

A barátokra jellemző énelértékelő humor szintjében a nők különbözőnek látják férfi és női legjobb barátaikat. A nők férfibarátaikra jellemzőbbnek látják ezt a humorstílust, hajlamosabbnak tartják őket arra, hogy önmagukból bohócot csináljanak a társas elfogadtatásuk érdekében. Az énelértékelő humorstílus szoros negatív irányú összefüggésben áll az önértékeléssel, ezért azt kell feltételeznünk, hogy a női legjobb baráttal bíró férfiak önértékelése alacsonyabb, mint az azonos nemű barátot választó hasonló nemű társaiké. Ez ugyanakkor nem feltétlen igaz ezekre a férfiakra ténylegesen, csupán az, hogy női barátaik ilyeneknek látják őket.

A korrelációs eredmények tanulsága szerint a barátok neme szerint elkülönülő csoportokon belül az egyes humorstílusok eltérő mértékű hasonlóságot mutatnak a saját és a legjobb barát humorjellemzői tekintetében.

A nők legjobb barátnőjükhöz hasonlítanak a kapcsolatépítő, valamint az agresszív humorukban, és tendenciaszinten az énvédő humorban is. Mindemellet úgy tűnik, hogy a nők énelértékelő humorának szintje jelzi leginkább a női barátaikkal való humorhasonlóságot, ennek a humordimenzióknak az egyéni mértéke jó előrejelzője a barátnők énvédő, agresszív, és énelértékelő humoralkalmazása mértékének is. A nők tehát hasonlónak látják magukat barátnőikhez mind a pozitív, mind a negatív humoruk mértékében, de a saját maguk társas elfogadását növelni szándékozó, negatív önértékeléssel összefüggő énelértékelő humoralkalmazásuk az, ami mentén a leginkább hasonlónak látják magukat a legjobb barátaikhoz.

A férfi legjobb barátot választó nők agresszív humoruk mértékében hasonlítanak legjobb barátaikhoz, de a kapcsolatépítő humoruk szintje is együtt mozog a barátaik énvédő és agresszív humorával. Emellett az énvédő humoruk a barátjuk agresszív humorát is előjelzi, vagyis az ebbe a csoportba tartozó nők leginkább legjobb barátjuk agresszív humorának mértékéhez tartják saját humorukat leginkább hasonlóknak.

A férfiak a nők eredményeivel szemben inkább a pozitív humorban hasonlítanak legjobb barátaikra, mind a kapcsolatépítő, mind pedig az énvédő humoruk szintje összefüggésben áll egymással. A női baráti kapcsolatban megjelenő negatív humorhasonlóság viszont teljes mértékben hiányzik a férfiak baráti kapcsolataiból. Ennek magyarázata lehet a férfiakra jellemző magasabb agressziószint és az egynemű kapcsolataikban megjelenő hierarchikus elrendeződés. Vélhetően a férfiak baráti kapcsolatainak fennmaradását a pozitív humoruk hasonlósága szavatolja, mivel a barátok hasonló pozitív humora miatt a kapcsolaton belüli rivalizálás kevésbé jellemző, mivel egyikük sincs a másikhoz képest előnyösebb helyzetben a társak és a lehetséges párkapcsolati partnerek részről egyaránt elismerést kiváltó pozitív humoralkalmazás miatt. Ebből adódik az a tendencia is, amiért a negatív humoralkalmazás hasonlósága nem kulcsa az ilyen jellegű kapcsolatok jó működésének és fennmaradásának.

## **8. A párkapcsolatokban élő személyek humorstílus hasonlóságának mértéke és hatása a kapcsolat működésére (4. vizsgálat)**

A humornak a párkapcsolatok működésére gyakorolt hatásával számos vizsgálat foglalkozott (részletesen lásd: 3.2.4.). A kapcsolattal való elégedettség több vizsgálat eredményei szerint is összefüggésben áll a felek által a kapcsolaton belül használt pozitív és negatív humor mennyiségével, az adott humor pólusának megfelelő irányba mozdítva el azt (pl.: Butzer & Kuiper, 2008). Ha a személyek, elsősorban a konfliktushelyzetek megoldása során pozitív humort használnak, az javítja a kapcsolat működését, míg az ugyanilyen helyzetekben alkalmazott nagyobb mértékű negatív humor csökkenti a kapcsolattal való elégedettség mértékét.

A párkapcsolaton belüli humorhasonlósággal, és annak a kapcsolat működésére gyakorolt hatásaival három vizsgálat foglalkozott eddig specifikusan (Murstein & Brust, 1985; Priest & Thein, 2003; Barelds & Barelds-Dijkstra, 2010). Bernard Murstein és Robert Brust (1985) klasszikus vizsgálatában karikatúrákból, rövid képregényekből és viccekből állt az ingeranyag, amelyek kellő mértékben kétértelműek voltak ahhoz, hogy a vizsgált minta csupán egy bizonyos részéből váltsanak ki pozitív reakciót, a többiekből viszont nem. Minden egyes elem humorosságát egy 9-fokú skálán értékelték a vizsgálati személyek. Emellett kérdőíves módszerrel tárták fel a résztvevők kapcsolattal való elégedettségét. A vizsgálatban 30 pár vett részt. Az eredmények szerint a párok humorpreferenciája hasonlóságot mutatott, és ennek a hasonlóságnak a mértéke jól előrejelezte a felek párkapcsolattal való elégedettségének mértékét is. Robert Priest és Melinda Taylor Thein (2003) a humor hasonlóságát szintén a hasonló humorpreferencia felől közelítették meg, különféle típusú humorforrások (pl.: szöviccek, inkongruens tartalmak) humorosságát kellett megítélnie a vizsgálatban részt vevő 100 házaspár tagjainak, valamint a kapcsolatukkal való elégedettségüket mérő kérdőívet kitölteni. Az eredmények hasonlóságot mutattak a párok humorpreferenciájában, de ez a hasonlóság nem állt összefüggésben a felek kapcsolati elégedettségének mértékével. A holland kutatópár, Dick Barelds és Pieterneel Barelds-Dijkstra (2010) vizsgálatában 114 házaspár vett részt, és a korábbiakhoz hasonlóan szintén kérdőíves módszerrel folyt. Azoktól eltérően viszont a humor más, átfogóbb aspektusát vizsgálták itt a kutatók. Eszközként a Thorson és Powell (1993) által kidolgozott Multidimensional Sense of



Humor Scale-t használták fel, mely négy szempontból vizsgálja a személy humorral kapcsolatos jellemzőit: (1) a humor produkciója és a társas humorhasználat, (2) a humor megküzdési eszközként való alkalmazása, (3) a humor értékelése, humorpreferencia, (4) a humor iránti attitűdök. A párkapcsolati elégedettséget a korábbiakhoz hasonlóan a kapcsolat különféle aspektusaira, és az általános elégedettségre rákérdező kérdések révén mérték. Az eredmények azt mutatták, hogy hasonlóság mutatkozott a párok humorában a humor produkció és a humor iránti attitűdök vonatkozásában, valamint a nők humorprodukciónak és a férfiak humor iránti attitűdjének szintje között. A vizsgálatban az együtt élő párok humorát két szempontból is vizsgálták. A résztvevők kitöltötték önmagukra és a párjukra vonatkozóan is az alkalmazott humorkérdőívet, ami alapján a kutatók a kettő közötti átfedés nagyságára, illetőleg a közöttük mutatkozó különbség mértékére keresték a választ. Ezt a módszert több vizsgálatban is használták a párpreferenciák mérésére (pl.: Figueredo, Sefcek, & Jones, 2006). Jelen vizsgálatban ez okból kifolyólag két lépésben vizsgáltuk a párok közötti humorstílusbeli hasonlóság megjelenését. Elsőként a partnerek tényleges önértékelése alapján, a második fázisban pedig párkapcsolatban élő személyek saját magukra, illetőleg a partnerükre vonatkozó jellemzése alapján. Figueredo és munkatársai (2006) együtt élő párok személyiségdimenzióban mutatkozó hasonlóságát ellenőrző vizsgálatának eredményei alapján azt feltételeztük, hogy a kapcsolaton belüli humorhasonlóság mértékére számos tényező hatást gyakorol, ezért nem feltétlen jelentkezik az együtt élő partnerek között. A homogámia feltehetően inkább a partnerpreferenciákban érvényesül, vagyis az emberek ugyan önmagukhoz hasonló partnert szeretnének párjukul, de ez nem minden esetben valósul meg a tényleges párkapcsolatoknál (a feltevés további tesztelését lásd az 5. vizsgálatban). Emellett azonban a korábbi kutatások egybehangzó véleménye a szerint a humor egyes dimenziói hatást gyakorolnak a párkapcsolat működésére, jellegüktől függően pozitív-, vagy negatív irányba mozdítva el a felek párkapcsolattal való elégedettségét.

### ***8.1. Hipotézisek***

Hipotézis 1. Az együtt élő partnerek esetében csak kismértékű humorhasonlóság érvényesül mind a felek objektív, saját magukra adott humorpontszámai, mind pedig a szubjektív, a saját a társ értékelését az egyik partner által megadott jellemzésekben.

Hipotézis 2. A pozitív humorstílus-jegyek pozitív kapcsolatban állnak a kapcsolati elégedettséggel összefüggő, a kapcsolat működését előnyösen befolyásoló kérdések területén mindkét nem esetében.

Hipotézis 3. A negatív humorstílus-jegyek döntően negatív irányba befolyásolják a felek kapcsolattal való elégedettségét mindkét nem esetében.

## **8.2. Első vizsgálat**

### **8.2.1. Módszer**

#### Minta

A vizsgálatban 36 pár vett részt, a vizsgálati személyek toborzása hólabda módszerrel, személyes ismeretségek igénybevételel történt. A részvétel kritériuma az volt, hogy párok minimum három hónapja járjanak együtt, felső határa nem volt az együtt eltöltött időnek. A párok tagjainak legtöbbször a húszas éveinek első felében jár, a nők átlagéletkora 22,2 év (SD: 4,34), a férfiaké pedig 23,2 év volt (SD: 4,70). A kapcsolatok időtartamának tekintetében jelentős eltéréseket mutattak a résztvevők, a három hónapos minimumtól a 23 éves (276 hónap) maximumig, az átlagos kapcsolati időtartam 33,7 hónap volt (SD: 49,3).

#### Eszközök

##### Humor Stílus Kérdőív

A mérőeszköz részletes bemutatását lásd a 4.3 és 7.2. fejezetekben.

##### Párkapcsolati elégedettség kérdőív

Az általunk összeállított kérdésekből álló kérdőív a párkapcsolattal való elégedettség számos dimenziójára kérdezett rá, direkt és indirekt formában. A válaszadók beszámoltak a párkapcsolatuk időtartamáról, a párkapcsolatot megelőző ismeretségük hosszáról, valamint a párkapcsolaton belül előforduló esetleges konfliktusok kiváltó okairól és gyakoriságáról. A kapcsolati elégedettségre vonatkozó direkt kérdések mellett indirekt módon is rákérdeztünk a

kapcsolattal való elégedettségre (pl: „Mit gondol, ha Önön múlik egy év múlva együtt lesznek-e még partnerével”). Jelen vizsgálatban a kérdéssorban található dichotóm-jellegű kérdésekre adott válaszokat nem használtuk fel, csupán az öt fokú Likert-skálákra adott válaszokat, valamint a számszerűsített választ igénylő kérdésekre adott feleleteket (pl.: Hány éve (hónapja) van együtt jelenlegi partnerével?”).

## Eljárás

A kérdőívek kitöltése előtt a vizsgálatvezetők részletes instrukciókkal látták el a vizsgálatban résztvevő személyeket. Röviden tájékoztatták őket arról, hogy vizsgálat célja a humor és párkapcsolatok összefüggéseinek feltárása. Arra kérték a személyeket, hogy az őszinte válaszadás, a társas nyomás befolyásoló hatásának elkerülése miatt mindenképpen a partnerüktől külön helyiségben töltsék ki a mérőeszközöket. A kérdőívek állításai, és kitöltésük mikéntje is elmagyarázásra került a vizsgálatot megelőzően, a negatív (fordítottan megfogalmazott) állítások értelmezésével és ezek megválaszolási módjával együtt. A vizsgálati személyeket arra kértük, hogy egymást követően, lehetőleg egy alkalommal töltsék ki a két felhasznált kérdőívet, valamint arra, hogy semmiképpen se beszéljék meg az egyes kérdésekre adandó válaszaikat.

### 8.2.2. Eredmények

#### A pozitív és negatív humorskálák kapcsolata

Az eltérő pólusú humorskálák korrelációs kapcsolatot mutatnak a másik, velük megegyező pólusú humorskála-értékével. A nők kapcsolatépítő humora az énvédő humorukkal ( $r=0,602$ ,  $p<0,001$ ), agresszív humora pedig az énléértékelő humorával ( $r=0,433$ ,  $p<0,01$ ) áll pozitív korrelációs kapcsolatban. A férfiaknál a két pozitív humorstílus közötti kapcsolat szintén erős ( $r=0,559$ ,  $p<0,001$ ), azonban a két negatív humorstílus között nem áll fenn szignifikáns összefüggés ( $r=0,098$ ,  $p=0,565$ ). Ez utóbbi eredmény oka lehet az alacsony elemszám, valamint a minta heterogenitása.

## Humorstílus hasonlóság a párkapcsolaton belül

A párkapcsolatban élő felek közötti humorstílus hasonlóságát Pearson-féle korrelációs elemzéssel teszteltük az azonos és eltérő dimenziójú humorfajták között. Az elemzés a várakozásainkkal ellentétes eredményre vezetett, a kapcsolatban élő párok önjellemzése szerint az azonos humorstílusok tekintetében nincs hasonlóság a felek értékei között. A pozitív humor két összetevője közül sem a kapcsolatépítő humor ( $r=0,088$ ,  $p=0,610$ ), sem pedig az énvédő humornak a felekre jellemző értéke ( $r=0,090$ ,  $p=0,602$ ) nem áll összefüggésben egymással. Hasonló a helyzet a két negatív humorstílus esetében is, a vizsgált párkapcsolatban élő személyek agresszív humorukban ( $r=0,102$ ,  $p=0,553$ ), és az énléértékelő humoruk szintje ( $r=0,134$ ,  $p=0,436$ ) sem hasonlít egymásra a statisztikai adatok alapján. A felek humorstílusai között nem találtunk szignifikáns összefüggést, az egyetlen kapcsolat egy pozitív irányú, tendenciaszintű összefüggés volt a nők énléértékelő-, és a férfiak agresszív humora között ( $r=0,302$ ,  $p=0,074$ ).

## A humorstílus jellemzők hatása a párkapcsolat működésére

A párkapcsolat működésének számos dimenziójának kapcsolatát a felek humorstílus jellemzőivel az előzőekhez hasonlóan szintén a Pearson-féle korrelációs elemzés módszerével teszteltük. A következőkben a párok női, majd férfi tagjainak talált kapcsolatokat mutatjuk be, az egyes humorstílusok szerinti bontásban.

## A pozitív humorstílusok kapcsolatbefolyásoló hatásai

Érdekes eredmény, hogy a nők kapcsolatépítő humor összefüggést mutat mindkét nem arra vonatkozó elképzelésével, hogy egy esetleges szakítás után milyen irányba változna az életszínvonaluk. A kapcsolat azonban eltérő irányú, a nők tendenciaszintű pozitív ( $r=0,306$ ,  $p=0,070$ ), míg a férfiak szignifikáns negatív irányú kapcsolatot ( $r=-0,418$ ,  $p<0,05$ ) mutatnak a két tényező között.

A további eredmények tendenciaszintű összefüggéseket jeleznek a társak felé irányított pozitív humor és a kapcsolat működését befolyásoló egyes dimenziók között. Minél magasabb a nők kapcsolatépítő humora, annál kevésbé igénylik a partnerükkel való

mindennapos kapcsolattartást ( $r=-0,300$ ,  $p=0,075$ ). A pénz kezelése miatti nézeteltérések gyakorisága mindkét nem szerint negatív kapcsolatban áll a nő humorának ezen dimenziójával (nők :  $r=-0,333$ ,  $p=0,05$ ; férfiak:  $r=-0,294$ ,  $p=0,081$ ). A nők véleménye szerint minél magasabb a rájuk jellemző kapcsolatépítő humor szintje, annál nagyobb az esélye a párok közötti kapcsolaton belül felmerülő konfliktusok nyugodt rendezésének ( $r=0,303$ ,  $p=0,074$ ).

A férfiak esetében minél nagyobb a kapcsolatépítő humoruk, annál valószínűbbnek látják, hogy kapcsolatuk esetleges felbomlását követően a másoktól kapott megbecsülésük értéke pozitív irányba változna ( $r=0,367$ ,  $p<0,05$ ). Tendenciaszerű negatív összefüggés mutatkozik viszont a kérdéses humordimenzió és a pénz kezelése miatti nézeteltérések előfordulási gyakorisága között, vagyis minél inkább jellemző a férfiakra a társakat facilitáló, affiliatív humor, annál ritkábban veszekednek párjával pénzügyi kérdések miatt ( $r=-0,312$ ,  $p=0,064$ ).

A problémákkal való megküzdés intrapszichés eszközeként használt humor szignifikáns pozitív kapcsolatban áll a felmerülő kapcsolati problémák mindkét fél részéről megnyilvánuló humoros megoldásának gyakoriságával ( $r=0,448$ ,  $p<0,05$ ). Az énvédő humorszint mértéke szignifikáns pozitív összefüggést mutat a baráti kapcsolatok működtetésével való elégedettséggel ( $r=0,332$ ,  $p<0,05$ ), és a rokoni kapcsolattartás miatti konfliktusok számát is negatívan befolyásolja ( $r=-0,339$ ,  $p=0,05$ ). Emellett a nők kevesebb konfliktust tapasztalnak a közös célok és tervek miatt, ha az énvédő humoruk magasabb ( $r=-0,527$ ,  $p=0,001$ ). A kapcsolatépítő humornál tapasztaltakhoz hasonlóan, a magasabb női énvédő humorszint is tendenciózusan kisebb mértékű mindennapi kapcsolattartási igényt von maga után ( $r=-0,335$ ,  $p=0,053$ ).

Ha a nők énvédő humora magasabb, akkor partnereik hozzájuk hasonlóan szintén elégedettebbek a pénzügyek közös működtetésével ( $r=0,381$ ,  $p<0,05$ ) és a baráti kapcsolataik fenntartásával is ( $r=0,362$ ,  $p<0,05$ ). Emellett a férfiak ritkábban tapasztalnak nézeteltéréseket a háztartási feladatok megosztása miatt ( $r=-0,346$ ,  $p<0,05$ ) és a pénzügyek kezelése miatt is ( $r=-0,381$ ,  $p<0,05$ ). A férfiak ezen túlmenően úgy látják, hogy egy esetleges szakítást követően a baráti kapcsolataik minősége tendenciaszinten ( $r=-0,302$ ,  $p=0,074$ ), míg a mások részéről feléjük irányuló megbecsülés nagysága is ( $r=-0,394$ ,  $p<0,05$ ) is negatív irányba változna.

A férfiak énvédő humora csak egy, de a kapcsolat működése szempontjából nagyon fontos tényezővel állt kapcsolatban. A vizsgálatban részt vevő férfiaknál a kapcsolatban felmerülő konfliktusok humoros megoldása mindkét fél részéről gyakoribb, ha a pár férfi tagjának magas az énvédő humor szintje ( $r=0,438$ ,  $p<0,001$ ). A férfiak humorának ezen dimenziója a kapcsolat működését befolyásoló tényezőkkel a női partnerek válaszai alapján nem állt kapcsolatban.

### A negatív humorstílusok kapcsolatbefolyásoló hatásai

Ha a nők saját agresszív humora magasabb szinten áll, akkor úgy érzik, kevésbé tudják elengedni magukat a partnerük társaságában közös kikapcsolódás esetén ( $r=-0,308$ ,  $p=0,067$ ). Az előző tendencia mellett a nők azt is tapasztalják, ha a jelen humorstílus magasabb értéke jellemző rájuk, hogy partnerük gyakrabban kezdeményez olyan heves vitákat, amelyeknek akár kiabálásba is torkoltnak ( $r=0,306$ ,  $p=0,069$ ). Úgy vélik ezen túlmenően, hogy egy esetleges szakítást követően a baráti kapcsolataik minősége pozitív irányba változna a jelenlegi állapothoz képest ( $r=0,331$ ,  $p<0,05$ ).

A férfiak kapcsolati mutatói tendenciaszintű kapcsolatban állnak párjuk agresszív humorának szintjével. Elégedettebbnek érzik magukat a közösen eltöltött szabadidő minőségével ( $r=0,291$ ,  $p=0,086$ ), viszont egy esetlegese szakítást követően a szüleikhez és rokonaikhoz fűződő kapcsolataik minőségében pozitív változást várnának ( $r=0,293$ ,  $p=0,083$ ). A kapcsolati elköteleződésről, és a kapcsolattal való elégedettségről közöl fontos információt az a tény, hogy partner magas agresszív humor értékei tendenciaszinten alacsonyan tartják a férfiak hűtlenségének valószínűségét ( $r=-0,308$ ,  $p=0,068$ ).

Érdekes eredmény, hogy csupán a férfiak agresszív humora mutatott összefüggést a kapcsolattal való elégedettségre vonatkozó direkt kérdésre adott válasszal, és ott is csak a nők esetében. A magasabb agresszív humorú férfiak partnerei eszerint (tendenciaszinten) elégedettebbek a kapcsolatukkal ( $r=0,321$ ,  $p=0,056$ ). A férfiak szignifikánsabban elégedettebbek a partnerüktől kapott figyelem és szeretet mértékével, ha magasabb az agresszív humoruk szintje ( $r=0,404$ ,  $p<0,05$ ), bár ebben az esetben gyakrabban tapasztalnak nézeteltéréseket a házimunkák felosztása miatt ( $r=0,331$ ,  $p<0,05$ ).

Számos mutatóban jelentkezett kapcsolat a nők éneértékelő humora és a kapcsolattal való elégedettségük értékei között. Ha a nők éneértékelő humorszintje magasabb, akkor elégedetlenebbek a társuktól kapott figyelem és szeretet mértékével ( $r=-0,303$ ,  $p=0,073$ ), az együtt töltött szabadidejük minőségével ( $r=-0,327$ ,  $p=0,052$ ), valamint a baráti társaságukban lévő párkapcsolatokhoz képest a saját párkapcsolatuk minőségével is ( $r=0,322$ ,  $p=0,055$ ). A partner jelenlétében kevésbé tudják elengedni magukat a közös programok során ( $r=-0,301$ ,  $p=0,074$ ), és gyakori nézeteltéréseket tapasztalnak partnerükkel a szexuális életük ( $r=0,409$ ,  $p<0,05$ ), bizalmi kérdések ( $r=0,328$ ,  $p=0,051$ ), valamint az alkohol-, és drogfogyasztással összefüggő kérdések miatt ( $r=0,423$ ,  $p<0,05$ ). A női partner magas éneértékelő humor szintje esetén a férfi partnerek szerint kevésbé jellemző a kapcsolaton belül felmerülő problémák nyugodt megbeszélése ( $r=-0,313$ ,  $p=0,063$ ), a nők szerint a nagyobb viták elkerülése céljából gyakran megtartják maguknak a véleményüket ( $r=0,337$ ,  $p<0,05$ ). Ezen túlmenően a férfiak úgy gondolják, hogy az esetleges szakításuk jó hatással lenne a szexuális életük kapcsolatot követő minőségére ( $r=0,306$ ,  $p=0,069$ ).

Ha a férfi éneértékelő humora magas, akkor női partnere tendenciaszinten elégedett a közös céljaikkal ( $r=0,297$ ,  $p=0,083$ ), emellett kevésbé igényli a férfitartnerrel való mindennapi kapcsolattartást ( $r=-0,282$ ,  $p=0,095$ ). Úgy tűnik, a férfiakra csak egy tekintetben gyakorol hatást a saját éneértékelő humoruk nagysága a kapcsolatra nézve, mégpedig az agresszív humorszintjükkel ellentétesen, negatívan jelzi előre a házimunkák felosztásából fakadó konfliktusok valószínűségét ( $r=-0,393$ ,  $p<0,05$ ).

### **8.2.3. Megbeszélés**

#### **Pozitív humorstílusok és hatásaik**

A kapcsolatépítő humorstílus az, amelyik leginkább átfedésben áll a hétköznapi értelemben vett, magasra értékelt általános humorérzéssel. A korábbi vizsgálatok kevés információt közöltek arra vonatkozóan, hogy kapcsolatban élő párok humora egyenként milyen hatást gyakorolhat a kapcsolat működésére. Jelen eredmények korrelációs kapcsolatokat mutatnak be az egyes tényezők között, ezért az oksági viszony megállapítása nem lehetséges, viszont azt kijelenthetjük, hogy a szignifikáns, illetve tendenciaszintű módon

sok esetben kapcsolatot találunk a felek humorának dimenziói, és a kapcsolat működésére hatást tényezők között.

Ilyen például a nők kapcsolatépítő humora, amely úgy tűnik a problémák nyugodt kezeléséhez, illetve a konkrétan az anyagi kérdések miatti nézeteltérések csökkentéséhez járul hozzá. A humor ezen dimenziójának pozitív hatása tehát a kapcsolat működtetésére a viták eszkalálódásnak elkerülésében jelentkezik. Ezen túlmenően a magasabb kapcsolatépítő humorral rendelkező nők kevésbé igénylik a mindennapi kapcsolattartást a partnerükkel. Ez az eredmény kétféleképpen is értelmezhető. Az egyik lehetőség a kapcsolattal való elégedetlenség kifejeződése lenne, ezt viszont nem támasztja alá az a tény, hogy az elégedetlenségre vonatkozó kérdések közül egyik sem mutatott kapcsolatot ezzel a humordimenzióval. Ezért valószínűbbnek tűnik az a magyarázat, hogy a jó (kapcsolatépítő) humorú hölgyek kevésbé görcsösen ragaszkodnak a párjukhoz, el tudják engedni őket maguktól akár hosszabb időre is, nem érzik magukat a párjuk nélkül szociálisan gyámoltalanabbnak, mert ez a típusú humorérzék jól funkcionáló társas eszközként a rendelkezésükre áll. Nincsenek kétségbeesve ezek a nők egy esetleges szakítást követően sem, sőt úgy látják, az életszínvonaluk emelkedne ezt követően. A párjaik ezzel szemben ellentétesen látják a dolgot, a magas kapcsolatépítő humorú női partnertől való szeparáció nekik rontaná az ilyen irányú életkilátásaikat.

A férfiak kapcsolatépítő humora a nőkével szemben viszont meglepő módon csak kevés tényezőre van hatással a kapcsolaton belül. Ha humornak ez a típusa jobban jellemző a férfiakra, akkor a nők humorának hatásaihoz hasonlóan ritkán vitatkoznak párjukkal a pénzügyek kezelése miatt. Emellett úgy vélik, hogy egy esetleges szakítást követően nem csökkenne, sőt növekedne a mások részéről feléjük irányuló megbecsülés nagysága, vagyis a humor kapcsolatépítő funkciója együtt jár a jó társas funkciókkal, az elveszettség érzetének a hiányával.

A nők énvédő humora és a kapcsolati tényezők között mutatkozik a legtöbb összefüggés. A női coping humor magas szintjével együtt jár az, hogy a pár mindkét tagja elégedettebb a pénzügyeik kezelésével, valamint a barátaikkal fenntartott kapcsolatok minőségével is. A nézeteltérések ritkák közöttük, nem ütköznek harciasan a vélemények sem a közös célok és tervek, sem pedig a háztartás működtetésével kapcsolatos feladatok miatt. Ha mégis nézeteltérésre kerül sor, akkor a felek a humor eszközével könnyen el tudják venni a konfliktus élet. A női kapcsolatépítő humorhoz hasonlatosan a magas énvédő humorszintű



nők kevésbé igénylik a mindennapi kapcsolattartást a partnerükkel, vélhetően az önértékelésük és szociális hatékonyságuk fenntartásához a humor, mint a mindennapi stresszel való megküzdés mechanizmusa is hozzásegíti őket. A jó énvédő humorú nők férfiapartnerei úgy érzik, hogy ha különválnának párjuktól, akkor romlana az ők baráti és rokoni kapcsolatainak, valamint a társas megbecsülésüknek a mértéke, vagyis az általános életminőségükben egy jelentős negatív irányú elmozdulás lenne tapasztalható.

A férfiak énvédő humorszintje a női kapcsolati mutatók közül eggyel sem áll kapcsolatban. Ez azt mutatja, hogy a férfiak humorának ezen dimenziója ténylegesen intrapszichés funkciókat lát csak el, a nők életére csak áttételesen gyakorol hatást. A magas énvédő humorú férfiak a nőkhöz hasonlóan úgy látják, hogy a kapcsolaton belül felmerülő problémákat mindkét fél képes humorral kezelni, és az ilyen jellegű helyzetekben ez is a jellemző mintázat a kapcsolatuk működésére.

#### A negatív humorstílusok és a kapcsolati működés összefüggései

A nők agresszív humora érdekes módon kettős hatást mutat. Saját maguk számára némileg rontja a kapcsolattal való elégedettséget, míg a férfikanál ezzel ellentétes hatást vált ki. A nők például úgy érzik, hogy kevésbé tudják elengedni magukat a párjuk jelenlétében a közös programok során, illetve partnerük részéről gyakrabban tapasztalnak kiabálásba torkolló heves viták kezdeményezését. Ehhez kapcsolódik az is, hogy a nők úgy vélik, hogy a jelen kapcsolat felbomlás után javulnának a karrierlehetőségeik és baráti kapcsolataik is. Érdeemes feltenni itt a kérdést, hogy ezt az elégedetlenséget nem-e inkább a nő fokozott konfrontálódó humora és nem pedig a férfi jellemzői, illetve a felek kismértékű hasonlósága okozza. A magas agresszív humor-értékű nők partnerei ezzel szemben elégedettebbnek tűnnek a kapcsolatukkal, ezen belül legalábbis a közösen eltöltött szabadidővel való elégedettség, illetve a félrelépések előfordulási valószínűségének csökkenő tendenciája ezt mutatja. Mindazonáltal a nők akaratának érvényesülését mutathatja az a tény, hogy egy esetleges szakítást követően a férfiak a szüleikkel és rokonaikkal fenntartott kapcsolataik minőségében egy pozitív irányú elmozdulást tételeznének fel.

A férfiak agresszív humora az egyetlen a vizsgált mutatók közül, amely kapcsolatban áll a nők kapcsolattal való elégedettségét firtató direkt kérdésre adott válaszok eredményeivel. Az agresszívabb humorú férfiak partnerei elégedettebbek a kapcsolatukkal, amely tendencia

vélhetően a férfi általános dominanciájának egyik megnyilvánulása. Az agresszív humor tehát mind a nők, mind pedig a férfiak részéről javítja a partnernek a kapcsolattal való direkt vagy áttételes elégedettségét, növeli a kapcsolat stabilitását, biztosítva ezáltal az agresszívabb humorú fél párkapcsolati investícióinak megtérülését. Ez az érdekes eredmény némileg szembemegy a Humor Stílus Kérdőív kidolgozóinak a (Martin és mtsai, 2003) a véleményével, amely szerint a negatív humorstílusok előnytelenül hatnak a szociális kapcsolatok működtetésére. Véleményünk szerint az agresszív humor működésének eredménye nem egypólusú, hanem számos egyéb személyiségjellemzőkhöz hasonlatosan egy olyan, az evolúciós adaptálódás során létrejött eszköz, amely működtetésének megvannak a maga előnyei és költségtenyezői egyaránt. A korábbi vizsgálatok elsősorban a költségtenyezőit hangsúlyozták, viszont a jelen kutatás eredményei rámutatnak a párkapcsolati működésre gyakorolt pozitív hatásaira, amelyek áttételesen az egyedek szaporodási sikerességének növeléséhez vezethetnek. Ezt támasztja alá az az eredmény is, hogy magasabb agresszív humor-értékű férfiak elégedettebbek a társuktól kapott figyelem és szeretet mennyiségével, de ugyanakkor gyakrabban tapasztalnak nézeteltéréseket a háztartási feladatok megosztása miatt. Ez utóbbi eredményekből arra is következtethetnénk, hogy ezek a férfiak csak szimplán nem veszik figyelembe a nők igényeit, és elnyomják őket a párkapcsolatokban, viszont a nők magasabb kapcsolati elégedettség értékei éppen ezzel ellentétes tendenciát mutatnak.

A kapcsolati működés és a vele való elégedettség nagyon fontos meghatározójának tűnik a nők énelértékelő humorának mennyisége. A negatív önértékeléssel (Vernon és mtsai, 2008) és a szorongó kötődési típussal (Kazarian & Martin, 20004) erősen összefüggő humorstílus a nők kapcsolati működésének számos elemével kapcsolatban áll. A magasabb énelértékelő humorú nők elégedetlenebbek a párjukkal közösen eltöltött szabadidő minőségével, a társuktól kapott figyelem és szeretet mennyiségével, a saját párkapcsolatuk minőségével a barátaik párkapcsolataikéhoz viszonyítva. Kevésbé tudják elengedni magukat partnerük társaságában a közös programok idején, és gyakori nézeteltéréseket tapasztalnak párjukkal a szexuális életük, a kapcsolaton belüli bizalmi kérdések és az alkohol és drogfogyasztással kapcsolatos eltérő véleményeik miatt. A kapcsolati problémák megoldását nem segíti továbbá az sem, hogy az ilyen humorral jobban jellemezhető nők a viták megjelenését elkerülendő megtartják maguknak a véleményüket, és nem beszélnek meg azokat a párjukkal, egy esetleges kompromisszumos megoldás és javuló kapcsolati minőség reményében. A magas énelértékelő humorú nők férfi partnerei is úgy látják, hogy a viták

nyugodt légkörben történő megbeszélése nem jellemző a kapcsolatokra, valamint a viták és veszekedések során előfordul az is, hogy a partnerük tettelegességhez folyamodik. A férfiak úgy vélik, hogy ha szakítanának a jelenlegi, magas éneértékelő humorú partnerükkel, akkor ez javulást eredményezne a szakítás utáni szexuális életükben, vagyis nincsenek maradéktalanul megelégedve a jelenlegi partnerükkel folytatott szexuális kapcsolatuk minőségével.

A férfiak éneértékelő humora a nőkével szemben nem ennyire egyértelműen negatívan befolyásolja a kapcsolat stabilitását. A magas éneértékelő humorú férfiak partnerei elégedettebbek a közös céljaikkal, amelynek vélhetően az az oka, hogy jobban érvényesülnek a nők vágyai és céljai, a férfiak alacsonyabb önértékelésükből fakadóan kevésbé domborítják ki az erre vonatkozó elképzeléseiket, mivel nem akarják ezzel rontani a kapcsolat fennmaradásának esélyét. A nők mindennapos kapcsolattartási igénye csökken a férfi éneértékelő humorának magasabb szintjénél, biztonságban érzik magukat az ilyen férfi mellett, legalábbis nem tartanak attól, hogy partnerük félrelép, illetve elhagyja őket. A férfiak csupán a háztartási teendőkkal kapcsolatos nézeteltérések számában mutatnak csökkenő tendenciát az éneértékelő humorszintjük emelkedésével, amely viszont annak a fényében érdekes eredmény, hogy a férfiak magas agresszív humorával ezzel éppen ellentétes tendencia jár együtt. Lehetséges, hogy a férfiak éneértékelő humora a saját érdekek érvényesítése nélkül abszolút kompromisszumkészséget jeleníti meg, azt a tendenciát, mely szerint az ebbe a kategóriába tartozó férfiak számára a lényeg a kapcsolat fenntartása, amiért szinte semmilyen saját veszteséggel együtt járó kompromisszum nem drága.

### ***8.3. Második vizsgálat***

#### **8.3.1. Módszer**

##### Minta

A vizsgálatban 42 párkapcsolatban élő személy vett részt, a vizsgálati személyek toborzása hólabda módszerrel, személyes ismeretségek igénybevételével történt. A részvétel kritériuma az volt, hogy párok minimum egy éve együtt legyenek, felső határa ez esetben sem

volt az együtt eltöltött időnek. A párok tagjainak legtöbbje a húszas éveinek második felében, valamint a harmincas évei elején jár, a résztvevők átlagéletkora 32,5 év (SD: 10,22), ezen belül a nőké 31,6 év (SD: 9,6), a férfiaké pedig 33,7 év (SD: 11,2) volt. A kapcsolatok időtartamának tekintetében jelentős eltéréseket mutattak a résztvevők, az egy éves (12 hónap) minimumtól a 38 éves (456 hónap) maximumig, az átlagos kapcsolati időtartam 110,8 hónap volt (SD: 122,9). A partnerek életkorának átlaga a nők esetében 34,0 év (SD: 11,02), a férfiak esetében pedig 31,9 év (SD: 8,9) volt.

## Eszközök

### Humor Stílus Kérdőív

Részletes bemutatását lásd a 4.3. és a 7.2. fejezetekben.

### Párkapcsolati elégedettség és az általános humorpreferencia mérése

A vizsgálat második részében néhány rövid, az általános humorjellemzőikre, és a kapcsolati elégedettségre vonatkozó kérdés megválaszolását kértük a vizsgálati személyektől (pl.: „Milyennek látja a partnere humorérzékét? Értékelje egy hétfokú skálán.”). A válaszokat egy hétfokú Likert-skálán kellett megadniuk a résztvevő személyeknek. A részletes kérdéssort lásd: 5. Melléklet.

## Eljárás

A kérdőíveket párkapcsolatban élő személyek töltötték ki, minden esetben először saját magukra vonatkozóan, majd ezt követően annak megfelelően, ahogyan a partnerüket látják az adott kérdések vonatkozásában. A kérdőívek kitöltése előtt a vizsgálatvezetők részletes instrukciókkal látták el a vizsgálatban résztvevő személyeket. Röviden tájékoztatták őket arról, hogy vizsgálat célja a humor és párkapcsolatok összefüggéseinek feltárása. A kérdőívek állításai, és kitöltésük mikéntje is elmagyarázásra került a vizsgálatot megelőzően, a negatív (fordítottan megfogalmazott) állítások értelmezésével és ezek megválaszolási módjával együtt. A két humorkérdőív kitöltését követően néhány kérdésben a saját és a partnernél tapasztalt általános humorpreferenciára, valamint a kapcsolattal való elégedettségük mértékére kérdeztünk rá, a kérdőív végére beillesztett kérdések segítségével.

### 8.3.2. Eredmények

#### A pozitív és negatív humorskálák kapcsolata

Az előző vizsgálathoz képest változás jelen vizsgálatban, hogy a kísérleti személyek önmagukat, majd ezt követően a párjukat értékelt a HSK skáláin, vagyis arról kaphatunk képet, hogy ők milyennek látják a párjukat önmagukhoz képest.

A saját két pozitív humorskála között pozitív korreláció ( $r=0,488$ ,  $p<0,01$ ), a két negatív skála értékei között szintén pozitív kapcsolat ( $r=0,400$ ,  $p<0,01$ ) jelentkezett. A saját pozitív, kapcsolatépítő humorstílus ezen túl pozitív korrelációs összefüggést mutatott a saját agresszív ( $r=0,416$ ,  $p<0,01$ ) és éneértékelő humorral is ( $r=0,337$ ,  $p<0,05$ ). Az énévédő humor nem függött össze egyik negatív humorstílussal sem.

A partner humorának megítélésénél hasonló tendencia jelentkezett. A felek párjainak kapcsolatépítő humora pozitív korrelációs kapcsolatban áll a párok énévédő humorával ( $r=0,533$ ,  $p<0,001$ ), valamint agresszív ( $r=0,339$ ,  $p<0,05$ ) és éneértékelő humorával is ( $r=0,477$ ,  $p<0,01$ ). A partnerek énévédő humora a kapcsolatépítő humorral mutatott korreláció mellett az éneértékelő humorral is összefüggésben áll ( $r=0,452$ ,  $p<0,01$ ).

#### A saját humorskála értékek hatása a kapcsolatra

A saját kapcsolatépítő humor a kapcsolatra hatást gyakorló tényezők közül a közös humorizálások gyakoriságával mutatott tendenciaszintű kapcsolatot ( $r=0,284$ ,  $p=0,069$ ).

A saját énévédő humor a kapcsolat időtartamával áll pozitív összefüggésben ( $r=0,297$ ,  $p=0,056$ ), valamint a kapcsolati elégettségnek azon mérőszámával, mely szerint mennyi a valószínűsége a válaszadó szerint, hogy egy év múlva még együtt lesznek-e párjával ( $r=0,299$ ,  $p=0,056$ ).

A negatív humorskálák közül saját agresszív humor egyik mért kapcsolati mutatóval sem állt kapcsolatban, míg a saját éneértékelő humor pedig a partnerek közötti humorizálás gyakoriságával mutatott tendenciaszintű pozitív kapcsolatot ( $r=0,274$ ,  $p=0,079$ ).

A saját humorérzékre adott általános pontszám a két pozitív humorstílussal (kapcsolatépítő:  $r=0,648$ ,  $p<0,001$ ; énévédő:  $r=0,370$ ,  $p<0,05$ ), és a negatív éneértékelő

humorral ( $r=0,369$ ,  $p<0,05$ ) áll pozitív irányú összefüggésben, az agresszív humorral nem jelentkezett összefüggés.

### A partner humorskála értékei és kapcsolat működésének összefüggései

A partner kapcsolatépítő humora szintén a partnerek közös humorizálásának gyakoriságával mutatott összefüggést ( $r=0,300$ ,  $p=0,054$ ), hasonlóképpen a partner énvédő humorához, ami szintén ilyen jellegű kapcsolatban áll ezzel a mutatóval ( $r=0,393$ ,  $p=0,01$ ).

A partner agresszív humora a kapcsolattal való elégedettséggel áll negatív irányú, tendenciaszintű korrelációban ( $r=-0,296$ ,  $p=0,057$ ), valamint a pár egy év múlva való együttléte valószínűségével ( $r=-0,278$ ,  $p=0,075$ ). A partner negatív, énelértékelő humora is a közös viccelődés előfordulási gyakoriságával függ össze pozitív irányban ( $r=0,331$ ,  $p<0,05$ ).

A kapcsolaton belüli humorhasonlóság a saját és a partner humorának általános megítélésében jelentkezett, a résztvevők e két mutató alapján hasonlóan látják saját humorérzéküket a párjukéhoz ( $r=0,308$ ,  $p<0,05$ ).

A saját humorra vonatkozó általános értékelés a kapcsolatnak a válaszadók szerinti tartósságának valószínűségével is pozitív kapcsolatban áll ( $r=0,436$ ,  $p<0,01$ ), de a partner humorának általános megítélésével már nem áll fenn ilyen jellegű kapcsolat ( $r=-0,027$ ,  $p=0,866$ ).

A kapcsolaton belüli közös humorizálás gyakorisága („Sokat viccelődünk egymással”) szintén pozitív irányú, szignifikáns korrelációban áll a kapcsolattal való elégedettség pontszámaival ( $r=0,310$ ,  $p<0,05$ ).

### 8.3.3. Megbeszélés

A saját és a partner kapcsolatépítő humorának a többi három (egy pozitív és két negatív) humorstílussal való kapcsolata valószínűleg a kapcsolatépítő humor általános szintjéből következik. Az emberek általában azt látják a köznapi értelemben vett módon humorosnak, aki magas kapcsolatépítő humor értékkel rendelkezik. Ez az eredmény megegyezik a teszt kidolgozóinak eredményeivel is, azzal a kivétellel, hogy ők nem találtak

kapcsolatot a vizsgált személyek kapcsolatépítő és éneértékelő humorszintje között. Ha viszont ez az érték magas, akkor ez valamelyest visszaköszön az egyén humorának egyéb aspektusaiban is. Ez fokozottan igaz a párkapcsolati partner megítélésére, akinél a „jó humorú” kategória a magas kapcsolatépítő humor értékből kiindulóan átszínezhetheti mind a négy humorstílus rá jellemző értékelését. Emellett fontos még hangsúlyoznunk, hogy az 1. vizsgálatához képest jelen vizsgálat alanyai átlagosan kb. tíz évvel idősebbek voltak. Ennél a korosztálynál már kevésbé hangsúlyos a fiatalabbakhoz képest a kapcsolatépítő humor magas, a többiekétől elkülönülő jellege, a humorstílusok értékeit és irányukat tekintve közelebb állnak egymáshoz, egy általános humorhasználati hajlandóság részfaktorait jelenítik meg (pl.: Martin és mtsai, 2003).

A saját humorskála értékei közül a kapcsolatépítő, az énévédő, és az éneértékelő humor is pozitívan jelzi előre a kapcsolaton belüli humorizálás előfordulási gyakoriságát, az agresszív humor viszont nem áll kapcsolatban semelyik kapcsolati faktorról sem. Az énévédő humor egyénre jellemző szintje emellett még a kapcsolat időtartamával is pozitív irányú kapcsolatban áll, ami azt mutathatja, hogy a megküzdési eszközként alkalmazott humor jótékony hatást fejt ki a kapcsolat tartósságára, mivel a hosszabb ideje együtt lévő párok vizsgált tagjainál nagyobb arányban van jelen, mint a rövidebb ideje együtt lévő pároknál.

A partner humorának megítélése szintén összefüggésben áll a kapcsolaton belüli kölcsönös humorizálás valószínűségével, az agresszív humorkivételével mindegyik humorskála esetében. A partner agresszív humora viszont az az egyetlen humorstílus, amely együtt mozog a kapcsolattal való elégedettség pontszámaival, a válaszadók annál elégedetlenebbek a párkapcsolatukkal, minél agresszívebb humorúnak látják a partnerüket. A kapcsolattal való elégedettség egy mutatóját a saját humorra vonatkozó globális pontszám jelezte előre, mely szerint ha jó humorérzékűnek látjuk magunkat, akkor valószínűnek látjuk, hogy egy év múlva még mindig együtt leszünk a partnerünkkel, vagyis stabilnak tartjuk a jelenlegi párkapcsolatunkat. A kapcsolattal való elégedettségre vonatkozó direkt értékek pedig egyik humorskála eredménnyel sem kapcsolódtak össze, az egyetlen tényező amely pozitív összefüggésben állt vele, az a kapcsolaton belüli kölcsönös humorizálás előfordulási gyakorisága. Ezek szerint, ha a párkapcsolatokon belül alapszabvány az egymással való gyakori viccelődés, a partner részéről érkező humor kedvező fogadtatása, abban az esetben a felek elégedettnek érzik magukat a kapcsolattal. Persze a korrelációs eredmények arról nem számolnak be, hogy milyen oksági viszony áll fenn a kapcsolódó tényezők között, de

mindenképpen fontos hogy a gyakori humorizálás a jól működő kapcsolatok kísérőjelensége. Ezért is fontos kiemelni, hogy a saját kapcsolatépítő és éneértékelő humor, valamint a partner kapcsolatépítő, énvédő és éneértékelő humora is pozitív relációban áll a humorizálás gyakoriságával, amelyek így közvetetten befolyásolják a kapcsolat működését.

A humor tekintetében feltételezett kapcsolaton belüli homogámia csupán a saját énvédő és a partner agresszív humora között nyert bizonyítást, vagyis a felek a negatív humoruk két aspektusa tekintetében mutatnak hasonlóságot egymáshoz. Fontos eredmény azonban emellett az, hogy a saját általános humorérzéküket hasonlónak látják a partnerükéhez, ami azt bizonyítja, hogy ha az egyes humorjegyekben nem is jelenik meg a hasonlóság a kapcsolaton belül (lásd még az 1. vizsgálat eredményeinél), az általános humorosságban azért hasonlónak látják a felek magukat a társukhoz. Ez az eredmény összhangban áll azokkal a korábbi tapasztalatokkal, melyek szerint a régóta együtt élő, a kapcsolatukkal megelégedett párok a boldogságuk okát gyakran a kettejük közös, hasonló humorérzékében jelölik meg (pl.: Lauer, Lauer, & Kerr, 1990; részletesen lásd: 3.2.4.2.).



## 9. Párválasztási preferenciák és a humor (5. vizsgálat)

Régóta tudjuk, hogy a humor a kapcsolat kezdetén magasra értékelt jelleg, az emberek nemre való tekintet nélkül vonzó jellegnek tartják a jó humort, a párpreferenciáikban előkelő helyen szerepel a kívánt partner jó humorérzéke (pl.: Buss, 1989, Feingold, 1992). Tudjuk továbbá, hogy a nők választásait nagyobb mértékben befolyásolja a lehetséges partner humora, ez azonban csak abban az esetben van így, ha a partner fizikai vonzereje elér egy átlagos, a nő számára megfelelőnek tartott értéket (Lundy, Tan, & Cunningham, 1998). Ez azonban csak egy általános preferenciának a meglétéről tanúskodik, az nem derül ki ezekből a vizsgálatokból, hogy az emberek pontosan mit is értenek jó humor alatt. Úgy tűnik, hogy a férfiak és a nők némileg mást értenek jó humorérzék alatt. A férfiak jellemzően azt tartják ilyen tulajdonsággal rendelkezőnek, aki preferálja az ő humorukat, nevet a vicceiken, míg a nők inkább azokat a személyeket látják jó humorérzékűnek, aki képes megnevettetni őket (Bressler, Martin, & Balshine, 2006). Ez a tendencia a férfiak és a nők evolúciósan kialakult eltérő párválasztási stratégiához és taktikáihoz kapcsolható, melyek szerint a nemek számára némileg eltérő preferenciák biztosítják a sikeres reprodukciót (részletesen lásd: 3.2.1.). A humor szerepet játszik ebben a folyamatban, általa reklámozzuk az előnyös mentális tulajdonságainkat (Miller, 2006; Kaufman és mtsai, 2008), bár egyes vélemények szerint fordított irányú kapcsolat áll fenn a humor és a vonzerő között, vagyis akit már eleve vonzónak látunk, azt fogjuk humorosabbnak is percipiálni (Li és mtsai, 2009).

Jelen vizsgálatban a párok között tapasztalt humorstílusbeli hasonlóság, illetve a saját eredményeink szerint tapasztalt hasonlóság-hiány (lásd: 4. vizsgálat) okait keressük. A párok közötti döntéseink alakításáért általában két mechanizmust tesznek a felelőssé a kutatók. Az egyik a korábban már részletesen bemutatott homogámia, vagyis hogy számos tulajdonságunk tekintetében a hozzánk hasonló partnereket preferáljuk. A másik feltevés a komplementaritás elve néven ismert, és lényegét tekintve azt mondja ki, hogy a párválasztási döntéseinket a tőlünk némileg eltérő személyek preferenciája jellemzi, vagyis olyan partnereket részesítünk előnyben, akik egyes tulajdonságainkat tekintve kiegészítenek bennünket, kompenzálva a mi esetleges vélt vagy valós hiányosságainkat. A személyiségjegyek kapcsán a két feltevés tesztelését végezte el Figueredo, Sefcek és Jones (2006), melynek során arra jutottak, hogy a döntéseink háttérében mind a két preferencia felfedezhető. Az ideális partnerről alkotott képünk azt a célt szolgálja, hogy irányítsa a

párválasztási döntéseinket, egyfajta normaként funkcionáljon a konkrét döntések meghozatala idején. Eredményeik szerint az emberek a Big Five-ként ismert mind az öt nagy személyiségdimenzió (Nyitottság, lelkiismeretesség, Extroverzió, Barátságosság, Neuroticitás) önmagukhoz hasonló partnereket keresnek, de a náluk még inkább lelkiismeretes, extrovertált és barátságos személyeket preferálják inkább, illetve azokat, akik szintén kevésbé neurotikusak náluk. A Rod Martin és munkatársai (2003) által kidolgozott humorskálák számos többszörösen alátámasztott kapcsolatot mutatnak az említett személyiségjegyekkel (részletesen lásd: 1. és 2. táblázat), mely kapcsolatok arra a feltevésre vezetnek minket, hogy a Figueredo és munkatársai által tapasztalt preferenciák a humorstílusokra vonatkozóan is megjelenhetnek. Azt feltételeztük, hogy a homogámiára, és a komplementaritásra törekvés az egyes humorstílusok vonatkozásában is megjelenik. A párok eszerint önmagukhoz hasonló humorstílus-jegyekkel rendelkező partnert keresnek. Emellett a humorstílusokhoz kapcsolódó személyiségjegyek (Martin és mtsai, 2003) ismerete alapján azt feltételezzük, hogy a pozitív humorjegyekben a sajátjuknál némileg magasabb, a negatív humor skáláin pedig a saját értéküknél némileg alacsonyabb értékkel rendelkező partnert tartanak ideálisnak. Mivel a férfiak humorára jellemző a produktivitás, és a nők hasonló jellegű humorát is inkább férfias jellegnek tartják (Bressler és mtsai, 2006), ezért azt is feltételezzük, hogy a férfiak az aktív pozitív humort megjelenítő kapcsolatépítő humordimenzióban nem preferálják az övéknél magasabb értékkel rendelkező nőket párkapcsolati partnerként.

## **9.1. Hipotézisek**

Hipotézis 1.: A vizsgálati személyek a hozzájuk hasonló humorskála-értékekkel rendelkező potenciális párkapcsolati partnereket tartják ideálisnak.

Hipotézis 2.: A pozitív humorskálákon a személyek a sajátjuknál némileg magasabb értékkel rendelkező potenciális partnereket preferálják.

Hipotézis 2a: A férfiak a kapcsolatépítő humor vonatkozásában nem preferálják a sajátjuknál magasabb értékkel jellemezhető női partnereket.

Hipotézis 3.: A negatív humorskálákon a személyek a sajátjuknál némileg alacsonyabb értékkel rendelkező potenciális partnereket preferálják.

## **9.2. Módszer**

### **Minta**

A vizsgálatban a szegedi és a pécsi tudományegyetem zömmel bölcsész szakos hallgatói vettek részt, a részvétel önkéntes volt, azért plusz kredit pontban vagy egyéb juttatásban nem részesültek. 288 fő töltötte ki a kérdőíveket, ebből 142 férfi és 146 nő. A férfiak életkora a 18-39 év közötti tartományba esett, az átlagéletkoruk 22,95 év volt (SD: 4,37). A nők életkori tartománya 18-34 év, átlagéletkoruk 19,8 év volt (SD: 1,69). A vizsgálatban való részvételnek nem volt előfeltétele, az aktuális kapcsolati státusztól függetlenül minden a teszteket hiánytalanul kitöltő személy adatait felhasználtuk.

### **Eszközök**

#### **Humor Stílus Kérdőív**

Részletes bemutatását lásd a 4.3. és a 7.2. fejezetekben.

## Eljárás

A vizsgálatban résztvevő személyeket a vizsgálatvezetők a vizsgálatot megelőzően részletes instrukciókkal látták el a kérdőív kitöltésére vonatkozóan. Az adatfelvétel papírceruza módszerrel, az alkalmazott kérdőívek papíralapú formájának kitöltésével történt. A vizsgálat első felében az első lapon látható Humor Stílus Kérdőív (HSK) állításait saját magukra vonatkozóan értékelték. Következő lépésként a második lapon szereplő HSK-t viszont úgy kellett kitölteniük, amilyen humortulajdonságokkal rendelkezőnek képzelik el a számukra ideális partnert. Azt kellett megadniuk, hogy az egyes állítások a véleményük szerint milyen mértékben jellemzőek a számukra ideális tulajdonságokkal rendelkező férfira vagy nőre.

### **9.3. Eredmények**

#### Homogámia a férfiak humorpreferenciáiban

Az első hipotézis tesztelésére a Pearson-féle korreláció módszerét alkalmaztuk. Az elemzés alátámasztotta feltételezésünket mindkét nemre vonatkozóan mind a négy humorstílus esetében.

A férfiak a kapcsolatépítő humorukat tekintve önmagukhoz hasonló értékkel rendelkező nőket tartanak ideálisnak ( $r=0,485$ ,  $p<0,001$ ). Emellett a kapcsolatépítő humorértékük az ideális partner énvédő humor-szintjével is hasonlóságot mutatott ( $r=0,248$ ,  $p<0,01$ ), a két negatív humorstílus értékeivel viszont nem állt fenn ilyen jellegű kapcsolat.

A férfiak énvédő humorukban szintén önmagukhoz hasonló partnert szeretnének ( $r=0,499$ ,  $p<0,001$ ), valamint az előzőleg említettek szerint a pozitív kapcsolatépítő humorukban is hasonlóságot mutatnak ehhez a rá jellemző értékhez. A negatív humorstílusokkal ebben az esetben sem állt fenn kapcsolat.

A férfiak agresszív humorukban is homogám partnerválasztásra törekednek ( $r=0,560$ ,  $p<0,001$ ), de ez a jelleg más humorjegyekkel nem mutatott kapcsolatot.

Az énelértékelő humorban is érvényesül a homogámiára törekvő tendenciája a férfiaknak, akik az önbecsülésükhöz szorosan kapcsolódó humorjegyekben is magukhoz

hasonló párt választanának a leginkább ( $r=0,595$ ,  $p<0,001$ ). Emellett a negatív humorstílusnak ezen részének értékei hasonlóságot mutatnak a két pozitív humorskálával, a kapcsolatépítővel ( $r=0,180$ ,  $p<0,05$ ) és az énvédővel is ( $r=0,203$ ,  $p<0,05$ ) egyaránt.

A férfiak által preferált partnerek humorában pozitív irányú összefüggés mutatkozott a két pozitív ( $r=0,426$ ,  $p<0,001$ ) és a két negatív humorstílus között ( $r=0,288$ ,  $p=0,001$ ) egyaránt.

### Homogámia a nők humorpreferenciáiban

A nők a hozzájuk hasonló kapcsolatépítő humorú férfiakat részesítenék előnyben a partnerválasztás során ( $r=0,452$ ,  $p<0,001$ ), a többi három humorstílus nincs összefüggésben ezen skála értékeivel.

Az énvédő humorban is a hasonlóságra törekvés érvényesül a nők részéről ( $r=0,491$ ,  $p<0,001$ ), de a többi három humordimenzióval ez a jelleg sem mutat hasonlóságot.

A nők negatív humora is hasonló meghatározottsággal bír. Agresszív humorukat tekintve önmagukhoz hasonló partnert szeretnének az eredményeink alapján ( $r=0,595$ ,  $p<0,001$ ), valamint az éneértékelő humoruk vonatkozásában is szintén ezt a tendenciát mutatják ( $r=0,579$ ,  $p<0,001$ ). A nők éneértékelő humora emellett tendenciaszintű összefüggésben áll az ideális partnerük pozitív humorstílusával is. A partner kapcsolatépítő humora negatív irányú ( $r=-0,147$ ,  $p=0,076$ ), míg énvédő humora pozitív irányú kapcsolatot mutat ( $r=0,139$ ,  $p=0,093$ ) a saját éneértékelő humorértékükkel.

### Komplementaritásra törekvés a pozitív és a negatív humorskála értékeiben

A saját értéktől eltérő ideális partnerre vonatkozó humorpreferenciák preferenciák ellenőrzését páros mintás t-próbák alkalmazásával végeztük el. Az egyes skálák saját magukra-, és az ideális partnerre vonatkozó értékeit lásd a 4. táblázatban.

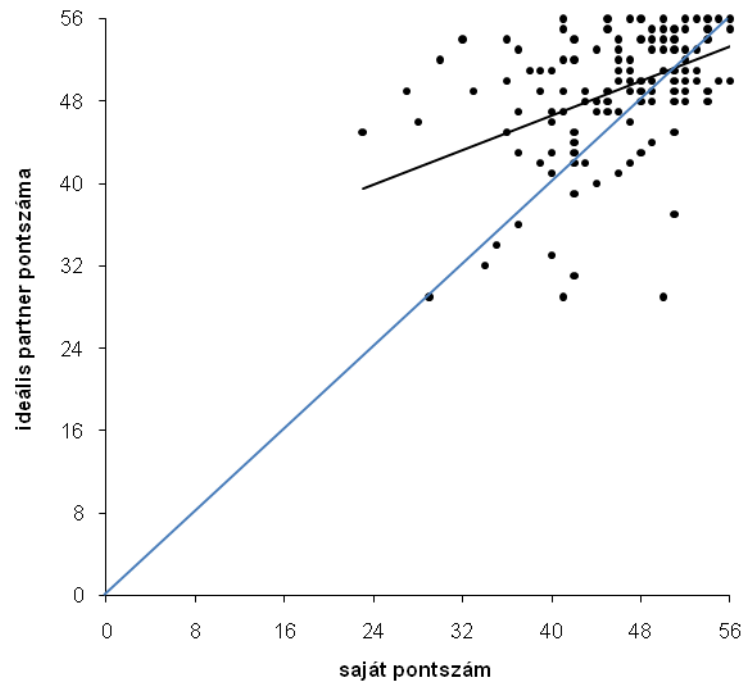
4. táblázat. A férfiak és a nők saját és az ideális partnerre vonatkozó humorskála értékei és az értékek különbségei

Humor stílusok	Férfiak humora és preferenciái			Nők humora és preferenciái		
	Saját	Ideális partner	Komple- mentaritás (t)	Saját	Ideális partner	Komple- mentaritás (t)
Kapcsolatépítő	45,9 (7,7)	45 (7,3)	-1,57	46,2 (6,7)	49,2 (6,2)	-5,28***
Énvédő	37,4 (8,2)	39,6 (8)	-3,21***	38,9 (7,8)	44,5 (6,3)	-9,46***
Agresszív	32,1 (8,8)	28,4 (8,8)	5,27***	27,8 (7,2)	24,7 (7,7)	5,62***
Énleértékelő	29 (8,1)	26,4 (7,4)	4,52***	26,9 (7,9)	24 (7,5)	4,94***

\* -  $p < 0,05$ , \*\* -  $p < 0,01$ , \*\*\*- $p < 0,001$ ; M- átlag, SD - szórás

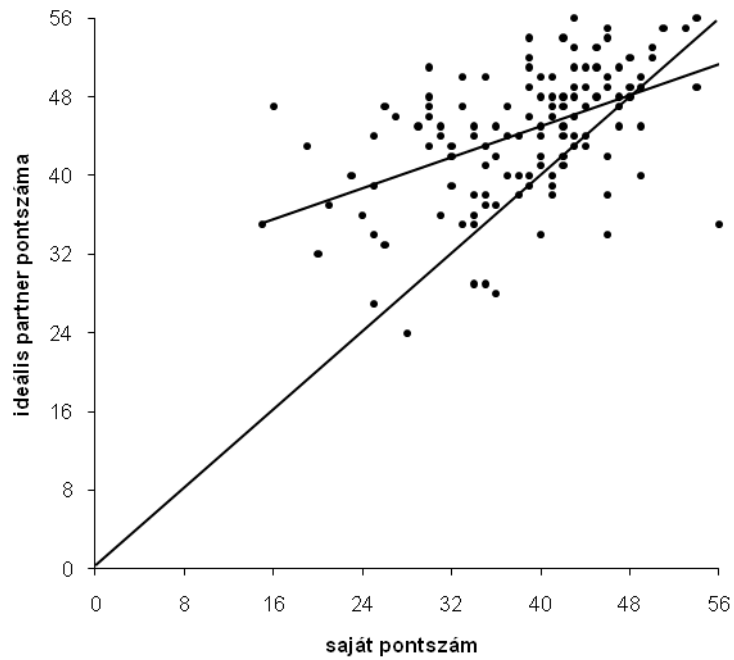
## A pozitív humorskálák preferenciái

A nők kapcsolatépítő humorukban a statisztikai elemzés tanulsága szerint a sajátjuktól magasabb pontszámú férfiakat preferálják ( $t(145)=-5,28, p<0,001$ ) (lásd: 9. ábra).



9. ábra. A nők és ideális partnereik kapcsolatépítő humor értékei. Szignifikáns korreláció található a két érték között ( $r=0,452, p<0,001$ ). Az adatpontok többsége az átló felett található, ami azt jelzi, hogy az ideális partner pontszámjai jellemzően magasabbak, mint a saját pontszámok ( $t(145)=-5,28, p<0,001$ ).

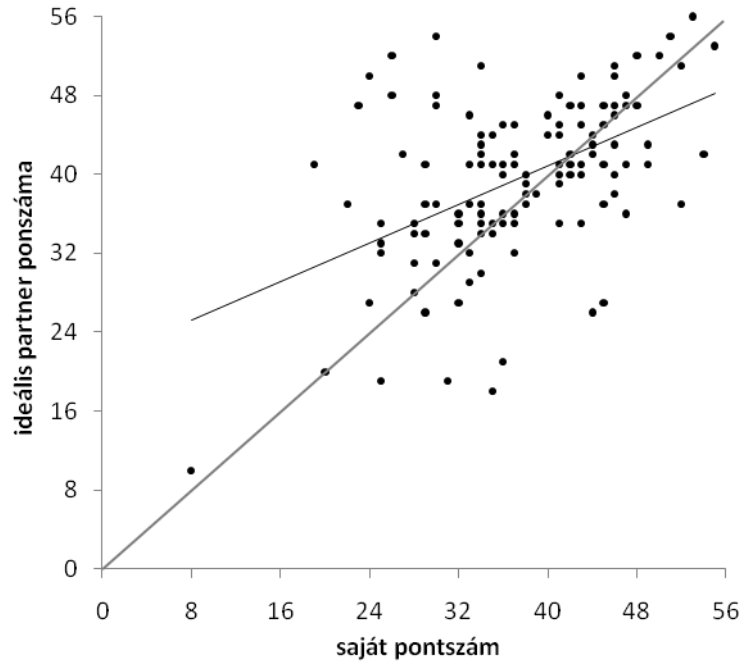
Az énvédő humor vonatkozásában is mutatkozik szignifikáns eltérés a saját és az ideális partner értékei között ( $t(145)=-9,46$ ,  $p<0,001$ ), mely szerint a nők ebben a sajátjuknál magasabb értékkel bíró partnereket preferálják a leginkább (lásd 10. ábra).



10. ábra. A nők és ideális partnereik énvédő humor értékei. Szignifikáns korreláció található a két érték között ( $r=0,491$ ,  $p<0,001$ ). Az adatpontok többsége az átló felett található, ami azt jelzi, hogy az ideális partner pontszámai jellemzően magasabbak, mint a saját pontszámok ( $t(145)=-9,46$ ,  $p<0,001$ ).

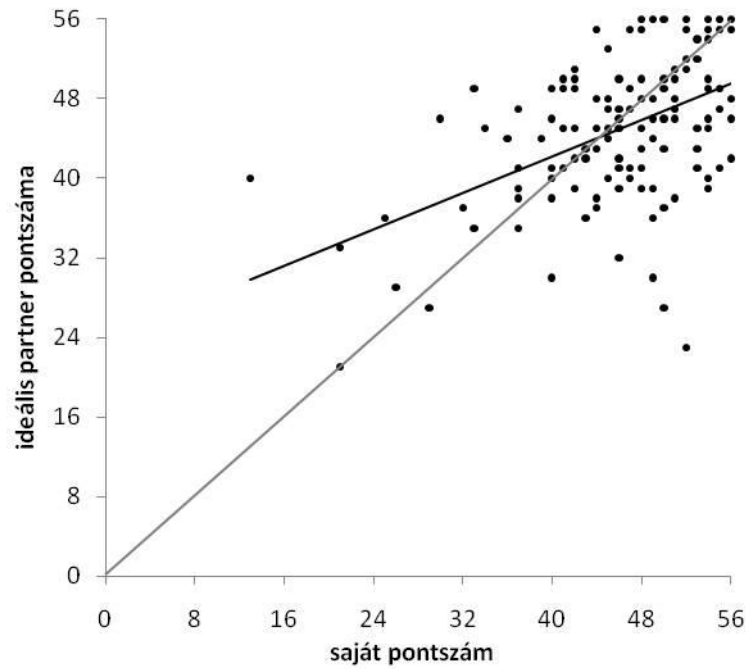


A férfiak énvédő humorukban a nőkhöz hasonlóan a sajátjuktól magasabb értékkel rendelkező partnereket preferálják ( $t(141)=-3,21, p<0,01$ ) (11. ábra).



11. ábra. A férfiak és ideális partnereik énvédő humor értékei. Szignifikáns korreláció található a két érték között ( $r=0,499, p<0,001$ ). Az adatpontok többsége az átló felett található, ami azt jelzi, hogy az ideális partner pontszámai jellemzően magasabbak, mint a saját pontszámok ( $t(141)= -3,21, p<0,01$ ).

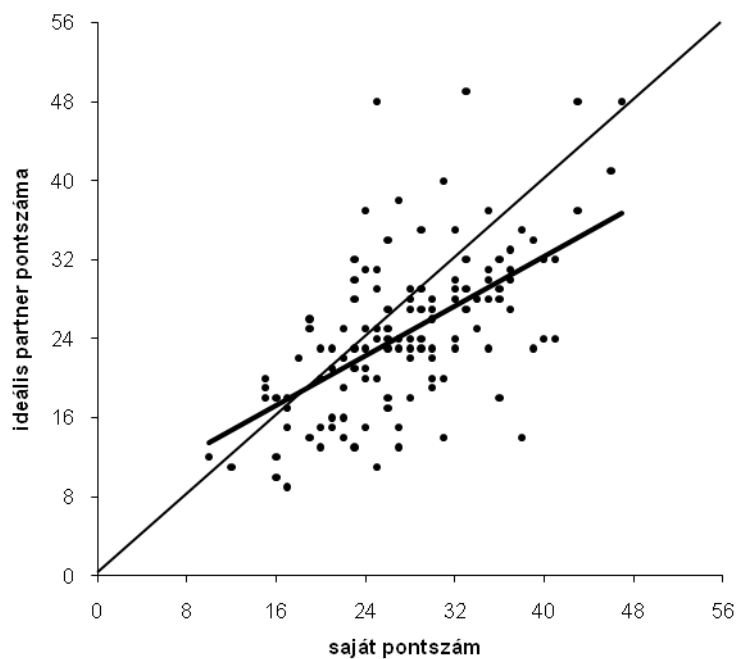
A kapcsolatépítő humorban azonban a hipotézisünket alátámasztó eredmény született, vagyis a férfiak saját és az ideális partnerre vonatkozó humorpontszámaiban nem mutatkozik eltérés ezen a humordimenzió (t(141)=-1,57, p=0,120) (12. ábra).



12. ábra. A férfiak és ideális partnereik kapcsolatépítő humor értékei. Szignifikáns korreláció található a két érték között ( $r=0,485$ ,  $p<0,001$ ). Az adatpontok egyenlő arányban helyezkednek el az átló alatt és felett, ami azt jelzi, hogy az ideális partner pontszámai jellemzően nem magasabbak, mint a saját pontszámok (t(141)=-1,57, p=0,120).

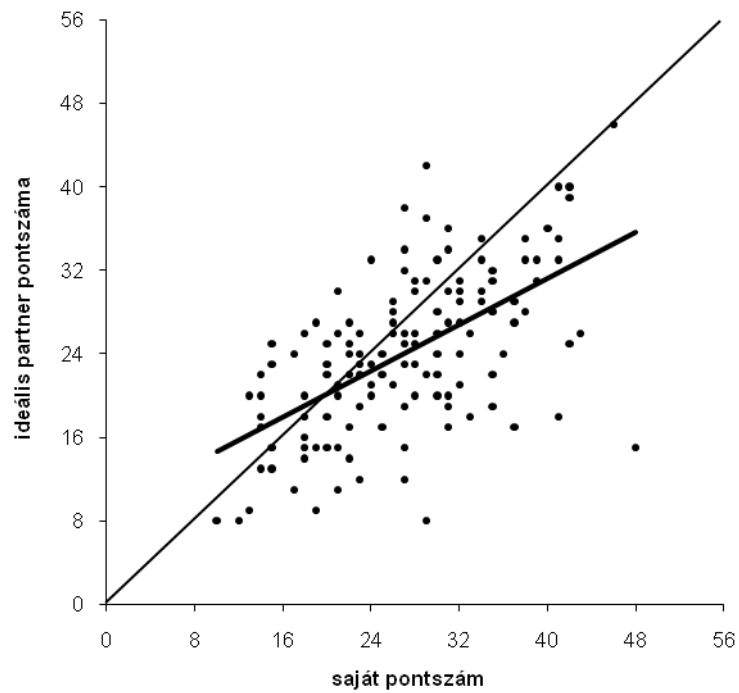
## Negatív humorskálák preferenciái

A nők agresszív humorukban a statisztikai elemzés tanulsága szerint a sajátjuktól alacsonyabb pontszámú férfiakat preferálják ( $t(145)=5,62$ ,  $p<0,001$ ) (lásd: 13. ábra).



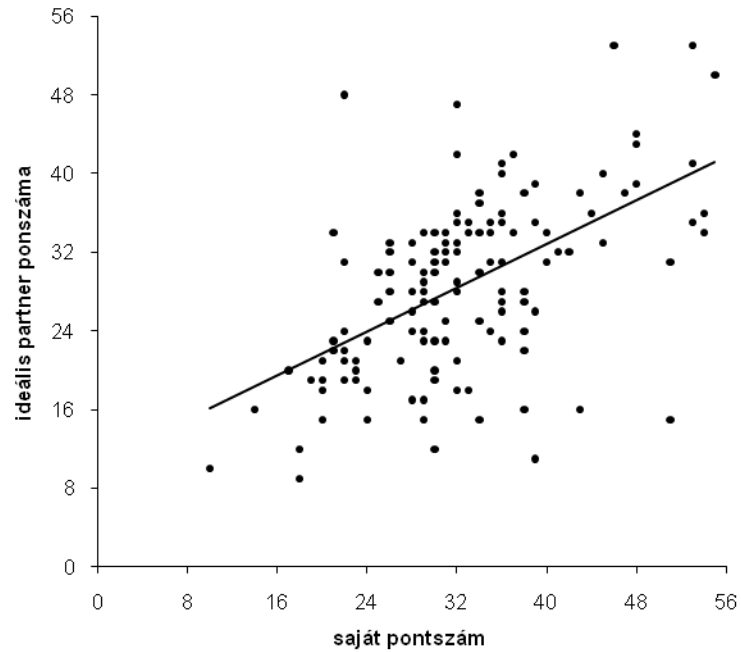
13. ábra. A nők és ideális partnereik agresszív humor értékei. Szignifikáns korreláció található a két érték között ( $r=0,595$ ,  $p<0,001$ ). Az adatpontok többsége az átló alatt található, ami azt jelzi, hogy az ideális partner pontszámai jellemzően alacsonyabbak, mint a saját pontszámok ( $t(145)=5,62$ ,  $p<0,001$ ).

Az nők az éneértékelő humor tekintetében is az agresszív humorhoz hasonlóan, a sajátjuknál alacsonyabb pontszámú férfiakat részesítik előnyben ( $t(145)=4,94$ ,  $p<0,001$ ) (lásd: 14. ábra).



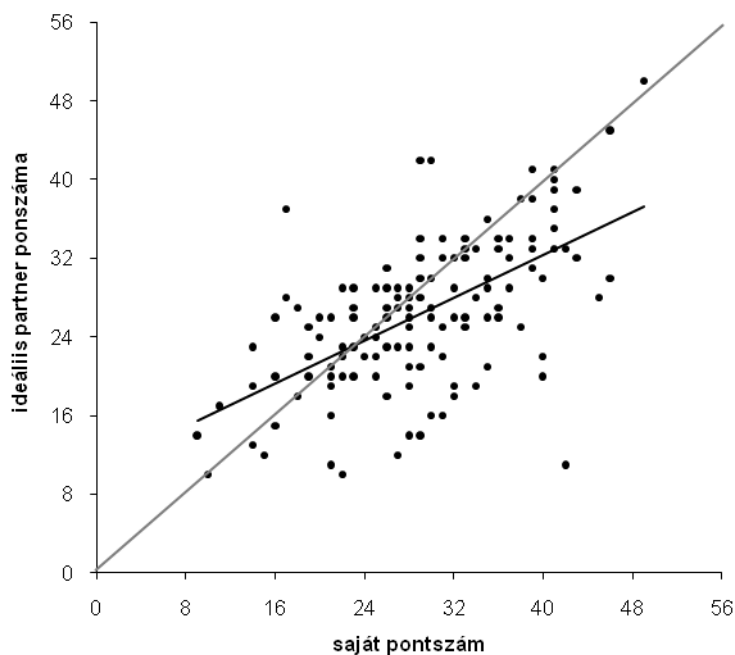
14. ábra. A nők és ideális partnereik éneértékelő humor értékei. Szignifikáns korreláció található a két érték között ( $r=0,579$ ,  $p<0,001$ ). Az adatpontok többsége az átló alatt található, ami azt jelzi, hogy az ideális partner pontszámai jellemzően alacsonyabbak, mint a saját pontszámok ( $t(145)=4,94$ ,  $p<0,001$ ).

A férfiak is a nőkhez hasonlóan a náluk alacsonyabb agresszív humor értékekkel rendelkező nők iránt mutatnak preferenciát ( $t(141)=5,60$ ,  $p<0,001$ ) (lásd: 15. ábra).



15. ábra. A férfiak és ideális partnereik agresszív humor értékei. Szignifikáns korreláció található a két érték között ( $r=0,560$ ,  $p<0,001$ ). Az adatpontok többsége az átló alatt található, ami azt jelzi, hogy az ideális partner pontszámai jellemzően alacsonyabbak, mint a saját pontszámok ( $t(141)=5,27$ ,  $p<0,001$ ).

Ez a tendencia rajzolódik ki a férfiak éneértékelő humorra vonatkozó partnerpreferenciáiban is a náluk kisebb mértékben éneértékelő humorú hölgyek irányába ( $t(141)=4,53, p<0,001$ ) (lásd: 16. ábra).



16. ábra. A férfiak és ideális partnereik éneértékelő humor értékei. Szignifikáns korreláció található a két érték között ( $r=0,595, p<0,001$ ). Az adatpontok többsége az átló alatt található, ami azt jelzi, hogy az ideális partner pontszámai jellemzően alacsonyabbak, mint a saját pontszámok ( $t(141)=4,52, p<0,001$ ).

#### **9.4. Megbeszélés**

Az eredmények tehát maradéktalanul alátámasztották az előzetes feltételezéseinket. A humorpreferenciák tekintetében is a Figueredo és munkatársai (2006) által kapott személyiségjegy-preferenciákhoz hasonló mintázatok rajzolódtak ki. A férfiak és a nők is egyaránt az önmagukhoz hasonló humorstílus-tulajdonságokkal rendelkező partnereket tartják ideálisnak. Ez a két pozitív, kapcsolatépítő és énvédő, és a két negatív, az agresszív és az éneértékelő humor vonatkozásában is bebizonyosodott. A humorstílusokra vonatkozó preferenciáink szervezésében tehát a homogámiára törekvés egyértelműen azonosítható.

Emellett a férfiak és a nők a tőlük némileg eltérő, mondhatni őket kiegészítő tulajdonságokkal rendelkező partnereket is preferálták. A nők előnyben részesítették a tőlük a két pozitív humordimenzió magasabb pontszámokkal jellemezhető férfiakat, a férfiak esetében ez csak az énvédő humor esetében volt igaz. A férfiak viszont nem szeretnék tőlük aktívabb kapcsolatépítő humorral rendelkező nőt párjuknak, inkább a csak az övékével megegyező, illetve annál némileg (bár nem szignifikánsan) alacsonyabb értékű nőt preferálják a leginkább. Ez a tendencia a Bressler és munkatársai (2006) által talált eredmények révén jól értelmezhető, mely szerint a férfiak a nők produktív pozitív kapcsolati humorát nem tartják vonzónak, az ilyeként jellemzett nőt inkább férfiasnak, és emiatt kevésbé vonzónak látják.

A negatív humorstílusok esetében is érvényesült a komplementaritásra törekvés tendenciája, a férfiak és a nők is egyaránt a tőlük kevésbé agresszív és éneértékelő humorú partnereket részesítik előnyben. A párkapcsolat működését jelentősen meghatározó tényezőkről van itt szó, mivel az említett két humorstílus a kapcsolatok működését jellemzően negatív irányba befolyásolja, az agresszívan és/vagy éneértékelő módon humorizáló egyének kapcsolati státusa és a többiek által vele fenntartott kapcsolatok minősége romlik a humoralkalmazásokat követően. A preferenciáikról beszámoló vizsgálati személyek tehát ezt szem előtt tartva nem akarják a jövőbeli életüket meghatározó kapcsolataikat az aktív negatív humorhasználattal együtt járó gyakori konfliktusoknak és az ennek következtében fellépő alacsony kapcsolati elégedettségnek kitenni.

Az eredmények fontos információt szolgáltatnak a korábbi vizsgálatunk eredményeinek a kiegészítésül is (4. vizsgálat). A párkapcsolatokban nem feltétlen jelentkezik a hasonlóság a humorstílusok tekintetében, ez azonban nem azért van, mert nem is tartják fontosnak ezeket az emberek. A párkapcsolati döntéseiket irányító partnerpreferenciáikban egyértelműen jelen van a humorbeli homogámiára való törekvés, azonban a már működő kapcsolatokban más, a kapcsolat működése és/vagy célja szempontjából fontosabb tulajdonságok felülmúlják azt, egyfajta trade-off mechanizmus révén a jelenlegi céloknak és erőforrásoknak leginkább megfelelően alakítva át a személy kapcsolati elvárásait (Dijkstra & Barelds, 2008; Figueredo és mtsai, 2006).

## **10. A párkapcsolati humorpreferenciák az önértékelés és a kötődés dimenzióinak tükrében (6. vizsgálat)**

A felnőtt kötődési típus (Shaver & Mikulincer, 2004) a saját magunkra és másokra vonatkozó általános képünk alappilléret képezi. A korábban használt kötődést mérő eljárások a jól ismert, négy elkülönült kötődési típust elkülönítő modellekkel dolgoztak. Az újabb elképzelések nem típusokat, hanem csupán két dimenziót, a Szorongást és az Elkerülést használják. Ez a megközelítés egy kontinuum mentén ábrázolja az egyénre jellemző kötődési mintázatot, amely révén a finomabb egyéni különbségek is vizsgálhatóvá váltak az adott dimenzión. A kötődés szorongási dimenziója azt mutatja meg, hogy mennyire érezzük jól magunkat a másokkal fenntartott szoros kapcsolatokban, melyet az önmagunkról alkotott véleményünk befolyásol. Az elkerülés kötődési dimenzió pedig arról közöl információt, hogy milyen mértékben hiszünk abban, hogy a minket körülvevő emberek támogató és biztonságot jelentő módon fognak megnyilvánulni irányunkban. A két kötődési dimenzió tehát alapvetően befolyásolja a társkapcsolataink működtetését. Mellettük azonban további lényeges szerepet játszik az aktuális önértékelésünk, az arra vonatkozó elképzelésünk, hogy az egyes, számunkra fontosnak tartott tulajdonságokban milyen minőséggel rendelkezünk. Ez nagyban meghatározza a párválasztási döntéseinket is, egyfajta mérceként funkcionálva a lehetséges párkapcsolati partnerek értékelése során (Fletcher & Overall, 2008). Feltételezésünk szerint a társkapcsolati viszonyaink szabályozásában fontos szerepet játszó humor is kapcsolatban áll az említett két tényezővel, a személyre jellemző humorstílust meghatározza az, hogy milyen a kötődési dimenziókon elfoglalt helye és az aktuális önértékelése az illetőnek.

A humor és a kötődési típusok kapcsolatát két korábbi vizsgálatban tesztelték a miénkhez hasonló módon. A kötődési típusok kategorikus elkülönítését használó vizsgálatban azt találták, hogy a szüleikhez bizonytalanul kötődő személyeket nagyobb mértékű negatív, énelértékelő humorhasználat jellemzi (Saroglou & Scariot, 2002). Kazarian és Martin (2004) már a kötődés két dimenziós megközelítését használva arra az eredményre jutott, hogy az elkerülő kötődés negatív összefüggésben áll a kapcsolatépítő humor egyénre jellemző szintjével, és a szorongó kötődés pedig pozitívan viszonyul az énelértékelő humorhoz. Az általuk elvárt pozitív kapcsolatot az agresszív humor és az elkerülő kötődés, valamint az énvédő humor és a szorongó dimenzió közötti kapcsolatot nem sikerült kimutatniuk. Fontos megjegyezni azonban, hogy az említett két vizsgálat egyike sem foglalkozott a



párkapcsolatok, a párválasztási preferenciák témakörével, hanem a szülő-gyermek, illetve a közeli baráti kapcsolatokra jellemző viszonyokkal. A kötődés és az önértékelésnek a partnerkapcsolatok kialakításában és fenntartásában játszott szerepéből kiindulóan azt feltételezzünk, hogy az említett két dimenzió befolyást gyakorol az egyénre jellemző humorstílusokra, valamint az egyéni párkapcsolati humorpreferenciákra is.

### ***10.1. Hipotézisek***

Hipotézis 1.: Az egyénre jellemző pozitív humorstílusok háttérében a Szorongó és az Elkerülő kötődési dimenzió negatív hatást gyakorol, míg a negatív humorstílusokra vonatkozóan ez a hatás ellentétes irányú.

Hipotézis 2.: A három önértékelési dimenzió eltérő mértékben befolyásolja a férfiak és a nők párválasztási humorpreferenciáit, a nemekre jellemző evolúciósan kialakult párválasztási stratégiáknak és taktikáknak megfelelően.

Hipotézis 3.: A két kötődési dimenzió a saját humorhoz hasonló hatást gyakorol az egyének humorral kapcsolatos párpreferenciáira is.

### ***10.2. Módszer***

#### **Minta**

A vizsgálatban felhasznált tesztek 217 személy töltötte ki (113 férfi, 104 nő), azonban az egyes kérdéssorokra adott hiányos válaszok miatt csak 180 személy adatait (98 férfi, 82 nő) tudtuk felhasználni az adatok elemzésénél. A résztvevő férfiak 18-37 éves korúak voltak (M: 23,2 év, SD: 4,04), a női vizsgálati személyek pedig a 18 és 40 év közötti életkori tartományba tartozók voltak (M: 21,1 év, SD: 3,69). Az alanyok a szegedi és a pécsi tudományegyetem bölcsész szakos nappali és levelező tagozatos hallgatói közül kerültek ki. A vizsgálatban való részvétel önkéntesen zajlott, a vizsgálati személyek semmilyen jutalmazásban nem részesültek.

## Eszközök

### Humor Stílus Kérdőív

Részletes bemutatását lásd a 4.3. és a 7.2. fejezetekben.

### Önértékelési kérdőív

A kérdőív Fletcher, Simpson, Thomas, & Giles (1999), és Fletcher és Boyes (2007) párkapcsolati értékre és az önértékelésre vonatkozó faktoranalitikus elemzésük eredményeként kapott faktorok alkalmazásával készült. A kérdőív kidolgozásában segítséget nyújtott az eredeti vizsgálat egyik szerzője, Alice Boyes, az ő útmutatásai alapján készítettük el a végső változatot. A kérdőív a párkapcsolati értékre vonatkozó önértékelés három dimenzióját méri, a Melegszívűség-megbízhatóság, a Vonzerő-életerő, valamint a Státusz-erőforrások dimenzióit. A teszt összesen 17 állítást tartalmaz, melyen belül a Melegszívűség-megbízhatóság és a Vonzerő-életerő dimenzióra hat-hat, Státusz-erőforrásokra pedig öt állítás vonatkozott, amelyeknek a saját magukra jellemzőnek ítélt értékét kellett megadni a vizsgálati személyeknek egy hétfokú Likert-skálán. A felhasznált egyszerű állítások a vizsgálatokban kapott alaptulajdonságok egyszerű mondatokba ágyazásával születtek, jól érthető formában (pl.: „Kedves vagyok”; „Kalandos a természetem”). A felhasznált kérdőívet lásd: 6. Melléklet.

### Felnőtt Kötődési Kérdőív

A kötődési stílus mérésére a *Felnőtt Kötődési Kérdőívet* (Adult Attachment Scale) (Collins & Read, 1990) alkalmaztuk. Két alsókálaja a szorongás és az elkerülés egyénre jellemző kötődési faktorait méri. A kérdőív eredményei lehetőséget adnak a kötődést befolyásoló jegyeknek egy kontinuum mentén való elhelyezésére a két vizsgált faktor mentén, ami finomabb összehasonlító elemzést tesz lehetővé, mint a korábban használt, három vagy négy kötődési típus elkülönítésére alkalmas mérőeszközök. A teszt 18 itemből állt, vizsgálati személyeknek egy 5-fokú Likert-skálán kellett jeleznie, mennyire érzi magára illőnek az adott, kötődési viselkedéssel kapcsolatos állításokat. A felhasznált kérdőívet lásd: 7. Melléklet.

## Eljárás

A vizsgálati személyek a részvételt megelőzően részletes tájékoztatást kaptak a vizsgálatvezetőktől a tesztek kitöltésére vonatkozóan. Elsőként a Humor Stílus Kérdőív (HSK) állításait kellett értékelniük saját magukra vonatkozóan. Ezt követte a Felnőtt Kötődési Kérdőív, majd az Önértékelési kérdőív, melyek állításait szintén saját magukra vonatkozóan kellett értékelni a vizsgálati személyeknek. A vizsgálat negyedik, záró részét pedig szintén a HSK kitöltése képezte, de immár az általuk ideálisnak tartott partner humorjellemzőire vonatkozóan.

### **10.3. Eredmények**

Az elemzés megkezdése előtt a kérdőívek belső konzisztenciáját ellenőriztük, amit azért kellett elvégezni, mivel az alkalmazott teszteknek még nem készült magyar standardja.

A Humor Stílus Kérdőív skálái és belső konzisztencia-értékei: Kapcsolatépítő humor ( $\alpha=0,812$ ), Énvédő humor ( $\alpha=0,703$ ), Agresszív humor ( $\alpha=0,769$ ), Énleértékelő humor ( $\alpha=0,622$ ).

Az Önértékelési Kérdőív dimenziói és belső konzisztencia-értékei: Megértő-megbízható dimenzió ( $\alpha=0,861$ ), Vonzerő-életerő dimenzió ( $\alpha=0,764$ ), Státusz-erőforrások dimenzió ( $\alpha=0,842$ ).

A Felnőtt Kötődési Kérdőív faktorai és belső konzisztencia-értékei: Szorongás faktor ( $\alpha=0,674$ ), Elkerülés faktor ( $\alpha=0,671$ ).

Míg az intelligenciatesztekben a Cronbach-alfa mutató elvárt értéke 0,8 körül mozog, addig az attitűdskálák esetében már a 0,6-es érték felett már jónak tekinthető (Horváth, 1997; Sajtos & Mitev, 2007), tehát a kérdőívek belső konzisztencia szempontjából való megbízhatósága megfelelőnek bizonyult.

## A saját humorstílusok modelljei

### *A nők kapcsolatépítő humorát meghatározó tényezők*

A kapcsolatépítő humornak a nőkre jellemző mértékével a Pearson-féle korrelációs elemzés eredményei szerint a következő vizsgált faktorok vannak kapcsolatban: Elkerülés ( $r=-0,329$ ,  $p<0,01$ ), Vonzerő-életerő ( $r=0,301$ ,  $p<0,01$ ) és a Státusz-erőforrás dimenzió ( $r=0,272$ ,  $p<0,05$ ). Ezekkel a változókkal lineáris regresszió számítását végeztünk el a nők kapcsolatépítő humorára vonatkozóan lépésenként felépített (stepwise) regressziós eljárással. A kapott modell ( $R^2 = 16,8\%$ ;  $p < 0,01$ ;  $F = 7,957$ ) szerint két változó hat a nők saját kapcsolatépítő humorára: az Elkerülés ( $\beta=-0,283$ ,  $t=-2,709$ ,  $p<0,01$ ) és a Vonzerő-életerő ( $\beta=0,248$ ,  $t=2,378$ ,  $p<0,05$ ), a Státusz-erőforrás önértékelési dimenzió nem áll szignifikáns kapcsolatban vele.

### *A nők énvédő humorát meghatározó tényezők*

Az énvédő humor nőkre jellemző mértékével a Pearson-féle korrelációs eredmény alapján nem találtunk kapcsolatban álló tényezőt a vizsgált kötődési és önértékelési faktorok között.

### *A nők agresszív humorának befolyásoló tényezői*

Az agresszív humor nőknél való előfordulása a korrelációs elemzés tanulsága szerint a következő vizsgált faktorokkal áll kapcsolatban: Megértő-megbízható ( $r=-0,311$ ,  $p<0,01$ ), Státusz-erőforrások ( $r=0,235$ ,  $p<0,05$ ). A változókkal elvégzett lineáris regresszió számítás (lépésenként felépített regressziós eljárással) szerint a nők énvédő humorára vonatkozó modellben ( $R^2=15,4\%$ ;  $p<0,01$ ;  $F=7,208$ ) mindkét vizsgált tényező hatást gyakorol a vizsgált humorstílusra: a Megértő-megbízható dimenzió ( $\beta=-0,315$ ,  $t=-3,041$ ,  $p<0,01$ ), és a Státusz-erőforrás dimenzió ( $\beta=0,240$ ,  $t=2,321$ ,  $p<0,05$ ) is egyaránt.

### *A nők éneleértékelő humorát befolyásoló tényezők*

Az éneleértékelő humor nőknél mutatkozó értékeivel korrelációs kapcsolatban két tényezőt találtunk a vizsgált faktorok közül, a Szorongás ( $r=0,344$ ,  $p<0,01$ ) és az Elkerülés ( $r=0,256$ ,  $p<0,05$ ) kötődési dimenziókat. A lineáris regressziós elemzés eredménye szerinti modell szerint ( $R^2=11,8\%$ ;  $p<0,01$ ;  $F=10,708$ ) azonban csak egy változó gyakorol számottevő hatást a nők éneleértékelő humorára a vizsgált tényezők közül: a Szorongás kötődési faktor ( $\beta=0,344$ ,  $t=3,272$ ,  $p<0,01$ ).

### *A férfiak kapcsolatépítő humorának háttere*

A Pearson-féle korrelációs elemzés eredményei szerint a férfiak kapcsolatépítő humorával két faktor áll kapcsolatban a vizsgált tényezők közül: A Vonzerő-életerő önértékelési dimenzió ( $r=0,361$ ,  $p<0,001$ ), és az Elkerülés kötődési faktor ( $r=-0,306$ ,  $p<0,01$ ). A lineáris regressziószámítás eredményei alapján kapott magyarázó modellben ( $R^2=13\%$ ;  $p<0,001$ ;  $F=14,350$ ) viszont már csak a Vonzerő-életerő dimenzió gyakorol hatást az adott humordimenzióra ( $\beta=0,361$ ,  $t=3,788$ ,  $p<0,001$ ), a Elkerülés dimenziója nem.

### *A férfiak énvédő humorának háttértényezői*

A korrelációs elemzés eredményei azt mutatták, hogy a férfiak énvédő humorával négy vizsgált dimenzió is kapcsolatban áll: a Vonzerő-életerő ( $r=0,282$ ,  $p<0,01$ ), a Státusz-erőforrások ( $r=0,328$ ,  $p<0,01$ ), valamint a Szorongás ( $r=-0,391$ ,  $p<0,001$ ) és az Elkerülés kötődési dimenziók ( $r=-0,249$ ,  $p<0,05$ ). A lineáris regressziószámítás eredményeként kapott modell szerint ( $R^2=21,9\%$ ;  $p<0,001$ ;  $F=13,297$ ) a Szorongás ( $\beta=-0,340$ ,  $t=-3,673$ ,  $p<0,001$ ) és a Státusz-erőforrások ( $\beta=0,261$ ,  $t=2,821$ ,  $p<0,01$ ) áll vele oki kapcsolatban, a Vonzerő-életerő és az Elkerülés dimenziói viszont nem.

### *A férfiak agresszív humorát befolyásoló tényezők*

A korrelációs elemzés eredménye a férfiak agresszív humorával két vizsgált faktort hozott kapcsolatba: a Megértő-megbízható ( $r=-0,337$ ,  $p<0,01$ ) és a Vonzerő-életerő

önértékelési dimenziókat ( $r=0,200$ ,  $p<0,05$ ). A lineáris regressziós modell szerint ( $R^2=21,4\%$ ;  $p<0,001$ ;  $F=12,954$ ) mindkét vizsgált faktor befolyást gyakorol a férfiak agresszív humorára, a Megértő-megbízható ( $\beta=-0,438$ ,  $t=-4,592$ ,  $p<0,001$ ) és a Vonzerő-életerő dimenzió ( $\beta=0,333$ ,  $t=3,488$ ,  $p<0,01$ ) egyaránt.

#### *A férfiak énelértékelő humorának háttere*

A vizsgált önértékelési és kötődési dimenziók egyike sem áll korrelációs kapcsolatban a férfiak énelértékelő humorának szintjével.

#### *Az ideális partner humorpreferencia modelljei*

##### *A nők ideális partnereinek kapcsolatépítő humora*

A Person-féle korrelációs elemzés három összekapcsolódó faktort talált a nők által ideálisnak tartott partnerek kapcsolatépítő humorával: az Elkerülés ( $r=-0,341$ ,  $p<0,01$ ), a Vonzerő-életerő ( $r=0,229$ ,  $p<0,05$ ) és a Státusz-erőforrások dimenziókat ( $r=0,383$ ,  $p<0,001$ ). A lineáris regressziós modell szerint ( $R^2=23\%$ ;  $p<0,001$ ;  $F=11,810$ ) a Státusz-erőforrások ( $\beta=0,341$ ,  $t=-3,420$ ,  $p<0,01$ ) és az Elkerülés ( $\beta=-0,292$ ,  $t=-2,931$ ,  $p<0,01$ ) dimenziók állnak magyarázó erejű kapcsolatban vele, a Vonzerő-életerő dimenzió viszont nem.

##### *A nők ideális partnereinek énvédő humora*

Az nők részéről ideálisnak tartott partner énvédő humora nem mutatott korrelációs kapcsolatot az egyik vizsgált változóval sem.

##### *A nők ideális partnereinek agresszív humora*

A nők ideális partnereinek agresszív humora egyedül a Megértő-megbízható önértékelési dimenzióval mutatott szignifikáns korrelációs kapcsolatot ( $r=-0,296$ ,  $p<0,01$ ). A lineáris regressziószámítás eredményeinek értelmezésére vonatkozó, általánosan elfogadott társadalomtudományi kutatási gyakorlat szerinti kritériumok alapján azonban ez a faktor nem

áll számottevő oki kapcsolatban a nők ideális partnereinek agresszív humordimenziójával ( $R^2=8,8\%$ ;  $p<0,01$ ;  $F=7,687$ ).

#### *A nők ideális partnereinek éneértékelő humora*

A nők részéről ideálisnak tartott partner éneértékelő humora nem mutatott korrelációs kapcsolatot az egyik vizsgált változóval sem.

#### *A férfiak ideális partnereinek kapcsolatépítő humora*

A férfiak által az ideálisnak tartott partnerre jellemző kapcsolatépítő humor szintje négy vizsgált dimenzióval mutatott korrelációs kapcsolatot: a Megértő-megbízható ( $r=0,354$ ,  $p<0,001$ ), a Vonzerő-életerő ( $r=0,236$ ,  $p<0,05$ ), és a Státusz-erőforrások ( $r=0,261$ ,  $p<0,01$ ) önértékelési dimenzióival, valamint az Elkerülés kötődési faktorával ( $r=-0,285$ ,  $p<0,01$ ). A lineáris regressziószámítás eredménye alapján kapott modell szerint ( $R^2=16,1\%$ ;  $p<0,001$ ;  $F=9,084$ ), viszont már csak a Megértő-megbízható ( $\beta=0,295$ ,  $t=2,997$ ,  $p<0,01$ ) és az Elkerülés faktorai ( $\beta=-0,197$ ,  $t=-2,002$ ,  $p<0,05$ ) bírnak magyarázó erővel.

#### *A férfiak ideális partnereinek énévédő humora*

A férfiak másik pozitív humorstílus preferenciája három vizsgált tényezővel állt korrelációs kapcsolatban, a Megértő-megbízható ( $r=0,258$ ,  $p=0,01$ ), a Státusz-erőforrások ( $r=0,220$ ,  $p<0,05$ ), és a Szorongás ( $r=-0,205$ ,  $0,05$ ) dimenzióival. A kapott lineáris regressziós modell alapján ( $R^2=10,9\%$ ;  $p<0,01$ ;  $F=5,829$ ) ezek közül a Megértő-megbízható faktor ( $\beta=0,259$ ,  $t=2,677$ ,  $p<0,01$ ), és a Szorongás dimenzió ( $\beta=-0,207$ ,  $t=-2,138$ ,  $p<0,05$ ) áll oki kapcsolatban a férfiak által ideálisnak tartott partnerek énévédő humorának mértékével.

#### *A férfiak ideális partnereinek agresszív humora*

A férfiak által ideálisnak tartott partner agresszív humora nem mutatott korrelációs kapcsolatot az egyik vizsgált változóval sem.

### *A férfiak ideális partnereinek énlértékelő humora*

A férfiak ideális partnereinek énlértékelő humora a másik negatív humordimenzióhoz hasonlóan szintén nem mutatott korrelációs kapcsolatot az egyik vizsgált változóval sem.

A kötődési és az önértékelési dimenziókon elfoglalt hely hatásai a humorpreferenciákra

Az elemzés második részében arra keretük a választ, hogy az egyes kötődési és önértékelési dimenziókon elfoglalt hely milyen befolyással bír az ideálisnak tartott humorstílus összetételére. Emellett azt is megvizsgáltuk, hogy a vizsgált dimenziókon elfoglalt hely függvényében változik-e a vizsgálati személyek saját humorstílusainak az átlaga.

A kérdés megválaszolása érdekében a két kötődési dimenzió és a három önértékelési faktor pontszámait dichotomizáltuk az átlag alatti és az átlag feletti pontszámot elért személyek szerinti bontásban.

Az egyes változókon átlag alatti és átlag feletti értékekkel rendelkező egyének humorstílus pontszámait a kétmintás t-próba módszerével hasonlítottuk össze.

### *A Szorongás kötődési dimenzióan elfoglalt hely hatásai a humorpreferenciára és a saját humorstílusra*

A Szorongás dimenzióan kapott alacsony vagy magas pontszám csupán a férfiak ideális partnereinek agresszív humorskáláján járt együtt különbséggel ( $t(96)=2,02$ ,  $p<0,05$ ). Eszerint a szorongóbb férfiak előszeretettel választanak agresszívabb humorú nőket, mint azok a társaik, akik az övéknél alacsonyabb szorongás pontszámokkal rendelkeznek.

A saját humoron belül két skála értékei különültek el az alacsony és magas szorongási értékű személyek között. A férfiak énvédő humora magasabb a kevésbé szorongó



populációban ( $t(96)=2,43$ ,  $p<0,05$ ), valamint a nők éneértékelő humora pedig magasabb a magasabb szorongási szint esetén ( $t(80)=-3,25$ ,  $p<0,01$ ).

*Az Elkerülés kötődési dimenzió elfoglalt hely hatásai a humorpreferenciára és a saját humorstílusra*

A férfiak és a nők kapcsolatépítő humorra vonatkozó preferenciáit is befolyásolja az Elkerülés kötődési dimenzió elfoglalt helyük. A társas kapcsolatokat könnyebben kialakító és fenntartó, kevésbé elkerülő férfiak ( $t(96)=2,47$ ,  $p<0,05$ ) és nők is ( $t(80)=2,00$ ,  $p<0,05$ ) a magasabb kapcsolatépítő humor-értékekkel jellemezhető partnereket preferálják, mint ami az Elkerülés dimenzió az átlagnál magasabb pontszámot elérő társaik preferenciáiban megjelenik.

Ugyanez a különbség érvényesül a férfiak saját kapcsolatépítő humorában is ( $t(96)=2,33$ ,  $p<0,05$ ), mely szerint a kevésbé elkerülő kötődési jegyeket mutató férfiak magasabb pozitív társkapcsolati humorszinttel jellemezhetők. A nők esetében pedig az átlagnál magasabb Elkerülés pontszámú nők csoportjára az éneértékelő humor magasabb szintje jellemző inkább ( $t(80)=-2,74$ ,  $p<0,01$ ).

*A Megértő-megbízható önértékelési dimenzió elfoglalt hely hatása a humorpreferenciákra és a saját humorstílusra*

Az önmagukat az átlagnál megértőbbnek és megbízhatóbbnak látó férfiak számára fontosabb a partner kapcsolatépítő humora, mint az ezen a dimenzió az átlag alatt elhelyezkedő társaik számára ( $t(96)=-3,28$ ,  $p<0,01$ ). A kevésbé megértő és megbízható nők pedig inkább választanának agresszív humorú férfit partnerül, mint az önmagukat megértőbbnek látó társaik ( $t(80)=1,99$ ,  $p<0,05$ ).

Az Megértő-megbízható dimenzió az átlagnál alacsonyabb helyet elfoglaló férfiakra nagyobb mértékű agresszív humor jellemző ( $t(96)=2,06$ ,  $p<0,05$ ), amely összefüggés tendenciaszinten a nőknél is megjelenik ( $t(80)=1,93$ ,  $p=0,057$ ).

*A Vonzerő-életerő önértékelési dimenzió elfoglalt hely hatása a humorpreferenciákra és a saját humorstílusra*

A magukat az átlagnál vonzóbbak tartó férfiak kevésbé agresszív humorú párt szeretnének ( $t(96)=-2,31$ ,  $p<0,05$ ), valamint tendenciaszinten magasabb kapcsolatépítő humorral rendelkezőt ( $t(96)=-1,73$ ,  $p=0,087$ ). A nők esetében is érvényesül ez utóbbi preferencia, vagyis minél kívánatosabbnak érzik magukat a nők, annál inkább aktív társasági humorú partnert szeretnének párként maguk mellé ( $t(80)=-2,41$ ,  $p<0,05$ ).

A Vonzerő-életerő dimenzió elfoglalt hely a férfiak saját humorstílusát is befolyásolni látszik. A magukat az átlagnál vonzóbbnak látó férfiakra a magasabb kapcsolatépítő humor ( $t(96)=-3,19$ ,  $p<0,01$ ), a magasabb énvédő humor ( $t(96)=-2,78$ ,  $p<0,01$ ) és tendenciaszinten a magasabb agresszív humor jellemző ( $t(96)=-1,80$ ,  $p=0,075$ ), mint az önmagukat átlag alatti vonzerejüként látó társaikra. A nők esetében ez a különbség a saját kapcsolatépítő humorra vonatkozóan igazolódott ( $t(80)=-2,77$ ,  $p<0,01$ ).

*A Státusz-erőforrások önértékelési dimenzió elfoglalt hely hatása a humorpreferenciákra és a saját humorstílusra*

Az átlagnál magasabb státusú férfiak az átlagosnál magasabb értékkel rendelkező partnert szeretnének mindkét pozitív humorskála vonatkozásában, mind az énvédő humorban ( $t(96)=-2,14$ ,  $p<0,05$ ), mind pedig a kapcsolatépítő humor esetében egyaránt ( $t(96)=-2,61$ ,  $p<0,05$ ).

A magasabb státuszú nők is magasabb kapcsolatépítő humorú partnert szeretnének ( $t(80)=-3,55$ ,  $p<0,01$ ), valamint tendenciaszinten magasabb énvédő humorú partnert is ( $t(80)=-1,92$ ,  $p=0,058$ ).

A státusz és erőforrások szempontjából elfoglalt hely a férfiak és a nők saját humorának különbségein is hasonló mintázatot mutat, mint az ideális partner humoránál. A különbség az énvédő humor esetében szignifikáns ( $t(96)=-2,73$ ,  $p<0,01$ ), a kapcsolatépítő humornál pedig tendenciaszinten jelentkezik ( $t(96)=-1,72$ ,  $p=0,089$ ).

A nők magasabb erőforrás-fenntartó képességével is együtt jár a nagyobb mértékű saját kapcsolatépítő humor szintje ( $t(80)=-2,27, p<0,05$ ), valamint tendenciaszinten a nagyobb mértékű agresszív humoralkalmazás is ( $t(80)=-1,71, p=0,091$ ).

#### **10.4. Megbeszélés**

A saját humor és az ideális partnerre vonatkozó humorpreferenciák háttérében eltérő súlyú meghatározó erővel bírnak a kötődés és az önértékelés egyes dimenziói.

A nők kapcsolatépítő humorára az Elkerülés dimenzióan elfoglalt helyük negatív, míg a Vonzerő-életerő dimenzióan elfoglalt helyük pozitív irányú hatást gyakorol. Az énvédő humor nőknél való megjelenését nem befolyásolják számottevően a vizsgált kötődési és önértékelési dimenziók. Az agresszív humor megjelenését pozitívan befolyásolja a nők erőforrás-fenntartó képessége, viszont a megértő és megbízható, szocialitással összefüggő dimenziójuk negatívan. A női énelértékelő humor megjelenését pedig a szorongási szinttel hozhatjuk pozitív kapcsolatba.

A férfiak kapcsolatépítő humora a vonzerejük és vitalitásuk által befolyásolt pozitívan, az énvédő humorukra pedig a státusz gyakorol közvetlen pozitív hatást. A szorongási szint ezzel szemben negatív irányú kapcsolatban áll a megküzdési eszközként használt humorral, vagyis minél szorongóbbak a férfiak, annál kevésbé jellemző rájuk az énvédő humor alkalmazása. Az agresszív humorstílus a férfiak részéről a vonzerejük mértéke által befolyásolt pozitívan, míg a megértő és megbízhatóságuk mértékével negatív irányú kapcsolatot mutat. Az agresszív humor feltételezi a másik fél szempontjainak figyelmen kívül hagyását, ami az alacsony empátiás képességnek az egyik velejárója. A férfiak énelértékelő humorát viszont nem magyarázza egyik vizsgált dimenzió sem, azokkal oki kapcsolatban nem áll.

A nők ideális partnereiktől elvárt humormennyiségét csupán nagyon kis részben befolyásolják a vizsgált kötődési és önértékelési dimenziók az eredményeink alapján. Az egyetlen közvetlen hatás az ideálisnak tartott kapcsolatépítő humorra vonatkozóan jelentkezett, amit a nő státusza pozitívan, míg az Elkerülés dimenzióan elfoglalt helye negatívan befolyásol. A többi három humorstílus-preferenciában nem érvényesült oki hatás.

A férfiak humorpreferenciáit némileg nagyobb mértékben határozzák meg a vizsgált dimenziók. A kapcsolatépítő humorral kapcsolatos elvárásaikra a Megértő-megbízható önértékelési dimenziójuk van pozitív, az Elkerülés faktoron elfoglalt helyük pedig negatív hatással. Az énvédő humorpreferenciáikat pedig szintén a megértőségük mértéke befolyásolja pozitívan, a kapcsolataikra jellemző szorongási szint pedig negatívan. A két negatív humorstílusra vonatkozó férfipreferenciákat nem befolyásolják számottevően a vizsgált tényezők.

## 11. Összegzés

Vizsgálatainkban a humor társkapcsolatokban játszott szerepének háttérét és szerveződését elemeztük. Az egyénre jellemző humorpreferencia testi és személyiségbeli jellemzőkkel mutatott összefüggéseit, valamint a humornak a párválasztási folyamatban játszott szerepét vizsgáltuk az első blokkban. Ezt követte a kiemelt társkapcsolatok jellemző humorstílus szempontjából történő vizsgálata, az asszortatív partnerválasztás megjelenési felületeinek és lehetséges háttértényezőinek körüljárása a baráti és a párkapcsolatokra vonatkozóan.

Elsőként azt a Sheldon-féle (1942) személyiségtipológiai állítást vizsgáltuk meg, mely szerint a magasabb testsúly (piknikus alkat) nagyobb mértékű humorpreferenciával jár együtt, vagyis a teltebb testalkattal (a normálnál magasabb testtömeg-indexszel) rendelkező személyek előnyben részesítik a humoros reakciókat, mint az átlagos vagy átlag alatti testsúlyú társaik. Emellett megnéztük az extroverzió-introverzió dimenzió elfoglalt hely összefüggéseit is a humorpreferenciával, valamint a testtömeg-indexszel. Eredményeink szerint a férfiak nagyobb mértékű humorpreferenciát mutatnak mint a nők, valamint az introvertált kísérleti személyek esetében a humorpreferencia összefügg a testsúllyal. Az introvertált személyiséggel rendelkező túlsúlyos személyek nagyobb mértékű humorpreferenciát mutattak, mint a normál súlyú vagy sovány testalkatú társaik. Ez a különbség azonban az extrovertált személyek esetében nem jelentkezik, az ő humorpreferenciájuk nem mutat összefüggést a testtömeg-indexükkel.

A humorhasználatban mutatkozó nemi különbségek összhangban állnak számos korábbi vizsgálat eredményeivel (Kothoff, 2000; Bressler, Martin, & Balshine, 2006), melyek szerint a humor használata a férfiak stratégiai eszköztárának aktív része. A vizsgálat udvarlási kontextusa is arra mutat, hogy a férfiak számára a humor alkalmazása párválasztási szituációban nagy jelentőséggel bír. Előnyben részesítik a humorosnak szánt megnyilvánulásokat, a nőknél inkább hajlanak az ilyen típusú kommunikációra. Ez az eredmény részben alátámasztja Miller (2006) elméletét a humor szexuális szelekciós eredetére vonatkozóan. Az azonban nem derül ki eredményeinkből, hogy a vizsgálatban részt vevő nők miért nem preferálják az általunk kínált humoros válaszokat. Egy lehetséges magyarázat az, hogy nem szeretnek humorizálni a párválasztási helyzetekben, de az is lehet, hogy csupán nem tartották megfelelő színvonalúaknak vagy eléggé nőiesnek a felkínált

válaszlehetőségeket, vagy általánosságban az adott párválasztási szituációban való aktív humorizálást.

További eredményünk, hogy az extrovertálttal szemben az introvertált személyiségtípuson belül kapcsolat mutatkozik a testsúly és a humorpreferencia között, a túlsúllyal rendelkező introvertált személyek nagyobb mértékben preferálják a humoros választ, mint a normál súlyú, illetve a sovány introvertált személyek. Az extrovertált személyek esetében nem jelentkezik ez a különbség. Érdekes módon tehát nem a várt, extrovertált humorpreferencia mutatkozik az eredményekben, hanem egy ezzel részben ellentétes hatás, amely azonban jól értelmezhető az evolúciósan kialakult párválasztási mechanizmusok alapján (Bereczkei, 2003). A párválasztáshoz kapcsolódó trade-off stratégiák kompenzációs mechanizmusokat működtetnek, melyek a belső és külső erőforrások és képességek függvényében alakítják ki az egyén számára legmegfelelőbbnek tűnő preferenciákat és viselkedést. Az inkább introvertált személyek számára a szociális kapcsolatok kialakítása és fenntartása (ezen belül a párválasztás is) nagyobb energia-ráfordítást feltételez, mint az extrovertáltak esetében. Ez utóbbiak esetében a költségeket tovább növelheti az egyén túlsúlya, amely a fizikai vonzerő csökkenését eredményezi. Ezt a hatást ellensúlyozhatja a nagyobb mértékű humorpreferencia, melynek jótékony hatásai mind a szociális kapcsolatok kialakításában és fenntartásában, mind pedig az egyéni mentálhigiénés funkciók működtetésében egyaránt jelentkezhetnek, kompetitív párválasztási előnyt biztosítva az egyén számára (Martin, 2007).

Eredményeink szerint a testtömeg-érték nem befolyásolja a humorpreferencia mértékét, vagyis a túlsúly és a magas humorpreferencia között nincs közvetlen kapcsolat. Azonban egyes adatok alapján mégis arra következtethetünk, hogy a két tényező között (testsúly, humorpreferencia) mégis lehet valamilyen összefüggés. Az egyik ilyen adat a testtömegre vonatkozóan elvégzett variancia-analízis eredménye, melynél a  $p$  érték (0,165) alacsony volta azt a feltételezésünket látszik alátámasztani, miszerint nagyobb elemszám esetén lehetséges, hogy megkapnánk a várt főhatást, vagyis különbséget a testsúly-csoportok humor-preferencia szintjében. A másik kapcsolódó adat pedig a személyiségtípus és testtömeg humorpreferenciára vonatkozó tendenciaszintű interakciója ( $p=0,062$ ), mely eredmény feltevésünk szerint nagyobb minta esetében akár szignifikáns kapcsolatot eredményezhet. A humor lehet egy olyan társkapcsolati stratégia egyik fontos eleme, amelyet a saját magukat alacsonyabb kapcsolati értéküként észlelő személyek alkalmaznak. Ezt egy átkapcsolási vagy

trade-off mechanizmus váltja ki, amely a relatíve alacsonyként észlelt saját párérték kompenzálásaként (a fizikai vonzerőt befolyásoló túlsúly negatív irányba tolja el a kapcsolatok kialakításának esélyét mindkét nem esetében), a kapcsolati tőke megőrzése és fenntartása céljából jelenik meg a túlsúlyos személyek stratégiai eszköztárában.

Második vizsgálatunkban a humor vonzerőre gyakorolt konkrét hatását kívántunk vizsgálni. Azt szeretnénk volna eldönteni, hogy a humor önmagában emeli-e a férfiak és a nők párértékét (vonzerejét), vagy inkább csak a más tényezők (elsősorban a már említett külső megjelenés) által keltett vonzerő generál olyan hatást, hogy általánosan kívánatosabbnak, s így humorosabbnak is látjuk a számunkra vonzó személyeket. A kérdés a humor vonzerőt kiváltó hatását hangsúlyozó szexuális szelekciós elmélet (Miller, 2006; Kaufman és mtsai, 2008) és a vonzalomnak a humorra is kiterjedő pozitív hatását előtérbe állító érdeklődésindikátor-modell (Li és mtsai, 2009) által kínált magyarázatok közötti döntést szolgálta. Az eredményeink alapján úgy tűnik, hogy sem a nők, sem pedig a férfiak kezdeti preferencia-döntéseit nem befolyásolja számottevően a lehetséges partner humora. A nők nem részesítették előnyben az aktív humorú férfit a passzív humorúval szemben, de a férfiak sem látták vonzóbbnak a passzív, reaktív humorú nőket, mint akik aktívan humorizáltak (vagy esetleg a humor nélkülözően kommunikáltak). Ezzel szemben azonban a nők és a férfiak is az általuk vonzóként értékelt ellenkező nemű személyek humorérzékét is magasabbra értékelték, minél vonzóbb volt számukra az illető, annál jobbnak találták a humorát is.

Ez az eredmény az érdeklődésindikátor-modellben megfogalmazottakkal harmonizál, vagyis azzal a feltevessel, hogy a humor és kísérőjelenségei elsődleges funkciója a két fél közötti kapcsolatra vonatkozó visszajelzés. Ha az aktuális kapcsolatot fenn akarjuk tartani, akkor többet humorizálunk a partnerrel, illetve gyakoribb és intenzívebb visszajelzéseket adunk az ő humorára. A kapcsolaton belüli humorizálás és a rá adott reakciók alapján nagyon jól feltárható a két fél közötti kapcsolati érdeklődés mértéke. Ha az adott személyt kezdetben vonzónak találjuk, akkor a humorát is felruházzuk a meleg, szeretetteljes címkével, ami a rá adott pozitívabb reakciók megjelenését segíti elő. A melegség (megbízhatóság) egy fontos ön- és párértékelési dimenzió (pl.: Fletcher és mtsai, 1999), aminek a humorral és a humorpreferenciával való kapcsolatát is vizsgáltuk jelen kutatássorozatunk záró részében.

Az eredményeink értékelését azonban óvatosan kell kezelnünk, mivel nem tudunk oki kapcsolatokra vonatkozó következtetéseket levonni a rendelkezésre álló adataink alapján. Az alkalmazott stimuláció (egy beszélgetésből felvett spontán humor-részletek) is állhat az

eredmények háttérben, mivel nem egyértelműen vicces, és mindenki számára érthető humorizálás hallható a felvételeken. Számos vizsgálat is kimutatta a humor vonzerőre gyakorolt pozitív hatását (pl.: Kaufman és mtsai, 2008), amelyek tükrében jelen eredményeink kapcsán annyit jelenthetünk ki bizonyosan, hogy a párválasztás során a humor fontos szerepet tölt be.

A következőkben a humor társkapcsolatokon belüli szerveződését vizsgáltuk, elsőként a baráti, majd pedig a párkapcsolatok vonatkozásában. A baráti kapcsolatok közül is a legjobb baráttal fenntartott kapcsolat az, ami a nem rokon alapon szerveződő informális kapcsolataink prototípusának tekinthető (lásd: 3.1.). A legjobb barátaink nem feltétlen azok az emberek, amikkel aktuálisan a legjobb viszonyban vagyunk, hanem azok, akikkel hosszabb időre visszatekintve a leghatékonyabban tudtuk megbeszélni az életünk eseményeit, illetve érzelmi szinten a legtöbbet profitáltunk a velük fenntartott kapcsolatból. A kapcsolatok működésében fontos szerepet játszik a humor, de kérdés, hogy ez milyen mintázatot mutat a kapcsolatban részt vevő felek nemének függvényében.

Eredményeink azt mutatják, hogy a humorstílusokban mutatkozó hasonlóság is nemek szerinti elkülönülést mutat, a férfiak a két pozitív (kapcsolatépítő és énvédő) humortípusban, a nők pedig a két negatív (agresszív és éneleértékelő) humorstílusban mutatnak hasonlóságot a legjobb barátaikkal. A férfiak legjobb barátaikat önmagukhoz hasonló humorérzékűnek látják, ami kiküszöböli az esetleges rivalizálásból adódó feszültségeket. Nem kell aggódniuk a barátjuk esetlegesen az övékéénél jobb, nagyobb társas elismertséget kiváltó humora miatt, vagyis hasonló mértékben profitálnak a humorhasználatból adódó esetleges előnyökből. Emellett a pozitív humorhasonlóság a két fél kommunikációját is megkönnyíti, mivel értik egymás humorát, de ehhez nem társul a riválisok leértékelésére használt negatív humor hasonlósága.

Ez utóbbi viszont a női baráti kapcsolatokon belül mutat hasonlóságot, aminek az oka a nők férfiakétól eltérő szociális stratégiáiban keresendő. A férfiak szövetségrendszerai a nyílt érdekérvényesítésen alapulnak, míg a nők a szociális céljaik eléréséhez inkább az empátia és a burkolt agresszió eszközeit használják fel leginkább (Geary, 1998). Ezáltal a riválisaikat gyengítik és a saját presztízsüket erősítik a referenciacsoportjukon belül. Ennek az eszköztárnak fontos részét képezi a humor, mind indirekt agressziós eszköz. Alkalmazása révén a saját presztízsét anélkül képes növelni használója, hogy nyílt konfrontációt kellene felvállalni riválisaival, fenntartva az esetleges későbbi szövetségkötés esélyét. A nők legjobb



barátaikhoz hasonló hatékonysággal képesek használni ezt az eszközt, ami szintén megkönnyíti számukra a kapcsolat fenntartását. Emellett az önirányított agresszív humorban mutatkozó homogámia pedig a felek hasonló önértékelését mutatja, ami a jól működő női informális kapcsolatoknak szintén kulcstényezője.

A párkapcsolatban megjelenő humorstílus-hasonlóságot feltáró vizsgálataink eredményei nagyrészt megfeleltethetőek egy korábbi, hasonló jellegű, a személyiségdimenziókban mutatkozó párkapcsolati homogámiát feltárni szándékozó vizsgálatsorozat eredményeihez (Figueredo és mtsai, 2006). A humor témakörén belül elvégzett korábbi kutatások találtak ugyan hasonlóságot a felek humorpreferenciája és humorhasználata között, de ezekben a vizsgálatokban nem a humor mindennapi használatát mérték, illetve a negatív humorhasználat nem volt elkülönítve az általános humor szintjétől (Barelds & Barelds-Dijkstra, 2010; Murstein & Brust, 1986; Priest & Thein, 2003).

Eredményeink azt mutatják, hogy az egyes humorstílusokra vonatkozóan is jelen vannak a párválasztás témakörével foglalkozó széles körű evolúciós pszichológiai tárgyú vizsgálatok által többszörösen alátámasztott abszolút és relatív preferenciák. Az emberek olyan partnereket keresnek, akik hasonlatosak hozzájuk mind a négy humorstílusban (pozitív asszortatív párválasztás), de ugyanakkor szeretnék, ha ezek a partnereket az övéknél magasabb szintű pozitív humoralkalmazás, és a sajátjuknál alacsonyabb mértékű negatív humorhasználat jellemezné (komplementaritás, vagy negatív asszortatív párválasztás). A párkapcsolatban élő személyek esetében viszont ez az előzetes preferencia már nem vezet a humorstílusbeli hasonlósághoz, és a párkapcsolatokban gyakran megjelenő kognitív torzítások dacára (Boyes & Fletcher, 2007) sem látják önmagukhoz hasonlóknak partnerüket a jellemző humormintázata tekintetében. José Figueredo és munkatársai (2006) a személyiségdimenziókra vonatkozó hasonló eredményeik magyarázatában a párpreferenciák és az aktuális kapcsolatok közötti különbségtétel fontosságára hívják fel a figyelmet. Az egyes jellegekre vonatkozó idealizált preferenciák irányítják a párválasztásunkat, azonban a tényleges döntéshozatalban nagy számú tulajdonságot kell egyszerre figyelembe vennünk. A kapcsolatok sikerességét ezek az elvárások között érvényesülő trade-off mechanizmus hatékony működése képes garantálni. Feltehetően a humorban mutatkozó hasonlóság fontos ugyan a kapcsolatok működése szempontjából (mint ahogy azt a baráti kapcsolatok humorhasonlóság-elemzése során kimutattuk), de nem az egyedüli, és nem is a legfontosabb eleme a kapcsolatok sikeres működésének.

A humorhasználat egyes dimenziói ugyanakkor összefüggésben állnak a párkapcsolatban élő partnerek kapcsolattal való elégedettségének különböző dimenzióival. A szakirodalomban leírt tendenciáknak megfelelően (pl.: Martin és mtsai, 2003; részletesen lásd: 4.3., 4.3.1.) az esetek legnagyobb részében a pozitív humorhasználat emelkedésével együtt a kapcsolat működését pozitívan befolyásoló tendenciákról számoltak be a felek, míg a negatív humorhasználat növekedése ellentétes irányú hatást váltott ki. Azonban érdekes módon egy ezzel ellentétes eredmény is adódott, mely szerint a férfiak magasabb agresszív humorszintjével együtt a nők magasabb kapcsolattal való elégedettség értéke jár együtt. Az eredményekből nem derül ki, hogy az agresszív humorhasználat okozza-e ezt, vagy ez inkább egy általános, a férfi dominanciáját jelző tényező. Feltevésünk szerint inkább az utóbbi lehet a magyarázat, vagyis a dominánsabb férfiakat választó nők számára a dominancia jelzései (így az agresszív humor is) jelzik a férfi erőforrás-fenntartó képességének aktuálisan magas szintjét, ami ellensúlyozza az esetleges kapcsolati egyenlőtlenségből fakadó hátrányokat a számukra, és így stabilizálja a kapcsolatot.

Figueredo és munkatársai a párkapcsolatban élő személyek között a saját észlelt párértékükben találtak hasonlóságot, vagyis abban, hogy milyen értéket képviselőnek látják önmagukat a párválasztás piacán. A párérték tűnik tehát egy átfogó, a kapcsolatok működése szempontjából alapvető meghatározó faktornak tűnik. A hasonló párértékű felek számára az együtt maradás a leginkább kifizetődő, mivel minden egyéb esetben az egyik résztvevő fél úgy látná, hogy a befektetéseikért cserébe jobbat is kaphatna, ami a kapcsolati stabilitásra negatív irányú hatást gyakorolna. Ebből kiindulva vizsgálatsorozatunk zárásaként az észlelt párkapcsolati érték humorpreferenciákra gyakorolt hatását néztük meg, kiegészítve a társkapcsolati működést szintén nagymértékben befolyásolni látszó felnőttkori kötődési mintázat hatásainak feltárásával.

Úgy tűnik, hogy az egyéni humorpreferenciákat csak kis mértékben határozza meg a személy párértékére vonatkozó önértékelése és a kötődési dimenziókon elfoglalt helye. A nők esetében az egyetlen közvetlen hatás az ideálisnak tartott partner pozitív, kapcsolatépítő humorára vonatkozóan jelentkezett, amit a nő státusza pozitívan, míg az Elkerülés dimenzióan elfoglalt helye negatívan befolyásol. A férfiaknál is csak a pozitív humorstílus-elvárásokat befolyásolták a vizsgált dimenziók (pl.: minél megbízhatóbbnak látják magukat szociálisan, annál inkább fontos számukra a partner pozitív, kapcsolatépítő humora, amely az Elkerülés kötődési dimenzióan elfoglalt helyükkel ellentétes irányú kapcsolatban áll), a negatív

humordimenziókkal kapcsolatos elvárásokat nem határozták meg. Az egyénre jellemző humorstílusok viszont több ponton is összefüggésben állnak az önértékelés és a kötődés dimenzióival, amiből azt a következtetést vonhatjuk le, hogy a saját humorstílus kialakítását befolyásolják a társkapcsolati működést befolyásoló fontos háttértényezők, de ezeknek a hatása a humorpreferenciákra vonatkozóan csak közvetetten módon, a saját humorstílushoz alakított preferenciák kialakításában jelentkezik.

Összességében kijelenthetjük, hogy a humor fontos befolyást gyakorol kapcsolatainkra, az egyének a hozzájuk hasonló humorstílussal rendelkező partnerek társaságát részesítik előnyben. A hasonlóság mértékét és előfordulásának dimenzióját meghatározza az adott kapcsolat természete, illetve a preferenciát mutató személy neme is.

A témakör teljesebb feltárása érdekében indokoltnak látjuk a baráti kapcsolatokban mutatkozó humorhasonlóságot mérő vizsgálatok nagyobb mintára való kiterjesztését, valamint a párkapcsolatokon belül mutatkozó humor tanulmányozását kiegészíteni a felek észlelt párértékének az elemzési szempontok közé való bevonásával.

## Irodalom

- Abel, M. H. (2002). Humor, stress, and coping strategies. *Humor: International Journal of Humor Research*, 15, 365–381.
- Ackerman, J. M., Kenrick, D. T., & Schaller, M. (2007). Is friendship akin to kinship? *Evolution and Human Behavior*, 28, 365-374.
- Aggerholm, A. S., Thulstrup, A. M., Toft, F., Ramlau-Hansen, C. H., & Bonde, J. P. (2008). Is overweight a risk factor for reduced semen quality and altered serum sex hormone profile? *Fertility and Sterility*, 90, 619-626.
- Alexander, R. D. (1986). Ostracism and indirect reciprocity: The reproductive significance of humor. *Ethology & Sociobiology*, 7(3-4), 253-270.
- Alvergne, A., & Lummaa, V. (2010). Does the contraceptive pill alter mate choice in humans? *Trends in Ecology and Evolution*, 25 (3), 171-179.
- Archer, J. (1992). *Ethology and Human Development*. Harvester Wheatsheaf: Barnes and Noble Books.
- Azim, E., Mobbs, D., Booil, J., Menon, V., & Reiss, A. L. (2005). Sex differences in brain activation elicited by humor. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 102, 16496–16501.
- Bachorowski, J.-A., & Owren, M. J. (2001). Not all laughs are alike: Voiced but not unvoiced laughter readily elicits positive affect. *Psychological Science*, 12(3), 252–257.
- Bachorowski, J.-A., Smoski, M. J., & Owen, M. J. (2001). The acoustic features of human laughter. *Journal of the Acoustical Society of America*, 110(3), 1581–1597.
- Bagdy, E. & Pap, J. (2004). Gondolatok a nevetésről. *Psychiatria Hungarica*, 19(5), 390-418.
- Bailey, K. G. (1988). Psychological kinship: Implications for the helping professions. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 25, 132–141.
- Barelds, D. P. H. (2005). Self and partner personality in intimate relationships. *European Journal of Personality*, 19(6), 501-518.

- Barelds, D. P. H. & Dijkstra, P. (2007). Love at first sight or friends first? Ties among partner personality trait similarity, relationship onset, relationship quality and love. *Journal of Social and Personal Relationships*, 24, 479–496.
- Barelds, D. P. H. & Barelds-Dijkstra, P. (2010). Humor in intimate relationships: Ties among sense of humor, similarity in humor and relationship quality. *Humor: International Journal of Humor Research*, 23(4), 447–465.
- Barth, R. J., & Kinder, B. N. (1988). A theoretical analysis of sex differences in same-sex friendships. *Sex Roles*, 19, 349–363.
- Baumeister, R. F., & Sommer, K. L. (1997). What do men want? Gender differences and two spheres of belongingness: Comment on Cross and Madson (1997). *Psychological Bulletin*, 122, 38–44.
- Bekoff, M. (1984). Social play behavior. *Bioscience*, 34, 228-233.
- Bekoff, M. (2001). Social play behavior. *Journal of Consciousness Studies*, 2, 81-90.
- Bende, I. (2001). A játék mint helyettesítő cselekvés: a kauzalitás és funkció kérdése összehasonlító pszichológiai szempontból. In Cs. Pléh, V. Csányi & T. Bereczkei (Eds.), *Lélek és evolúció* (pp. 290-296). Budapest: Osiris Kiadó.
- Bereczkei, T. (2003). *Evolúciós pszichológia*. Budapest: Osiris Kiadó.
- Bereczkei, T. (2009). *Az erény természete. Önzetlenség, együttműködés, nagylelkűség*. Budapest: Osiris Kiadó.
- Bereczkei, T., Birkás, B., & Kerekes, Zs. (2007). Önzetlenség idegenek iránt. Egy evolúciós modell kísérleti ellenőrzése. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 62(4), 449-473.
- Bereczkei, T., & Csanaky, A. (1996). Mate choice, marital success, and reproduction in a modern society. *Ethology and Sociobiology*, 17, 23–45.
- Bereczkei, T., Gyuris, P., Köves, P. & Bernáth, L. (2002). Homogamy, genetic similarity, and imprinting; parental influence on mate choice preferences. *Personality and Individual Differences*, 33, 677–690.

- Bereczkei, T., Gyuris, P., & Weisfeld, G. E. (2004). Sexual imprinting in human mate choice. *Proceedings of the Royal Society B*, *271*, 1129-1134.
- Bereczkei, T., Vörös, A., Gál, A., Bernáth, L. (1997). Resources, attractiveness, family commitment; reproductive decisions in mate choice. *Ethology*, *103*, 681–699.
- Bergson, H. (1968 [1911]). *A nevetés*. Budapest: Gondolat Kiadó.
- Berlyne, D. E. (1960). *Conflict, arousal, and curiosity*. New York, NY: McGraw-Hill.
- Berlyne, D. E. (1969). Laughter, humor, and play. In G. Lindzey & E. Aronson (Eds.), *The handbook of social psychology* (2nd ed., Vol. 3, pp. 795-852). Reading, MA: Addison-Wesley.
- Berlyne, D. E. (1972). Humor and its kin. In J. H. Goldstein & P. E. McGhee (Eds.), *The psychology of humor: Theoretical perspectives and empirical issues* (pp. 43-60). New York: Academic Press.
- Berthier, M., Starkstein, S., & Leiguarda, R. (1988). Asymbolia for pain. *Annals of Neurology*, *29*, 61-69.
- Bleske-Rechek, A. L., & Buss, D. M. (2001). Opposite-sex friendship: Sex differences and similarities in initiation, selection, and dissolution. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *27*, 1310–1323.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Separation* (Vol. II). New York: Basic Books.
- Boulton, M. J., & Smith, P. K. (1992). The social nature of play fighting and play chasing: Mechanisms and strategies underlying cooperation and compromise. In J. Barkow, L. Cosmides, & J. Tooby (Eds.), *The Adapted Mind: Evolutionary psychology and the generation of culture* (pp. 429-444). New York: Oxford University Press.
- Bremmer, J. (1997). Jokes, jokers and jokebooks in Ancient Greek culture. In J. Bremmer & H. Roodenburg, (Eds.), *A Cultural History of Humor* (pp. 11-28). Malden, MA: Blackwell Publishers.
- Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998). Self-report measurement of adult attachment: An integrative overview. In J. A. Simpson, & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 46–76). New York: Guilford Press.

- Bressler, E. R., & Balshine, S. (2006). The influence of humor on desirability. *Evolution and Human Behavior*, 27, 29–39.
- Bressler, E. R., Martin, R. A., & Balshine, S. (2006). Production and appreciation of humor as sexually selected traits. *Evolution and Human Behavior*, 27, 121–130.
- Buss, D. M. (1985). Human mate selection. *American Scientist*, 73, 47–51.
- Buss, D. M. (1988). The evolution of human intrasexual competition: Tactics of mate attraction. *Journal of Personality & Social Psychology*, 54, 616–628.
- Buss, D. M. (1989). Sex differences in human mate preferences: Evolutionary hypotheses tested in 37 cultures. *Behavioral and Brain Sciences*, 12, 1–49.
- Buss, D. M. (1994). *The evolution of desire: Strategies of human mating*. New York: Basic Books.
- Buss, D. M. (2005). Introduction: The emergence of evolutionary psychology. In D. M. Buss (Ed.), *Handbook of Evolutionary Psychology* (Preface). Oxford: Oxford University Press.
- Buss, D. M., & Greiling, H. (1999). Adaptive individual differences. *Journal of Personality*, 67(2), 209-243.
- Buss, D. M., Kenrick, D. T. (1998). Evolutionary social psychology. In D.T. Gilbert, S. T. Fiske, & G. Lindzey (Eds.) *Handbook of Social Psychology* (4. ed., pp. 982-1026). New York: Oxford.
- Butzer, B., & Kuiper, N. A. (2008). Humor use in romantic relationships: The effect of relationship satisfaction and pleasant versus conflict situations. *The Journal of Psychology*, 142(3), 245-260.
- Cann, A., & Calhoun, L. G. (2001). Perceived personality associations with differences in sense of humor: Stereotypes of hypothetical others with high or low senses of humor. *Humor: International Journal of Humor Research*, 14(2), 117–130.
- Cann, A., Norman, A. M., Welbourne, J. L., & Calhoun, L. G. (2008). Attachment styles, conflict styles and humor styles: Interrelationships and associations with relationship satisfaction. *European Journal of Personality*, 22, 131-146.

- Caron, J. E. (2002). From ethology to aesthetics: Evolution as a theoretical paradigm for research on laughter, humor, and other comic phenomena. *Humor: International Journal of Humor Research*, 15, 245–281.
- Carroll, J. (1995). *Evolution and literary theory*. Columbia, MO: University of Missouri Press.
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (2002). *Személyiségpszichológia*. Budapest: Osiris Kiadó.
- Cashion, J. L., Cody, M. J., & Erickson, K. V. (1986). “You’ll love this one . . .”: An exploration into joke-prefacing devices. *Journal of Language & Social Psychology*, 5(4), 303–312.
- Chafe, W. (1987). Humor as a disabling mechanism. *American Behavioral Scientist*, 30, 16-25.
- Chafe, W. (2007). *The importance of not being earnest: The feeling behind laughter and humor*. Amsterdam: John Benjamins.
- Chen, G., & Martin, R. A. (2007). A comparison of humor styles, coping humor, and mental health among Chinese and Canadian university students. *Humor: International Journal of Humor Research*, 20(3), 215-234.
- Cherkas, L., Hochberg, F., MacGregor, A. J., Snieder, H., & Spector, T. D. (2000). Happy families: A twin study of humour. *Twin Research*, 3, 17–22.
- Chewings, C. (1936). *Back in the Stone Age: The Natives of Central Australia*. Sydney, Australia: Angus and Robertson. As seen in the eHRAF Collection of Ethnography: Web (16/09/2010), <http://www.yale.edu/hraf/index.html>.
- Cole, M., & Cole, S. R. (2003). *Fejlődésléktan*. Budapest: Osiris Kiadó.
- Collins, N. L., & Read, S. J. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 4, 644-663.
- Cook, K. S., & Rice, E. (2003). Social exchange theory. In J. Delamater (Ed.), *Handbook of social psychology* (pp. 53–76). New York: Plenum.
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1992). *Revised NEO personality inventory (NEO-PI-R) and NEO five-factor inventory (NEO-FFI) professional manual*. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.



- Crawford, M., & Gressley, D. (1991). Creativity, caring, and context: Women's and men's accounts of humor preferences and practices. *Psychology of Women Quarterly*, 15(2), 217–231.
- Csányi, V. (1998). *Az emberi természet. Humánológia*. Budapest: Vince Kiadó.
- Daly, D., & Mulder, D. W. (1957) Getastic epilepsy. *Neurology*, 7, 189-192.
- Darwin, C. (2004 [1859]). *A fajok eredete*. Budapest: Typotex Kiadó.
- Darwin, C. (1961 [1871]). *Az ember származása és a nemi kiválasztás*. Budapest: Gondolat Könyvkiadó.
- Darwin, C. (1963 [1872]). *Az érzelmek kifejezéséről embernél és állatoknál*. Budapest: Gondolat Könyvkiadó.
- Dawkins, R. (2006). *Az Ós meséje*. Budapest: Partvonal Kiadó.
- DeBruine, L. M. (2002). Facial resemblance enhances trust. *Proceedings of the Royal Society of London B*, 269, 1307–1312.
- DeBruine, L. M. (2004). Facial resemblance increases the attractiveness of same-sex faces more than other-sex faces. *Proceedings of the Royal Society*, 271, 2085-2090.
- DeBruine, L. M. (2005). Trustworthy but not lust-worthy: Context-specific effects of facial resemblance. *Proceedings of the Royal Society of London B*, 272, 919–922.
- Deckers, L., & Carr, D. E. (1986). Cartoons varying in low-level pain ratings, not aggression ratings, correlate positively with funniness ratings. *Motivation & Emotion*, 10(3), 207-216.
- Dijkstra, P., & Barelds, D. P. H. (2008). Do people know what they want: A similar or complementary partner? *Evolutionary Psychology*, 6(4), 595-602.
- Donnellan, M. B., Oswald, F., Baird, B., & Lucas, R. (2006). The Mini-IPIP: Tiny yet effective measures of the Big Five factors of personality. *Psychological Assessment*, 18(2), 192–203.
- Driver, J. L. & Gottman, J. M. (2004). Daily marital interactions and positive affect during marital conflict among newlywed couples. *Family Process*, 43, 301–314.

- Durham, W. H. (1991). *Coevolution. Genes, Culture, and Cultural Diversity*. Stanford: Stanford University Press.
- Eibl-Eibesfeldt, I. (1970). *The expressive behaviour of the deaf and blind born*. London: Academic Press.
- Eibl-Eibesfeldt, I. (1989). *Human Ethology*. New York: Aldine De Gruyter.
- Epstein, S., & Smith, R. (1956). Repression and insight as related to reaction to cartoons. *Journal of Consulting Psychology*, 20, 391-395.
- Eysenck, H. J. (1942). The appreciation of humor: an experimental and theoretical study. *British Journal of Psychology*, 32, 295-309.
- Eysenck, H. J., & Eysenck, S. B. G. (1975). *Manual of the Eysenck Personality Questionnaire*. London: Hodder and Stoughton.
- Eysenck, H. J., & Wakefield, J. A. (1981). Psychological factors as predictors of marital satisfaction. *Advances in Behaviour Research and Therapy*, 3, 151–192.
- F. Lassú, Zs. (2003). *Barátok és barátnők – együtt és egymás ellen. Nemi különbségek vizsgálata a baráti kapcsolatokban*. Doktori disszertáció, ELTE, Budapest.
- Fagen, R. M. (1981). *Animal Play Behavior*. New York – Oxford: Oxford University Press.
- Farrant, A., Morris, R. G., Russell, T., Elwes, R., Akanuma, N., Alarcón, G., & Koutroumanidis, M. (2005). Social cognition in frontal lobe epilepsy. *Epilepsy & Behavior*, 7(3), 506-516.
- Feist, G. J. (2001). Natural and sexual selection in the evolution of creativity. *Bulletin of Psychology and the Arts*, 2, 11–16.
- Figueredo, A. J., Sefcek, J. A., & Jones, D. N. (2006). The ideal romantic partner personality. *Personality and Individual Differences*, 41, 431-444.
- Fletcher, G. J. O., & Overall, N. O. (2008). Az én az intimkapcsolatokban. In J. P. Forgas, M. G. Haselton, & W. von Hippel (Eds.) *Az evolúció és a társas megismerés* (pp. 235-252). Budapest: Kairosz Kiadó.
- Fletcher, G. J. O., Simpson, J. A., Thomas, G., & Giles, L. (1999). Ideals in intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76, 72–89.

- Fraley, B., & Aron, A. (2004). The effect of a shared humorous experience on closeness in initial encounters. *Personal Relationships, 11*(1), 61–78.
- Freedman, D. G., & DeBoer, M. M. (1979). Biological and cultural differences in early child development. *Annual Review of Anthropology, 8*, 579-600.
- Freud, A. (1994). *Az én és az elhárító mechanizmusok*. Budapest: Párbeszéd Könyvek.
- Freud, S. (1982 [1905]). A vicc és viszonya a tudattalanhoz. In: *Esszék* Budapest: Gondolat Kiadó, 23-251.
- Freud, S. (1928). Humour. *International Journal of Psychoanalysis, 9*, 1-6.
- Frisch, R. E. (1990). Body fat, menarche, fitness, and fertility. In R. E. Frisch (Ed.) *Adipose Tissue and Reproduction. Progress in Reproductive Biology and Medicine*. (pp. 1-26). Basel: Karger.
- Furnham, A., Tan, T., & McManus, C. (1997). Waist-to-hip ratio and facial attractiveness: A pilot study. *Personality and Individual Differences, 30*, 491-502.
- Führ, M. (2001). Some aspects of form and function of humor in adolescence. *Humor: International Journal of Humor Research, 14*(1), 25–36.
- Galloway, G. (2010). Individual differences in personal humor styles: Identification of prominent patterns and their associates. *Personality and Individual Differences, 48*, 563-567.
- Gamble, J. (2001). Humor in apes. *Humor: International Journal of Humor Research, 14*(2), 163-179.
- Gangestad, S. W., & Simpson, J. A. (2000). The evolution of human mating: trade-off and strategic pluralism. *Behavioral & Brain Sciences, 23*, 573–644.
- Gavanski, I. (1986) Differential sensitivity of humor ratings and mirth responses to cognitive and affective components of the humor response. *Journal of Personality & Social Psychology, 51*(1), 209-214.
- Geary, D. C. (1998). *Male, Female. The Evolution of Human Sex Differences*. Washington: American Psychological Association.

- Gervais, M., & Wilson, D. M. (2005). The evolution and functions of laughter and humor: A synthetic approach. *Quarterly Review of Biology*, 80(4), 395-430.
- Godkewitsch, M. (1976). Physiological and verbal indices of arousal in rated humour. In A. J. Chapman & H. C. Foot (Eds.), *Humor and laughter: Theory, research, and applications* (pp. 117-138). London: John Wiley & Sons.
- Goldstein, J. H., Suls, J. M., & Anthony, S. (1972). Enjoyment of of specific types of humor content: Motivation or salience? In J. H. Goldstein & P. E. McGhee (Eds.), *The psychology of humor: Theoretical perspectives and empirical issues* (pp. 159-171). New York: Academic Press.
- Gollob, H. F., & Levine, J. (1967). Distraction as a factor in the enjoyment of aggressive humor. *Journal of Personality & Social Psychology*, 5(3), 368-372.
- Goodwin, R., & Tang, D. (1991). Preferences for friends and close relationships partners: A cross-cultural comparison. *Journal of Social Psychology*, 131(4), 579–581.
- Grastyán, E. (1983). *A játék neurobiológiája*. Budapest: Akadémiai Kiadó.
- Gregory, J. C. (1924). *The nature of laughter*. Oxford, England: Harcourt, Brace.
- Grammer, K. (1992). Intervention in conflicts among children: Contexts and consequences. In A. H. Harcourt, & F. B. M. de Waal (Eds.) *Coalitions and alliances in humans and other animals* (pp. 259-283). Oxford: Oxford University Press.
- Gruner, C. R. (1978). *Understanding laughter: The working of wit and humor*. Chicago: Nelson Hall.
- Gruner, C. R. (1997). *The game of humor: A comprehensive theory of why we laugh*. New Brunswick, NJ: Transaction Publishers.
- Gyuris, P., Bereczkei, T., & Járαι, R. (2010). Személyiségvonások a párválasztásban: Homogámia és/vagy szexuális imprinting. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 65(1), 117-132.
- Hampes, W. P. (2006). Humor and shyness: The relation between humor styles and shyness. *Humor: International Journal of Humor Research*, 19(2), 179–187.

- Hampes, W. P. (2010). The relation between humor styles and empathy. *Europe's Journal of Psychology*, 3, 34-45.
- Hansen, S. L. (1977). Dating choices of high school students. *Family Coordinator*, 26, 133–138.
- Hay, J. (2000). Functions of humor in the conversations of men and women. *Journal of Pragmatics*, 32(6), 709–742.
- Hemmasi, M., Graf, L. A., & Russ, G. S. (1994). Gender-related jokes in the workplace: Sexual humor or sexual harassment? *Journal of Applied Social Psychology*, 24(12), 1114–1128.
- Hendrick, S. S., & Hendrick, C. (1993). Lovers as friends. *Journal of Social and Personal Relationships*, 10, 459-466.
- Horváth, Gy. (1997). *A modern tesztmodellek alkalmazása*. Budapest: Akadémiai Kiadó.
- Howe, N. E. (2002). The origin of humor. *Medical Hypotheses*, 59(3), 252-254.
- Johnson, A. M., Vernon, P. A., & Feiler, A. R. (2008). Behavioral genetic studies of personality: An introduction and review of the results of 50+ years of research. In G. Boyle, G. Matthews, & D. Saklofske (Eds.), *Handbook of personality and testing*. Sage Publishers.
- Johnson, K. E., & Mervis, C. B. (1997). First steps in the emergence of verbal humor: A case study. *Infant Behavior & Development*, 20(2), 187–196.
- Jokela, M. (2009). Physical attractiveness and reproductive success in humans: Evidence from the late 20th century United States. *Evolution and Human Behavior*, 30(5): 342-350.
- Joseph, R.(1992). *The Right Brain in the Unconscious*. New York: Plenum.
- Juhász, M. J. (2010). „Ezt most nem értem” – avagy a humorérzék és az elmeteória kapcsolata. OTDK dolgozat. Pécsi Tudományegyetem, Pécs.
- Jung, W. E. (2003). The inner eye theory of laughter: Mindreader signals cooperatior value. *Evolutionary Psychology*, 1, 214-253.
- Kaufman, S. D., Kozbelt, A., Bromley, M. L., & Miller, G. F. (2008). The role of creativity and humor in human mate selection. In G. Geher & G. F. Miller (Eds.), *Mating intelligence: Sex, relationships, and the mind's reproductive system*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.

- Kazarian, S. S., & Martin, R. A. (2004). Humor styles, personality, and well-being among Lebanese university students. *European Journal of Personality, 18*(3), 209–219.
- Kazarian, S. S., & Martin, R. A. (2006). Humor styles, culture-related personality, well-being, and family adjustment among Armenians in Lebanon. *Humor: International Journal of Humor Research, 19*(4), 405–423.
- Keller, M. C., Thiessen, D., & Young, R. K. (1996). Mate assortment in dating and married couples. *Personality and Individual Differences, 21*, 217–221.
- Kenrick, D. T., Sadalla, E. K., Groth, G., & Trost, M. (1990). Evolution, traits, and the stages of human courtship: Qualifying the parental investment model. *Journal of Personality, 58*, 97–116.
- Klein, D., & Kuiper, N. (2006). Humor styles, peer relationships, and bullying in middle childhood. *Humor: International Journal of Humor Research 19*(4), 383–404.
- Klohnen, E. C. & Luo, S. (2003). Interpersonal attraction and personality: What is attractive: self similarity, ideal similarity, complementarity or attachment security? *Journal of Personality and Social Psychology, 85*, 709–722.
- Koestler, A.. (1998 [1964]). *A teremtés*. Budapest: Európa Könyvkiadó.
- Korchmaros, J. D., & Kenny, D. A. (2001). Emotional closeness as a mediator of the effect of genetic relatedness on altruism. *Psychological Science, 12*, 262–265.
- Kotthoff, H. (2000). Gender and joking: On the complexities of women's image politics in humorous narratives. *Journal of Pragmatics, 32*, 55–80.
- Köhler, G. & Ruch, W. (1996). Sources of variance in current sense of humor inventories: How much substance, how much method variance?. *Humor: International Journal of Humor Research 9*(3/4), 363–397.
- Kruger, D. J. (2003). Evolution and altruism: Combining psychological mediators with naturally selected tendencies. *Evolution and Human Behavior, 24*, 118–125.
- Kuiper, N. A., Grimshaw, M., Leite, C., & Kirsh, G. A. (2004). Humor is not always the best medicine: Specific components of sense of humor and psychological well-being. *Humor: International Journal of Humor Research, 17*(1–2), 135–168.

- Kuiper, N. A. & Martin, R. A. (1993). Humor and self-concept. *Humor: International Journal of Humor Research*, 6, 251–270.
- Kuiper, N. A. & McHale, N. (2009). Humor styles as mediators between self-evaluative standards and psychological well-being. *The Journal of Psychology*, 143(3), 359-376.
- La Gaipa, J. J. (1977). The effects of humour on the flow of social conversation. In A. J. Chapman & H. C. Foot (Eds.), *It's a funny thing, humour* (pp. 421–427). Oxford: Pergamon Press.
- Lake, J. K., Power, C., & Cole, T. J. (1997). Women's reproductive health: The role of body mass index in early and adult life. *International Journal of Obesity*, 21, 432-438.
- Langevin, R., & Day, H. I. (1972). Physiological correlates of humor. In J. H. Goldstein & P. E. McGhee (Eds.), *The psychology of humor: Theoretical perspectives and empirical issues* (pp. 129-142). New York: Academic Press.
- Lauer, R. H., Lauer, J. C. & Kerr, S. T. (1990). The long-term marriage: perceptions of stability and satisfaction. *International Journal of Aging and Human Development*, 31, 189–195.
- Lee, K., Ashton, M. C., Pozzebon, J. A., Visser, B. A., Bourdage, J. S., & Ogunfowora, B. (2009). Similarity and assumed similarity in personality reports of well-acquainted persons. *Journal of Personality and Social Psychology*, 96, 460–472.
- Lefcourt, H. M. (2001). *Humor: The psychology of living buoyantly*. New York: Kluwer Academic.
- Lefcourt, H. M., & Martin, R. A. (1986). *Humor and life stress: Antidote to adversity*. New York: Springer-Verlag.
- Levi, L. (1965). The urinary output of adrenalin and noradrenalin during pleasant and unpleasant emotional states: A preliminary report. *Psychosomatic Medicine*, 27, 80-85.
- Levine, J., & Abelson, R. P. (1959). Humor as a disturbing stimulus. *Journal of General Psychology*, 60, 191-200.
- Levine, J., & Redlich, F. C. (1955). Failure to understand humor. *Psychoanalytic Quarterly*, 24, 560-572.

- Little, A. C., Burt, D. M., Perrett, D. I. (2006). Assortative mating for perceived facial personality traits. *Personality and Individual Differences, 40*, 973-984.
- Little, A. C., Penton-Voak, I. S., Burt, D. M. & Perrett, D. I. (2002). Investigating an imprinting-like phenomenon in humans. Partners and opposite-sex parents have similar hair and eye colour. *Evolution and Human Behavior, 24*, 43-51.
- Loehlin, J. C., & Nichols, R. C. (1976). *Heredity, environment, and personality*. Austin, TX: University of Texas Press.
- Lorenz, K. (2004). *Az agresszió*. Budapest: Cartaphilus Kiadó.
- Lundy, D. E., Tan, J., & Cunningham, M. R. (1998). Heterosexual romantic preferences: The importance of humor and physical attractiveness for different types of relationships. *Personal Relationships, 5*, 311-325.
- Luo, S., & Klohnen, E. C. (2005). Assortative mating and marital quality in newlyweds: a couple-centered approach. *Journal of Personality and Social Psychology, 88*(2), 304-326.
- MacNeilage, P. F. (1997). *Acquisition of speech*. London: Blackwell.
- Maner, J. K., Luce, C. L., Neuberg, S. L., Cialdini, R. B., Brown, S., & Sagarin, B. J. (2002). The effects of perspective taking on motivations for helping: Still no evidence for altruism. *Personality and Social Psychology Bulletin, 28*, 1601-1610.
- Manke, B. (1998). Genetic and environmental contributions to children's interpersonal humor. In W. Ruch (Ed.), *The sense of humor: Explorations of a personality characteristic* (pp. 361-384). Berlin, Germany: Walter de Gruyter.
- Martin, G. N., & Gray, C. D. (1996). The effects of audience laughter on men's and women's responses to humor. *Journal of Social Psychology, 136*(2), 221-231.
- Martin, R. A. (2007). *The Psychology of Humor: An Integrative Approach*. Burlington, MA: Elsevier Academic Press.
- Martin, R. A., & Kuiper, N. A. (1999). Daily occurrence of laughter: Relationships with age, gender, and Type A personality. *Humor: International Journal of Humor Research, 12*(4), 355-384.



- Martin, R. A., Puhlik-Doris, P., Larsen, G., Gray, J., & Weir, K. (2003). Individual differences in uses of humor and their relation to psychological well-being: Development of the Humor Styles Questionnaire. *Journal of Research in Personality*, 37(1), 48–75.
- Mascie-Taylor, C. G. N. (1988). Assortative mating for psychometric characters. In C. G. Mascie-Taylor, & A. J. Boyce (Eds.), *Human mating patterns* (pp. 61–82). Cambridge: Cambridge University Press.
- Mascie-Taylor, C. G. N. (1995). Human assortative mating: evidence and genetic implications. In A. J. Boyce, & V. Reynolds (Eds.), *Human populations. Diversity and adaptations* (pp. 86–105). Oxford: Oxford University Press.
- Matolcsi, Á. (1991). Az Eysenck-féle Személyiség Kérdőív (EPQ) felnőtt változatának hazai adaptációja. In F. Mérei, & F. Szakács (Eds.) *Pszichodiagnosztikai vademecum* (pp. 270–279). Budapest: Tankönyvkiadó.
- McCauley, C., Woods, K., Coolidge, C., & Kulick, W. (1983). More aggressive cartoons are funnier. *Journal of Personality & Social Psychology*, 44(4), 817-823.
- McFarland, R. (1997). Female primates: Fat or fit? In M. E. Morbeck, A. Galloway, A. L. Zihlman (Eds.) *The Evolving Female. A Life-History Perspective*. (pp. 163-175). Princeton University Press.
- McGhee, P. E. (1979). *Humor: Its origin and development*. San Francisco, CA: W. H. Freeman.
- Miller, G. F. (1998). How mate choice shaped human nature: A review of sexual selection and human evolution. In C.B. Crawford & Krebs, D.L. (Eds.), *Handbook of evolutionary psychology: Ideas, issues, and applications* (pp. 87–129). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Miller, G. F. (2006 [2000]). *A párválasztó agy*. Budapest: Typotex Kiadó.
- Mobbs, D., Hagan, C. C., Azim, E., Menon, V., & Reiss, A. L. (2005). Personality predicts activity in reward and emotional regions associated with humor. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 102(45), 16502–16506.
- Montagu, A. (1995). Animadversions on the development of a theory of touch. In T. M. Fiels (Ed.) *Touch in early development* (pp. 1-10). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.

- Murstein, B. I. & Brust, R. G. (1985). Humor and interpersonal attraction. *Journal of Personality Assessment*, 49, 637–640.
- Nettle, D. (2005). An evolutionary approach to the extraversion continuum. *Evolution and Human Behavior*, 26, 363–373.
- Nettle, D. (2006). The evolution of personality variation in humans and other animals. *American Psychologist*, 61, 622–631.
- Nevo, O., & Nevo, B. (1983). What do you do when asked to answer humorously? *Journal of Personality and Social Psychology*, 44(1), 188-194.
- Nezlek, J. B., & Derks, P. (2001). Use of humor as a coping mechanism, psychological adjustment, and social interaction. *Humor: International Journal of Humor Research*, 14(4), 395–413.
- Nilsen, A. P., & Nilsen, D. L. F. (2000). *Encyclopedia of 20th-century American humor*. Phoenix, AZ: Oryx Press.
- Norrick, N. R. (2003). Issues in conversational joking. *Journal of Pragmatics*, 35(9), 1333–1359.
- Nótári, T. (2010). A humor mint szónoki eszköz Cicero védőbeszédeiben. In A. T. Litovkina, P. Barta & J. Hidasi (Eds.), *A humor dimenziói. A II. Magyar Interdiszciplináris Humorkonferencia előadásai* (pp. 63-73). Budapest: Tinta Könyvkiadó.
- Novgorodoff, B. D. (1974). Boy meets girl: Machiavelianism and romantic attraction. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 1(1), 307–309.
- Orlick, T. D. (1981). Positive socialization via cooperative games. *Developmental Psychology*, 17, 426-429.
- Owren, M. J., & Bachorowski, J.-A. (2003). Reconsidering the evolution of nonlinguistic communication: The case of laughter. *Journal of Nonverbal Behavior*, 27(3), 183–200.
- Panksepp, J., & Burgdorf, J. (2003). „Laughing” rats and the evolutionary antecedents of human joy? *Physiology and Behavior*, 79(3), 533-547.
- Panksepp, J. (2007). Neuroevolutionary sources of laughter and social joy: Modeling primal human laughter in laboratory rats. *Behavioural Brain Research*, 182, 231–244.

- Park, J. H., & Schaller, M. (2005). Does attitude similarity serve as a heuristic cue for kinship? Evidence of an implicit cognitive association. *Evolution and Human Behavior*, *26*, 158–170.
- Pauli, E. M., Legro, R. S., Demers, L. M., Kunselman, A. R., Dodson, W. C., & Lee, P. A. (2008). Diminished paternity and gonadal function with increasing obesity in men. *Fertility and Sterility*, *90*, 346-351.
- Penton-Voak, I. S., Perrett, D. I., & Peirce, J. W. (1999). Computer graphic studies of the role of facial similarity in judgements of attractiveness. *Current Psychology*, *18*, 104–118.
- Perrett, D. I., Penton-Voak, I. S., Little, A.C., Tiddeman, B. P., Burt, D. M., Schmidt, N., Oxley, R., Kinloch, N., & Barrett, L. (2002). Facial attractiveness judgements reflect learning parental age characteristics. *Proceedings of the Royal Society B*, *269*, 873-880.
- Petrides, K. V., Pita, R., & Kokkinaki, F. (2007). The location of trait emotional intelligence in personality factor space. *British Journal of Psychology*, *98*, 273–289.
- Pfennig, D. W., & Sherman, P. W. (1995). Kin recognition. *Scientific American*, *272*, 68–73.
- Pinker, S. (2002). *Hogyan működik az elme*. Budapest: Osiris Kiadó.
- Plomin, R., DeFries, J. C., McClearn, G. E., McGuffin, P. (2005). *Behavioral Genetics*. New York: Worth Publishers.
- Plomin, R., & McClearn, G.E. (1997). *Nature, Nurture, and Psychology*. Washington DC: American Psychological Association.
- Porter, R. H. (1987). Kin recognition: functions and mediating mechanisms. In Ch. Crawford, M. Smith, & D. Krebs (Eds.), *Sociobiology and psychology: ideas, issues, and applications* (pp. 175–204). London: Lawrence Erlbaum.
- Porterfield, A. L., Mayer, F. S., Dougherty, K. G., Kredich, K. E., Kronberg, M. M., Marsee, K. M., et al. (1988). Private self-consciousness, canned laughter, and responses to humorous stimuli. *Journal of Research in Personality*, *22*(4), 409–423.
- Priest, R. F., & Thein, M. T. (2003). Humor appreciation in marriage: Spousal similarity, assortative mating, and disaffection. *Humor: International Journal of Humor Research*, *16*, 63–78.

- Provine, R. R. (1992). Contagious laughter: Laughter is a sufficient stimulus for laughs and smiles. *Bulletin of the Psychonomic Society*, 30(1), 1–4.
- Provine, R. R. (1996). Laughter. *American Scientist*, 84, 38–45.
- Provine, R. R. (2000). *Laughter: A Scientific Investigation*. New York: Penguin.
- Rapp, A. (1951). *The origins of wit and humor*. Oxford, England: Dutton.
- Ritchie, G. (2004). *The linguistics analysis of jokes*. London: Routledge.
- Rhodes, G., & Simmons, L. W. (2007). Symmetry, attractiveness and sexual selection. In R. I. M. Dunbar, L. Barrett (Eds.) *The Oxford Handbook of Evolutionary Psychology* (pp. 333-364). Oxford: Oxford University Press.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Rotenberg, K. J., & Mann, L. (1986). The development of the norm of the reciprocity of self-disclosure and its function in children's attraction. *Child Development*, 57, 1349-1357.
- Rothbart, M. K. (1976). Incongruity, problem-solving and laughter. In A. J. Chapman & H. C. Foot (Eds.), *Humor and laughter: Theory, research, and applications* (pp. 37-54). London: John Wiley & Sons.
- Rucas, S. L., Gurven, M., Kaplan, H., Winking, J., Gangestad, S., & Crespo, M. (2006). Female intrasexual competition and reputational effects on attractiveness among the Tsimane of Bolivia. *Evolution and Human Behavior*, 27, 40–52.
- Ruch, W. (1992). Assessment of appreciation of humor: Studies with the 3 WD Humor Test. In C. D. Spielberger & J. N. Butcher (Eds.). *Advances in personality assessment* (Vol. 9, pp. 27–75). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Ruch, W., & Deckers, L. (1993). Do extraverts „like to laugh“? An analysis of the Situational Humor Response Questionnaire (SHRQ). *European Journal of Personality*, 7(4), 211-220.
- Ruch, W., & Hehl, F.-J. (1988). Attitudes to sex, sexual behavior and enjoyment of humor. *Personality & Individual Differences*, 9(6), 983-994.

- Ruch, W., & Hehl, F.-J. (1998). A two-mode model of humor appreciation: Its relation to aesthetic appreciation and simplicity-complexity of personality. In W. Ruch (Ed.), *The sense of humor: Explorations of a personality characteristic* (pp. 109-142). Berlin, Germany: Walter De Gruyter.
- Rushton, J. P. (1989). Genetic similarity, mate choice, and group selection. *Behavioral and Brain Sciences*, 12, 503–518.
- Rust, J., & Goldstein, J. (1989). Humor in marital adjustment. *Humor: International Journal of Humor Research*, 2, 217–223.
- Sajtos, L., & Mitev, A. (2007). *SPSS Kutatási és adatlelemzési kézikönyv*. Budapest: Alinea Kiadó.
- Saroglou, V., & Lacour, C. (2010). Bad humor, bad marriage: Humor styles in divorced and married couples. *Europe's Journal of Psychology*, 3, 94-121.
- Saroglou, V., & Scariot, C. (2002). Humor Styles Questionnaire: Personality and educational correlates in Belgian high school and college students. *European Journal of Personality*, 16(1), 43–54.
- Séra, L. (1983). *A nevetés és a humor pszichológiája*. Budapest: Akadémiai Kiadó.
- Schacter, S., & Wheeler, L. (1962) Epinephrine, chlorpromazine, and amusement. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 65(2), 121-128.
- Shaver, P. R., & Mikulincer, M. (2004). What do self-report attachment measures assess? In W. S. Rholes, & J. A. Simpson (Eds.), *Adult attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 17–54). New York: Guilford Publications.
- Sheldon, W. (1942). *The varieties of temperament. A psychology of constitutional differences*. New York: Harper.
- Shiota, M. N., Campos, B., Keltner, D., & Hertenstein, M. J. (2004). Positive emotion and the regulation of interpersonal relationships. In P. Philippot & R. S. Feldman (Eds.), *The regulation of emotion* (pp. 127–155). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Shultz, T. R. (1972). The role of incongruity and resolution in children's appreciation of cartoon humor. *Journal of Experimental Child Psychology*, 13(3), 456-477.

- Shultz, T. R., & Horibe, F. (1974). Development of the appreciation of verbal jokes. *Developmental Psychobiology*, *10*, 13-20.
- Silk, J. B., Alberts, S. C., & Altmann, J. (2003). Social Bonds of Female Baboons Enhance Infant Survival. *Science*, *302*, 1231–1234.
- Simpson, J. A., Collins, W. A., Tran, S., & Haydon, K. C. (2007). Attachment and the experience and expression of emotions in romantic relationships: A developmental perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, *92*, 355–367.
- Singh, D. (1995). Female judgement of male attractiveness and desirability for relationship: Role of waist-to-hip ratio and financial status. *Journal of Personality and Social Psychology*, *69*, 1089-1101.
- Smith, P. K. (1982). Does play matter? Functional and evolutionary aspects of animal and human play. *The Behavioral and Brain Sciences*, *5*, 139-184.
- Smoski, M. J., & Bachorowski, J.-A. (2003). Antiphonal laughter between friends and strangers. *Cognition & Emotion*, *17*(2), 327–340.
- Sprecher, S., & Regan, P. C. (2002). Liking some things (in some people) more than others: Partner preferences in romantic relationships and friendships. *Journal of Social & Personal Relationships*, *19*(4), 463–481.
- Sroufe, L. A., & Waters, E. (1976). The ontogenesis of smiling and laughter: A perspective on the organization of development in infancy. *Psychological Review*, *83*, 173–189.
- Storey, R. (2002). Humor and sexual selection. *Human Nature*, *14*, 319–336.
- Strick, M., Holland, R. W., Baaren, R. B., Knippenberg, A. (2009). Finding Comfort in a Joke: Consolatory Effects of Humor Through Cognitive Distraction. *Emotion*, *9*(4), 574-578.
- Suls, J. M. (1977) Cognitive and disparagement theories of humor: A theoretical and empirical synthesis. In A. J. Chapman & H. C. Foot (Eds.), *It's a funny thing, humour* (pp. 41-45), Oxford: Pergamon Press.
- Suls, J. M. (1983) Cognitive processes in humor appreciation. In P. E. McGhee & J. H. Goldstein (Eds.), *Handbook of humor research, Vol. 1: Basic issues* (pp. 39-57). New York: Springer-Verlag.

- Tannen, D. (1990). *You just don't understand*. New York: Ballantine.
- Thiessen, D., & Gregg, B. (1980). Human assortative mating and genetic equilibrium: an evolutionary perspective. *Ethology and Sociobiology*, *1*, 111–140.
- Thorson, J. A. & Powell, F. C. (1993). Development and validation of a multidimensional sense of humor scale. *Journal of Clinical Psychology*, *49*, 13–23.
- Thorson, J. A., Powell, F. C., Sarmany-Schuller, I., & Hampes, W. P. (1997). Psychological health and sense of humor. *Journal of Clinical Psychology*, *53*(6), 605–619.
- Todd, P. M. (2008). Koevolúciósan kifejlődött kognitív mechanizmusok a párkeresésében. In J. P. Forgas, M. G. Haselton, & W. von Hippel (Eds.), *Az evolúció és a társas megismerés* (pp. 175-193). Budapest: Kairosz Kiadó.
- Tooby, J., & Cosmides, L. (1996). Friendship and the Banker's Paradox: Other pathways to the evolution of adaptations for altruism. In J. Maynard Smith (Ed.), *Proceedings of the British Academy: Evolution of social behavior patterns in primates and man* (pp. 119-143). London: British Academy.
- Tovée, M. J., Maisey, D. S. Emery, J. L., & Cornelissen, P. L. (1999). Visual cues to female physical attractiveness. *The Royal Society Proceedings*, *266*, 211-218.
- Trivers, R. L. (1972). Parental investment and sexual selection. In B. H. Campbell (Ed.), *Sexual Selection and the Descent of Man, 1871–1971*(pp.136–79). Chicago: Aldine.
- Uekermann, J., Channon, S., & Daum, I. (2006). Humor processing, mentalising and executive function in normal aging. *Journal of the International Neuropsychological Society*, *12*(2),184–191.
- Uekermann, J., Channon, S., Winkel, K., Schlebusch, P., Trenckmann, U., & Daum, I. (2006). Theory of Mind, humor processing and executive functioning in alcoholism. *Addiction*, *102*(2), 232-240.
- Uekermann, J., Daum, I., Channon, S. (2007). Toward a cognitive and social neuroscience of humor processing. *Social Cognition*, *25*, 553-572.

- Vernon, P. A., Martin, R. A., Aitken Schermer, J., & Mackie, A. (2008) A behavioral genetic investigation of humor styles and their correlations with the Big-5 personality dimensions. *Personality and Individual Differences, 44*, 1116-1125.
- Vernon, P. A., Villani, V. C., Aitken Schermer, J., Kirilovic, S., Martin, R. A., Petrides, K. V., Spector, T. D., & Cherkas, L. F. (2009) Genetic and environmental correlations between trait emotional intelligence and humor styles. *Journal of Individual Differences, 30*(3), 130-137.
- Veselka, L., Aitken Schremer, J., Martin, R. A., & Vernon, P. A: (2010) Relations between humor styles and the Dark Triad traits of personality. *Personality and Individual Differences, 48*, 772-774.
- van Hoof, J. A. (1972) A comparative approach to the phylogeny of laughter and smiling. In R. A. Hinde (Ed.), *Non-verbal communication*. Oxford, England: Cambridge U. Press.
- van Hoof, J. A., & Preuschoft, S. (2003) Laughter and smiling: The intertwining of nature and culture. In F. B. M. de Waal & P. L. Tyack (Eds.), *Animal social complexity: Intelligence culture, and individualized societies* (pp. 260-287). Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Watson, D., Klohnen, E. C., Casillas, A., Simms, N. E., Haig, J., & Berry, D. S. (2004). Match makers and deal breakers: Analyses of assortative mating in newlywed couples. *Journal of Personality, 72*(5), 1029-1068.
- WHO Working Group (1986). Use and interpretation of anthropometric measures of nutritional status. *Bulletin of the World Health Organization, 64*, 929-941.
- Wilson, G. D., Rust, J., & Kasriel, J. (1977). Genetic and family origins of humor preferences: A twin study. *Psychological Reports, 41*(2), 659-660.
- Yalisove, D. (1978). The effect of riddle structure on children's comprehension of riddles. *Developmental Psychology, 14*(2), 173-180.
- Yip, J. A., & Martin, R. A. (2006). Sense of humor, emotional intelligence, and social competence. *Journal of Research in Personality, 40*, 1202-1208.
- Zentner, M. R. (2005). Ideal mate personality concepts and compatibility in close relationships: A longitudinal analysis. *Journal of Personality and Social Psychology, 89*(2), 242-256.



- Zillmann, D., & Bryant, J. (1974) Retaliatory equity as a factor in humor appreciation. *Journal of Experimental Social Psychology*, 10(5), 480-488.
- Zillmann, D., & Bryant, J. (1980) Misattribution theory of tendentious humor. *Journal of Experimental Social Psychology*, 16(2), 146-160.
- Ziv, A. (1988). Humor's role in married life. *Humor: International Journal of Humor Research*, 1, 223–229.
- Ziv, A., & Gadish, O. (1990) The disinhibiting effects of humor: Aggressive and affective responses. *Humor: International Journal of Humor Research*, 3(3), 247-257.

## Köszönetnyilvánítás

A dolgozat elkészítéséhez sokaktól kaptam segítséget és támogatást, amit nem tudok kellőképpen megköszönni, most mégis kísérletet teszek erre.

Köszönöm a témavezetőmnek, Bereczkei Tamásnak, hogy felkarolt ezzel a sokak által legalábbis furcsának tartott témával, a humor evolúciós hátterének vizsgálatával. Az évek során a munkakapcsolat mellett baráti viszony is kialakult kettőnk között, amire legalább annyira büszke vagyok, mint amennyire a disszertációra magára. Az általa mutatott kutatói modell példaértékű számomra, a tőle tanult szemléletmód nagymértékben meghatározza a szakmai értékrendszerem. Remélem, hogy a doktori képzés reménybeli befejezése nem a kettőnk közötti munkakapcsolat végét, hanem egy újabb szinten való továbbélésének a kezdetét jelenti majd.

Köszönöm a kollégáimnak és barátaimnak, akitől számtalan alkalommal kaptam szakmai és magánéleti segítséget az elmúlt évek során. Büszke vagyok arra, hogy a Szegedi Egyetem Pszichológiai Intézeti közösségének tagja lehetek. Kissé aggódva írom ezeket a sorokat, hogy ne hogy bárkit is kifelejtsek, de ha így is lenne, akkor ezt majd szóban megpróbálom pótolni.

Köszönöm tehát Németh Dezsőnek, Sefcsik Tamásnak, Racsmány Mihálynak, Krajcsi Attilának, Orosz Gábornak, Janacsek Karolinának, Molnár Zsuzsának, Vincze Orsolyának, Turi Zsoltnak, Lukács Ágnesnek, Szokolszky Ágnesnek és Winkler Istvánnak a tőlük kapott sok-sok segítséget. Nagyok vagytok srácok, jövök nektek eggyel!

A közös kutatásokban való részvétel lehetőségét, és az általuk a rendelkezésemre bocsátott eszközöket és eredményeket köszönöm Dömölki Annának, Komjáthy Laurának és Márton Annának, örömmre szolgál, hogy az általam oly érdekesnek tartott témakör más tehetséges kutatójelöltek figyelmét is felkeltette.

Az adatfelvételben és az adatok elemzésében nyújtott sok segítséget ezúton is köszönöm a kutatásokban közreműködő hallgatóknak: Bodor Bernadett, Kapás Zsófia, Krizsán Mónika, Pápai Márta, Polgár Szilvia, Polyák Kamilla, Szabó Orsolya.

Köszönöm továbbá a családomnak, a szüleimnek és testvéremnek a tőlük kapott segítséget és bizalmat, valamint az otthoni barátaimnak, akik a nem szakmai jellegű

problémák megbeszélésében és a munkát követő ellazulásban voltak együttműködő partnereim.

És végül, de nem utolsósorban köszönöm Eszternek. Mindent, nagyon.

## Mellékletek

### Melléklet 1.

Az EPQ teszt eredményei alapján felállított standard mérőszámok (Matolcsi, 1991)

Mérőszám	Magyar standard pontértékek	
	Férfi	Nő
Extroverzió (E)	11, 28	9, 88
Neurocitás (N)	8, 91	11, 82
Pszichoticizmus (P)	2, 83	1, 78
Hazugság skála (L)	9, 33	10, 13

## Melléklet 2.

### Humor-preferenciát mérő kérdőív

Az alábbiakban párbeszédet olvashat. Kérem, hogy képzelje magát abba a helyzetbe, hogy Ön a partnerkapcsolat azon szakaszában van, amit udvarlásnak nevezünk. Képzelje el, hogy Ön és partnere között folynak ezek a humoros dialógusok. Kérem, hogy az 1 és 10 közötti skálán jelölje be, hogy Ön milyen valószínűséggel adná a dialógusban található választ! (1: egyáltalán nem; 10: biztosan)

1. Kedvese lakásában vannak. Ön szeretne valami olvasnivalót kölcsönkérni.

Partner: - Valami könnyűre gondolsz?

**Ön: - Lehet nehéz is, autóval vagyok.**

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

2. Ön és partnere egy hosszú hétvégét terveznek eltölteni kettesben. A szállásfoglalást Ön intézte, ezért a kedvese Öntől érdeklődik a szállással kapcsolatos tudnivalókról.

Partner: - Van a szobában folyóvíz?

**Ön: - Csak nem akarsz horgászni?!**

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

3. Egy tengeri utazáson van partnerével.

Partner: - Nagyon szenvedek a tengeri betegségtől. Milyen messze lehet még a part?

Ön: - Úgy 3 kilométerre.

Partner: - Csak? És milyen irányban?

**Ön: - Lefelé.**

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

4. Szerény nyaraláson vesznek részt, kempingben. Meg akarja lepni kedvesét, ezért reggeli készítéséhez fog. Meglepődve konstatálja a lehetséges választéket.

**Ön: - Mit szeretnél reggelire? Homokos-vajas, napolajos-sajtkrém, vagy hangyás-lekváros kenyeret?**

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

5. Partnerre szenvedélyes horgász.

Partner: - Miért nem horgászol te is? Már órák óta figyeled, fogok-e valamit.

**Ön: - Nincs hozzá türelmem.**

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

6. Partnerét ma este Ön viszi haza autóval.

Partner: - Tudsz róla, hogy beázik az autód?

Ön: - Tudok róla.

Partner: - És ez mindig így van?

**Ön: - Nem, csak ha esik az eső.**

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

7. Partnerre a jövő évi szabadságütemezésén gondolkozik.

Partner: - Hány nap is vagy egy évben?

Ön: - Hétfő, kedd, szerda, csütörtök, péntek, szombat, vasárnap.

Partner: ?

**Ön: - Én csak hetet ismerek. Azt nem mondtad, hogy ismétljem el 52-szer.**

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

### Melléklet 3.

#### Humor stílus kérdőív

Az emberek nagyon sokféleképpen érzékelik és fejezik ki a humort. Az alábbi listán állítások találhatóak, melyek a humorra adott reakciókat írják le. Kérlek, gondosan olvasd el az összes állítást, és karikázással jelöld, mennyire értesz egyet vele. Kérlek, válaszolj minél őszintébben. Használd az alábbi skálát:

1	2	3	4	5	6	7
Egyáltalán nem értek egyet	Inkább nem értek egyet	Kis mértékben nem értek egyet	Semleges vagyok/ Nem tudok állást foglalni	Kis mértékben egyetértek	Inkább egyetértek	Teljesen egyetértek

1.	Általában nem nevetek vagy viccelődöm sokat másokkal.	1 2 3 4 5 6 7
2.	Ha levertséget érzek, humorral általában fel tudom vidítani magam.	1 2 3 4 5 6 7
3.	Ha valaki hibázik, gyakran ugratom emiatt.	1 2 3 4 5 6 7
4.	Többször hagyom, hogy nevéssenek rajtam vagy mulatságosnak találjanak, mint kellene.	1 2 3 4 5 6 7
5.	Nem kell sokat fáradoznom azon, hogy másokat megnevettessek – természetemnél fogva humoros személy vagyok.	1 2 3 4 5 6 7
6.	Ha magamban is vagyok, gyakran szórakoztatnak az élet abszurditásai.	1 2 3 4 5 6 7
7.	Az embereket soha nem támadja vagy bántja humorérzésem.	1 2 3 4 5 6 7
8.	Gyakran én is gúnyolódok magamon, ha ez a családomat és a barátaimat megnevetteti.	1 2 3 4 5 6 7
9.	Ritkán sikerül másokat megnevettetnem rólam szóló mókás	1 2 3 4 5 6 7

	történetekkel.	
10.	Hogyha ideges vagy szomorú vagyok, általában próbálok valami vicces dolgot felfedezni a szituációban, hogy jobban érezzem magam.	1 2 3 4 5 6 7
11.	Ha vicceket vagy mulatságos dolgokat mondok, általában, nem érdekel, hogy mások hogyan fogadják.	1 2 3 4 5 6 7
12.	Gyakran próbálok az emberekkel megkedveltetni magam azáltal, hogy vicces dolgokat mondok a gyengeségeimről, baklövéseimről vagy hibáimról.	1 2 3 4 5 6 7
13.	Sokat nevetek és viccelődöm a barátaimmal.	1 2 3 4 5 6 7
14.	A humoros életfelfogásom megvéd attól, hogy túlságosan ideges vagy depressziós legyek a dolgok miatt.	1 2 3 4 5 6 7
15.	Nem szeretem, amikor az emberek a humort mások kritizálására vagy megalázására használják.	1 2 3 4 5 6 7
16.	Ritkán mondok mulatságos dolgokat, hogy megalázzam magam.	1 2 3 4 5 6 7
17.	Általában nem szeretek vicceket mesélni vagy az embereket szórakoztatni.	1 2 3 4 5 6 7
18.	Ha magam vagyok és szomorú, megpróbálok valami mulatságosra gondolni, hogy felvidítsam magam.	1 2 3 4 5 6 7
19.	Néha valami olyannyira mókás dologra gondolok, hogy muszáj elmondanom, még akkor is, ha ez nem a helyzethez illő.	1 2 3 4 5 6 7
20.	Gyakran túlzásba viszem saját magam megalázását, amikor próbálok viccelődni vagy mókás lenni.	1 2 3 4 5 6 7
21.	Szeretem megnevettetni az embereket.	1 2 3 4 5 6 7
22.	Hogyha szomorú vagy ideges vagyok, általában elvesztem a humorérzékeimet.	1 2 3 4 5 6 7



23.	Soha nem nevetek ki másokat, még akkor sem, ha minden barátom ezt teszi.	1 2 3 4 5 6 7
24.	Hogyha családdal vagy barátokkal vagyok, gyakran én vagyok az egyetlen, akivel mások viccelődnek vagy akit ugratnak.	1 2 3 4 5 6 7
25.	Ritkán mesélünk vicceket a barátaimmal.	1 2 3 4 5 6 7
26.	Tapasztalatom szerint egy helyzet szórakoztató oldalát nézni hatékony problémamegoldó eszköz.	1 2 3 4 5 6 7
27.	Ha nem kedvelek valakit, gyakran megalázás céljából viccelődöm rajta vagy ugratom őt.	1 2 3 4 5 6 7
28.	Ha problémáim vannak vagy boldogtalan vagyok, gyakran palástolom tréfálkozással, ezért a legközelebbi barátaim sem tudják igazán, mit érzek.	1 2 3 4 5 6 7
29.	Általában nem jut eszembe semmi szellemes dolog, ha társaságban vagyok.	1 2 3 4 5 6 7
30.	Nem szükséges, hogy emberekkel legyek körülvéve ahhoz, hogy jól szórakozzak – általában találok dolgokat, amelyeken nevetni tudok, még ha egyedül is vagyok.	1 2 3 4 5 6 7
31.	Még ha valami nagyon mulatságosnak is tűnik, nem nevetek rajta és nem viccelődöm vele, ha ezzel valakit megbántok.	1 2 3 4 5 6 7
32.	Azért hagyom, hogy mások nevéssenek rajtam, mert ilyen módon tudom családomat és barátaimat felvidítani.	1 2 3 4 5 6 7

## Melléklet 4.

### Párkapcsolati elégedettség-kérdőív

#### Általános információk

Neme:

Életkora:

Iskolai végzettsége:

Lakóhelye: főváros / nagyváros / kisváros / falu (Lakhely:.....)

Partnere életkora:

Partnere foglalkozása:

#### Gyermekkorra vonatkozó információk

1. Gyermekkorában együtt éltek a szülei? Igen / Nem

(Igen válasz esetén nem kitöltendő a 2-6, illetve 7/3. kérdések)

2. Ha valamelyik szülő nélkül nőtt fel, annak mi volt az oka?

- válás
- halál
- nem tudta vállalni a gyermeknevelést
- nem ismerte, nem tud róla
- 

3. Hány éves korában váltak külön a szülei?.....

4. Melyik szülővel élt együtt? Apa / Anya

5. Az Önt nevelő szülő új házasságban / párkapcsolatban élt-e? Igen / Nem (Igen esetén házasság / párkapcsolat)

6. Hány éves korától élt az Önt nevelő szülő új házasságban / új párkapcsolatban?.....

7. Értékelje egy 5-fokú skálán szüleivel való kapcsolatát gyermekkorában?

Apa

1-nagyon rossz 2-rossz                      3-megfelelő                      4-jó                      5-nagyon jó

Anya

1-nagyon rossz 2-rossz                      3-megfelelő                      4-jó                      5-nagyon jó

Értékelje egy 5-fokú skálán *nevelő szülőjével* való kapcsolatát gyermekkorában?

1-nagyon rossz 2-rossz                      3-megfelelő                      4-jó                      5-nagyon jó



B, Ugyanolyan (boldog), mint a legtöbb

C, Rosszabb (boldogtalanabb), mint a legtöbb

10. Hetente hány napon lenne alkalmuk találkozni?

1-egy napot                      2-két napot      3- 3-4 napot      4- 5-6 napot      5- mindennap

11. Mennyire igényli Ön a társával való mindennapos kapcsolattartást (személyesen és /vagy telefonon stb.)?

1-egyáltalán nem              2-kevésbé              3- jó ha tudunk találkozni/beszélni, de kibírom ha nem

4-mindennap szeretnék beszélni/találkozni vele 5-legszívesebben minden percemet vele tölteném

12. Közös programok során mennyire tudja elengedni magát a partnere jelenlétében?

1-egyáltalán nem              2-nem igazán              3-néha igen, néha nem    4-  
többnyire el tudom                      5-teljesen

13. Az alábbiakban felsoroljuk azokat a területeket, amelyekkel kapcsolatban a leggyakoribbak a nézeteltérések a párok között. Önöknél milyen gyakran fordul elő nyílt nézeteltérés a következők miatt:

1	2	3	4	5
soha	ritkán	hetente	hetente többször	naponta

a, háztartási feladatok.....

b, pénz kezelése.....

c, együtt töltött szabadidő.....

d, szexuális élet.....

e, barátokkal való kapcsolat.....

f, közeli hozzátartozókkal való kapcsolat.....

g, gyermekvállalás.....

h, érzelmek kimutatása.....

i, bizalom.....

j, közös célok, tervek.....

k, alkohol vagy drogfogyasztás.....

l, egyéb.....

14. Amikor nem értenek egyet, akkor az hogyan oldódik meg?

1. mindig Ön enged
2. mindig a partnere enged
3. többnyire Ön enged
4. többnyire a partnere enged
5. általában kompromisszumot kötnek

15. Amikor komolyabb nézeteltérés van Önök között, milyen gyakran fordul elő, hogy:

1-soha            2-ritkán    3-néha            4-gyakran            5-mindig

a, megtartja magának a véleményét, hogy elkerülje a nagyobb vitát.....

b, nyugodtan megbeszélnek a nézeteltérést.....

c, Ön heves vitát kezdeményez, kiabálnak egymással.....

d, a partnere heves vitát kezdeményez, kiabálnak egymással.....

e, az Ön részéről tettelegességig fajul a dolog.....

f, a partnere részéről tettelegességig fajul a dolog.....

g, Ön humorral veszi el a vita élet.....

h, a partnere humorral veszi el a vita élet.....

i, mindketten megpróbálják humoros mederbe terelni a vitát.....

16. Még ha nagyon valószínűtlennek tartja is, hogy különválnak, próbálja meg elképzelni milyen változásokkal járna ez az Ön életének különböző területein. Mit gondol, hogyan változna

5-sokkal jobb lenne            4-kissé jobb lenne            3-se jobb, se rosszabb nem lenne  
2-kissé rosszabb lenne    1-sokkal rosszabb lenne

A, az életszínvonala.....

B, a karrier lehetőségei.....

C, szexuális élete.....

D, baráti kapcsolatai.....

E, szüleivel / hozzátartozóival való kapcsolata.....

F, megbecsülés más emberek részéről.....

17. Előfordult-e Önnel, hogy jelenlegi párkapcsolata idején másfelé kacsintgatott, s tett is valamit az ügy érdekében?

A, nem tetszett meg más.....

B, megtetszett valaki más, de nem lépett konkrétan az ügyben.....

C, flört mással .....

D, randevú mással.....

E, csók.....

F, alkalmi szexuális kapcsolat.....

G, szeretőm volt/van

18. Mit gondol, ha Önön múlik, egy év múlva együtt lesz-e még a partnerével?

Igen /

Nem

19. Mit gondol, ha Önön múlik, három év múlva együtt lesz-e még a partnerével?

Igen /

Nem

## Melléklet 5.

Helyezze el a saját humorérzékét egy 1-től 7-ig terjedő skálán (1 - kifejezetten rossz, 4 – közepes, 7 – kifejezetten jó).

1 2 3 4 5 6 7

Helyezze partnere humorérzékét egy 1-től 7-ig terjedő skálán (1 - kifejezetten rossz, 4 – közepes, 7 – kifejezetten jó).

1 2 3 4 5 6 7

Mennyi ideje tart a jelenlegi párkapcsolata? (év/hó).....

Mennyire elégedett a jelenlegi párkapcsolatával? 1 2 3 4 5 6 7

Mit gondol, mennyire valószínű, hogy egy év múlva együtt lesz-e még jelenlegi partnerével?

1 2 3 4 5 6 7

## Melléklet 6.

A kérdőív teljes mértékben anonim. Kérlek, válaszolj minél őszintébben!

**Jellemezd magad az alábbi tulajdonságok szerint, 1-től 7-ig terjedően minden egyes tulajdonságnál!**

Kérlek, gondosan olvasd el és gondold végig az összes tulajdonságot, és karikázással jelöld, mennyire jellemző rád. Használd az alábbi skálát:

1	2	3	4	5	6	7
Egyáltalán nem jellemző	Inkább nem jellemző	Kis mértékben jellemző	Átlagos mértékben jellemző	Az átlagnál kissé nagyobb mértékben jellemző	Az átlagnál nagyobb mértékben jellemző	Teljes mértékben jellemző

1.	Megértő vagyok.	1 2 3 4 5 6 7
2.	Kalandos a természetem.	1 2 3 4 5 6 7
3.	Rendelkezem a jó állás/munkahely eléréséhez szükséges adottságokkal.	1 2 3 4 5 6 7
4.	Támogató vagyok a kapcsolataimban.	1 2 3 4 5 6 7
5.	Jó az alakom.	1 2 3 4 5 6 7
6.	Jó anyagi háttérrel rendelkezem.	1 2 3 4 5 6 7
7.	Tapintatos vagyok.	1 2 3 4 5 6 7
8.	Társaságkedvelő vagyok.	1 2 3 4 5 6 7



9.	Rendelkezem a szép ház vagy lakás eléréséhez szükséges ambícióval.	1 2 3 4 5 6 7
10.	Kedves vagyok.	1 2 3 4 5 6 7
11.	Szexi vagyok.	1 2 3 4 5 6 7
12.	Rendelkezem a biztos anyagi helyzet eléréséhez szükséges ambícióval.	1 2 3 4 5 6 7
13.	Meghallgatom az embereket.	1 2 3 4 5 6 7
14.	Vonzó vagyok.	1 2 3 4 5 6 7
15.	Jól öltözködöm.	1 2 3 4 5 6 7
16.	Melegszívű vagyok.	1 2 3 4 5 6 7
17.	Jó szerető vagyok.	1 2 3 4 5 6 7

## Melléklet 7.

A kérdőív teljes mértékben anonim. Kérlek, válaszolj minél őszintébben!

Kérlek olvasd el a következő állításokat, és jelöld, hogy mennyire jellemző az érzelmeidre szerelmi kapcsolatoknál. Kérlek gondold át az összes kapcsolatodat (múlt és jelenbelieket), és azt jelöld, hogy általában hogyan érzel az ilyen jellegű kapcsolatokban. Ha sosem volt szerelmi kapcsolatod, akkor azt jelöld, hogy mit gondolsz, hogyan éreznél.

Kérlek használd az öt fokú skálát, és a jobb oldali vonalra írd a válaszodat minden kérdés mellé.

1-----2-----3-----4-----5

*Egyáltalán*

*Teljesen*

*nem jellemző*

*rám*

*rám*

*jellemző*

1. Elég könnyűnek érzem azt, hogy közel kerüljek másokhoz. \_\_\_\_\_
2. Nem aggódom amiatt, hogy elhagynak. \_\_\_\_\_
3. Nehéznek találom azt, hogy függjek másoktól. \_\_\_\_\_
4. Gyakran aggódom amiatt a kapcsolataimban, hogy a párom nem igazán szeret engem. \_\_\_\_\_
5. Úgy gondolom, hogy mások vonakodnak olyan közel kerülni hozzám, mint amennyire én szeretném. \_\_\_\_\_
6. Jól érzem magam, ha függök másoktól. \_\_\_\_\_
7. Nem aggódom azon, hogyha valaki túl közel kerül hozzám. \_\_\_\_\_
8. Úgy érzem, az emberek soha nincsenek ott, ha szükséged van rájuk. \_\_\_\_\_

9. Egy kicsit kényelmetlenül érzem magam, ha közel vagyok másokhoz. \_\_\_\_\_
10. Gyakran aggódom a kapcsolataimban, hogy a párom majd nem akar velem maradni. \_\_\_\_\_
11. Szeretnék teljesen eggyé olvadni a másik személlyel. \_\_\_\_\_
12. A vágyam a teljes összeolvadásra néha elriasztja az embereket. \_\_\_\_\_
13. Jól érzem magam, ha mások függenek tőlem. \_\_\_\_\_
14. Tudom, hogy az emberek ott lesznek, ha szükségem lesz rájuk. \_\_\_\_\_
15. Ideges leszek, ha valaki túl közel kerül hozzám. \_\_\_\_\_
16. Nehéznek találom, hogy teljesen megbízzak másokban. \_\_\_\_\_
17. Gyakran szeretnék a partnereim közelebb kerülni hozzám, mint ahogy az nekem jól esik. \_\_\_\_\_
18. Nem vagyok benne biztos, hogy mindig számíthatok arra, hogy mások mellettem lesznek, amikor szükségem van rájuk. \_\_\_\_\_