



UNIVERZITET U NOVOM SADU
FILOZOFSKI FAKULTET
ODSEK ZA PSIHOLOGIJU

ULOGA SMISLA ZA HUMOR U SUBJEKTIVNOM BLAGOSTANJU

DOKTORSKA DISERTACIJA

Mentor: Doc. dr Veljko Jovanović

Kandidat: Sonja Ivković

Novi Sad, 2017. godine.

UNIVERZITET U NOVOM SADU
FILOZOFSKI FAKULTET
KLJUČNA DOKUMENTACIJSKA INFORMACIJA

Redni broj: RBR	
Identifikacioni broj: IBR	
Tip dokumentacije: TD	Monografska dokumentacija
Tip zapisa: TZ	Tekstualni štampani materijal
Vrsta rada (dipl., mag., dokt.): VR	Doktorska disertacija
Ime i prezime autora: AU	Sonja Ivković
Mentor (titula, ime, prezime, zvanje): MN	Dr Veljko Jovanović, docent, Odsek za psihologiju, Filozofski fakultet u Novom Sadu
Naslov rada: NR	Uloga smisla za humor u subjektivnom blagostanju
Jezik publikacije: JP	Srpski (latinica)
Jezik izvoda: JI	srp. / eng.
Zemlja publikovanja: ZP	Srbija
Uže geografsko područje: UGP	Vojvodina
Godina: GO	2017.
Izdavač: IZ	autorski reprint
Mesto i adresa: MA	Novi Sad, Dr Zorana Đinđića 2

Fizički opis rada: FO	(9 poglavlja / 168 stranica / 0 slika / 10 grafikona / 1 figura / tabela 12 /457 referenci / 3 priloga)
Naučna oblast: NO	Psihologija
Naučna disciplina: ND	Pozitivna psihologija, Psihologija ličnosti, Psihologija mentalnog zdravlja
Predmetna odrednica, ključne reči: PO	Smisao za humor, subjektivno blagostanje
UDK	159.922.8:398.23(043.3)
Čuva se: ČU	FILOZOFSKI FAKULTET, Centralna Biblioteka
Važna napomena: VN	
Izvod: IZ	<p>Osnovno pitanje ovog istraživanja se može formulirati na sledeći način: da li adolescenti sa izraženim smislom za humor ispoljavaju i viši nivo subjektivnog blagostanja? Smisao za humor je određen kao klaster osobina koji obuhvata karakteristike koje se tiču individualnih razlika u ponašanjima vezanim za humor kao što su produkcija humora, razumevanje i doživljavanje humora važnim (engl. <i>humor appreciation</i>; Martin, 1998; Ruch & Hofmann, 2012). Subjektivno blagostanje je definisano preko tripartitnog Dinerovog modela subjektivnog blagostanja i to kroz: često doživljavanje pozitivnog afekta, retko doživljavanje negativnog afekta i zadovoljstvo životom (Diener, 1984; 2012). Ovim istraživanjem je ispitivano kakva je povezanost između smisla za humor i indikatora subjektivnog blagostanja i da li na tu vezu utiču stilovi humora i osobine ličnosti. Takođe, ispitivana je i moderatorska uloga smisla za humor na povezanost između broja negativnih životnih događaja i subjektivnog blagostanja. U istraživanju su kao mera smisla za humor korišćene samoprocena i procena od strane drugih. Činjenica da humor predstavlja izuzetno poželjnu karakteristiku u okviru self koncepta i da većina ljudi veruje da je njihov smisao za humor u najmanju ruku prosečne vrednosti (Allport, 1961; Lefcourt & Martin, 1986) navela je na odluku o korišćenju dva načina procene. Takođe, različiti autori ukazuju na socijalnu prirodu smisla za humor kao i na to da se najčešće javlja</p>

spontano u interpersonalnim relacijama (npr. Martin, 1998). Istraživanje je sprovedeno na uzorku srednjoškolaca (357 devojaka i 172 mladića). Prosečna starost uzorka iznosi 17.36 ($SD = .64$), raspon godina od 15 do 20. Na osnovu spiskova sa imenima učenika iz svih razreda, koji su prikupljeni uz pomoć školskih psihologa, pristupljeno je sastavljanju Skale procene smisla za humor (SzH). Svaki učenik je u okviru svoje baterije testova popunjavao SzH skalu sastavljenu od imena svih učenika njegovog razreda i četvorostepene skale procene. U okviru pomenute skale, svaki učenik je procenjivao i stepen svog smisla za humor. Od instrumenata, uz SzH skalu, korišćeni su: *Satisfaction with Life Scale* (SWLS; Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985); *Scale of Positive and Negative Experience* (SPANE; Diener et al., 2009); *Humor Style Questionnaire* (HSQ; Martin et al., 2003); *Big Five Inventory* (BFI; John & Srivastava, 1999); Skala depresivnosti, preuzeta iz *Depression, Anxiety and Stress Scale* (DASS-21; Lovibond & Lovibond, 1995) i *Serbian Life Events Check-List-Adolescent Form* (SLEC-AF; Gavrilov-Jerković, Jovanović, Žuljević, & Brdarić, 2012). Rezultati istraživanja su pokazali da postoji pozitivna povezanost između smisla za humor i subjektivnog blagostanja, da samoporažavajući stil umanjuje jačinu date povezanosti, da ekstraverzija i savesnost pojačavaju njihovu povezanost, dok otvorenost umanjuje jačinu date povezanosti. Takođe je utvrđeno je da samopomažući stil humora predstavlja značajan protektivan činilac u relaciji između broja negativnih životnih događaja i subjektivnog blagostanja. Dodatno, nalazi su ukazali na jaču povezanost smisla za humor sa indikatorima blagostanja kada je kao mera korišćena procena od strane drugih. U teorijskom smislu, dobijeni rezultati pomažu objašnjenju nedosledne uloge smisla za humor u subjektivnom blagostanju. Sa praktičnog stanovišta, nalazi dobijeni u ovom istraživanju mogu pomoći unapređenju programa vezanih za razvoj strategija prevladavanja i jačanju psiholoških resursa pojedinca.

Datum prihvatanja teme od strane NN veća: DP	
Datum odbrane: DO	

<p>Članovi komisije: (ime i prezime / titula / zvanje / naziv organizacije / status) KO</p>	<p>predsednik: član: član:</p>
---	--

University of Novi Sad
Key word documentation

Accession number: ANO	
Identification number: INO	
Document type: DT	Monograph documentation
Type of record: TR	Textual printed material
Contents code: CC	PhD thesis
Author: AU	Sonja Ivković
Mentor: MN	Dr Veljko Jovanović, Assistant Professor, Department of Psychology, Faculty of Philosophy, University of Novi Sad
Title: TI	The role of sense of humor in subjective well- being
Language of text: LT	Serbian
Language of abstract: LA	eng. / srp.
Country of publication: CP	Serbia
Locality of publication: LP	AP Vojvodina
Publication year: PY	2017.
Publisher: PU	Author's reprint
Publication place: PP	Novi Sad, Dr Zorana Đinđića 2
Physical description: PD	(9 chapters / 168 pages / 0 pictures / 10 graphs / 1 figures / 12 tabels / 457 references / 3 appendices)
Scientific field SF	Psychology

Scientific discipline SD	Positive psychology, Psychology of personality, Psychology of mental health
Subject, Key words SKW	Sense of humor, subjective well-being
UC	159.922.8:398.23(043.3)
Holding data: HD	FACULTY OF PHILOSOPHY, Central library
Note: N	
<p>Abstract: AB</p> <p>The main question posed in this research may be formulated in the following way: are adolescents with a pronounced sense of humor also experiencing a higher level of subjective well-being? Sense of humor was defined as a cluster of characteristics pertaining to individual differences in humor-related behavior, including production, understanding and appreciation of humor (Martin, 1998; Ruch & Hofmann, 2012). Subjective well-being was defined through a tripartite Diener's model of subjective well-being, which includes: high-frequency experiencing of positive affect, low-frequency experiencing of negative affect and satisfaction with life (Diener, 1984; 2012). The topics of this research are relations between sense of humor and indicators of subjective well-being and possibility that this relationship is influenced by factors operationalized through styles of humor and personality traits. Also studied were the moderator role of sense of humor on relation between subjective well-being and the number of negative life events, as well as strength of correlation between subjective well-being and sense of humor, both self-assessed and peer-rated. The fact that humor is high desirable personality trait in the context of self concept and that most people believe that their sense of humor is at least average (Allport, 1961; Lefcourt & Martin, 1986) led to the decision to use two methods of assessment. Also, different authors indicate the social nature of humor and that it usually occurs spontaneously in interpersonal relations (eg. Martin, 1998). The sample included 529 high school students from Zrenjanin (357 females and 172 males). The average age of participants was 17.36 ($SD = .64$) while the range of ages was 15-20. The Scale for assessing sense of humor (SoH) was prepared after the lists of names of students from all class groups</p>	

were collected with help of school psychologists. Each student completed a battery of tests by matching the names of all students in his or her class group and the four-degree assessment scale. Within the scale each student also assessed their own sense of humor. In addition to the sense of humor scale following scales were used: *Satisfaction with Life Scale* (SWLS; Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985); *Scale of Positive and Negative Experience* (SPANE; Diener et al., 2009); *Humor Style Questionnaire* (HSQ; Martin et al., 2003); *Big Five Inventory* (BFI; John & Srivastava, 1999); Depression scale, adapted from DASS-21-*Depression, Anxiety and Stress Scale* (Lovibond & Lovibond, 1995) and *Serbian Life Events Check-List-Adolescent Form* (SLEC-AF; Gavrilov-Jerković, Jovanović, Žuljević, & Brdarić, 2012). The results of this study have shown positive correlation between sense of humor and subjective well-being. The strength of this correlation decreased with higher values of self-defeating humor style and openness, while it increased with higher values of extroversion and conscientiousness. Sense of humor, and self-enhancing humor style in particular, represents an important protective factor regarding the relationship of subjective well-being and number of negative life events. In addition, the results have shown stronger correlation with indicators of well-being when sense of humor was assessed by others than during self-assessment. In theoretical terms, these results may help in explaining the inconsistent role of humor in subjective well-being. From a practical standpoint, the results of this study may help in improving programs related to the development of coping strategies and strengthening the psychological resources of the individual.

Accepted on Scientific Board on: AS	
Defended: DE	
Thesis Defend Board: DB	president: member: member:

SADRŽAJ

REZIME	4
ABSTRACT	5
TEORIJSKI DEO	7
Uvod	7
Humor i smisao za humor - istorijska perspektiva i aktuelna pitanja	11
Univerzalnost smeha, humora i smisla za humor	16
Kratak pregled teorija humora	18
Relacije smisla za humor i različitih modela ličnosti	21
Stilovi humora	24
Samoprocena i procena od strane drugih u kontekstu smisla za humor	27
Subjektivno blagostanje	30
Uloga smisla za humor u subjektivnom blagostanju - dometi i ograničenja	35
Potencijalni moderatori povezanosti smisla za humor i subjektivnog blagostanja	40
<i>Stilovi humora kao moderatori</i>	40
<i>Osobine ličnosti kao moderatori</i>	43
Smisao za humor kao protektivan činilac	46
<i>Smisao za humor kao moderator povezanosti između negativnih životnih događaja i subjektivnog blagostanja</i>	46
<i>Smisao za humor kao faceta rezilijentnosti</i>	52
<i>Smisao za humor kao strategija emocionalne regulacije</i>	54
Obrazloženje potrebe za istraživanjem	58
EMPIRIJSKI DEO	61
Problem i ciljevi istraživanja	61
Uzorak	63
Procedura	63

Instrumenti	64
Hipoteze	68
Postupak analize podataka	73
REZULTATI	76
Deskriptivna statistika i korelacije između varijabli korišćenih u istraživanju	76
Provera moderatorske uloge stilova humora u relaciji između smisla za humor (procena od strane drugih) i subjektivnog blagostanja	79
Provera moderatorske uloge osobina ličnosti u relaciji između smisla za humor (procena od strane drugih) i subjektivnog blagostanja	81
Provera moderatorske uloge stilova humora u relaciji između smisla za humor (samoprocena) i subjektivnog blagostanja	86
Provera moderatorske uloge osobina ličnosti u relaciji između smisla za humor (samoprocena) i subjektivnog blagostanja	87
Provera moderatorske uloge smisla za humora (procena od strane drugih) u relaciji između broja negativnih životnih događaja i subjektivnog blagostanja	89
Provera moderatorske uloge smisla za humora (samoprocena) i relaciju između broja negativnih životnih događaja i subjektivnog blagostanja	92
Provera uticaja stila humora u relaciji između negativnih životnih događaja i subjektivnog blagostanja	94
DISKUSIJA	98
Povezanost smisla za humor i subjektivnog blagostanja	99
Moderatorska uloga stilova humora na vezu između smisla za humor i subjektivnog blagostanja	103
Moderatorska uloga osobina ličnosti na vezu između smisla za humor i subjektivnog blagostanja	106
Moderatorska (protektivna) uloga smisla za humor na vezu između broja negativnih životnih događaja i subjektivnog blagostanja	114
Međusoban odnos samoprocene smisla za humor i procene od strane drugih	121
Prednosti i ograničenja istraživanja uz preporuke za buduće studije	124

Teorijske i praktične implikacije sprovedenog istraživanja	128
ZAKLJUČAK	131
LITERATURA	132
PRILOG	170

REZIME

Osnovno pitanje ovog istraživanja se može formulirati na sledeći način: da li adolescenti sa izraženim smislom za humor ispoljavaju i viši nivo subjektivnog blagostanja? Smisao za humor je određen kao klaster osobina koji obuhvata karakteristike koje se tiču individualnih razlika u ponašanjima vezanim za humor kao što su produkcija humora, razumevanje i doživljavanje humora važnim (engl. *humor appreciation*; Martin, 1998; Ruch & Hofmann, 2012). Subjektivno blagostanje je definisano preko tripartitnog Dinerovog modela subjektivnog blagostanja i to kroz: često doživljavanje pozitivnog afekta, retko doživljavanje negativnog afekta i zadovoljstvo životom (Diener, 1984; 2012). Ovim istraživanjem je ispitivano kakva je povezanost između smisla za humor i indikatora subjektivnog blagostanja i da li na tu vezu utiču stilovi humora i osobine ličnosti. Takođe, ispitivana je i moderatorska uloga smisla za humor na povezanost između broja negativnih životnih događaja i subjektivnog blagostanja. U istraživanju su kao mera smisla za humor korišćene samoprocena i procena od strane drugih. Činjenica da humor predstavlja izuzetno poželjnu karakteristiku u okviru self koncepta i da većina ljudi veruje da je njihov smisao za humor u najmanju ruku prosečne vrednosti (Allport, 1961; Lefcourt & Martin, 1986) navela je na odluku o korišćenju dva načina procene. Takođe, različiti autori ukazuju na socijalnu prirodu smisao za humor kao i na to da se najčešće javlja spontano u interpersonalnim relacijama (npr. Martin, 1998).

Istraživanje je sprovedeno na uzorku srednjoškolaca (357 devojaka i 172 mladića). Prosečna starost uzorka iznosi 17.36 ($SD = .64$), raspon godina od 15 do 20. Na osnovu spiskova sa imenima učenika iz svih razreda, koji su prikupljeni uz pomoć školskih psihologa, pristupljeno je sastavljanju Skale procene smisla za humor (SzH). Svaki učenik je u okviru svoje baterije testova popunjavao SzH skalu sastavljenu od imena svih učenika njegovog razreda i četvorostepene skale procene. U okviru pomenute skale, svaki učenik je procenjivao i stepen svog smisla za humor. Od instrumenata, uz SzH skalu, korišćeni su: *Satisfaction with Life Scale* (SWLS; Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985); *Scale of Positive and Negative Experience* (SPANES; Diener et al., 2009); *Humor Style Questionnaire* (HSQ; Martin et al., 2003); *Big Five Inventory* (BFI; John & Srivastava, 1999); Skala depresivnosti, preuzeta iz *Depression, Anxiety and Stress Scale* (DASS-21; Lovibond & Lovibond, 1995) i *Serbian Life Events Check-List-Adolescent Form* (SLEC-AF; Gavrilov-Jerković, Jovanović, Žuljević, & Brdarić, 2012).

Rezultati istraživanja su pokazali da postoji pozitivna povezanost između smisla za humor i subjektivnog blagostanja, da samoporažavajući stil umanjuje jačinu date povezanosti, da ekstraverzija i savesnost pojačavaju njihovu povezanost, dok otvorenost umanjuje jačinu date povezanosti. Takođe je utvrđeno je da samopomažući stil humora predstavlja značajan protektivan činilac u relaciji između broja negativnih životnih događaja i subjektivnog blagostanja. Dodatno, nalazi su ukazali na jaču povezanost smisla za humor sa indikatorima blagostanja kada je kao mera korišćena procena od strane drugih.

U teorijskom smislu, dobijeni rezultati pomažu objašnjenju nedosledne uloge smisla za humor u subjektivnom blagostanju. Sa praktičnog stanovišta, nalazi dobijeni u ovom istraživanju mogu pomoći unapređenju programa vezanih za razvoj strategija prevladavanja i jačanju psiholoških resursa pojedinca.

ABSTRACT

The main question posed in this research may be formulated in the following way: are adolescents with a pronounced sense of humor also experiencing a higher level of subjective well-being? Sense of humor was defined as a cluster of characteristics pertaining to individual differences in humor-related behavior, including production, understanding and appreciation of humor (Martin, 1998; Ruch & Hofmann, 2012). Subjective well-being was defined through a tripartite Diener's model of subjective well-being, which includes: high-frequency experiencing of positive affect, low-frequency experiencing of negative affect and satisfaction with life (Diener, 1984; 2012). The topics of this research are relations between sense of humor and indicators of subjective well-being and possibility that this relationship is influenced by factors operationalized through styles of humor and personality traits. Also studied were the moderator role of sense of humor on relation between subjective well-being and the number of negative life events, as well as strength of correlation between subjective well-being and sense of humor, both self-assessed and peer-rated. The fact that humor is high desirable personality trait in the context of self concept and that most people believe that their sense of humor is at least average (Allport, 1961; Lefcourt & Martin, 1986) led to the decision to use two methods of assessment. Also, different authors indicate the social nature of humor and that it usually occurs spontaneously in interpersonal relations (eg. Martin, 1998).

The sample included 529 high school students from Zrenjanin (357 females and 172 males). The average age of participants was 17.36 ($SD = .64$) while the range of ages was 15-20. The Scale for assessing sense of humor (SoH) was prepared after the lists of names of students from all class groups were collected with help of school psychologists. Each student completed a battery of tests by matching the names of all students in his or her class group and the four-degree assessment scale. Within the scale each student also assessed their own sense of humor. In addition to the sense of humor scale following scales were used: *Satisfaction with Life Scale* (SWLS; Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985); *Scale of Positive and Negative Experience* (SPANE; Diener et al., 2009); *Humor Style Questionnaire* (HSQ; Martin et al., 2003); *Big Five Inventory* (BFI; John & Srivastava, 1999); Depression scale, adapted from *DASS-21-Depression, Anxiety and Stress Scale* (Lovibond & Lovibond, 1995) and *Serbian Life Events Check-List-Adolescent Form* (SLEC-AF; Gavrilov-Jerković, Jovanović, Žuljević, & Brdarić, 2012).

The results of this study have shown positive correlation between sense of humor and subjective well-being. The strength of this correlation decreased with higher values of self-defeating humor style and openness, while it increased with higher values of extroversion and conscientiousness. Sense of humor, and self-enhancing humor style in particular, represents an important protective factor regarding the relationship of subjective well-being and number of negative life events. In addition, the results have shown stronger correlation with indicators of well-being when sense of humor was assessed by others than during self-assessment.

In theoretical terms, these results may help in explaining the inconsistent role of humor in subjective well-being. From a practical standpoint, the results of this study may help in improving programs related to the development of coping strategies and strengthening the psychological resources of the individual.

TEORIJSKI DEO

Uvod

„Šala je jedna veoma ozbiljna stvar.“

Charles Churchill

Humor i smisao za humor (u daljem tekstu SzH) se često koriste kao sinonimi, međutim značajno je ukazati na razliku između ova dva pojma. Humor predstavlja kvalitet akcija, govora ili pisanja koji podstiče zabavu, šaljivost, veselost. To je objedinjujući termin i odnosi se na većinu uobičajenih ponašanja, iskustava, osećanja, stavova i sposobnosti u relaciji sa smehom, razdraganošću i sličnim fenomenima, dok se pod smislom za humor najčešće podrazumeva „duhovitost u užem smislu“ (Simpson & Wiener, 1989). SzH se najčešće određuje kao klaster osobina koji obuhvata karakteristike koje se tiču individualnih razlika u ponašanjima vezanim za humor kao što su produkcija humora, razumevanje i doživljavanje humora važnim (*engl.* humor appreciation; Martin, 1998; Ruch & Hofmann, 2012). Prema rečima Kana i Kajpera (Cann & Kuiper, 2014) istaknutih istraživača u ovoj oblasti, gotovo svaki pokušaj definisanja smisla za humor kao jednodimenzionalnog konstrukta je osuđen na propast. Tako je do sada smisao za humor proučavan na nekoliko načina: kao kognitivna sposobnost da se *proizvede* humorističan sadržaj, zatim kao estetski odgovor, kao navika u ponašanju, kao temperamentalna crta, kao stav i kao strategija prevladavanja (Martin, Puhlik-Doris, Larsen, Graz, & Weir, 2003). Prema mišljenju Ruha (Ruch, 1998) humor je najbolje posmatrati kao višedimenzionalni konstrukt koji se sastoji od međusobno, manje ili više, povezanih crta. Različite facete SzH-a nisu nužno u visokoj korelaciji i nije očekivano da budu jednako važne i povezane sa blagostanjem. U tom smislu, preferencija određene vrste humora ili sposobnost generisanja vickastih dosetki mogu biti manje značajne za blagostanje od upotrebe SzH-a kao strategije prevladavanja.

Pojedinac sa izraženim SzH se najčešće opisuje kao osoba koja je vešta u bezazlenom zadirkivanju, zasmeljavanju drugih ljudi, sklona da stvarnost sagledava iz vedre perspektive i poseduje izraženu sposobnost za šalu (Peterson & Seligman, 2004). Većina teorijskih modela

pretpostavlja da je humor koristan u kontekstu subjektivnog blagostanja (SB)¹, međutim istraživanja koja su proveravala ove pretpostavke daju neusaglašene rezultate. U ovom istraživanju, subjektivno blagostanje je definisano preko Dinerovog modela subjektivnog blagostanja i to kroz: često doživljavanje pozitivnog afekta, retko doživljavanje negativnog afekta i zadovoljstvo životom (Diener, 1984; 2012). Ukoliko je SzH generalno koristan u kontekstu subjektivnog blagostanja, to bi značilo da bi pojedinci koji često koriste humor u svakodnevnom životu, tj. koji poseduju viši stepen SzH-a, trebalo ređe da doživljavaju neprijatne emocije, da budu skloniji višem nivou prijatnih emocija i da budu zadovoljniji životom od osoba sa slabije izraženim SzH-om (Martin, 2007). Međutim, nalazi istraživanja koja su se bavila povezanošću SzH-a i SB-a su nedosledni. Tokom vremena, prvenstveno u ranijim fazama izučavanja SzH-a, prikupljeno je dosta istraživačke građe koja nalazima podupire pretpostavke da pojedinci sa izraženim SzH-om efikasnije prevladavaju stresne situacije, da su manje skloni negativnom raspoloženju, da su boljeg opšteg fizičkog zdravlja i da ostvaruju i održavaju zdrave interpersonalne relacije (Deaner & McConatha, 1993; Hudak, Alexander Dale, Hudak, & Degood, 1991; Kazarian & Martin, 2004; Kuiper & Martin, R.A., 1993; Labbott, Ahleman, Wolever, & Martin, R.B., 1990; Martin, R.A., Kuiper, Olinger, & Dance, 1993; Overholser, 1992; Prerost & Ruma 1987; Ruch, Proyer, Harzer, Peterson, & Seligman, 2010; Saraglou & Scariot, 2002; Stieger, Formann, & Burger, 2011; Zhao, Kong, & Wang, 2012). Pri tom, određeni broj istraživanja ukazuje na moderatorski efekat smisla za humor (engl. *stress-buffering*) u kontekstu negativnih životnih događaja, u smislu da osobe koje imaju viši SzH održavaju viši nivo blagostanja u stresnim situacijama (Abel, 1998; Nezu, Nezu, & Blissett, 1988). Takođe, postoje nalazi koji svedoče u prilog protektivne uloge smisla za humor u kontekstu mentalnog zdravlja (Martin & Lefcourt, 1983). Empirijski nalazi sugerišu da SzH i humor generalno mogu imati pomažuću funkciju posebno u periodu adolescencije (Samson & Gross, 2012), jer šaljiva priroda humora omogućava adolescentima da iznesu svoja osećanja, a da se pritom ne smatraju odgovornim za njihov sadržaj (Sanford & Eder, 1984). Takođe, postoje nalazi da je humor pozitivno povezan sa zadovoljstvom životom i rezilijentnošću (Edwards, 2014). Sa druge strane, značajan broj drugih istraživanja, sprovedenih uglavnom na većim uzorcima nije uspeo da ponovi rezultate koji govore u prilog adaptivne funkcije SzH-a

¹U radu će kao sinonimi biti korišćeni pojmovi subjektivno blagostanje, blagostanje i sreća, a kao akronim će biti korišćeno SB.

(Anderson & Arnoult, 1989; Gillham et al., 2011; Hugelshofer, Kwon, Reff, & Olson, 2006; Korotkov & Hannah, 1994; Kuiper, 2012; Kuiper, Grimshaw, Leite, & Kirsh, 2004; Porterfield, 1987). Nalazi različitih istraživanja (Kerkkänen, Kuiper, & Martin, 2004; Kuiper & Borowicz-Sibenik, 2005; Kuiper & Martin, 1998b) ukazuju da humor nije isključivo adaptivne prirode i da u određenim situacijama može biti i štetan po psihološku dobrobit pojedinca. Navedeni nalazi su otvorili novo poglavlje u istraživanju humora uzdrnavši početne pretpostavke o isključivo pozitivnoj ulozi SzH-a što predstavlja centralni problem istraživanja sprovedenog u svrhu izrade ove doktorske disertacije. U istraživanjima humora trenutno dominira trend baziran na vodećim teorijskim modelima humora koji razmatraju šta sve čini humor i pod kojim uslovima SzH može biti koristan ili štetan po blagostanje pojedinca, bez *a priori* dodeljene isključivo adaptivne uloge SzH-a u SB-u (Kuiper, Grimshaw, Leite, & Kirsh, 2004; Kuiper & Olinger, 1998; Martin, 2001;).

Kao što je istaknuto, rezultati studija ne nude jasne smernice za tumačenje SzH - SB veze. Jedan od potencijalnih razloga nekonzistentnih rezultata se može ogledati u činjenici da većina aktuelnih instrumenata (samo)procene SzH ne uvažava distinkciju između adaptivnih i maladaptivnih formi SzH-a, barem ne eksplicitno i da ne razmatraju SzH kao višedimenzionalni konstrukt (Kuiper & Martin, 1998b; Martin, Puhlik-Doris, Larsen, Graz, & Weir, 2003). Na osnovu dosadašnjih istraživanja, čini se da su postojeće skale humora prilično slabi prediktori blagostanja, nasuprot drugim merama iz domena psihologije, kao što je npr. optimizam (Scheier & Carver, 1985).

Pored multidimenzionalne prirode SzH-a, moguće objašnjenje pomenutih nedoslednosti se može ogledati i u dominantnom određenju SzH-a kao inherentno adaptivne osobine, uz nedovoljno razmatranje okolnosti u kojima se ova osobina ispoljava. Korelacije između skala samoprocene SzH-a i različitih mera psihološkog zdravlja i blagostanja koje su registrovane u istraživanjima i kada su značajne su mahom niže od .25, što sugeriše da dimenzije smisla za humor objašnjavaju samo 6% varijanse mentalnog zdravlja (Thorson, Powell, Sarmany-Schuller, & Hampes, 1997). Koje će skale smisla za humor biti u korelaciji i sa kojim merama blagostanja čini se da varira od studije do studije (Martin, 2007).

Svakako je važno spomenuti da u je akademskoj psihologiji broj istraživanja na temu humora prilično mali. Pretraživanjem baze EBSCO februara 2016. godine na ukucanu reč humor, pojavljuje se svega 3740 naučnih članaka. Za pojam npr. depresivnost baza raspolaže sa

preko 50000 radova. Upadljiva diskrepanca između brojeva radova sugerise o razlikama u interesovanju za pomenute konstrukte. Postoji nekoliko pretpostavki koje mogu donekle objasniti ovu situaciju i o njima će biti više reči u narednim poglavljima, ali se načelno ogledaju u patocentričnoj orijentaciji psihologije do 80-ih godina 20. veka, zatim u *razdraganoj*, nedovoljno akademskoj, višedimenzionalnoj i teško uhvatljivoj prirodi SzH-a.

Na osnovu teorijskih modela i dosadašnjih istraživanja, može se pretpostaviti da povezanost između smisla za humor i subjektivnog blagostanja zavisi od niza faktora. U ovom istraživanju biće ispitana uloga činilaca za koje u dostupnoj literaturi postoji najviše indicija da utiču na povezanost između SzH-a i SB-a: stilova humora i osobina ličnosti. U ovoj studiji nastojimo da proverimo da li povezanost između smisla za humor i subjektivnog blagostanja kod adolescenata zavisi od stila humora koji pojedinac dominantno koristi i osobina ličnosti. Zatim, nastojimo da utvrdimo da li smisao za humor ima moderatorsku, tj. protektivnu ulogu u odnosu između broja negativnih životnih događaja i subjektivnog blagostanja. U ovom istraživanju, procena SzH-a uključivaće samoprocenu i procenu od strane drugih. Često se SzH definiše na različite načine; npr. kroz sposobnost razumevanja humora, produkciju humora i doživljavanje humora važnim (Martin, 1998). Do sada je smisao za humor proučavan kao kognitivna sposobnost da se proizvede humorističan sadržaj, zatim kao estetski odgovor, kao navika u ponašanju, temperamentalna crta, kao stav i kao strategija prevladavanja (Martin et al., 2003). Autori sugerisu (npr. Kirsch & Kuiper, 2003) da većina inventara vezanih kako za samoprocenu tako i procenu na nivou humorističnih ponašanja favorizuje određeni aspekt fenomena. Takođe, većina istraživača smatra da se humor pojavljuje spontano u prirodnim interakcijama. Iz navedenih razloga, procena SzH-a će biti sprovedena u realnom životu, a da bi određenu osobu okolina ocenila kao pojedinca sa smislom za humor najverovatnije je da ta konkretna osoba i razume i produkuje i smatra humor važnim.

Humor i smisao za humor - istorijska perspektiva i aktuelna pitanja

„Humor je najveći blagoslov čovečanstva.“

Mark Twain

Reč humor potiče iz latinskog jezika (*lat.* hūmor ōris, *m.* [humeo]) u kome je označavala tečnost ili vlagu (Divković, 1980). Prvobitno u srednjovekovnoj medicini, a potom i u periodu renesanse, ova reč je bila oznaka za četiri telesne tečnosti u ljudskom organizmu - krv, sluz, žuta i crna žuč (Ruch, 1998). U doba antičke Grčke bilo je ustaljeno verovanje da svako narušavanje harmonije telesnih sokova i prevaga jednog od humora predstavlja znak ili uzrok bolesti, čak i podlogu za nastranosti. Tako su se uz pomoć humora, pored fizioloških, određivale telesne, psihološke i patološke karakteristike ličnosti: osobine, dispozicije, sposobnosti, moral i temperament.

U savremenoj kulturi, humor se najčešće doživljava kao poželjan element u različitim segmentima života pojedinca: u komunikaciji (Meyer, 2000), pri uspostavljanju socijalnih veza (Graham, 1995), u preferenciji partnera (Buss, 1988; Feingold, 1992; Goodwin, 1990; Kenrick, Sadalla, Groth, & Trost, 1990; Sprecher & Regan, 2002), u poslovnom okruženju (Holmes, 2006; Martin, Rich, & Gayle, 2004; Wanzer, Booth-Butterfield, & Booth-Butterfield, 2005), u oglašavanju (Weinberger & Gulas, 1992), u vaspitnom radu (Downs, Javidi, & Nussbaum, 1988), u suočavanju sa stresnim situacijama (Bizi, Keinan, & Beit-Hallahmi, 1988; Overholser, 1992). Međutim, iz istorijske perspektive, humor nije uvek tumačen na isključivo pozitivan način. U pionirskim teorijama ne postoji jasna i opredeljena distinkcija između smeha kao ponašanja i humora kao fenomena. Najstarije teorije humora odnosno smeha datiraju još od Aristotela i Platona i sugerišu da je smeh rezultat osećaja superiornosti usled ismevanja drugih zarad njihove gluposti, slabosti ili ružnoće (Martin, 2003). Tokom vremena, od antičke Grčke, pa sve do 20. veka filozofi u svojim delima nisu bili naklonjeni humoru. Većina komentara se zasnivala na ideji o humoru kao podsmehu i preziru, a komentara o šalama, komediji i duhovitosti gotovo nije ni bilo (Morreall, 2012).

Vremenom, pojam humora je prvenstveno počeo da se odnosi na raspoloženje (značenje još uvek prisutno kada se govori u terminima dobrog i lošeg raspoloženja) i tako se do kraja 16. veka termin pre svega odnosio na raspoloženje. *Dobar humor* je podrazumevao stanje razdraganog i prijatnog raspoloženja, što u današnjim okolnostima, najviše korespondira

shvatanju humora kroz afektivnu osnovu (Ruch, 1998). Zatim je prerastao u pojam vezan za duhovitost, zabavu i šaljivost, iako ne nužno u blagonaklonom i pozitivnom smislu. U Evropskoj kulturi humor je počeo da se odnosi na neuobičajen, neobičan i egocentričan karakter osobe koji potiče od neravnoteže u telesnim tečnostima. U tom periodu, humor počinje da se shvata kao talenat da se zasmejavaju drugi ljudi, ali se još uvek razlikuje od današnjeg smisla za humor, jer obuhvata i ismejavanje samog pojedinca usled njegovih slabosti (Ruch, 1998). Sve do kraja 17. veka, bilo je društveno prihvatljivo podsmevati se fizički deformisanim i mentalno poremećenim osobama. Poznat je podatak da je u tom periodu poseta mentalnim bolnicama zarad podsmevanja pacijentima bila uobičajen način zabave (Lefcourt, 2002). Takođe, komunikacija u vidu razmene agresivnih dosetki je predstavljala poželjan način ponašanja u tadašnjem visokom društvu. Tek su na osnovu uticaja humanističkog pokreta 18. veka, pomenuti vidovi hostilnog smeha shvaćeni kao neadekvatan i vulgaran način ponašanja (Martin, 2003). Iz navedenog, čini se da su filozofi tokom vekova humor i smeh shvatali kao način uživanja u tuđim nesrećama i samu vrednost humora dovodili u pitanje, dok su lekari bili fokusirani na zdravstvene dobrobiti humora, prvenstveno smeha. U razdoblju od 13. do 19. veka postoji značajan broj svedočenja lekara o pomažućoj ulozi smeha pri oporavku pacijenata. Još u 13. veku zabeleženo je mišljenje hirurga Henrija de Mondevila (Henri de Mondeville) vezano za postoperativni period da „hirurg mora zabraniti bes, mržnju i tugu u pacijenta, jer telo raste od radosti, a mršavi od tuge“ (Goldstein, 1982, str. 22). Lekar Malkaster (Mulcaster, 16. vek) je verovao da se smeh može tumačiti kao fizička vežba za unapređenje zdravlja - „smeh može pomoći ljudima koji imaju hladne ruke i grudi i koje muči melanholija, jer kada se smeju udišu veliku količinu vazduha, a izdišu topliji vazduh i popravljaju im se raspoloženje“ (Goldstein, 1982, str. 22). Podrška pozitivnoj lekarskoj orijentaciji u razumevanju humora leži u poznatom, novijem slučaju Normana Kazinsa (Norman Cousins, 1979). Normanu, inače novinaru po struci, dijagnostikovano je ankilozni spondilitis i nakon agresivnih, ali bezuspešnih tretmana medikamentima, Norman je u dogovoru sa svojim lekarom, prekinuo sa tradicionalnim načinom lečenja. Čitajući na temu značaja pozitivnih emocija pri lečenju i blagotvornom opštem efektu C vitamina, Norman je prešao na terapiju humorom u vidu komičnih filmova i knjiga i intravenoznim injekcijama C vitamina. Vremenom, svi simptomi su se povukli. Norman je napisao članak o svom slučaju koji je vrlo brzo naišao na veliko interesovanje stručne javnosti, ali i opšte populacije. Pitanje razloga Normanovog oporavka ostaje otvoreno - da li je zaista *izlečen* humorom ili bi se njegovi

simptomni povukli vremenom uz drugu ili bez terapije. Ipak, slučaj Normana postao je urbana legenda i poslovice da *srce veselo pomaže kao lek, a duh žalostan suši kosti* (Priče Solomonove, 17:22 Knjige Staroga Zaveta) predstavljaju inspiraciju velikom broju različitih tretmana lečenja zasnovanim na humoru.

Među prvim psiholozima koji ističu pozitivne aspekte humora pominje se Makdugal (McDougall, 1903; 1922). On sugerise da smeh može umanjiti uticaj pritisaka sredine koji bi u suprotnom uticali na smanjenje racionalnog ponašanja. Smeh služi da nas zaštiti od žaljenja, depresije i drugih destruktivnih emocija. Sličnog stava bio je i Frojd. U svojoj knjizi Dosečka i njen odnos prema nesvesnom (1976) on opisuje smeh kao način oslobađanja od tenzije koja je nastala usled okolnosti koje su prethodile smehu. Tenziju može izazvati gotovo bilo šta što može provocirati osećanja ili misli u vezi sa seksualnošću ili besom u situacijama gde njihova ekspresija ne bi bila adekvatna. Kada šala dostigne vrhunac, tada slušalac ili osoba koja priča šalu ima prostora da reaguje i energija zarobljena u inhibiranim emocionalnim reakcijama se pretvara u smeh. Slično Makdugalu, i Frojd je smatrao da humor može biti koristan u umanjivanju štetnog uticaja emocionalnog distresa (Lefcourt, 2001). U članku Humor (Freud, 1928), Frojd zastupa stav da se humor razlikuje od šaljivosti i zabave. Humor predstavlja internalizaciju roditeljskog oprostaja koji omogućava osobi da oseti olakšanje od emocija koje prate razočaranje i neuspehe. Humor uključuje reinterpretaciju neuspeha kao manje značajnog i ozbiljnog nego što osoba u početku veruje i na taj način se neuspehi transformišu u „puku dečiju igru” (Lefcourt, 2002). Na opisani način, humor predstavlja korisno sredstvo suočavanja sa razočaranjima, depresijom i anksioznošću. Prema mišljenjima nekih autora (npr. Grotjahn, 1957) SzH predstavlja znak emocionalne zrelosti i omogućuje adaptivno regresivno ponašanje i oslobađanje od viška energije na pozitivan način. Stavovi Makdugala i Frojda u velikoj meri odgovaraju aktuelnom shvatanju humora kao strategije koja pomaže u prevazilaženju emocionalnih poteškoća.

U okviru savremenih psiholoških istraživanja, humor se može odnositi na karakteristike stimulusa, na mentalne procese kao što su osmišljavanje, produkcija, razumevanje i doživljavanje humora važnim, kao i na odgovor pojedinca. Iako se humor najčešće javlja u interpersonalnim interakcijama, prisutna je intrapsihička priroda humora koja se ogleda u vedrom pogledu na život i razdraganom stilu života.

Martin (2007) navodi nekoliko koncepcija u definisanju humora - smisao za humor kao navika u ponašanju (tendencija da se pričaju šale, da se osoba često smeje; Craik, Lampert, & Nelson, 1996), zatim kao stav (uživanje u humoru; Svebak, 1996), humor kao strategija prevladavanja (tendencija da se očuva humoristična perspektiva pri suočavanju sa negativnim događajima; Lefcourt & Martin, 1986), humor kao estetski odgovor (Ruch & Hehl, 1998) ili kao kognitivna sposobnost (sposobnost kreiranja, razumevanja i pamćenja šala; Feingold & Mazzella, 1991). Prema nalazima Kolerove i Ruha (Köhler & Ruch, 1996) navedene komponente nisu u visokoj međusobnoj korelaciji i neke od njih mogu biti važnije u razumevanju blagostanja. Možemo pretpostaviti da npr. sposobnost generisanja vickastih dosetki doprinosi blagostanju, ali u manjoj meri, nego upotreba humora kao strategije prevladavanja (Martin et al., 2003).

Iako postoje različite konceptualizacije humora, on se u psihologiji najčešće definiše kao stabilna osobina ličnosti ili varijabla zadužena za individualne razlike (Ruch, 1998) i podrazumeva višedimenzionalni konstrukt koji obuhvata kognitivne, emocionalne, bihevioralne, psihofiziološke i socijalne komponente (Martin, 2000). Odnosi se na pojedinca i njegove emocije, misli i akcije. Sa temperamentalnog stanovišta, humor obuhvata osobine poput razdraganosti i ozbiljnosti (Ruch & Hoffman, 2012).

SzH je višedimenzionalni konstrukt koji se objašnjava na različite načine. Jedan od najpoznatijih istraživača u oblasti humora i na čijim nalazima je zasnovan deo ovog istraživanja, Rod Martin je ovaj problem sažeo u konstataciji „da iako skoro svako može da prepozna smisao za humor kada ga uoči, čini se da niko ne zna kako ga definisati ili objasniti“ (Martin, 1998, str. 15). SzH se najčešće određuje kao klaster osobina koji obuhvata karakteristike koje se tiču individualnih razlika u ponašanjima vezanim za humor kao što su produkcija humora, razumevanje i doživljavanje humora važnim. U ovoj disertaciji termin SzH će biti korišćen u najširem smislu, kao odraz individualnih razlika u ponašanjima, stavovima, osećanjima, iskustvima i sposobnostima u vezi zabave, bez uključivanja *a priori* pretpostavki o poželjnosti i uticaju SzH-a na blagostanje pojedinca. Kao i u slučaju drugih osobina ličnosti, SzH je hipotetički konstrukt, tako da se ne može posmatrati direktno, već preko određenih indikatora poput opaženog ponašanja ili iskustva o kom pojedinac izveštava. Imajući u vidu da sveobuhvatna i opšteprihvaćena definicija SzH-a ne postoji, svesni smo da određena konceptualizacija smisla za humor može biti korisna ili ne, ali ne tačna ili netačna (Ruch, 1994).

Danas, SzH predstavlja izuzetno poželjnu karakteristiku u okviru self koncepta, tako da većina ljudi veruje da je njihov SzH u najmanju ruku prosečno izražen (Allport, 1961; Lefcourt & Martin, 1986). Američki pisac Kolbi (Frank Moore Colby) je primetio da će „*ljudi priznati izdaju, ubistvo, podmetanje požara, lažne zube ili periku. Pitanje je koliko će njih priznati nedostatak humora*“? Posmatrano iz istorijske perspektive, koncept SzH-a se prvi put pominje u 18. veku. Britanski filozofi su u tom periodu govorili o *smislu* kao o posebnoj, istančanoj sposobnosti za procenu i prepoznavanje kvaliteta određenih stvari i pojava (Wickberg, 1998). U tom maniru, postojao je smisao za lepotu, smisao za čast, smisao za pristojnost itd. *Smisao za smešno* je postao rani izraz koji opisuje senzibilitet za smešne stvari. Do sredine 19. veka, ovaj izraz, zamenjen je izrazom *smisao za humor*. Ubrzo je smisao za humor postao visoko cenjena osobina. Reći za nekog da poseduje izražen SzH predstavljalo bi sveobuhvatnu pohvalu karaktera date osobe. SzH je na taj način, polako, postao jedna od poželjnijih karakteristika koju pojedinac može posedovati. Tokom dvadesetog veka, SzH je zadržao pozitivnu konotaciju, ali ostaje nedovoljno definisan konstrukt. Uz osnovnu odrednicu kao sposobnost u zasmeljavanju drugih ljudi i uživanju u zabavi i smehu, SzH-u je pripisana i dodatna vrednost kao nizu poželjnih osobina poput ležernosti, inteligencije, popularnosti i sl. U tom slučaju, nedostatak smisla za humor bi odražavao isuviše ozbiljnu, nefleksibilnu i egoističnu osobu. Tokom 30-ih godina dvadesetog veka, SzH je posmatran kao esencijalna komponenta mentalnog zdravlja. Osoba koja poseduje smisao za humor bi najverovatnije bila i emocionalno stabilna, adekvatno adaptirana, opuštena i otporna na stres (Martin, 2007). Tokom dvadesetog veka, SzH je postao izuzetno popularna karakteristika i u socijalno-političkim sferama života. Koliko je u komunizmu ili tokom nacističkog perioda SzH smatran neadekvatnim, toliko je, posebno u Americi, SzH postao jedna od najvažnijih karakteristika političara (Wickberg, 1998).

Danas, većina ljudi SzH i humor vidi pretežno u pozitivnom svetlu. Smatra se da se pojedinci sa izraženim smislom za humor bolje slažu sa drugim ljudima, da lakše prevladavaju stresne situacije, da su boljeg opšteg fizičkog i mentalnog zdravlja (Lefcourt, 2001). Značajno je napomenuti da u savremenoj kulturi humor poseduje kako agresivne tako i benigne karakteristike i uključuje mogućnost „smejati se nekom“ i „smejati se sa nekim“ (Martin, 2007, str. 26). U skladu sa ovim, tokom vremena razvijeno je shvatanje SzH-a kao višedimenzionalnog konstrukta sa kako pozitivnim, tako i negativnim aspektima.

Univerzalnost smeha, humora i smisla za humor

„Životinje dođu kada ih pozovemo. Baš kao i ljudi.“

Wittgenstein

Humor i smeh predstavljaju univerzalne obrasce ljudskog funkcionisanja prisutne u svim kulturama i u manjoj ili većoj meri svojstvena svim pripadnicima ljudske vrste (Apte, 1985; Lefcourt, 2001). Iako se čini kao univerzalan fenomen, prisutni su nalazi koji sugerišu da postoje razlike među nacijama i kulturama u kvalitativnoj i kvantitativnoj ekspresiji humora, kao i u načinu njegove ekspresije (Ruch & Forabosco, 1996). Tako je npr. registrovano (Martin & Sullivan, 2013) da britanski učesnici istraživanja poseduju značajno negativniji stav prema duhovitim ljudima nego ispitanici iz Australije, dok su ispitanici iz Sjedinjenih Američkih Država izveštavali kako koriste humor u socijalnim interakcijama češće nego Britanci. Iako svaka kultura očigledno poseduje norme koje pretpostavljaju šta je smešno i koja vrsta šala je društveno prihvatljiva, zvuk smeha se ne razlikuje među kulturama. Smeh je karakterističan i stereotipan obrazac vokalizacije i izuzetno je lako prepoznatljiv (Provine & Yong, 1991). Smeh se može shvatiti kao spolja vidljiva ekspresija pozitivnih emocija, npr. razdraganosti (Carbelo & Jáuregui, 2006). Sa aspekta kortikalnih struktura, poznato je da smeh aktivira dopaminergički mezolimbčki sistem nagrada, povezan sa različitim hedonističkim senzacijama (Reiss, Mobbs, Greicius, Eiman, & Menon, 2003). Razvojno gledano, smeh je, odmah nakon plača, jedna od prvih socijalnih vokalizacija koju produkuju novorođenčad (McGhee, 1971). Bebe najčešće počinju da se smeju kada navršu četiri meseca starosti i njihov smeh predstavlja reakciju na ponašanje ljudi u okolini. Slučajevi gelastične epilepsije (redak oblik bolesti koji se manifestuje u repetativnim nekontrolisanim napadima smeha) kod odojčadi ukazuju na postojanje mehanizama zaduženih za smeh već pri rođenju (Sher & Brown, 1976). Potvrde o smehu kao urođenom fenomenu se ogledaju i u činjenici da se deca rođena sa teškim oštećenjima čula vida i sluha smeju adekvatno, a da pritom nisu imali priliku da opaze smeh na bilo koji način (Goodenough, 1932; Provine, 2000). Putem studija snimanja mozga (engl. *neuro imaging*) istraživači su otkrili da je levi deo frontalnog režnja (girus) zadužen za smeh (Fried, Wilson, MacDonald, & Behnke, 1998). Neurološka istraživanja (npr. Shammi & Stuss, 1999), u prilog evolucionističkom statusu humora, sugerišu da je za obradu humora odgovoran desni deo frontalnog režnja.

Smeh nije samo odlika ljudske vrste. Primatolozi ukazuju da su određene forme smeha prisutne i kod mladih šimpanzi. Slične forme smeha opažene su i kod drugih vrsta čovekolikih majmuna, npr. orangutana i gorila (Preuschoft & van Hooff, 1997; van Hooff & Preuschoft, 2003). Smeh čovekolikih majmuna je opisan kao odsečan zvuk, praćen blago otvorenim i opuštenim usnama i prisutan je u socijalnim aktivnostima poput gurkanja i prevrtanja. Iako zvučno drugačijeg kvaliteta nego ljudski, smeh čovekolikih majmuna je prepoznatljiv i pojavljuje se u sličnim okolnostima kao i kod dece ljudske vrste.

U kontekstu smeha, postoje dokazi da su čovekoliki majmuni sposobni i za elementarno izražavanje smisla za humor. Kod šimpanzi i gorila koje su naučene da komuniciraju putem znakovnog jezika, primećena je upotreba znakova na maštovit i razigran način, koji veoma podseća na humor, kao što su igra reči, duhovite uvrede čak i namerna neadekvatna upotreba reči (Gamble, 2001). Humoristična upotreba znakovnog jezika je često praćena smehom i izrazom lica sličnom izrazu prisutnom tokom igre, ukazujući na vezu između humora, igre i smeha čak i kod čovekolikih majmuna (Martin, 2007).

Navedeni dokazi sugerišu da su humor i smeh kod ljudi proizvod prirodne selekcije (Gervais & Wilson, 2005; Weisfeld, 1993) i da poseduju veoma važnu adaptivnu vrednost. Još je Darwin ukazao da smeh predstavlja urođen izraz radosti i humor opisao kao „golicanje (zadirkivanje) uma” (Darwin, 1872, str. 218) i posmatrao ga kao oblik socijalne komunikacije koja je pomogla opstanak (Lefcourt, 2001). Smeh poseduje značajne funkcije važne za ljudsku vrstu-funkciju povezivanja ljudi, pomirenja i jačanja zdravlja (Wilkins & Eisenbraun, 2009). Smeh je, čini se, nastao kroz socijalnu igru i potiče od signala vezanih za igru kod primata. Sa stanovišta evolucionih istraživača, smeh se može posmatrati kao deo sistema neverbalnih gestovnih poziva, koji ima dugu istoriju i preteča je razvoju jezika (Burling, 1993). Razvojem intelektualnih i lingvističkih sposobnosti, ljudi su prilagodili aktivnosti koje datiraju od predaka primata iz igara koje su izazivale smeh u intelektualnu igru kroz mentalne predstave i ideje koje danas nazivamo humorom (Caron, 2002).

Iako se odrasli ljudi *ne jure okolo* kao primati, ne golicaju se i ne prevrću, itekako putem humora nastoje da što češće učestvuju u socijalnoj igri. Iako gotovo sve forme humora potiču iz strukture bazične igre, kompleksnost jezika i mašta omogućavaju ljudima da kreiraju humor na bezbroj različitih načina (Martin, 2007).

Pored odraza igre i zabave, napretkom društva u celini, humor je prevazišao date biološke okvire. U savremenom razumevanju humora, mnoge njegove funkcije je moguće okarakterisati kao paradoksalne i kontradiktorne. Sa današnjeg stanovišta, humor može predstavljati način jačanja grupne kohezije, ali ujedno i metod izopštavanja pojedinaca. Humor je danas prisutan u ljudskoj vrsti kao univerzalno sredstvo komunikacije i socijalnog uticaja sa mnoštvom različitih pojava oblika (Martin, 2007). Kao adaptivno sredstvo za opstanak naše vrste, na sofisticiranijem nivou, u aktuelnim istraživanjima humora prisutna je pretpostavka da humor može imati pomažuću funkciju pri postizanju i očuvanju blagostanja pojedinca, bilo kroz svoju interpersonalnu ili intrapsihičku prirodu.

Kratak pregled teorija humora

„Analiziranje humora je kao disekcija žabe-malo ljudi je zainteresovano i žaba od toga umire.“

Elwyn Brooks White

U literaturi se najčešće sreće podela teorija humora na tri najuticajnije grupe - teorije superiornosti (nadmoći), teorije olakšanja (nazivane i teorijama uzbuđenja) i teorije inkongruencije, nepodudarnosti ili neočekivanog ishoda (Mulder & Nijholt, 2002). Iako nisu teorije u užem naučnom smislu, predstavljaju koristan okvir za sistematizaciju objašnjenja distinktivnih karakteristika humora. Teorije superiornosti se baziraju na osećaju nadmoći nad drugima manifestovanom kroz humor. Teorije olakšanja se odnose na fiziološko oslobađanje od tenzije i fokusirane su na razmatranje funkcije humora. Grupe teorija inkongruencije su zainteresovane za vrstu stimulusa koji provocira humor i bazirane su na kontradiktornosti između očekivanog i realnog iskustva (Wilkins & Eisenbraun, 2009).

Teorije superiornosti

„Strast u smehu nije ništa drugo do iznenadno blaženstvo koja proizilazi iz spoznaje neke izvrsnosti u nama u poređenju sa slabostima drugih ljudi ili našim prethodnim.“

Thomas Hobbes

U okviru ovih teorija, humor je shvaćen kao rezultat osećaja nadmoći koje potiče iz poniženja druge osobe ili od sopstvenih prethodnih propusta. Sreće se u radovima Platona,

Aristotela, a potom i Hobsa. Teorije superiornosti su dominirale do 18. veka. Iako na osnovu ove teorije humor može biti shvaćen kao maladaptivan, ovaj tip humora srećemo veoma često i danas - npr. skrivena kamera ili komedije u kojima je pojedinac *uhvaćen* u sramotnoj situaciji (Wilkins & Eisenbraun, 2009). Slično, i u filozofskoj disciplini estetika pod komičnim se smatraju ljudske nesavršenosti. Aristotel smatra da je komedija „oponašanje ljudi manje vrednog karaktera, ali ne loših u svakom pogledu“ (prema Uzelac, 1999).

Teorije olakšanja

„Osoba koja nema smisla za humor je poput kočije koja nema amortizere. Svaki kamičak na putu je zatrese.“

Henry Ward Beecher

Prema teorijama olakšanja, prvenstveno psihoanalitičkim, ljudi doživljavaju humor i smeju se zato što osećaju da na taj način umanjuju stres (Berlyne, 1972; Kuiper, Martin, & Olinger, 1993). Frojd (1976) je, prateći radove Herberta Spensera, pretpostavio da smeh potiče od viška energije stvorene potiskivanjem seksualnih i agresivnih impulsa. Naime, Frojd je posmatrao humor kao maskiran način izražavanja socijalno neprihvatljivih nagona. Humor je podelio u tri podgrupe. Prvu grupu predstavljaju šale kao namerna ekspresija sadržaja poput seksa i agresije. Druga grupa obuhvata šaljivost kao neverbalni izraz zabave poput klovnova i podseća na dečiji smeh. Treća grupa podrazumeva humor koji se pojavljuje u situacijama u kojima bi pojedinac najverovatnije osećao negativne emocije poput straha, besa ili tuge, ali opažanje zabavnih ili neočekivanih elementa u kontekstu iste situacije omogućava drugačiju perspektivu i omogućava izbegavanje negativnih osećanja. Prema Frojdu, humor (shvaćen u užem smislu, kao treća podgrupa) je svojevrsan odbrambeni mehanizam koji omogućava suočavanje sa negativnih situacijama bez preplavlivanja negativnim emocijama (Martin, 2007).

Teorije inkongruencije

„Tajna humora je iznenađenje.“

Aristotel

Teorije inkongruencije su fokusirane na kognitivne elemente humora. Potiču iz dela Hačesona (Hutcheson, 1750 prema Critchley, 2002), a razradili su ih Kant, Šopenhauer i Kjerkegor. Suština humora, prema ovim teorijama, počiva na dovođenju dve sasvim različite ideje, situacije ili koncepta u vezu koja uobičajeno nije očekivana. Humor je viđen kao odgovor na inkongruenciju, termin široko korišćen da opiše dvosmislenost, logičku nemogućnost i neadekvatnost (Morreall, 2012). Ove teorije pretpostavljaju da se ljudi smeju stvarima koje ih iznenade ili stvarima koje naruše uobičajeni obrazac. Odstupanje ishoda (šale) od očekivane norme je nedovoljno da bude opaženo kao preteće, ali ipak dovoljno da razlika bude uočljiva (Wilkins & Eisenbraun, 2009). Humor proizilazi iz doživljaja nepodudarnosti onoga što znamo ili očekujemo sa onim što se zapravo desi u vicu, šali, filmu i sl. Kant je mišljenja da u okviru teorija inkongruencije „smeh predstavlja afekat koji potiče iz iznenadnog preobražaja napregnutog očekivanja u ništa" (Kant, 1975, str. 215). Ovaj pristup humoru najviše liči na tehnike tzv. *stand up* komedije. U prvom delu šale, komičar kreira određeno očekivanje kod publike. Vrhunac šale (engl. *punch line*) narušava očekivani rasplet i na taj način završnica šale je u neskladu sa početkom. U prilog ovim teorijama svedoče i nalazi neuroloških istraživanja, koji pokazuju da su isti delovi mozga uključeni u rešavanje inkongruencije kao i pri obradi crtanih filmova (Mobbs, Greicius, Abdel-Azim, Menon, & Reiss, 2005; Samson, Hempelmann, Huber, & Zysset, 2009).

Prethodno pomenute teorije jesu najčešće navođena klasifikacija teorija humora i većina novijih teorija se oslanja na određena načela iz pomenute tri ili predstavlja njihovu kombinaciju. Tako se npr. Minskijeva teorija oslanja na Frojdova načela u vezi humora i pretpostavlja da humor omogućava pojedincu oslobađanje od zarobljene psihičke energije (Minsky, 1981). Vič (Veatch, 1998) predlaže Teoriju narušavanja koja sugerise obuhvatanje svih teorija humora, sa naglaskom na teorije inkongruencije i superiornosti. Prema njegovom mišljenju, određena situacija je opažena kao humoristična kada se čini da je situacija uobičajena, ali se u isto vreme čini da nešto nije u redu (Mulder & Nijholt, 2002). Nadalje, Raskinova (1985) Semantička teorija humora (engl. *script-based semantic theory*) predstavlja varijaciju starijeg koncepta inkongruencije, ali u lingvističkom okruženju. Shodno tome, teorija je fokusirana isključivo na verbalni humor. Dva uslova su neophodna da bi tekst bio procenjen kao smešan - tekst mora biti kompatibilan (potpuno ili delimično) sa dva različita skripta i pritom ta dva skripta bi trebalo da

budu u suprotnosti. Generalna teorija verbalnog humora (Raskin & Attardo, 1991) predstavlja nadogradnju prethodne Raskinove teorije.

Navedene teorije se značajno razlikuju prema stepenu koherentnosti, aspektima humora za koje se interesuju, opovrgljivosti i empirijskoj potvrdi. Većina aktuelnih teorijskih modela humora, pretpostavlja da je funkcije humora moguće uklopiti u jednu od deset kategorija (Kuhle, 2012): a) promocija socijalnog povezivanja (Dunbar et al., 2011); b) facilitacija saradnje (Jung, 2003); c) redukcija kontraproduktivnih ponašanja (Chafe, 1987); d) obaveštenje da je određeni stimulus neugrožavajući (Hayworth, 1928; Ramachandran, 1998); e) signalizacija interesa za uspostavljanje i održavanje socijalnih odnosa (Li, Bailey, Kenrick, & Linsenmeier, 2002); f) promocija socijalnog učenja (Gervais & Wilson, 2005); g) upravljanje stresom (Alexander, 1986; Pinker, 1997); h) čini potragu za greškama i njihovim ispravljanjem zabavnim (Hurley, Dennett, & Adams, 2011); i) pomaže udvaranju partnerima (Miller, 1997, 2000); j) signal za zajedničko znanje, stavove i preferencije (Flamson & Barrett, 2008).

Relacije smisla za humor i različitih modela ličnosti

„Zdrav razum i smisao za humor su iste stvari, koje se kreću različitom brzinom. Smisao za humor je zdrav razum koji pleše.“

William James

SzH se najčešće određuje kao klaster osobina koji obuhvata karakteristike koje se tiču individualnih razlika u ponašanjima vezanim za humor kao što su produkcija humora, razumevanje i doživljavanje humora važnim (Martin, 1998; Ruch & Hofmann, 2012). U okviru nekoliko značajnih teorija ličnosti posvećena je pažnja SzH-u kao faceti koja pripada definisanim osobinama ličnosti. U ovim teorijama, pretpostavljeno je da sve psihološki značajne osobine, pa samim tim i SzH, na osnovu kojih se ljudi međusobno razlikuju, mogu biti smeštene u okviru prostora koji je definisan ograničenim brojem bazičnih dimenzija.

Među prvim modelima koji uključuju SzH u prostor ličnosti je Gilfordova teorija ličnosti. Tokom dugogodišnjih istraživanja, počevši od 30-ih godina 20. veka, Gilford je sa saradnicima (Guilford, Zimmerman, & Guilford, 1976) izdvojio 13 faktora koji čine osnovu ličnosti. Faktor koji se izdvojio kao povezan sa humorom je Faktor R-uzdržavanje. Faktor se odnosi na dispoziciju za pozitivne emocije, impulsivnost i nedostatak ozbiljnosti. Ajtemi koji postižu

visoko zasićenje na ovom faktoru se odnose na bezbrižan i ležeran stil života (npr. *Da li biste ocenili sebe kao ležernu osobu?*), kao i na impulsivnost i traženje senzacija u kontekstu nepromišljenosti pre akcije ili nezabrinutosti za budućnost. Empirijsku potvrdu Gilfordovih pretpostavki su ponudili Katel i Laborski (Cattell & Luborsky, 1947). Istraživanjem su utvrdili značajnu povezanost između faktora humora koji se odnosi na nonšalanantnu seksualnost i faktora R. Faktor humora definisan kao gruba šala prema drugim ljudima (engl. *bringing another bluntly to reality*) je bio pozitivno povezan sa faktorom T koji podrazumeva sklonost filozofskom razmišljanju, analiziranju sebe i drugih i introspekciji. Dobijeni rezultati su shvaćeni kao potvrda da preferencija određenog stila humora jeste zapravo odraz bazičnijih dimenzija ličnosti (Martin, 1998).

Nadalje, u Katelovom modelu 16PF (Cattell, 1947) pretpostavljeno je da je SzH najbliže povezan sa faktorima A i F. Faktor A (afekcija-sajzija) se odnosi na osobine poput društvenosti, dobrodušnosti, opuštenosti, saradljivosti na jednom polu dimenzije, dok su na drugom crte poput rezervisan, kritički nastrojen, krut i distanciran. Pored gregarnih i socijabilnih kvaliteta dimenzije, faktor A se odnosi i na stepen u kome pojedinac iznosi svoje emocije nasuprot emocionalnoj inhibiciji. Faktor F (desurgencija-surgencija) opisuje pričljive, vesele, nonšalantne, optimistične, entuzijastične, brze osobe nasuprot tihim, zabrinutim, nekomunikativnim pojedincima. Što se tiče empirijske validacije Katelovih pretpostavki, ne postoje jasni nalazi koje svedoče da se SzH u okviru modela 16PF nalazi na pretpostavljenom mestu. U istraživanjima (npr. Terry & Ertel, 1974; Hehl & Ruch, 1985) dobijene su niske korelacije (.23) između preferencije inkongruentnog humora i faktora A, kao i između faktora F i nonsens humora². Značajno je istaći da su pomenuta istraživanja uključivala samo jedan aspekt smisla za humor-preferenciju određene vrste humora. Moguće je da bi ostale komponente SzH-a, prvenstveno produkcija humora potencijalno bile u jačoj korelaciji sa pomenutim faktorima.

U okviru različitih petofaktorskih modela (John, 1990; McCrae & Costa, 1987; Norman 1963) SzH je prevashodno povezivan sa ekstraverzijom i otvorenošću (intelektom, kulturom, zavisno od modela) i nije uključen kao faceta ili komponenta određene osobine ličnosti. Aspekti humora koje su registrovani u vezi sa ekstraverzijom su zabava i šaljivost (John, 1990), veštine u igri i humoru i iniciranje humora (McCrae, Costa, & Busch, 1986).

² Nonsens humor - vrsta šala koje u sebi sadrže inkongruentne elemente, ali za razliku od isključivo inkongruentnih šala, poenta (engl. *punch line*) ne nudi kompletno, a ponekad ni delimično razrešenje nepodudarnosti očekivanog i realnog ishoda.

U okviru Ajzenkovog PEN modela (Eysenck, 1942; 1943) SzH se čini povezan sa ekstraverzijom. Ajzenk i Ajzenk su ukazali na tendenciju ekstraverata „da se smeju i budu srećni“ (1975, str. 9 prema Ruch, 1994). U nizu studija (Ruch, 1994) koje su se bavile povezanošću između SzH-a i faktora PEN modela prisutna je dosledna veza SzH-a, procenjivanog putem sedam različitih mera i ekstraverzije.

Značajno je istaći da iako SzH sam po sebi predstavlja dobar prediktor individualnih razlika u ponašanjima vezanim za humor, i druge, bazičnije dimenzije ličnosti mogu biti takođe prediktori istog ponašanja - prvenstveno ekstraverzija. U tom smislu, određeni autori (npr. McGhee, 1979) se protive upotrebi koncepta SzH uopšte. Iako je prisutan značajan broj dokaza da ekstraverti poseduju izraženiju tendenciju da se smeju i zabavljaju u odnosu na introverte, istraživanja preferencije određenog humora svedoče da introverti ipak nisu lišeni smisla za humor (Martin, 1998). Još u najranijim fazama izučavanja SzH-a (npr. Kambouropoulou, 1930) ukazano je da ekstraverti više uživaju u humoru koji im obezbeđuje osećaj lične nadmoći, dok introverti uživaju u humoru u istoj meri kao i ekstraverti, ali preferiraju bezličan, inkongruentan humor. Takođe, ekstraverti preferiraju jednostavnije šale (Eysenck, 1940) u odnosu na introverte koji veću zabavu pronalaze u kompleksnijim šalama.

Kao što je napomenuto već na samom početku ove disertacije, SzH je višedimenzionalni konstrukt koji poseduje emocionalne, kognitivne i motivacione komponente. U kontekstu pomenutog, Ruch (1994) sugerise da je u okviru npr. Ajzenkovog PEN modela moguće locirati samo temperamentalne osnove ovog fenomena, kao što su ozbiljnost i razdraganost, ali da razumevanje ili produkcija humora verovatnije pripadaju domenu sposobnosti kao što su generalna inteligencija, verbalna sposobnost i kreativnost (Feingold & Mazzela, 1991).

Iako smisao za humor ni u jednom od opisanih modela ne predstavlja bazičnu dimenziju ličnosti, činjenica je da gotovo svi autori spominju SzH kao osobinu čiji su indikatori dosledno obuhvaćeni kroz druge osobine poput ekstraverzije ili otvorenosti. Podaci navedeni u ovom poglavlju svedoče o prisutnosti i značaju SzH-a kao osobine važne pri razumevanju ljudskog ponašanja i ukazuje na činjenicu da svaka taksonomija ličnosti koja pretenduje da bude sveobuhvatna uključuje SzH na određeni način.

Stilovi humora

„Svako poseduje drugačiji smisao za humor. Zapravo, nije to drugačiji smisao, već drugačiji stil.“

Colin Quinn

Ideja o inherentno pozitivnoj ulozi SzH-a u kontekstu blagostanja uzdrmana je nedoslednim rezultatima istraživanja relacija SzH-a i psihološke dobrobiti. Nekonzistentnost rezultata sugerise da na vezu između SzH-a i blagostanja pojedinca utiču još neki činioci što u dosadašnjim istraživanjima nije uzeto u obzir. Nedoslednost i oprečnost rezultata, navela je istraživače iz ove oblasti na razmišljanje o potencijalnim vrstama smisla za humor, gde bi određene forme imale adaptivnu ulogu u kontekstu blagostanja, dok bi drugi oblici bili štetni po blagostanje.

Podstaknuti ovom idejom, kanadski autor Rod Martin je sa saradnicima razvio klasifikaciju stilova humora. Prateći radove i sugestije Frojda (1928), Maslova (1954) i Olporta (1961) pomenuti istraživači su prepostavili da je zdravo psihološko funkcionisanje u vezi sa određenim stilovima humora, dok neke druge forme humora mogu biti štetne po SB. Kako će se u kasnijim istraživanjima pokazati, stil humora koji pojedinac dominantno koristi predstavlja važan činilac koji utiče na SzH-SB vezu. Kao konceptualni okvir pri definisanju modela stilova humora, na osnovu ranijih radova drugih autora (npr. Kubie, 1971; O'Connell, 1960; Streat, 1994; Vaillant, 1977; Ziv, 1984) Martin sa saradnicima predlaže model koji teži da obuhvati većinu vrsta i funkcija SzH-a opisanih u literaturi, postavljanjem dve unakrsno postavljene dimenzije.

Prva dimenzija obuhvata: a) upotrebu humora u cilju isticanja sebe (engl. *enhance*) ili b) u cilju isticanja drugih. U kontekstu funkcije isticanja sebe, Martin i saradnici se pozivaju na već pominjani Hobsov opis smeha kao “iznenadnog blaženstva usled spoznaje neke izvrsnosti u nama“ (Hobbes, 1840). Ova funkcija podrazumeva upotrebu humora kao mehanizma odbrane (Freud, 1928), strategije prevladavanja (Dixon, 1980; Lefcourt & Martin, 1986), strategije bodrenja, ohrabrirvanja (Mishinsky, 1977) i intrapsihičke je prirode. U cilju isticanja odnosa sa drugim ljudima, humor je shvaćen kao interpersonalni fenomen i služi da pojača međusobnu atraktivnost, da kod drugih ljudi podstakne osećaj blagostanja i umanjí konfliktne situacije. Ovako definisana upotreba humora služi što boljoj i nekonfliktnoj komunikaciji.

Ortogonalno postavljeno u odnosu na dve pomenute funkcije humora se nalaze a) humor koji je mahom bezazlen, dobronameran, tolerantan i obuhvata kako prihvatanje sebe, tako i drugih, i b) humor koji je potencijalno štetan, kako u odnosu na sebe, tako i u odnosu na druge. Sagledavajući koncepciju humora kroz dve dimenzije, možemo zaključiti da upotreba humora može biti, najšire gledano, u funkciji: a) strategije prevladavanja, b) u cilju facilitacije odnosa sa drugima, c) u cilju omalovažavanja drugih i d) omalovažavanja sebe.

Na osnovu niza sprovedenih istraživanja izdvojena su četiri dominantna stila humora: afilijativni, samopomažući, agresivni i samoporažavajući. Pomenute dimenzije su operacionalizovane putem upitnika *Humor Style Questionnaire* (HSQ; Martin et al., 2003).

Afilijativni stil humora se odnosi na korišćenje šala i dosetki u cilju facilitacije odnosa sa drugim ljudima i smanjenja tenzije. Takođe, podrazumeva nehostilni stil humora koji je generalno u funkciji jačanja kohezivnosti grupe i povećavanja interpersonalne privlačnosti. Ovaj stil je pozitivno povezan sa razdraganošću, izraženim samopoštovanjem i psihološkim blagostanjem, a negativno povezan sa depresijom i anksioznošću (Martin et al., 2003).

Samopomažući stil se ogleda u vedrom pogledu na svet i tendenciji da se životni apsurdni dožive kao zabavni. Najviše odgovara ranijem shvatanju humora kao strategije prevladavanja (Kuiper, Martin, & Olinger, 1993). Samopomažući stil je pozitivno povezan sa blagostanjem pojedinca, a negativno povezan sa anksioznošću i depresijom (Martin et al., 2003).

Afilijativni i samopomažući stil imaju dosta sličnosti sa početnim konceptualizacijama humora i njihove korelacije sa dotadašnjim instrumentima za procenu humora su uglavnom srednje ili visoke (Martin et al., 2003). Oba stila obuhvataju produkciju humora i tendenciju osobe da se smeje i bude razdragana. Razlika podrazumeva da su za manifestaciju afilijativnog stila obično potrebni drugi ljudi, dok se samopomažući stil mahom pojavljuje u situacijama kada je pojedinac sam. Dodatno, samopomažući stil poseduje i karakteristike strategije prevladavanja, jer obuhvata ajteme koji se odnose na izazovne situacije i promene raspoloženja (Ruch & Heintz, 2013).

Agresivni stil se odnosi na upotrebu humora bez obzira na potencijalni negativan uticaj koji on može imati na druge ljude (npr. seksistički i rasistički humor). Agresivni stil obuhvata impulsivnu ekspresiju humora kojoj se pojedinac teško odupire, npr. doskočice za koje je jasno da će povrediti ili udaljiti drugu osobu. Ovaj stil je u pozitivnoj korelaciji sa hostilnošću i agresijom (Martin et al., 2003).

Samoporažavajući stil humora pretpostavlja tendenciju ka upotrebi humora u vidu šala na sopstveni račun, omalovažavajući sebe i smejući se zajedno sa drugima svojim nedostacima i propustima. Stil je pozitivno povezan sa depresijom, anksioznošću, hostilnošću, agresijom, psihijatrijskim simptomima i negativno sa samopoštovanjem i blagostanjem (Martin et al., 2003).

Agresivni i samoporažavajući stil se javljaju u situacijama koje uključuju prisustvo drugih ljudi, oba stila uključuju produkciju humora i određeni stepen impulsivnosti (npr. nemogućnost suzdržavanja). Agresivni stil podrazumeva podsmevanje drugim ljudima, dok se samoporažavajući prvenstveno odnosi na ismejavanje samog sebe u meri u kojoj se pojedinac ne oseća sasvim komotno sa šalom. Ova dva stila su samo delimično i sporadično obuhvaćena prethodnim skalama humora (Ruch & Heintz, 2013).

Mnogobrojne studije ukazuju na opravdanost shvatanja humora kroz četiri pomenuta stila. Istraživanja sprovedena u Evropi (Saraglou & Scariot, 2002; Vernon, Martin, Schremer, & Mackie, 2008), Severnoj Americi (Martin et al., 2003; Kuiper & Borowicz-Sibenik, 2005), Srednjem istoku (Kalliny, Cruthirds, & Minor, 2006; Kazarian & Martin, 2004), Istočnim kulturama (Chen & Martin, 2007) i Srbiji (Jovanović, 2011; Vukobrat, 2013) potvrđuju postojanje i stabilnost četiri stila humora u različitim kulturama. Takođe, pomenuta istraživanja ukazuju na distinkciju humora na adaptivne i maladaptivne forme, kao i na to da su adaptivni stilovi u češćoj vezi na nižom depresivnošću i izraženim samopoštovanjem, dok je kod maladaptivnih oblika situacija obrnuta (Kuiper, 2010). Takođe, pored distinkcije humora na pozitivne i negativne forme, pomenuta istraživanja potvrđuju i multidimenzionalnu prirodu samog SzH-a (Johnson & McCord, 2010).

Do pojave podele SzH-a na različite stilove, u ranijim istraživanjima humora, fokus ispitivanja je mahom bio organizovan oko benignih i pozitivnih vrsta humora (Çakmak et al., 2015). Martin i saradnici napominju da je distinkcija između bezazlene i štetne upotrebe humora pre pitanje stepena nego dihotomije i da određeni stil takođe može uključivati elemente drugih stilova (Martin et al., 2003).

Najaktuelniji stavovi autoriteta u ovoj oblasti nude i drugačije mogućnosti koje, za sada, ostaju na nivou teorijskih razmatranja. Konkretno, Kan i Kajper (Cann & Kuiper, 2014) otvaraju debatu o rado prihvaćenoj distinkciji humora kroz adaptivne i maladaptivne stilove. Naime, u određenom kontekstu gotovo svaki stil može biti i koristan i štetan, a *pravi* SzH bi se ogledao u prepoznavanju koji humor je najadekvatniji u datom kontekstu. Npr. pri suočavanju sa

određenim stresorom, samopomažući stil može poslužiti vickastoj interpretaciji opasnosti što u krajnjoj liniji može dovesti do štetnijeg ishoda uticaja stresora nego da mu je osoba u startu prišla sa više ozbiljnosti. Pomenutu situaciju primetili su i drugi istraživači poput Martina i Ruha, ali za sada je sve na nivou pretpostavki kojima je potrebna dodatna validacija.

Samoprocena i procena od strane drugih u kontekstu smisla za humor

„Najveći neprijatelj znanja nije neznanje, već iluzija znanja.“

Stephen Hawking

Istraživači često napominju da ljudi nemaju tačnu predstavu po pitanju stepena u kom poseduju smisao za humor i da je najčešće prisutna tendencija ka precenjivanju sopstvenog SzH-a uz uverenost da je ta procena tačna (Beins & O'Toole, 2010). U literaturi je prisutan podatak da pojedinci koji na objektivnoj meri humora postižu rezultat koji pripada 16. percentilu, svoj SzH samouvereno procenjuju kao da odgovara 62. percentilu na skali od 1 do 99 percentila (Kruger & Dunning, 1999).

Potencijalno objašnjenje zašto samoprocena nije dovoljno pouzdana, tj. zašto je u slučaju SzH-a dodatno nepouzdanija nego u kontekstu nekih drugih konstrukata, može se pronaći u činjenici da SzH do te mere predstavlja poželjnu karakteristiku u okviru self koncepta da većina ljudi veruje da je njihov SzH u najmanju ruku prosečne vrednosti (Allport, 1961; Lefcourt & Martin, 1986). Različiti autori ukazuju na isti podatak - kada je u pitanju opis osobina poželjnih i visoko cenjenih pri odabiru partnera, SzH je često najpoželjnija karakteristika (Buss & Barnes, 1986; Feingold, 1981; Goodwin, 1990; Hendel, 1978), ponekad važnija i od fizičke privlačnosti (Toro-Morn & Sprecher, 2003). Moguće je da visoko vrednovanje smisla za humor proizilazi iz pretpostavke da „posedovanje smisla za humor implicira postojanje i drugih pozitivnih crta“ (Cann & Calhoun, 2001, str. 118). Ljudi sa izraženim smislom za humor se najčešće percipiraju kao prijatni, interesantni i manje skloni izražavanju nezadovoljstva (Cann & Calhoun, 2001).

Autori koji se bave izučavanjem konstrukata koji se odnose na društveno poželjne karakteristike, poput humora, naročito dovode u pitanje verodostojnost subjektivnih procena. U ovom kontekstu, pružanje socijalno poželjnih odgovora je veoma česta pojava, kako zarad negovanja pozitivne slike o sebi, tako i usled potrebe za prihvatanjem od strane drugih. Nadalje, kao i pri svakoj samoproceni, rezultati mogu biti iskrivljeni usled uticaja određenih tendencija pri

odgovaranju kao i različitih stilova odgovaranja (Buschor, Proyer, & Ruch, 2013). Prema istraživanjima, korelacije između samoprocene i procene drugih, u kontekstu različitih fenomena, pa i SzH-a, se najčešće kreću u opsegu između .25 i .58 (Watson, Hubbard, & Wiese, 2000).

Samoprocena SzH-a i procena SzH-a od strane drugih su korišćene uporedo najčešće pri validaciji određenih skala za procenu humora kao što je i HSQ, upitnik za procenu stilova humora koji je korišćen u ovom istraživanju (Martin et al., 2003). Podaci na temu konstrukt validnosti uglavnom sugerišu da se korelacije između samoprocene i procene od strane drugih, pri administraciji različitih mera procene SzH-a, kreću u rasponu između .30 do .60 (Ruch, 2014; personalna komunikacija). Prema saznanjima autora ovog rada, postoji vrlo mali broj istraživanja, konkretno dva, koja su kao meru SzH-a uključivala oba pomenuta načina procene, a da su se bavila relacijama SzH-a i blagostanja (Bizi, Keinan, & Beit-Hallahmi, 1988; Kerkkänen, Kuiper, & Martin, 2004). Na našim prostorima, za sada ne postoji nijedno takvo istraživanje.

Prva studija koja uključuje dva pomenuta načina procene SzH-a, sprovedena je u realnim životnim okolnostima, na uzorku vojnika u Izraelu. Istraživanje je obuhvatalo ispitivanje povezanosti između SzH-a, procenjivanog putem samoprocene i procene od strane drugih, i prevladavanja stresa (Bizi et al., 1988). Rezultati su ukazali da postoji povezanost između SzH-a i boljih performansi u stresnim okolnostima, ali samo u slučaju kada je kao prediktor korišćena procena od strane drugih.

Drugo istraživanje je u cilju provere hipoteze da li izraženiji SzH vodi ka boljem fizičkom zdravlju i blagostanju na radnom mestu sprovedeno u obliku trogodišnje studije na populaciji finških policajaca (Kerkkänen et al., 2004). Istraživanje je obuhvatalo samoprocenu i procenu od strane kolega kada je u pitanju izraženost SzH-a, samoprocenu zadovoljstva na radnom mestu i objektivne mere zdravlja, preuzete iz zdravstvenog kartona svakog policajaca (krvni pritisak i sl.), kao i mere određenih stilova života koji utiču na zdravlje (npr. sklonost ka konzumaciji alkohola, pušenje i telesna težina). Bez obzira da li je korišćena samoprocena ili procena od strane drugih, stepen SzH-a nije pokazao nikakvu prediktivnu vrednost na zdravlje ili blagostanje na poslu, proveravano nakon tri godine. Štaviše, dodatne analize su ukazale na sasvim suprotne relacije od očekivanih - npr. viši skorovi na određenim aspektima SzH-a su bili povezani sa većom telesnom težinom, izraženijim pušenjem i višim rizikom od kardiovaskularnih bolesti.

Na koji način je najbolje odabrati metod procene SzH u istraživanjima? Postoje indicije da je sociometrijski pristup, usled interpersonalnih karakteristika fenomena, najvalidniji metod za procenu humora (npr. Babad, 1974; Treadwell, 1970). Sa druge strane, moguće je da se dva pomenuta načina procene odnose na različite aspekte SzH-a i da je to razlog niskih korelacija (Ziv, 1976). Prema mišljenju Fajna (Fine, 1975), procena od strane drugih najverovatnije najbolje registruje aktivnu komponentu humora, često nazivanu produkcija humora, dok je samoprocena osetljiva na pasivnu komponentu humora. Kada je samo jedan metod procene korišćen u istraživanju, teško je razaznati varijansu koja pripada osobini koja se ispituje od varijanse koja pripada korišćenom metodu (Campbell & Fiske, 1959). Multi-metodski pristup se čini najprikladnijim za studije gde postoji osnovana sumnja da rezultati dobijeni putem samoprocene neće odgovarati realnim vrednostima (Eid & Diener, 2006) kao što je to slučaj u istraživanjima SzH-a.

Posmatrano u celini, samoprocena u sferi humora (shvaćenog u najširem smislu) se do sada pokazala kao odgovarajuća tehnika kada je u pitanju procena temperamentalnih osnova ovog fenomena (Ruch, Proyer, Esser, & Mitrache, 2011), no kada se smisao za humor posmatra kao celokupan klaster osobina ličnosti, tj. kao tendencija ka određenim humorističnim ponašanjima, dodatna procena od strane drugih je poželjna.

Kao što je istaknuto na samom početku ove disertacije, većina istraživača smatra da se humor pojavljuje spontano u prirodnim interakcijama. Uvažavajući interpersonalnu prirodu SzH-a, uzorak u ovom istraživanju predstavljaju učenici koji su proveli minimum tri godine zajedno u istom odeljenju gde je procena od strane drugih relativno lako izvodljiva i možemo pretpostaviti relativno pouzdana, imajuću u vidu dostupnost posmatranja konkretnog ponašanja. Sa druge strane, uvažavajući i intrapsihičku prirodu SzH-a, u ovo istraživanje uključena je i samoprocena SzH-a.

Subjektivno blagostanje

„Ako želiš da budeš srećan, budi.“

Lav Tolstoj

U narednom delu disertacije, predstoji opis subjektivnog blagostanja prema Dineru (Diener). SB je daleko poznatiji i ispitivaniji konstrukt u odnosu na SzH i za razliku od SzH-a, postoji opšteprihvaćena definicija i univerzalni instrumenti procene. Ed Diener, rodonačelnik teorije o subjektivnom blagostanju, u svojim radovima često ističe da „ljudi kada opisuju šta žele u životu svoje dece, često pominju zdravlje i bogatstvo, povremeno pominju slavu i uspeh, ali gotovo uvek pomenu sreću“ (Diener, 2014, str. 73). Iako su vekovima filozofi zastupali stav da je sreća najsnažniji pokretač ljudi na akciju, psiholozi su uporno zanemarivali sreću, dok je ljudska nesreća bila istraživana do tančina (Diener, 1984). Naučnici iz oblasti subjektivnog blagostanja smatraju da je za dobar život ključno da se datoj osobi dopada njen život (Diener, Oishi, & Lucas, 2003).

Subjektivno blagostanje predstavlja čovekovu procenu sopstvenog života i obuhvata, kako razmišljanja, tako i osećanja. SB je definisano kroz često doživljavanje pozitivnog afekta, retko doživljavanje negativnog afekta i zadovoljstvo životom (Diener, 1984, 2012). Tripartitna struktura subjektivnog blagostanja potvrđena je u brojnim istraživanjima i među istraživačima postoji slaganje da SB obuhvata kognitivnu i afektivnu komponentu (Jovanović, 2016). Hijerarhijski posmatrano, komponente SB-a su organizovane na sledeći način: na najvišem hijerarhijskom nivou se nalazi sam konstrukt SB. Na ovom nivou, SB odražava generalnu evaluaciju života pojedinca. Na sledećem nivou se nalaze četiri specifične komponente koje omogućavaju preciznije razumevanje SB-a - pozitivan afekat, negativan afekat, zadovoljstvo životom i zadovoljstvo pojedinačnim domenima. Komponente na ovom hijerarhijskom nivou su konceptualno povezane i nalaze se u umerenoj korelaciji, ali pritom svaka pruža jedinstvenu informaciju o subjektivnom kvalitetu života pojedinca (Nišević, 2008).

Diner sa saradnicima (npr. Diener & Suh, 1998) sugerise da SB nije sinonim za mentalno ili psihološko zdravlje. SB predstavlja samo jedan aspekt psihološkog zdravlja. Moguće je da kod osobe kod koje postoji unutrašnji doživljaj blagostanja, spoljašnji indikatori blagostanja, definisani od strane zajednice ili stručnjaka u oblasti mentalnog zdravlja, nisu prisutni (Nišević, 2008).

Afektivna komponenta - pozitivan i negativan afekat

Prijatan i neprijatan afekat odražavaju bazični doživljaj u odnosu na aktuelne događaje u životu individue. Određeni autori (npr. Frijda, 1999; Kahneman, 1999) sugerišu da bi iz tog razloga afektivnu komponentu trebalo shvatiti kao osnovu za procenu SB-a. Afektivne procene se javljaju u obliku osećanja i raspoloženja. Osećanja su kratkotrajne reakcije koje se odnose na specifični događaj ili spoljašnji stimulus, dok su raspoloženja više difuzna osećanja koja nisu nužno u vezi sa određenim događajem. Diner i saradnici smatraju da su oba oblika emocija važni u izučavanju SB-a.

Nalazi Dinera i saradnika (Diener, Colvin, Pavot, & Allman, 1991) sugerišu da je frekvencija emocionalnog doživljaja važnija za SB nego intenzitet. Čini se da proces koji vodi do intenzivnih pozitivnih osećanja takođe vodi i do intenzivnih negativnih i da se na taj način emocije međusobno isključuju (Larsen & Diener, 1987), što znači da osobe koje intenzivno doživljavaju pozitivne emocije, istim intenzitetom doživljavaju i negativne. Nadalje, veoma intenzivna osećanja su u principu retka (Diener et al., 1991), a što se ređe javljaju manja je verovatnoća da mogu uticati na opšti nivo blagostanja. Dodatni razlog zašto bi fokus istraživanja SB trebalo usmeriti na frekvenciju osećanja, a ne intenzitet, jesu i bolje psihometrijske karakteristike mera frekvencije, jer je lakše utvrditi učestalost neke emocije nego njen intenzitet (Thomas & Diener, 1990; Schimmack & Diener, 1997). Sa teorijskog i praktičnog aspekta, frekvencije emocija mogu biti korisnije u proceni afektivnog blagostanja. Ipak, postoje nalazi i da je intenzitet emocija značajan u proceni afektivnog blagostanja (Wirtz, Kruger, Napa Scollon, & Diener 2003), kao i da je u vezi sa osobinama ličnosti (Eid & Diener, 1999).

Značajno je spomenuti da rezultati studije sa ciljem ispitivanja afektivnog blagostanja kod srpskih adolescenata (Jovanović & Gavrilov-Jerković, 2015) pružaju podršku stavu da pozitivan i negativan afekat predstavljaju nezavisne komponente afektivnog blagostanja. U skladu sa navedenim, pri proceni afektivne komponente SB-a važno je obuhvatiti procenu prijatnih i neprijatnih emocija, a ne samo jedan aspekt, jer su u pitanju dve relativno nezavisne dimenzije (Schimmack, 2008).

Kognitivna komponenta - zadovoljstvo životom

Zadovoljstvo životom je komponenta koja podrazumeva kognitivno procesiranje i ona predstavlja opšti kognitivni sud osobe o zadovoljstvu uslovima u životu, zasnovan na važnosti tih uslova (Diener, Scollon, & Lucas, 2004). Zadovoljstvo životom predstavlja subjektivnu evaluaciju kvaliteta sopstvenog života baziranu na standardima dobrog života koji su specifični za svakog pojedinca (Jovanović, 2016). Imajući u vidu značajan broj različitih aspekata koji su prisutni u životu pojedinca, mi najčešće koristimo određene heuristike pri donošenju suda o zadovoljstvu sopstvenim životom (Robinson & Clore, 2002). Ljudi najverovatnije koriste informacije koje su upadljive u trenutku procene. Postoje teorijska objašnjenja (Suh, Diener, Oishi, & Triandis, 1998) da se ljudi delom oslanjaju na afektivnu komponentu pri proceni kognitivne. Po ovom principu, na procenu pojedinca u određenom trenutku mogu uticati i vremenske prilike koje su tada prisutne (Schwarz & Clore, 1983) pokazujući da aktuelno raspoloženje može uticati na evaluaciju iako trenutno raspoloženje nije indikator opšteg nivoa afektivnog blagostanja.

No, bez obzira na upotrebu heuristika, ipak postoji značajna vremenska stabilnost u proceni zadovoljstva životom (Ehrhardt, Saris, & Veenhoven, 2000). Procena zadovoljstva životom je bazirana na informacijama dostupnim u datom trenutku, ali mnoge od tih informacija ostaju iste tokom vremena. Šimak i saradnici (Schimmack, Diener, & Oishi, 2002) su ukazali da su oni aspekti života koje pojedinac smatra važnim pri proceni u snažnijoj korelaciji sa zadovoljstvom nego aspekti koje pojedinac smatra manje važnim.

Prediktori subjektivnog blagostanja

Jedan od osnovnih ciljeva izučavanja u ovoj oblasti jeste utvrđivanje prediktora SB-a. Do pretpostavke o uticaju SzH-a na SB istraživači su došli analizom velikog broja potencijalnih determinanti SB-a od kojih se najčešće ističu osobine ličnosti. No, krenimo od početka. Objašnjenja relacija SB-a i različitih indikatora se mogu mogu svrstati u tri široke grupe (Headey, Veenhoven, & Wearing, 1991):

1. *Bottom up* modeli - naglašavaju značaj kontekstualnih faktora. Drugim rečima, stepen u kom će osoba osećati prijatne ili neprijatne emocije, kao i koliko će biti

zadovoljna sopstvenim životom zavisi od situacionih činioca, životnih događaja i socio-demografskih faktora. Ideja na osnovu koje je razvijan ovaj pristup je da ljudi generalno poseduju određene bazične potrebe i da ukoliko uslovi života zadovoljavaju te potrebe, osoba će posedovati viši nivo SB-a. Po ovom modelu, stepen SB je promenljiv, jer je pod uticajem spoljašnjih faktora koji su u značajnoj meri podložniji promeni nego temperamentalne dispozicije.

2. *Top down* modeli ističu značaj intrapersonalnih faktora, temperamentalnih dispozicija i osobina ličnosti. Osnovna pretpostavka ovih modela je da je nivo sreće pojedinca uslovljen naslednim dispozicijama, odnosno genima. Prema ovom shvatanju, nivo SB-a je prilično stabilan i kontekstualni faktori ne mogu značajno uticati na predodređen nivo SB-a.

3. Treći, *integrišući* modeli su trenutno dominantni u izučavanju SB-a i pretpostavljaju da se prediktori sreće ogledaju u dinamičnoj interakciji personalnih i situacionih činilaca.

Posmatrano hronološki, shvatanja o prediktorima sreće su se menjala kako je rastao broj naučnih istraživanja u ovoj oblasti. U prvoj fazi istraživanja, fokus je bio ispitivanje uticaja kontekstualnih faktora na SB pojedinca i cilj je bio utvrđivanje socio-demografskih karakteristika srećnih ljudi. Međutim, ispostavilo se da situacioni činioci nisu najsnažnije determinante SB-a i da pokazuju slab ili kratkotrajan uticaj (Galinha & Pais-Ribeiro, 2011).

U narednoj fazi istraživanja prediktora SB-a, kao njegove determinante istaknute su intrapersonalne karakteristike (Brief et al., 1993; Feist et al., 1995). Osnovna ideja, ovog *top down* pristupa je da različite osobe u istim okolnostima mogu ispoljavati i izveštavati o različitom stepenu SB-a. Rezultati studija su pokazali da su intrapsihički faktori snažniji prediktori SB-a nego kontekstualni (Diener & Ryan, 2009; Diener, Suh, Lucas, & Smith, 1999). *Top down* perspektiva je u velikom broju istraživanjima dobila potvrdu naglašavajući da ličnost ima presudan faktor u predikciji SB-a (pogledati Lucas, 2008).

Naravno, oba opisana pristupa imaju svoje manjkavosti i validnost oba je često dovođena u pitanje (Headey & Wearing, 1992). Pomenuti autori sugerišu da kontekstualni i personalni udruženo faktori imaju uticaj na SB. No, klasične i savremene studije ukazuju da uticaj situacionih činilaca (npr. životnih događaja) ima dejstvo na SB pojedinca samo određeni

vremenski period i da se pojedinci nakon tog perioda najčešće vraćaju na uobičajeni nivo SB-a determinisan intrapersonalnim faktorima, npr. osobinama ličnosti (Bonanno, Moskowitz, Papa, & Folkman, 2005; Lowenstein & Frederick, 1999; Silver & Wortman, 1980). Suh, Diner i Fudžita (Suh, Diener, & Fujita, 1996) su zaključili da se kontekst i faktori ličnosti razlikuju prema trajanju njihovih efekata na SB. Životni događaju u načelu imaju kratkotrajniji efekat na SB (u proseku tri do šest meseci), dok ličnost ima uticaj u proseku dve godine. Važno je ipak istaći da određeni životni događaji poput smrti supružnika mogu imati trajni efekat na nivo SB-a (Headey, 2008). Nalazi studije iz 2003. godine (Lucas, Clark, Georgellis, & Diener) ukazuju da je adaptacija na brak prilično brza, nekoliko godina, dok je adaptacija na udovištvo znatno duža i traje oko osam godina. Tokom dvogodišnjeg perioda, primećeno je da je efekat događaja snažniji na nivo i stabilnost SB-a u poređenju sa uticajem iz domena ličnosti (Vaidya et al., 2002). Dobijeni nalazi su konzistentni sa idejom da ličnost doprinosi, ali ne određuje u potpunosti, dugoročno nivo blagostanja. Nezaposlenost se takođe pokazala kao dosledan i nedvosmislen negativan prediktor SB-a (Clark, 2009). Lukas (Lucas, 2005) je ukazao da razvod ima permanentan uticaj na sreću. Čini se da pozitivni događaji ne utiču na blagostanje, dok mnogi negativni događaji (nezaposlenost, udovištvo, razvod, naznake invalidnosti) imaju dugoročan čak i trajan efekat na sreću ljudi. Kada je u pitanju statistička provera koji od dva osnovna modela bolje objašnjava razlike u SB-u, Feist je sa saradnicima (Feist et al., 1995) putem strukturalnog modelovanja ukazao da i kontekst i ličnost značajno doprinose objašnjenju SB-a, ali nijedan model *ne fituje* značajno bolje od drugog.

U trećoj fazi izučavanja SB-a prisutna je tendencija ka holističkom razumevanju uticaja različitih faktora na SB. Integrišući pristup pretpostavlja da na SB utiču različite varijable, kao što su emocionalno stanje, životni događaji, očekivanja od budućnosti i socijalno poređenje, isprepletane u međusobnoj interakciji (Suh, Diener, Oishi, & Triandis, 1998; Schwarz & Strack, 1999).

Nekoliko studija ukazuje da su različite komponente SB-a u vezi sa različitim faktorima. (Jones, Rapport, Hanks, Lichtenberg, & Telmet, 2003; Jovanovic, 2011). Kognitivna komponenta je u snažnijoj vezi sa kontekstualnim činiocima, dok su afektivne dimenzije snažnije povezane sa ličnošću (Schimmack, Schupp & Wagner, 2008).

U literaturi se ipak nekoliko prediktora SB-a dosledno pominje. Tako se kao jedan od najjačih i najdoslednijih determinanti ističu osobine ličnosti. Podrška i objašnjenja povezanosti

ličnosti i SB-a prozilaže iz velikog broja istraživanja i njihovog povezivanja sa teorijama ličnosti. Ekstroverzija i neuroticizam su za sada najčešće pominjane dimenzije ličnosti kao najvažniji prediktori SB-a. Ekstroverzija je snažno povezana sa SB-om, dok je neuroticizam dosledno povezan sa negativnim afektom (Costa & McCrae, 1980; Watson & Clark, 1984). Prema Votsonu i Klarkovoj (1984), pojedinci sa izraženom ekstroverzijom poseduju temperamentalne predispozicije ka pozitivnom afektu, dok osobe sa visokim neuroticizmom su predisponirane ka negativnim emocijama.

Takođe, način na koji pojedinac misli o svom životu je od izuzetnog značaja za SB. Diner je sa saradnicima (Diener, Suh, Lucas, & Smith, 1999) pronašao da su optimizam, interni lokus kontrole i samopoštovanje dodatne osobine ličnosti koje značajno koreliraju sa SB-om.

Imajući u vidu navedene determinante i modele putem kojih se mogu objasniti razlike u SB-u, SzH može doprinositi SB-u na nekoliko načina. Kao osobina ličnosti, prema *top down* modelima, SzH može ostvarivati direktan uticaj na SB, na temperamentalnom, intrapsihičkom nivou, npr. omogućavajući optimističan pogled na svet. Takođe, SzH može doprinositi SB-u i na instrumentalnom nivou, podstičući aktivnosti za koje je utvrđeno da doprinose višem stepenu SB-a, npr. obezbeđujući brojnije socijalne relacije kroz šaljivu komunikaciju.

Uloga smisla za humor u subjektivnom blagostanju - dometi i ograničenja

„Da nemam smisla za humor, odavno bih izvršio samoubistvo.“

Mahatma Gandhi

Rezultati niza istraživanja svedoče u prilog protektivne uloge SzH-a u blagostanju pojedinca (Deaner & McConatha, 1993; Hudak, Alexander Dale, Hudak, & Degood, 1991; Kazarian & Martin, 2004; Kuiper & Martin, R.A. 1993; Labbott, Ahleman, Wolever, & Martin, R.B., 1990; Martin, R.A., Kuiper, Olinger, & Dance, 1993; Overholser, 1992; Prerost & Ruma 1987; Ruch, Proyer, Harzer, Peterson, & Seligman, 2010; Saraglou & Scariot, 2002; Stieger, Formann, & Burger, 2011; Zhao, Kong, & Wang, 2012). Nadalje, istraživanja sugerišu da je izražen SzH povezan sa višim nivoom razdraganosti (Martin et al., 2003), pozitivnim afektom (Celso, Ebener, & Burkhead, 2003), nižim negativnim afektom i nižom depresivnošću (Anderson & Arnoult, 1989; Overholser, 1992). Takođe, prethodne studije su pružile potporu stavu da su sreća i SzH u pozitivnoj korelaciji (Paul, Welborn, Cynthia, & McDougal, 1986) i da upotreba

humora može voditi ka izraženijem pozitivnom afektu (Geisler & Weber, 2010; Kuiper, Martin, & Dance, 1992). Postoje nalazi da trening humora može dovesti do višeg pozitivnog afekta i tri meseca nakon završenog treninga (Crawford & Caltabiano, 2011).

Jedan od načina kako SzH može pomagati u ostvarivanju blagostanja jeste kroz tendenciju ka aktivnostima koje promoviraju sreću (Cann & Collette, 2014). Prema istraživanju Ljubomirske i Takeru (Lyubomirsky & Tucker, 1998) SzH je jedan od najboljih prediktora u diferencijaciji srećnih od nesrećnih pojedinaca - srećni studenti su u odnosu na nesrećne znatno češće izveštavali da negativne događaje sagledavaju iz humoristične perspektive i imali znatno pozitivniji stav o sadašnjosti. Rezultati dosadašnjih studija ukazuju da stil humora nije samo u korelaciji sa subjektivnim doživljajem sreće i samopoštovanjem, već može biti shvaćen i kao medijator veze dva pomenuta konstrukta (npr. Kuiper & McHale, 2009; Yue, Liu, Jiang, & Hiranandani, 2014).

Prisutni su nalazi da pojedinci koji poseduju izraženiji SzH, procenjivani putem nekoliko različitih mera, izveštavaju o izraženijem zadovoljstvu životom i ulogama koje smatraju važnim (Kuiper, Martin, & Dance, 1992). Viši SzH je u okviru istog istraživanja, povezan sa izraženijim pozitivnim afektom čak i u kontekstu izazovnih situacija. Takođe, prisutni su nalazi koji svedoče o vezi SzH-a i subjektivnog doživljaja sreće (Dixon, Willingham, Chandler, & McDougal, 1986).

Ideja o različitim aspektima i efektima humora na blagostanje pojedinca zauzima svoje mesto i u okviru radova Petersona i Selidžmana (Peterson & Seligman, 2004). Oni smatraju da je domen humora širok i raznovrsan i da postoji ogroman broj različitih tipova. Neke forme su *zlog* karaktera kao što su podsmevanje, izrugivanje, sarkazam i sl., dok su određene forme graničnog kvaliteta (npr. parodija). U kontekstu pozitivne psihologije, pomenuti autori su fokusirani na one forme humora koje „služe određenom moralnom dobru i koje čine ljudsko postojanje podnošljivijim ističući životne protivrečnosti, održavanjem dobrog raspoloženja u situacijama očajanja, gradeći socijalne veze i olakšavajući socijalnu interakciju“ (Peterson & Seligman, 2004, str. 530). Iz čitavog univerzuma ponašanja vezanih za humor možemo izdvojiti one koji poseduju kvalitet vrline i funkcionalni su u kontekstu ostvarivanja blagostanja pojedinca. Humor, shvaćen kao generalno pozitivna osobina predstavlja jednu od snaga karaktera koja najsnažnije doprinosi zadovoljstvu životom (Peterson, Ruch, Beermann, Park, & Seligman, 2007). Pomenuti autori su konstruisali skalu za procenu snaga ličnosti (VIA-IS; Peterson & Seligman, 2004) i

upotreba humora kao jedna od faceta u okviru nje je pozitivno povezana sa pozitivnim afektom i zadovoljstvom životom i pritom ne ostvaruje nikakvu značajnu povezanost sa negativnim afektom (Edwards & Martin, 2010).

Sa druge strane, prvenstveno u kontekstu relacija SzH-a i blagostanja shvaćenog u širem smislu od subjektivnog, prisutne su studije koje izveštavaju da relacije SzH-a i različitih indikatora blagostanja ne postoje ili su vrlo niske (npr., Kuiper, & Borowicz-Sibenik, 2005; Kuiper & Martin, 1998a; 1998b; Porterfield, 1987).

Niz eksperimentalnih istraživanja sugerira da humor, procenjivan u različitim kontekstima i na različite načine, pomaže u ostvarivanju, održavanju i poboljšanju blagostanja pojedinca. Tako npr. postoje nalazi da obično smejanje, što spontano što usiljeno, nekoliko puta nedeljno ima kratkoročan efekat na emocionalno blagostanje pojedinca (Foley, Matheis, & Schaefer, 2002; Neuhoff & Schaefer, 2002; Strack, Martin, & Stepper, 1988). Kroz nekoliko eksperimentalnih istraživanja potvrđeno je da humor može neutralisati efekte indukovano depresivnog raspoloženja (Danzer, Alexander, & Klions, 1990) kao i da veselost podstaknuta humorom može uticati na opšti pogled na svet (Vilaythong, Arnau, Rosen, & Mascaro, 2003). U jednom od eksperimenata poređeni su efekti na raspoloženje koje postižu gledanje dvadesetominutne komedije, trčanje na traci 20 minuta i gledanje dokumentarnog materijala koji nema humorističan sadržaj (Szabo, 2003). U poređenju sa aerobnim vežbama, komedija je dovela do sličnog povišenja pozitivnog raspoloženja, smanjenja emocionalnog distresa i značajne redukcije anksioznosti, a zajedno komedija i vežbe su u odnosu na nehumorističan sadržaj ostvarili značajan uticaj na raspoloženje. Dobijeni rezultati su replicirani u narednoj studiji (Szabo, Ainsworth, & Danks, 2005).

Karver je sa saradnicima (Carver et al., 1993) istražujući moderatorski uticaj optimizma na vezu između bolesti (raka dojke) i distresa u studiju uključio i još nekoliko potencijalnih mehanizama prevladavanja (npr. prevladavanje putem socijalne podrške, religije, reuokviravanja i sl.) između ostalog i upotrebu humora. Od ostalih uključenih mehanizama, upotreba humora je bila pozitivno povezana samo sa reuokviravanjem (engl. *positive reframing*). Kako je istraživanje uključivalo pet tačaka merenja (pre operacije, posle operacije i nakon 3, 6 i 12 meseci) upotreba humora je u svim merenjima bila pozitivno povezana sa optimizmom koji je dosledno bio povezan sa nižim nivoima distresa. Imajući u vidu relativnu nezavisnost upotrebe humora kao strategije prevladavanja, dosledne relacije, kao i da je priroda stresne situacije bila

veoma realna, dobijeni rezultati su prilično ubedljivi. Sa druge strane, u narednoj studiji sprovedenoj na većem uzorku u cilju provere pomenutih rezultata (Culver, Arena, Wimberly, Antoni, & Carver, 2004) nikakva veza između upotrebe humora kao strategije prevladavanja i stepena emocionalnog distresa nije registrovana. Instrument za procenu strategija prevladavanja korišćen u oba istraživanja (COPE; Carver, Scheier, & Weintraub, 1989) kad je u pitanja faceta upotreba humora obuhvata samo pozitivne aspekte ovog fenomena, što će se u kasnijim istraživanjima pokazati kao jedan od razloga nedoslednih rezultata. No, informacija koja je od značaja za ovu disertaciju je da su istraživači u oblasti prevladavanja prepoznali potencijalni koristan učinak humora i razmatrali SzH kao značajan resurs pri suočavanju sa izazovima.

Detaljnijom analizom pomenutih i njima sličnim istraživanjima, može se uvideti da dobijene relacije važe prevashodno u slučaju merenja kratkoročnih efekata humora na blagostanje pojedinca. Naredna grupa istraživanja, fokusirana na dugoročne efekte humora na blagostanje, pruža nedosledne rezultate.

Kao primer možemo navesti studiju sa hospitalizovanim pacijentima sa dijagnozom hronične šizofrenije (Gelkopf, Kreitler, & Sigal, 1993). Tokom tri meseca, jednoj grupi pacijenata su prikazivane komedije, drugoj grupi filmovi nehumorističnog sadržaja. Rezultati su ukazali na izuzetno slaba poboljšanja pacijenta na indikatorima vezanim za psihološko zdravlje, fizičke simptome i kognitivno funkcionisanje. Do sličnih zaključaka u istraživanju nacerta istog tipa dolaze Roton i Šac (Rotton & Shatz, 1996), iako je početna premisa oba istraživanja predviđala blagotvorniji uticaj komedija pri oporavku.

Da rezimiramo, istraživanja SzH-SB povezanosti pružaju nedosledne rezultate. Iako postoji dosta empirijske građe koja sugeriše da SzH igra određenu ulogu u SB-u, ta uloga nije jednostavna za objasniti. Data veza predstavlja centralno pitanje ove disertacije, jer smo stava da na datu relaciju utiču i određeni faktori koji doprinose nekonzistentnim rezultatima. Takođe, osnovno pitanje disertacije se nameće i kao nužno, jer ukoliko nas zanima npr. protektivna uloga SzH-a neophodno je da nam na samom početku istraživanja bude dostupan podatak u kojoj meri dati pojedinac zaista i ispoljava SzH, a ne da na osnovu npr. stila humora koji pojedinac koristi zaključujemo o prisutnosti date karakteristike na generalnom nivou.

Iako naizgled postoji značajan broj studija na temu relacija SzH i blagostanja, nekoliko poteškoća se, pored nekonzistentnih rezultata, pojavljuje pri pružanju odgovora na osnovno pitanje ove disertacije-koja je uloga SzH-a u SB-u?

Naime, najveći broj istraživanja korelacionog tipa koja se pominju u literaturi uvrštavaju različit aspekt SzH-a i različite indikatore blagostanja u analizu. Ovaj podatak predstavlja poteškoću u generalizaciji dosadašnjih rezultata iz nekoliko razloga. Na primer, najčešće je za procenu SzH-a korišćena neka od skala samoprocene poput: *Coping Humor Scale* - skala za procenu SzH-a kao strategije prevladavanja (CHS; Martin & Lefcourt, 1983), *Situational Humor Response Questionnaire* - procena situacione upotrebe SzH-a (SHRQ; Martin & Lefcourt, 1984), *Sense of Humor Questionnaire Metamessage Sensitivity* - procena sklonosti ka generalno veseloj perspektivi (SHQ-M; Svebak, 1974a), *Liking of Humor* - skala za procenu pozitivnih emocija prema humoru (SHQ-L; Svebak, 1974a), *Multidimensional Sense of Humor Scale* - skala za procenu SzH-a sa višedimenzionalnog aspekta (MSHS; Thorson & Powell, 1993). Svaka od navedenih skala konstruisana je za procenu različitog aspekta SzH-a, a nijedna ne obuhvata sve elemente koji čine SzH. Sa druge strane, za procenu blagostanja korišćeni su različiti indikatori poput neuroticizma, anksioznosti i samopoštovanja (Deaner & McConatha, 1993; Kuiper & Borowicz-Sibenik, 2005; Kuiper & Martin, 1993), anksioznosti povodom smrti, pesimizma i tendencije da se bude zabrinut (Kelly, 2002; Thorson & Powell, 1993; Thorson et al., 1997), samopoštovanja i sl. (Martin et al., 2003). Bez obzira na različite instrumente i indikatore, istraživači su najčešće rezultate tumačili u kontekstu pozitivne ili negativne veze mnogo opštijih konstrukata, SzH i blagostanja.

U istraživanjima koja nastoje da odgovore na pitanje uloge SzH-a u blagostanju, tek od skoro su uključeni indikatori subjektivnog blagostanja (Cann & Collette, 2014; Edwards & Martin, 2014; Kuiper, 2012). Edvardsova i Martin (2014) su rukovođeni uvrštavanjem humora u 24 snage značajne za blagostanje pojedinca ispitivali relacije humora i varijabli značajnih u kontekstu pozitivne psihologije (npr. sreće definisane preko SB-a, orijentacije ka sreći, rezilijentnosti i moralnosti). Rezultati ukazuju da je humor dobar prediktor gotovo svih zavisnih varijabli i da igra značajnu ulogu u ostvarivanju blagostanja.

Problem neujednačenih indikatora blagostanja u istraživanjima humora prevaziđen je sužavanjem šireg koncepta blagostanja na (tripartitno) subjektivno. No, pojavio se novi izazov u istraživanjima uloge SzH-a u SB-u. Popularnost HSQ skale i stav o izuzetnom značaju stila humora koji pojedinac dominantno koristi, doprineli su tendenciji da se u istraživanja kao osnovni cilj istražuju relacije stilova humora i SB-a. Na ovaj način, teško je odgovoriti koja je uloga SzH u SB-u, jer HSQ skala procenjuje isključivo stil, a ne bavi se procenom stepena SzH-a

koji pojedinac poseduje. Drugim rečima, na osnovu rezultata ove skale mi imamo informaciju koji stil humora pojedinac preferira, ali ne znamo ništa o tome u kom stepenu je ta osoba duhovita.

Većini studija u ranoj fazi izučavanja SzH-SB relacija, koje ukazuju na njihovu povezanost, može se zameriti što se uloga humora *a priori* shvatala kao korisna. Na tom tragu, sproveden je značajan broj studija gde je proveravana uloga SzH-a kao značajne strategije prevladavanja (Abel, 1998; Nezu, Nezu, & Blissett, 1988) koje će biti detaljnije opisane u narednim poglavljima. Većina dobijenih rezultata potvrđuje protektivnu ulogu SzH-a, a pojavom Martinovog modela stilova humora, gotovo sva istraživanja sugerišu pomažuću ulogu adaptivnih stilova, posebno samopomažućeg. Na opisan način, o uticaju SzH-a na (subjektivno) blagostanje se u većini slučajeva, zaključuje na indirektan način.

Rezultati dosadašnjih istraživanja uloge SzH-a u SB-u pružaju nedosledne rezultate. Povezanost između ova dva fenomena složena i na nju najverovatnije utiču određeni činioci koji doprinose nekonzistentnosti rezultata, ali ti činioci nisu sistematski ispitivani. U okviru ovog istraživanja planirano je da veza SzH i SB bude posmatrana uz analizu potencijalnih moderatora-stila humora i osobina ličnosti. Sa druge strane, značajan broj istraživanja (Abel, 1998; Kuiper, Martin, & Olinger, 1993; Lefcourt & Martin, 1983; Nezu, Nezu, & Blissett, 1988), ukazuje na moderatorsku ulogu SzH u relaciji negativnih životnih događaja i SB, dok određeni broj istraživanja ne potvrđuje datu relaciju (Anderson & Arnoult, 1989; Gillham et al., 2011; Hugelshofer, Kwon, Reff, & Olson, 2006; Korotkov & Hannah, 1994; Kuiper, 2012; Kuiper, Grimshaw, Leite, & Kirsh, 2004; Porterfield, 1987) tako da je i to jedno od pitanja koje će biti ispitivano u ovom istraživanju.

Potencijalni moderatori povezanosti smisla za humor i subjektivnog blagostanja

Stilovi humora kao moderatori

U kontekstu relacija stilova humora i SB-a, nalazi studija svedoče o sledećem: samopomažuci stil humora se pokazao kao najznačajniji prediktor stabilnog pozitivnog afekta (Cann & Collete, 2014), agresivni stil doprinosi značajno u predikciji zadovoljstva životom, a afilijativni u predikciji pozitivnog afekta (Maolino & Kuiper, 2014).

Dobijeni rezultati su u skladu sa ranijim sugestijama da samopomažući stil najverovatnije pomaže uspostavljanju pozitivnog načina razmišljanja usmerenog na sreću, nadu i optimizam (Thorson et al., 1997). Niz studija podržava ideju o vezi samopomažućeg stila i SB-a. Tako npr. studija na kineskom uzorku (Yue, Liu, Jiang, & Hiranandani, 2014) ukazuje na značajnu povezanost subjektivnog doživljaja sreće i afilijativnog i samopomažućeg stila. Na uzorku studenata u Turskoj, utvrđeno je da su samopomažući i agresivni stil značajni prediktori SB-a (Tüm kaya, 2011), kao i da je viši stepen SB-a prisutan kod osoba koje koriste afilijativni i samopomažući stil. Utvrđeno je takođe i da zadovoljstvo životom predstavlja značajan prediktor stila humora i to u pravcu preferencije afilijativnog i samopomažućeg stila (Bilge & Saltuk, 2007). Dajk i Holcman (Dyck & Holtzman, 2013) su ustanovili da je izraženije zadovoljstvo životom pozitivno povezano sa afilijativnim i samopomažućim stilom, a negativno sa samoporažavajućim humorom. Rezultati istraživanja inkrementalnog doprinosa stilova humora na sreću i psihološko blagostanje, uz kontrolu raspoloženja i osobina ličnosti sugerišu da slaba upotreba humora usmerena na samokritiku i afilijativni stil predstavljaju korelate blagostanja, dok je samopomažući stil korelat sreće, kao i medijator između osobina ličnosti i blagostanja (Paez, Mendiburo, & Martinez-Sanchez, 2013).

Posmatrajući blagostanje u širim okvirima od subjektivnog, u literaturi je prisutan značajan broj nalaza koji svedoče o doslednoj vezi između adaptivnih stilova, prvenstveno samopomažućeg, i različitih indikatora blagostanja (npr. Edwards & Martin, 2010; Frewen, Brinker, Martin & Dozois, 2008; Kuiper, Grimshaw, Leite & Kirsh, 2004; Páez, Mendiburo & Martínez-Sanchez, 2012). Martin je sa saradnicima (Martin et al., 2003) ukazao na negativnu povezanost afilijativnog i samopomažućeg stila sa anksioznošću i depresijom i na pozitivnu vezu sa samopoštovanjem i merama opšteg psihološkog blagostanja, s tim da je veza samopomažućeg stila i indikatora blagostanja snažnija u odnosu na veze afilijativnog stila i istih mera. Sa druge strane, viši skorovi na samoporažavajućem stilu humora su povezani sa izraženijom anksioznošću, depresijom, psihijatrijskim simptomima, nižim samopoštovanjem i blagostanjem generalno. Agresivni i samoporažavajući stil su povezani sa hostilnošću i agresijom, tako da se čini da je manja upotreba negativnih stilova, prevashodno samoporažavajućeg povezana sa boljim psihološkim funkcionisanjem (Martin, 2007).

Pored pomenutih, i brojna druga istraživanja (Çakmak et al., 2015; Saraglou & Scariot, 2002; Veselka, Schermer, Martin, & Vernon, 2010; Zareh, Zarch, & Nasab, 2010) ukazuju na

dosledne relacije kada su u pitanju stilovi humora i indikatori blagostanja, pogotovo ako postojeća četiri stila redukujemo na dva osnovna, pozitivni i negativni. Pozitivni stilovi humora se najčešće pojavljuju u vezi sa višim samopoštovanjem, ređim depresivnim i anksioznim manifestacijama, pozitivnim afektom, razvijenijim socijalnim veštinama. Čini se da pojedinci sa izraženim adaptivnim stilovima osećaju veću prijatnost i zadovoljstvo u različitim socijalnim iskustvima i životnim događajima, nasuprot osobama koji su sklone maladaptivnim stilovima (Herzog & Strevey, 2008; Karou-ei, Doosti, Dehshiri, & Heidari, 2009). Kod adolescenata je pored veza između pozitivnih stilova i različitih indikatora blagostanja (samopoštovanja, pozitivnog afekta, slabo izražene depresije i sl.), registrovana i uloga adaptivnih stilova u kontekstu blagostanja, dok maladaptivni stilovi ugrožavaju blagostanje adolescenta (Erickson & Feldstein, 2007).

Na osnovu navedenog, čini se opravdanim zaključiti da pozitivni stilovi doprinose višem stepenu SB-a. Sa druge strane, prisustvo negativnih stilova umanjuje SB. Jasno je da je u istraživanjima značajno ispitivati kako pozitivne, tako i negativne stilove kada se nastoji objašnjenju relacije humora i psihološkog funkcionisanja (Edwards & Martin, 2014) i činjenica je da četiri stila humora objašnjavaju veći deo varijanse SB-a nego ijedna pređašnja mera humora (npr., Cann & Etzel, 2008; Cann, Stilwell, & Taku, 2010; Kuiper, Grimshaw, Leite, & Kirsh, 2004; Martin, 2007). No, ono što nas zanima u ovom istraživanju je kakva je priroda povezanosti SzH-a i SB-a, a ne stila humora i SB-a. Kako je SzH-SB veza nedosledna i očigledno pod snažnim uticajem nekih drugih varijabli, čini se opravdanim, pored ispitivanja direktne SzH-SB veze, ispitati interaktivni efekat stila i smisla na blagostanje, jer bi to bio jedan od načina za bolje razumevanje nekonzistentne SzH-SB relacije.

Jedna od sugestija prisutnih u novijoj literaturi je da na blagostanje značajnije utiču stilovi koji su samousmereni (samopomažući i samoporažavajući) i da podela na pozitivne i negativne stilove nije ključna u analizi uticaja stila na SB (Cann, Stilwell, & Taku, 2010; Ford, McCreight, & Richardson, 2014). Naime, u nizu studija, ova dva stila su pokazala suprotne relacije sa merama iz domena psihološkog i fizičkog zdravlja. Kroz analizu velikog broja indikatora blagostanja, uočeno je da je nizak samopomažući stil povezan sa nižim nivoima blagostanja (Kuiper, Grimshaw, Leite, & Kirsh, 2004). Dodatno, isti autori su ukazali da samopomažući stil pozitivno korelira sa kompetencijama koje pomažu prevladavanje stresa. Samoporažavajući stil je u pomenutom istraživanju ostvario pozitivnu povezanost sa

depresivnošću i anksioznošću, a negativnu sa kompetencijama koje pomažu prevladavanje. Na istu povezanost ukazuju i druga istraživanja (npr. Cann & Etzel, 2008; Chen & Martin, 2007; Hugelshofer, Kwon, Reff, & Olson, 2006). Iako u nekim od pomenutih studija postoje nalazi o povezanosti afilijativnog stila i blagostanja, samo su samousmereni stilovi bili značajno povezani sa blagostanjem. Takođe, nalazi Edvardsove (Edwards, 2013) takođe sugerišu da su afilijativni, samopomažući i samoporažavajući stil najdoslednije povezani sa afektivnim blagostanjem (iako je afilijativni povezan vrlo slabo), dok se za agresivni stil čini da ne ostvaruje vezu sa afektivnim blagostanjem, iako je ponekad prisutna korelacija sa lošim raspoloženjem.

Sve u svemu, istraživanja sugerišu da je najjasnija povezanost samopomažućeg stila i stabilnog afekta, i to na taj način što samopomažući stil održava pozitivni afekat (Cann & Collette, 2014). Takođe, dosadašnji nalazi sugerišu da je samoporažavajući stil povezan sa povišenim negativnim afektom (Cann & Etzel, 2008; Cann, Stilwell, & Taku, 2010). Potencijalne veze ostalih stilova humora i afekta su manje jasne. Prethodna istraživanja su ukazala na negativnu povezanost samoporažavajućeg stila i pozitivnih karakteristika ličnosti poput optimizma, nade i sreće, kako u kros-sekcionim studijama (Cann & Etzel, 2008) tako i u longitudinalnim (Cann, Stilwell, & Taku, 2010).

Osobine ličnosti kao moderatori

U većini istraživanja sprovedenih u psihologiji teško je zaključivati o odnosu dve varijable ako postoji sumnja da su date varijable značajno povezane sa osobinama ličnosti. U tom slučaju, njihova povezanost se teško može posmatrati izolovano od bazičnih dimenzija ličnosti i pri zaključivanju o kauzalnim vezama, uticaj osobina ličnosti ne bi trebalo prevideti. Dosadašnja istraživanja sa ciljem ispitivanja osobina ličnosti i SzH-a su veoma kompleksna i često daju nedosledne rezultate (Beins & O'Toole, 2010). No, iako se čini logičnim pretpostaviti da je uticaj osobina ličnosti prisutan u najvećem broju relacija koje se ispituju, moderatorski uticaj osobina je u mnogim istraživanjima zanemarivan. Do sada je sproveden veliki broj istraživanja na temu relacija osobina ličnosti i SB-a, dok je značajno manje studija posvećeno relacijama osobina ličnosti i SzH-a. Prisutna su istraživanja između osobina ličnosti i stilova humora, kao i između stilova i blagostanja, ali istraživanja o moderatorskoj ulozi osobina između SzH-a i SB-a, prema saznanju autora ove disretacije, nema.

U jednom od retkih istraživanja relacija SzH i osobina ličnosti, Džonson i Makord (Johnson & McCord, 2010) su koristili skalu namenjenu proceni SzH-a sa višedimenzionalnog aspekta koja je formulisana na osnovu definisanja SzH-a kroz generalnu perspektivu koju pojedinac zauzima u odnosu na svet (MSHS; Thorson & Powell, 1993) i inventar ličnosti baziran na Petofaktorskom modelu. Rezultati ukazuju da su jedino faktor nazvan produkcija humora i ekstraverzija od osobina značajno povezani, posebno sa facetom razdraganost u okviru ekstraverzije. Autori pretpostavljaju da osobe sa izraženom ekstraverzijom najverovatnije koriste humor kao način za ostvarivanje pozitivnih socijalnih relacija.

Dosadašnja istraživanja su pokazala da osobine ličnosti, pogotovo one koje obuhvataju temperamentalne dispozicije ka pozitivnom i negativnom afektu, predstavljaju najsnažnije korelate SB-a (Costa & McCrae 1980; Headey & Wearing, 1992; Tellegen 1985; Watson & Clark, 1992). Najdoslednije nalaze u oblasti SB-a predstavljaju jaka pozitivna korelacija između ekstraverzije i afektivnog blagostanja (Diener, Oishi, & Lucas, 2003) i značajna negativna povezanost između neuroticizma i zadovoljstva životom (Heller, Watson, & Ilies, 2004).

Na osnovu dosadašnjih rezultata, primetno je da ekstraverzija predstavlja značajan prediktor kako slučaju SB-a, tako i SzH-a. Iz tog razloga, jedna od pretpostavki ovog istraživanja je da osobine ličnosti, prvenstveno sa temperamentalnom osnovom, utiču na vezu SzH-a i SB-a. Mnoga osećanja, misli i ponašanja okarakterisana kao humoristična mogu biti podstaknuta i drugim osobinama osim smisla za humor (Ruch & Hofmann, 2012). Tendencija da se osoba lako nasmeje, inicira šale i ponašanja slična tome su definisana kao komponenta smisla za humor (Martin & Lefcourt, 1984; McGhee, 1999). No, takve akcije se takođe shvataju i kao odraz bazičnije dimenzije ličnosti ekstraverzija.

Visoke korelacije SzH-a i ekstraverzije, prisutne u gotovo svim istraživanjima relacija osobina ličnosti i SzH-a, prema mišljenju Ruha i Dekersa (Ruch & Deckers, 1993) svedoče o preklapanju sadržaja ova dva konstrukta. I dalje vrlo malo znamo o relaciji ostalih dimenzija petofaktorskih modela sa SzH-om. Postoji nekoliko naznaka da se pojedinci sa iznadprosečnim SzH-om najčešće opažaju kao emocionalno stabilni, ekstravertni, otvoreni ka iskustvu, prijatni, ali sa slabije izraženom savesnošću (McCrae & John, 1992). No, dovoljno pouzdanih podataka za zaključivanje o relacijama osobina ličnosti i SzH-a, osim u slučaju ekstraverzije, generalno nema.

Iako stilove humora ne bi trebalo izjednačavati sa SzH-om, u nedostatku drugih informacija, od značaja nam mogu biti i rezultati inkrementalnog doprinosa stilova u predikciji SB-a kada su u analizi prisutne i osobine ličnosti. Iz istraživanja Jovanovića (2011) poznato je da samopomažući stil poseduje inkrementalni doprinos u predikciji afektivne komponente SB-a i zadovoljstva životom čak i kada se kontrolišu efekti neuroticizma i ekstraverzije, kao i da afilijativni stil doprinosi predikciji afektivnom blagostanju povrh neuroticizma. Sa druge strane, prema nalazima Ruha i Hajncove (2013), samopomažući, afilijativni i samoporažavajući stil su se pokazali kao značajni prediktori SB-a i dodatnih indikatora blagostanja, no efekat stilova u predikciji je vrlo mali kada se kontroliše uticaj osobina ličnosti. Kako je Diner istakao, sreća može biti rezultat „generalne sklonosti da se stvari iskuse na pozitivan način“ (Diener, 1984, str.565), a sa temperamentalnog aspekta, npr. razdraganost, kao jedna od faceta SzH-a, može imati pomažuću ulogu u veselom pogledu na svet. Konkretno u kontekstu ekstraverzije, očekivanje je prilično jasno - ekstraverzija najverovatnije pojačava uticaj SzH-a na SB imajući u vidu visok procenat deljene varijanse te dimenzije i određenih aspekata SzH-a, kao i dosledne veze sa SB-om.

Neuroticizam predstavlja dosledan negativan prediktor SB-a nezavisno od kulture i podneblja (Schimmack, Radhakrishnan, Oishi, Dzokoto, & Ahadi, 2002), dok se u literaturi retko nailazi na nalaze povezanosti neuroticizma i SzH-a. Neuroticizam ponekad korelira sa SzH-om (npr. Deaner & McConatha, 1993), a ponekad ne (npr. Köhler, & Ruch, 1996), dok u nekim istraživanjima korelira sa određenim aspektima humora, preferencijom određenog tipa šale ili sa diskomforom prisutnim pri ekspresiji humora (Beins & O’Toole, 2010; Galloway & Chirico, 2008; Köhler & Ruch, 1996).

Ostale dimenzije u okviru petofaktorskih modela nisu dosledno niti izučavane, niti su u postojećim istraživanjima dosledno povezane sa SzH-om. Prema mišljenju nekih autora (npr. Dewitte & Verguts, 2001) *dobrog saljivdžiju* čine dve komponente definisane kroz učestalo pričanje šala i obraćanje pažnje na efekte koje njihove šale proizvode na osobu ili osobe koje slušaju šalu. Čini se da je praćenje sopstvenog ponašanja (engl. *self-monitoring*) važan element SzH-a i da senzibilnost na efekte šala pomaže *finom podešavanju* šala. Na tom tragu, pomenuti autori objašnjavaju kako u nekim istraživanjima postoji povezanost između otvorenosti i prijatnosti sa SzH-om - obe pomenute dimenzije uključuju pridavanje značaja kontekstu.

Smisao za humor kao protektivan činilac

Smisao za humor kao moderator povezanosti između negativnih životnih događaja i subjektivnog blagostanja

„Možda ja najbolje znam zašto se samo čovek smeje: jedino on tako duboko pati da je morao izmisliti smeh. Najnesretnija i najmelahonličnija životinja je, kako i priliči, najveselija.“

Friedrich Nietzsche

U cilju što jasnijeg razumevanja veze između SzH-a i SB-a, dati odnos je u ovoj disertaciji prvenstveno posmatran u prisustvu određenih moderatora za koje se pretpostavlja da mogu uticati na njihovu povezanost. Međutim, još jedan aspekt SzH-SB veze je važan, a to je ispitivanje uticaja SzH-a na blagostanje pojedinca u prisustvu stresnih događaja. U najvećem broju dosadašnjih istraživanja ovo je predstavljalo centralno pitanje, no i dalje ne postoji dovoljan broj nalaza koji nedvosmisleno potvrđuju protektivan karakter SzH-a.

Ideja da SzH ima terapeutsko dejstvo odavno uživa podršku kako u naučnim, tako i laičkim krugovima i često se protektivna uloga SzH-a doživljava kao očigledna istina (Lefcourt Martin, 1986). Određeni autori sugerišu da je smeh instinktivni odbrambeni mehanizam koji pomaže ljudima da se suoče i izbore sa razočarenjima i nevoljama u životu (Berg & Van Brockern, 1995; Carlson & Peterson, 1995).

Različiti autori su tokom 20. veka pisali o SzH-u kao jednom od efikasnih načina za prevazilaženje negativnih iskustava. Tako je Olport (Allport, 1950, str. 280) istakao da „neurotičar koji nauči da se smeje samom sebi može biti na dobrom putu da upravlja svojim mislima, osećanjima i ponašanjem, a možda čak i ka izlečenju“. Mej (May, 1953) je smatrao da SzH omogućuje pojedincu da se distancira od problema i situaciju posmatra iz drugačije perspektive. Frankl je humor smatrao važnim za prevladavanje stresnih situacija kroz mentalno udaljavanje pojedinca od neprijatnih situacija (Frankl, 1960). Mudi (Moody, 1978) je sugerisao da je sposobnost distanciranja od događaja jedno od osnovnih obeležja humora. On kaže da je „osoba sa izraženim SzH-om pojedinac koji je sposoban da vidi kako sebe tako i druge u nekom drugom svetlu i posmatra život iz drugačije perspektive iz koje može da se smeje okolnostima i da pritom ostane uključen u samo dešavanje, ali na pozitivan način“ (str. 4). Izveštaji iz Drugog svetskog rata sugerišu da su pojedinci koji su preživeli koncentracione logore prevladavali traumatične situacije šaleći se na račun svoje nesreće (Ford & Spaulding, 1973; Henman, 2001). Humor

predstavlja važno sredstvo pri suočavanju sa različitim stresorima sa kojima se susrećemo tokom života i pomažuća uloga humora se najpre ogleda u kognitivnom restrukturiranju koje je pojedincu omogućeno kroz humorističan pristup događajima (Dixon, 1980).

Do danas, sproveden je niz istraživanja podstaknutih pitanjem da li je SzH efikasna strategija prevladavanja. U prilog toj pretpostavci, određeni broj istraživanja ukazuje na protektivan efekat SzH-a u kontekstu stresa (Abel, 1998; Nezu, Nezu, & Blissett, 1988). Prisutni su i nalazi koji sugerišu da je SzH efikasna strategija za regulisanje stresa i ublažavanje negativnih emocija (npr. Francis, Monahan, & Berger, 1999; Geisler, Wiedig-Allison, & Weber, 2009). No, u isto vreme, nalazi značajnog broja studija ne potvrđuju date rezultate u prilog protektivne uloge SzH-a (Anderson & Arnoult, 1989; Gillham et al., 2011; Hugelshofer, Kwon, Reff, & Olson, 2006; Korotkov & Hannah, 1994; Kuiper, 2012; Kuiper, Grimshaw, Leite, & Kirsh, 2004; Porterfield, 1987).

Među prvim istraživačima protektivne uloge smisla za humor pri uticaju negativnih životnih događaja, ističu se Lefkort i Martin (Martin & Lefcourt, 1983; Lefcourt & Martin, 1986; Martin & Dobbin, 1988; Martin, 1998). Polazeći od pretpostavke o moderatorskoj ulozi SzH-a na vezu između negativnih iskustava i blagostanja, u setu su od tri studije, Martin, Lefkort i saradnici (1983; 1984) su varirali metod procene SzH-a i uvodili različite mere blagostanja od kojih neke odgovaraju afektivnoj komponenti SB-a, npr. kao što je *Profil raspoloženja* (POMS; McNair, Lorr, & Droppleman, 1971). Rezultati prve studije su podržali hipotezu da SzH ima moderatorsku ulogu u relaciji između negativnih životnih događaja i raspoloženja. Konkretno, kod ispitanika koji su ostvarili više skorove na merama vezanim za procenu SzH-a, registrovan je slabiji uticaj negativnih događaja na emocionalnu stabilnost. Da bi dodatno argumentovali prethodni zaključak, u narednoj studiji je uvršten i bihevioralni metod procene sposobnosti za produkciju humora. Korišćena je Turnerova tehnika (Turner, 1980) - ispred ispitanika na stolu se nalazio niz različitih predmeta, npr. stara teniska patika, flaša piva, bočica aspirina i sl. Od učesnika studije se očekivalo da osmisle trominutnu komediju koristeći ponuđene objekte. Rezultati su ponovo potvrdili pretpostavku - SzH umanjuje efekte stresa. Treća studija je pri produkciji humora obuhvatala još jedan element - kvazi stresnu situaciju. Nalazi sve tri studije pružaju podršku pretpostavci da aktivna upotreba humora ima pomažuću ulogu u kontekstu prevladavanja stresa. Naredna istraživanja sprovedena i od strane drugih autora sugerišu da kreiranje humorističnih narativa uz gledanje stresnog filma dovodi do smanjenog psihološkog

stresa, manjeg emocionalnog distresa i slabije izraženog negativnog afekta u odnosu na kreiranje ozbiljnog narativa od strane ispitanika (npr., Lefcourt & Martin, 1986; Martin & Lefcourt, 1983; Newman & Stone, 1996). Ovaj efekat je primećen kod svih ispitanika koji su produkovali duhovit narativ, bez obzira na stepen SzH-a, sugerišući da produkcija humora može biti efikasna strategija prevladavanja, čak i kod osoba koje uobičajeno ne koriste humor (Newman & Stone, 1996). U narednom nizu studija, pomenuti pozitivan efekat humorističnog narativa nije ponovljen (npr., Lehman, Burke, Martin, Sultan, & Czech, 2001). Jedino je registrovana slaba i nekonzistentna povezanost između humora kao osobine ličnosti i blagostanja (npr., Thorson, Powell, Sarmany-Schuller, & Hampes, 1997).

Često citirana studija sprovedena je 1988. godine od strane autora Nezu, Nezu i Bliset (Nezu, Nezu, & Blissett, 1988). U istraživanju je evaluiran moderatorski uticaj SzH-a na vezu između stresa, depresije i anksioznosti. Procena depresivnosti i anksioznosti je sprovedena na početku studije i ponovo nakon dva meseca. Studija je raspolagala sa dva seta podataka: kros-sekcionim i prospektivnim, omogućavajući zaključke o odloženim efektima stresa na disforiju. Dobijeni rezultati su ukazivali na značajne glavne efekte i interakcije između stresa i humora u predikciji depresije u oba navrata testiranja ispitanika. U prospektivnoj analizi, kada su ranije procene depresije i anksioznosti uvedene pri predikciji kasnijih mera, nalazi su još snažnije svedočili o protektivnoj ulozi SzH-a nego u analizi kada je na osnovu prvog testiranja ispitivana uloga SzH-a u predikciji depresije. Relacije SzH-a i anksioznosti nisu registrovane.

Na nivou fizioloških reakcija na stres, u istraživanjima gde zavisnu varijablu predstavlja sekretorni imunoglobulin A (S-igA), mera funkcionisanja imunog sistema pojedinca, registrovana je pomažuća uloga SzH-a (Martin & Dobbin, 1988). Kod pojedinaca sa niskim SzH-om, primećeno je značajno opadanje S-igA u prisustvu stresogenih događaja, dok je kod osoba sa visokim SzH-om primećena slaba ili nikakva veza između stresa i nivoa S-IgA.

Istraživanje Porterfilda (Porterfield, 1987) je jedna od najcitiranijih studija koja dovodi u pitanje moderatorski uticaj SzH-a u kontekstu suočavanja sa negativnim događajima. Studija je dizajnirana sa ciljem provere rezultata do kojih su došli Martin i Lefkort (1983), s tim da nisu bile uključene različite mere emocionalne uznemirenosti kao u njihovom istraživanju. Rezultati su ukazali da humor jedino ublažava depresiju i to direktno, nezavisno od efekta stresnih događaja. Efekat protektivne uloge SzH-a u relaciji između negativnih događaja i depresije, kao i fizičkog zdravlja, nije pronađen. Dobijeni nalazi mogu ukazivati da su pojedinci sa izraženim

SzH-om pretežno u dobrom raspoloženju ili da dobro raspoloženje uključuje responzivnost na humor. Zapravo, dobijeni podaci sugerišu da humor više korelira sa raspoloženjem nego sa suočavanjem sa depresivnim efektima stresnih događaja (Lefcourt, 2002).

Još jedna studija dovodi u pitanje protektivan uticaj SzH-a (Anderson & Arnoult, 1989). Pomenuti autori su kroz procenu SzH-a kao strategije prevladavanja dobili rezultate koji ne potvrđuju protektivni uticaj SzH-a na efekte negativnih životnih iskustava na zdravlje, somatske bolesti, depresiju i nesanicu.

Većina pomenutih studija u nacrt istraživanja uključuje različite mere blagostanja, što dovodi u pitanje komparaciju dobijenih rezultata. Npr. u prethodno pomenutom istraživanju (Anderson & Arnoult, 1989), varijable koje se odnose na bolest i zdravlje su se sastojale od po samo jednog ajtema i nisu predstavljale standardizovane mere.

Na uzorku adolescenata sprovedeno je istraživanje sa video dokumentovanjem upotrebe humora u cilju poboljšanja socijalno-emocionalnog funkcionisanja tokom svakodnevnog života (Cameron, Fox, Anderson, & Cameron, 2010) kao i ispitivanje upotrebe humora kao strategije prevladavanja kod srednjoškolaca tokom pripreme za fakultet (Shaunessy & Suldo, 2010). Iako stresori u pomenutim studijama nisu ekstremni, ipak su dovoljno izraženi da potkrepljuju stav da upotreba humora može biti konstruktivna u kontekstu blagostanja. Jedan od dodatnih nalaza sugeriše da intelektualno nadareni srednjoškolci u odnosu na manje nadarene, efikasnije koriste SzH kako bi se bolje osećali pri suočavanju sa stresom izazvanim pripremama za fakultet (Kuiper, 2012).

Istraživanja novijeg datuma o protektivnoj ulozi SzH-a proizilaze iz studija sprovedenih na uzorcima osoba koje imaju visoko stresna i rizična zanimanja (npr. policajci, medicinsko osoblje, posebno u urgentnim centrima, vatrogasci), gde se pojedinci gotovo svakodnevno suočavaju sa stresnim događajima. Pomenuta istraživanja opisuju upotrebu humora kao značajan resurs u okviru psihološke otpornosti pojedinca, ali takođe ukazuju i na maladaptivna obeležja određenih aspekata SzH-a. Pojedina istraživanja ukazuju da su pojedinci koji koriste ciničan humor skloni da prikrivaju emocije i da se vremenom udaljavaju od drugih osoba (Kosenko & Rintamaki, 2010). Trogodišnja longitudinalna studija (Kerkkänen, Kuiper, & Martin, 2004) ukazuje da su policajci koji su ispoljavali viši stepen SzH-a bili pod većim rizikom za razvoj kardiovaskularnih bolesti, imali značajan broj kilograma viška i bili strastveni pušači. Pomenute studije ukazuju da upotreba humora može biti maladaptivna za zdravlje pojedinca ukoliko služi

neadekvatnom potiskivanju emocija i bola ili narušavanju odnosa sa drugim ljudima usled ciničnog humora (Kosenko & Rintamaki, 2010). Pomenute studije poseduju visok stepen ekološke validnosti, jer su sprovedene u realnom životu, ali takođe poseduju nizak nivo eksperimentalne kontrole i time ograničavaju donošenje čvrstih zaključaka (Kuiper, 2012).

Studije slučaja u kontekstu humora uglavnom konvergiraju ka ideji da SzH može služiti pojedincima da se uspešnije suočavaju sa traumatičnim situacijama. Kajper ističe da je do sada prisutna i značajna građa koja ukazuje da izraženiji SzH može doprineti isticanju pozitivnih životnih iskustava i da ipak vodi pozitivnijem afektu i blagostanju (Kuiper, 2012).

Postoji nekoliko pretpostavki o načinu kako pozitivni oblici humora mogu služiti kao intrapersonalna adaptivna strategija prevladavanja (Abel, 2002; Henman, 2001). Tako na primer, humor može služiti kao strategija koja moderira uticaj stresa kroz pozitivniju i realističniju kognitivnu obradu informacija koje dobijamo iz okoline (Kuiper & Martin, 1998a). Na ovaj način humor može uključivati promenu emocija kroz kognitivnu promenu ili restrukturiranje pretećih situacija (Martin, Kuiper, Olinger, & Dance, 1993; Nezu, Nezu, & Blissett, 1988). Humor takođe može biti shvaćen i kao odbrana (Martin et al., 2003). Odbrane funkcionišu nesvesno kroz promenu percepcije pojedinca u cilju smanjenja stresa (Cramer, 2000; Erickson, Feldman, & Steiner, 1996; Lazarus, 2000; Noam & Recklitis, 1990; Vaillant, 2000). Humor kao odbrana omogućava osobi da se suoči sa pretećim okolnostima bez preplavlivanja negativnim emocijama (Lefcourt & Davidson-Katz, 1991). Odbrane se mogu svrstati u dve kategorije - zrele i nezrele. Zrele umanjuju stres, održavajući ego u realnosti, dok nezrele negiraju i iskrivljuju konflikt (Vaillant, 2000). U kontekstu odbrana, humor je najčešće shvaćen kao zrela vrsta odbrane (Vaillant, 2000; Steiner, Araujo, & Koopman, 2001). Iako nije otvoreno diskutovano u dosadašnjoj literaturi Eriksonova i Feldštajnova (Erickson & Feldstein, 2006) smatraju da i negativne forme humora mogu biti povezane sa suočavanjem, ali nekonstruktivno kroz izbegavanje.

U dosadašnjim studijama koje SzH vide kao značajan element psihološke otpornosti, najčešće se pominju mehanizmi emocionalne regulacije kroz upotrebu humora i kognitivnog restrukturiranja kako bi se pojedinac distancirao od stresnih i negativnih životnih događaja (Kuiper, Martin, & Olinger, 1993). SzH je najčešće razmatran kao adaptivna i zrela strategija sa suočavanje sa poteškoćama (npr. Cramer 2000; Westen & Blagov, 2007). Ovakav stav posebno važi za samopomažući i afilijativni stil humora, dok su agresivni i samoporažavajući najčešće

viđeni kao disfunkcionalni (Martin et al., 2003). Korovkin i Nikiforova (2015) smatraju da olakšanje u stresnim situacijama proizilazi iz mehanizma promene fokusa kroz upotrebu humora.

U nizu pomenutih ranih istraživanja korišćene su različite mere za procenu SzH-a kao i širok dijapazon različitih indikatora blagostanja, gde određeni odgovaraju komponentama SB-a. Samim tim, rezultate ne možemo tumačiti u korist ili protiv protektivne uloge SzH-a u SB-u bez određenih ograničenja. U prvom talasu istraživanja humora distinkcija između adaptivnih i maladaptivnih formi humora nije postojala. Nedoslednosti tadašnjih istraživanja su kasnije pravdane različitim efektima SzH-a na blagostanje zasnovanim na adaptivnosti stila koji je procenjivan u istraživanju. Međutim, stav Kana i Kajpera (Cann & Kuiper, 2014) da u određenom kontekstu gotovo svaki stil može biti i koristan i štetan, a da se SzH ogleda i u prepoznavanju koji humor je najadekvatniji u datom kontekstu. Konkretno, Kan ističe sledeće: pri suočavanju sa određenim stresorom, npr. samopomažući stil može poslužiti vickastoj interpretaciji opasnosti što u krajnjoj liniji može dovesti do štetnijeg ishoda uticaja stresora nego da mu je osoba u startu pristupila sa više ozbiljnosti. U skladu sa navedenim, rezultati studije (Puhlik-Doris, 2004) u kojoj su ispitanici vodili dnevnik u kom su beležili koji su stil humora datog dana koristili i kakvog su raspoloženja bili sugerišu da efekti humora mogu varirati u zavisnosti od funkcije koju imaju u konkretnom kontekstu. U situacijama ekstremnog stresa, samoporažavajući i agresivni stil mogu imati pomažuću ulogu, makar kratkoročno. Autorka istraživanja pretpostavlja da u ovim vanrednim okolnostima benefit od upotrebe humora (npr. izraženije samopoštovanje) može nadjačati potencijalno štetan uticaj negativnih stilova humora na blagostanje. Podaci dobijeni od ratnih zarobljenika, da im je pri preživljavanju strahota nad kojima nisu imali kontrolu, pomagalo podsmevanje agresoru i sopstvenoj situaciji (Ford & Spaulding, 1973; Henman, 2001), takođe govore u prilog koristi određenog stila u zavisnosti od situacije. Pomenuti autori su izneli pretpostavku da razdraganije osobe mogu potencijalno rizik koji sa sobom nose određeni stilovi života i događaji i time mogu sa manje pažnje pristupiti očuvanju zdravlja i suočavanju sa stresorima.

Opšti zaključak po pitanju protektivne uloge SzH je najverovatnije potvrđan. U većini istraživanja ipak je ukazano da SzH moderira uticaj stresnih događaja na neprijatna emotivna stanja, i to najčešće depresije. Na koji način i pod kojim uslovima je manje jasno. Kod pojedinaca sa slabo izraženim SzH-om pojačan stres dovodi do jačih promena raspoloženja. Suprotno, kod individua sa visoko izraženim SzH-om uz pojačane stresne događaje nije

registrovana i pojačana emocionalna nestabilnost (Lefcourt & Martin, 1986; Nezu, Nezu, & Blissett, 1988). No, da bi smo zadržali objektivnost, ne smemo zanemariti i značajan broj studija koje ne potvrđuju date relacije o kojima je bilo reči u ovom poglavlju. Posmatrajući dosadašnja istraživanja, teorije i mišljenja istaknutih pojedinaca, i dalje ostaje otvoreno pitanje zašto protektivna uloga SzH-a nije dosledno prisutna u istraživanjima, šta može biti razlog ovoj pojavi i na koji način interpretirati i razjasniti datu nekonzistentnost.

Smisao za humor kao faceta rezilijentnosti

„Smisao za humor je velika odbrana protiv manjih nevolja.“

Mignon McLaughlin

Aktuelni fokus psihologije na zdrave potencijale ličnosti predstavlja pristup koji izučava personalne, sredinske i kontekstualne faktore koji pomažu poboljšanju blagostanja pojedinca i kvaliteta života, pogotovo u trenucima stresa i nepovoljnih okolnosti (Windle, 2011; Zautra, Hall, & Murray, 2008). Formulisan kao rezilijentnost ili psihološka otpornost, ovaj proces je prisutan tokom celog životnog veka i definisan je kao proces prilagođavanja i upravljanja različitim izvorima stresa. Rezilijentnost predstavljaju „resursi koje poseduje pojedinac, njegov život i okolina koji olakšavaju prilagođavanje i *uzvrćaju udarac* nevoljama“ (Windle, 2011, str. 153). Prema mišljenju Mastenove i Gevirtcove, rezilijentnost je „pozitivna adaptacija ili razvoj prisutan u kontekstu nepovoljnih okolnosti“ (Masten & Gewirtz, 2006, str.1).

Sa aspekta rezilijentnosti, značajno je istaći da određene snage poput ljubaznosti, humora, liderstva, ljubavi i socijalne inteligencije pokazuju značajan pomažući uticaj kada se pojedinac nađe suočen sa traumatičnim događajima, kao što su životno ugrožavajuće nesreće, napadi ili bolest (Peterson, Park, Pole, D’Andrea, & Seligman, 2008). SzH je, kao što smo pominjali, u ovom kontekstu, opisan kao značajan resurs koji pri suočavanju sa stresnim događajima omogućava kognitivno-afektivnu promenu i restrukturiranje situacije tako da ona bude opažena kao manje preteća (Dixon, 1980; Martin et al., 2003) i pomaže smanjenju psihološkog uzbuđenja (Shurcliff, 1968). SzH predstavlja varijablu individualnih razlika, značajnu u okviru izučavanja psihološke otpornosti, prvenstveno zbog njegove veze sa pozitivnim procenama potencijalnih i stvarnih ishoda pretećih događaja (Kuiper, McKenzie, & Belanger, 1995).

Rezultati istraživanja o kojima je bilo reči tokom prethodnog poglavlja većinom su usaglašeni sa pretpostavkom da humor može predstavljati značajnu personalnu facetu u okviru rezilijentnosti. Dodatne potvrde su prisutne i u dvogodišnjoj studiji sa pacijentima koji su bili u terminalnoj fazi oboljenja bubrega (Svebak, Krisoffersen, & Aasord, 2006). Kod pojedinaca sa izraženijim SzH-om, stopa preživljavanja je bila prosečno veća za 31% u odnosu na pacijente sa nižim SzH-om. Kroz sedmogodišnju studiju u cilju ispitivanja stope preživljavanja kod preko 50000 norveških ispitanika (Svebak, Romundstad, & Holmen, 2010) stopa smrtnosti je bila znatno niža kod pojedinaca sa izraženim SzH-om. Korist od upotrebe humora bila je uočena bez obzira na pol i aktuelno zdravlje, ali značajno slabije izražena posle 65. godine života.

Kroz longitudinalnu studiju, koristeći različite procene humora kao strategije prevladavanja, uz mere percipiranog stresa, pozitivnog afekta i depresije, autori Ong, Bergeman i Biskonti (Ong, Bergeman, & Bisconti, 2004) su na uzorku od 34 udovice ispitivali proces oporavka od gubitka bračnog partnera. Njihovi nalazi sugerišu da izražena upotreba humora u periodu koji sledi posle smrti supružnika povećava stepen emocionalne rezilijentnosti. Konkretno, one udovice koje koriste više humora tokom prevladavanja su bile sposobnije da održe pozitivne emocije odvojene od negativnih što je rezultiralo u manjem broju depresivnih simptoma.

Podstaknut prethodnim nalazima, Kajper je 2012. godine napisao značajan članak u kom je SzH, po prvi put eksplicitno tumačen kao faceta rezilijentnosti. On smatra da je izraženiji SzH povezan sa pozitivnijom procenom izazova sa kojima se pojedinac sreće tokom života. Zauzvrat, pozitivne procene generišu izraženiji entuzijizam za suočavanje sa događajima i na taj način dovode do pozitivnijeg afekta. Pored funkcije SzH-a pri reinterpretaciji stresnih događaja kao manje pretećih, SzH može doprinositi i u pojačanom doživljavanju i proceni pozitivnih životnih događaja. Tako je recimo, utvrđeno da kada je broj pozitivnih životnih događaja u porastu, jedino kod pojedinaca sa izraženijim SzH-om prisutan je i porast pozitivnog raspoloženja (Kuiper, Martin, & Dance, 1992). U skladu sa okvirom koji nudi rezilijentnost, SzH može obogaćivati život pojedinca kroz izraženije uživanje u pozitivnim životnim iskustvima, snažnijim pozitivnim emocijama, pozitivnijem self-konceptu i višem stepenu blagostanja i opšteg kvaliteta života (Kuiper, 2012).

No, uz sve potvrde o ulozi SzH-a u kontekstu psihološke otpornosti bitno je imati na umu da većina istraživanja SzH tumače kroz isključivo pozitivne aspekte. U okviru istraživanja

rezilijentnosti, najbolje je uvrstiti ili model stilova humora Martina i saradnika ili neki vid objektivne procene SzH-a poput procene od strane drugih. Najverovatnije je da pojedinci kod kojih je prisutan izražen samopomažući stil humora inicijalno izazovne situacije tumače na način koji im pomaže pri prevladavanju. Koristeći samopomažući humor, kod osobe se održava ideja o pozitivnom razrešenju situacije, a ukoliko ishod bude negativan, ove osobe su sposobne da reinterpreтираju situaciju na način koji štiti njihovo blagostanje. Pri inkorporiranju SzH-a u bilo koje okvire, pa i kontekst rezilijentnosti, važno je imati na umu njegovu višedimenzionalnu prirodu i voditi računa o svim aspektima koji čine sam konstrukt.

Smisao za humor kao strategija emocionalne regulacije

“Bila sam neurotična. Nisam se sebi naročito dopadala. Ali negde u srednjim četrdesetim, neuroza je prestala da bude važna-razvila sam smisao za humor.”

Joanne Woodward

Jedan od načina kako SzH doprinosi blagostanju jeste kroz emocionalnu regulaciju koja predstavlja važan činilac mentalnog zdravlja (Gross & Muñoz, 1995). Autori Gajlsler i Veber (Geisler & Weber, 2010) smatraju da je SzH kompatibilan sa Grosovim modalnim modelom emocionalne regulacije imajuću u vidu kognitivno restrukturiranje kao važnu karakteristiku SzH-a (Gross, 1998; Gross & Thompson 2007). Prema ovom modelu, emocija se pojavljuje kada postoji transakcija između osobe i situacije i kada ta transakcija angažuje pažnju i od posebnog je značaja za datu individuu.

Model pretpostavlja strategije emocionalne regulacije (Figura 1.) i humor je deo kognitivnih činilaca koji prethode odgovoru (Gross, 2008). Na taj način, SzH i generalno humorističan kognitivni stil mogu predstavljati značajan resurs u izazovnim situacijama kao efikasno sredstvo emocionalne regulacije.

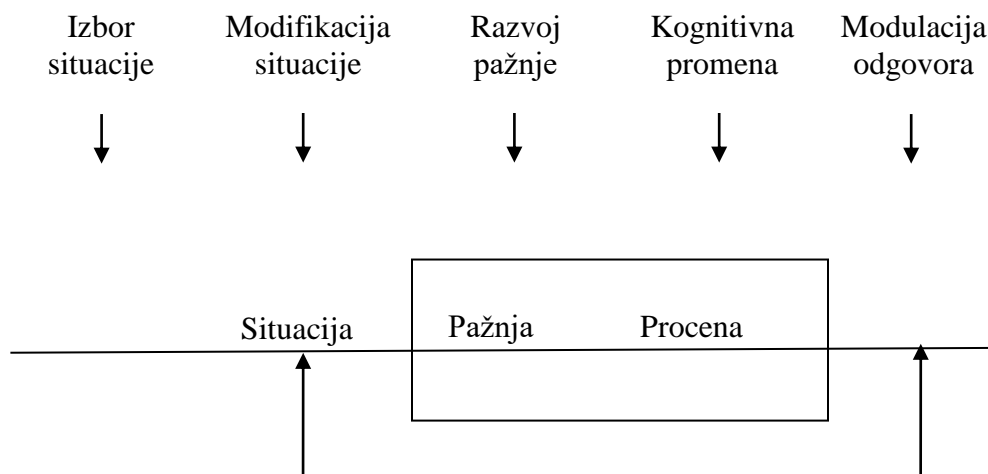


Figura 1. Model emocionalne regulacije koji ističe pet porodica strategija za emocionalnu regulaciju (adaptirano prema Gross & Thompson, 2007).

Samson i Gros (2012) su istraživali uticaj pozitivnog i negativnog humora u kontekstu emocionalne regulacije. Njihovi nalazi sugerišu da isključivo pozitivni stilovi mogu biti efikasan oblik emocionalne regulacije i prate ideju o reinterpetaciji negativnih događaja na način kako su to sugerisali Lefkort i saradnici (Lefcourt, Davidson, Shepherd, Phillips-Ken, Prkachin, & Mills; 1995) ili Vajlant (Vaillant, 2000). Dodatne mogućnosti o načinu na koji humor utiče na emocije, Samson i Gros vide u pozitivnim emocijama koja prate humor i koje poništavaju negativne emocije (Fredrickson & Levenson, 1998) i u mogućnosti distanciranja od negativnih događaja koje omogućava humor (Keltner & Bonnano, 1997). Navedeni načini ističu različite aspekte emocionalne regulacije - kroz shvatanje humora kao distraktora u prisustvu negativnih događaja; zatim kroz tumačenje da pozitivne emocije povezane sa humorom direktno umanjuju negativne, kao i da pozitivna reinterpetacija potencijalno stresnih događaja menja značaj događaja i time menja emocionalni odgovor pojedinca. U eksperimentalnoj studiji (Samson, Glassco, Lee, & Gross, 2014) koja je upoređivala efekte humora i konvencionalnog (ozbiljnog) prevladavanja neprijatnih emocija podstaknutih negativnim stimulusom, primećeno je da u kraćem roku, humoristično prevladavanje bilo teže, ali efikasnije u redukciji negativnih i pojačavanju pozitivnih emocija. Na duže staze, obe strategije su bile uspešne pri postizanju pozitivnih emocija, dok je humoristična perspektiva bila korisnija u umanjivanju negativnih emocija. Ovo je ujedno i prva studija koja ukazuje da prevladavanje humorom, kratkoročno i dugoročno,

postiže bolje efekte nego konvencionalno prevladavanje kada su u pitanju emocije podstaknute negativnim stimulusima.

Pomenuti autori sugerišu da za sada nije opravdano isključiti mogućnost da upotreba humora angažuje ili zahteva dodatne resurse, koji mogu odvracati pažnju od negativnih događaja (Strack, Holland, Van Baaren, & Van Knippenberg, 2009). Funkcionalne teorije emocija naročito naglašavaju uticaj koji emocije mogu imati na ponašanje čoveka, i definišu emocije kao „osećanja koja motivišu, organizuju i rukovode percepciju, mišljenje i akcije” (Izard, 1991, str. 14). Međutim, malo je verovatno da bi pojedincu pažnja bila odvracena od negativnih događaja upotrebom isključivo pozitivnih, a ne i negativnih stilova.

Gajlsler i Veber (Geisler & Weber, 2010) nadalje sugerišu da se humor razlikuje od drugih kognitivnih strategija emocionalne regulacije po tome što SzH ne negira negativno iskustvo, već pomaže njegovoj interpretaciji kao manje ugrožavajućeg. U terminima emocionalne regulacije, ovde se radi o *top-down* regulaciji, što znači da efekti upotrebe SzH-a pomažu smanjenju ekspresije i posledica negativnih emocija. Autori takođe sugerišu da određeni efekti emocionalne regulacije humorom, čak i kada se suočavaju sa negativnim okolnostima, mogu biti i regulisani *bottom-up* pristupom, jer uvode pozitivne emocije u situaciju. Konkretno, oni sugerišu da razdraganost koja je povezana sa humorom u stresnim okolnostima može izmamiti pozitivne emocije koje nadalje imaju svoje pozitivne efekte (Kuiper, 2010). Na opisan način smanjuje se težina uznemirujuće situacije kao i što se proširuje pažnja kako bi se uključili pozitivniji aspekti prisutni u okruženju pojedinca. Ovi vidovi *up* regulacije su detaljno razmatrani u modelima emocionalne regulacije koji se fokusiraju isključivo na regulaciju pozitivnim afektom (Tugade & Fredrickson, 2007). U okviru ovih modela, od značaja su strategije prevladavanja koje pomažu održavanju ili pojačavanju pozitivnih emocija. Tako npr. gledanje komičnog filma i smejanje kada smo uznemireni mogu služiti kao efikasna strategija za izazivanje pozitivnih emocija.

Prethodno opisan način postizanja pozitivnog afekta, prema Teoriji proširenja i izgradnje Frederiksonove (Fredrickson, 1998, 2001, 2006) obezbeđuje psihološki podsticaj i fleksibilnost koji omogućavaju pojedincu da se angažuje u različitim aktivnostima koje su inspirišuće, prijatne i kreativne i time gradi otpornost za negativne događaje u budućnosti. Teorija sugerise da se adaptivna vrednost pozitivnih emocija manifestuje na dva načina. Prvi način podrazumeva povećanje trenutne kognitivne efikasnosti (npr. fleksibilnost, inovativnost i kreativnost u

razmišljanju), a drugi u izgradnji trajnih psiholoških resursa putem ponašanja koja prate pozitivne emocije (npr. razigranost, prosocijalna ponašanja). Jedno od ponašanja koje Frederiksonova ističe je zabava, za koje je poznato da je u značajnoj povezanosti sa humorom (Martin, 2007).

Bez obzira na generalno nedosledne rezultate, u slučajevima kada SzH ima pomažuću ulogu, najverovatnije pozitivan efekat postiže, uz dodatne načine, i kroz podsticanje i održavanje pozitivnih emocija. Tugade i Frederiksonova (2007) ističu načine putem kojih regulacija pozitivnih emocija, kroz upotrebu različitih strategija za postizanje i održavanje pozitivnog afekta, može pojačavati rezilijentnost. Jedna od strategija koju autorke naglašavaju je upotreba humora u cilju suočavanja sa stresorima, ali takođe ostavljaju otvorenu i mogućnost, da upotreba humora ne samo u cilju suočavanja, već u različitim situacijama, može doprinositi održavanju stabilnog pozitivnog afekta. Dodatna istraživanja sugerišu, u skladu sa teorijom Frederiksonove, da SzH poseduje kapacitet da pojača frekvenciju pozitivnih emocija u dnevnom iskustvu pojedinca koji na taj način *grade i proširuju* repertoar strategija prevladavanja (Crawford & Caltabiano, 2011). SzH je opravdano uvrstiti kao jednu od strategija emocionalne regulacije iz ovog spektra, jer predstavlja bazu za postizanje pozitivnog afekta, bilo kroz humorističnu reinterpretaciju traumatičnih događaja ili kroz razdragano uživanje u pozitivnim događajima (Kuiper, 2012).

U poslednjih desetak godina prisutne su naznake da SzH može biti povezan sa emocionalnim sposobnostima u okviru šireg konstrukta emocionalne inteligencije (Lopes, Brackett, Nezlek, Schutz, Selin, & Salovey, 2004). Emocionalna inteligencija se odnosi na sposobnost prepoznavanja značenja emocija i njihovih veza i uključena je u sposobnost opažanja emocija, asimilaciju osećanja povezanih sa njima, razumevanje samih emocija i upravljanje njima (Mayer & Salovey, 1997) i dosledno ostvaruje povezanost sa indikatorima SB-a (Gallagher & Vella-Brodrick, 2008; Koydemir & Schütz, 2012; Mikolajczak, Nelis, Hansenne, & Quoidbach, 2008; Petrides, Pérez-González, & Furnham, 2007; Zeidner, Matthews, & Roberts, 2009) Jip i Martin (Yip & Martin, 2006) su istraživali relacije SzH-a, socijalnih kompetencija kao što su inicijacija odnosa, emocionalna podrška, upravljanje konfliktima i emocionalne inteligencije. Rezultati su ukazali da je SzH na kompleksne načine povezan sa socijalnim veštinama i emocionalnom inteligencijom. Uticaj stila humora se takođe pokazao važnim - pozitivni stilovi su bili pozitivno povezani sa određenim socijalnim veštinama i

facetama emocionalne inteligencije, dok su negativni stilovi ostvarili negativnu povezanost sa drugim facetama ova dva konstrukta. Autori su takođe istakli da se emocionalni aspekti SzH-a, shvaćeni kao visoka razdraganost i nisko loše raspoloženje čine značajnijim u kontekstu socijalne kompetencije i emocionalne inteligencije nego kognitivni aspekti SzH-a (npr. razigran pogled na svet; engl. *playful frame of mind*).

Obrazloženje potrebe za istraživanjem

„Svako ko se upusti u istraživanja porekla i razvoja humora, najverovatnije će biti shvaćen kao devijantan, kao ludak koji psihologiju ne shvata dovoljno ozbiljno.“

Agnes O’Connell

Rezultati studija sprovedenih na temu relacija SzH-a i blagostanja ne nude jasan odgovor na pitanje da li humor pomaže ili odmaže u ostvarivanju blagostanja ili od čega ta veza može zavisiti.

Kao što je istaknuto u *Uvodu*, u laičkoj psihologiji SzH predstavlja jednu od najpoželjnijih osobina ličnosti koju pojedinac može posedovati. Takođe, značajan broj istraživanja potvrđuje date pretpostavke (Buss & Barnes, 1986; Feingold, 1981; Goodwin, 1990; Hendel, 1978; Toro-Morn & Sprecher, 2003). Ako je situacija toliko pozitivna u kontekstu SzH-a kako istraživanja sugerišu, otkud onda toliko mali broj istraživanja na temu humora u akademskoj psihologiji?

Prvenstveno je patocentrična orijentacija psihologije do 80-ih godina 20. veka usmeravala istraživače na bavljenje mračnim stranama ličnosti. Tako su pojmovi poput sreće, blagostanja, optimizma i humora decenijama bili marginalizovani i shvaćeni kao nedovoljno akademski. SzH je uz niz drugih snaga ličnosti ostao zanemaren u psihologiji, usled opšteg fokusa na analizu ljudske patnje i patologije. Tek je aktuelni trend pozitivne psihologije podstakao proučavanje fenomena koji su dugi niz godina bili u senci psihopatologije (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000).

Nadalje, kako je humor generalno shvaćen kao odraz neozbiljnosti i povezivan sa zabavom i veselošću, činilo se da kao takav *razdragan fenomen* ne zaslužuje svoje mesto u istraživanjima, koja pre svega, nastoje da budu ozbiljna. Ukoliko određeni konstrukt zauzima toliko značajan prostor u okviru života većine ljudi, i pritom kao ljudska vrsta ulažemo značajne

resurse u humorističnu komunikaciju i ekspresiju ideja, uz implikacije o evolucionoj vrednosti, bez obzira na njegovu neozbiljnu prirodu, SzH nesumnjivo zaslužuje određeni prostor u okviru naučnih istraživanja.

Otežavajuće okolnosti i potencijalni razlozi za slabo interesovanje akademske psihologije za humor najverovatnije predstavljaju neuhvatljiva priroda humora i neusaglašenost povodom distinktivnih karakteristika fenomena, nedostatak relativno precizne opšte prihvaćene definicije, kao i otežano kreiranje eksperimentalnih uslova istraživanja (Dixon, 1980). Psiholozi koji su nastojali da istražuju humor u laboratorijskim uslovima složili su se da je „praktično nemoguće izazvati autentičan izliv smeha u datom okruženju“ (Chapman, 1983, str. 137).

Dodatni izazov u istraživanjima humora predstavlja i njegova višedimenzionalnost. Kao što je pomenuto, prema mišljenju Martina (2007) postoji nekoliko koncepcija humora - smisao za humor kao navika, zatim kao stav, humor kao strategija prevladavanja, humor kao estetski odgovor ili kao kognitivna sposobnost. Kako navedene komponente nisu u visokoj međusobnoj korelaciji (Köhler & Ruch, 1996) istraživačima je predložen izazov pri odabiru komponenti koje ih interesuju ili pri odabiru instrumenata koji bi obuhvatili celokupan fenomen. Posmatrano iz perspektive ovog istraživanja, neke od navedenih komponenti mogu biti važnije u razumevanju uloge SzH-a u kontekstu blagostanja. Kao što je napomenuto, možemo pretpostaviti da najvažniju ulogu u relaciji sa blagostanjem zauzima koncepcija SzH kao strategije prevladavanja. U istraživanjima koja se bave npr. relacijama SzH-a i inteligencije, moguće je da bi produkcija humora, odnosno generisanje vickastih šala bio aspekt SzH-a koji ima poseban značaj.

Izazovi pri istraživanju humora vode poreklo delom i iz toga što je humor bio predmet interesovanja istraživača iz različitih oblasti psihologije (Lefcourt, 2001). Istraživači su tokom godina menjali aspekt humora koju su izučavali. Prvi radovi su bili fokusirani na doživljavanje humora važnim (engl. *appreciation*) i u psihoanalitičkom maniru osnovni fokus istraživanja zasnivao se na sadržaju šala koje pojedinci smatraju i doživljavaju smešnim. Čuvena Pagnolova izreka „Reci mi čemu se smeješ i ja ću ti reći ko si“ (citirano u Holland, 1982 prema Martin, 1998) najbolje oslikava ovaj pristup koji se zasniva na ideji da preferencija određenog humora otkriva određene aspekte ličnosti ili potisnute impulse. Istraživači su zatim interesovanje usmerili na produkciju humora i u toj fazi je SzH najčešće procenjivan u kontekstu njegovih relacija sa inteligencijom i kreativnošću i mahom su konstruisani testovi performansi. Unazad dvadesetak godina, uporedo sa utemeljavanjem pozitivne psihologije, fokus istraživača u oblasti humora je

usmeren na ulogu SzH-a u blagostanju pojedinca. Iako se interesovanje istraživača menjalo tokom vremena, opšteprihvaćen teorijski okvir za izučavanje humora u psihologiji još uvek ne postoji.

Sa druge strane, zašto bi istraživanja SzH-a bila važna u kontekstu SB-a? Iz razloga što gotovo svi ljudi u životu žele da budu srećni (Lyubomirsky, 2008). Istraživanja podupiru ideju da je *potraga za srećom* važan životni cilj, jer je ukazano da su srećni ljudi u odnosu na manje srećne pojedince produktivniji (Staw, Sutton & Pelled, 1994), kreativniji (Estrada, Isen & Young, 1994), popularniji i zadovoljniji svojim socijalnim relacijama (Harker & Keltner, 2001; Marks & Flemming, 1999), da zarađuju više (Diener, Nickerson, Lucas, & Sandvik, 2002) i da žive duže (npr., Danner, Snowdon, & Friesen, 2001). Kako što ceo talas istraživanja sugerise da SzH može doprinostiti (subjektivnom) blagostanju ili sreći (za detaljan pregled pogledati Martin, 2007), potreba za jasnijom ulogom smisla za humor u ostvarivanju SB-a se nameće kao važna oblast istraživanja u aktuelnoj pozitivnoj orijentaciji psihologije.

Osnovna snaga ovog istraživanja se ogleda u tome što se SzH zahvata u najizvornijem obliku, bez *a priori* opredeljivanja za određeni aspekt fenomena i što prevazilazi nevolje vezane za laboratorijsku neuhvatljivost ovog konstrukta. Koliko je nama poznato, istraživanje na temu humora u Srbiji i regionu, za sada ima svega nekoliko i uglavnom su sprovedena od strane autora ove disertacije.

EMPIRIJSKI DEO

Problem i ciljevi istraživanja

Problem ovog istraživanja predstavlja priroda povezanosti između smisla za humor i subjektivnog blagostanja. Na osnovu nalaza dosadašnjih istraživanja koja su se bavila ispitivanjem relacija ova dva fenomena ne može se sa sigurnošću zaključiti koja je uloga SzH-a u ostvarivanju blagostanja pojedinca. Jedna grupa rezultata sugerise da osobe sa izraženim SzH-om efikasnije prevladavaju stresne situacije, da su manje sklone negativnom raspoloženju, da su boljeg opšteg fizičkog zdravlja i da ostvaruju i održavaju kvalitetne interpersonalne relacije (npr. Kazarian & Martin, 2004; Overholser, 1992; Prerost & Ruma 1987; Ruch, Proyer, Harzer, Peterson, & Seligman, 2010; Saraglou & Scariot, 2002; Stieger, Formann, & Burger, 2011; Zhao, Kong, & Wang, 2012). Druga grupa rezultata sugerise da SzH nema isključivo pozitivne karakteristike i da u nekim slučajevima može imati i negativne efekte na blagostanje pojedinca (Anderson & Arnoult, 1989; Gillham et al., 2011; Hugelshofer, Kwon, Reff, & Olson, 2006; Kerkkänen, Kuiper, & Martin, 2004; Korotkov & Hannah, 1994; Kuiper, 2012; Kuiper & Borowicz-Sibenik, 2005).

Imajući u vidu nekonzistentnost rezultata dosadašnjih istraživanja po pitanju povezanosti SzH-a i SB-a, pretpostavljeno je da na pomenutu vezu utiču određeni činioci. Cilj ove disertacije predstavlja pokušaj razrešavanja nedosledne SzH-SB povezanosti uvođenjem moderatora za koje postoji najviše indicija u literaturi da mogu imati značajan uticaj na vezu između ova dva fenomena. Konkretno, prvi cilj istraživanja se može formulisati kao ispitivanje SzH-SB relacije uz proveru moderatorske uloge stilova humora i osobina ličnosti.

Nadalje, određeni broj istraživanja ukazuje na moderatorski efekat smisla za humor u kontekstu negativnih životnih događaja, u smislu da osobe koje imaju viši SzH održavaju viši nivo blagostanja u stresnim situacijama (Abel, 1998; Nezu, Nezu, & Blissett, 1988), dok druga istraživanja (npr. Porterfield, 1987) ne izveštavaju o pomažućoj ulozi humora u kontekstu prevladavanja negativnih životnih iskustava. Podstaknuti navodima da se uloga SzH-a pri suočavanju sa stresnim situacijama često doživljava kao protektivna *per se* (Lefcourt & Martin, 1983) i da su pritom rezultati istraživanja na ovu temu nedosledni, ispitivana je moderatorska (protektivna) uloga SzH-a u relaciji između negativnih životnih događaja i subjektivnog

blagostanja. Shodno navedenom, drugi cilj ovog istraživanja predstavlja provera protektivne uloge SzH u relaciji između negativnih životnih događaja i SB-a.

Dodatno, jedno od ključnih pitanja u oblasti humora je šta je bolja mera - samoprocena ili procena od strane drugih i koja je snažnije povezana sa blagostanjem. Istraživanja sugerišu (Allport, 1961) da većina ljudi, konkretno 94% ispitanika svoj SzH procenjuje iznad proseka ili u okviru proseka. Isti rezultat repliciran je i 25 godina kasnije - samo 6% učesnika istraživanja svoj SzH procenjuje ispod proseka (Lefcourt & Martin, 1986). Dodatno, istraživanja ukazuju da pomažuća uloga SzH-a u kontekstu prevladavanja zavisi i od načina procene smisla za humor - jače relacije su registrovane kada je kao mera korišćena procena od strane drugih (npr. Bizi, Keinan, & Beit-Hallahmi, 1988). U okviru istraživanja za ovu disertaciju, procena SzH je sprovedena u realnom životu, u školskom odeljenju, uključujući uz samoprocenu, i procenu od strane drugih osoba koje su često u društvu datog pojedinca.

Do sada je na uzrastu srednjoškolaca sproveden mali broj studija u kontekstu SzH-a i blagostanja, a poznato je da humor u adolescenciji ima značajne psihološke funkcije kao što su npr. upotreba humora u cilju što lakše komunikacije ili SzH u funkciji prevladavanja i oslobađanja od napetosti (Ziv, 1979). Uzevši u obzir sve navedeno, osnovno istraživačko pitanje ove studije se može formulisati na sledeći način: Da li adolescenti sa izraženim smislom za humor ispoljavaju i viši nivo subjektivnog blagostanja?

Specifični ciljevi ovog istraživanja su definisani kroz:

- Ispitivanje relacije smisla za humor (SzH) i subjektivnog blagostanja (SB). U okviru ovog cilja, dodatno će biti provereno da li stepen date povezanosti zavisi od metoda procene SzH-a;
- Ispitivanje moderatorskih uloga stilova humora i osobina ličnosti u relaciji između SzH i SB;
- Ispitivanje moderatorske uloge smisla za humor u relaciji između negativnih životnih događaja i subjektivnog blagostanja; odnosno ispitivanje moderatorske uloge samopomažućeg stila u relaciji između životnih događaja i SB-a.

Uzorak

Istraživači u oblasti humora (npr. Martin et al., 2003) smatraju da se smisao za humor pojavljuje spontano u prirodnim interakcijama. Uzimajući ovo u obzir, odlučeno je da uzorak u ovom istraživanju predstavljaju učenici koji su proveli minimum tri godine zajedno u istom odeljenju. Učionica je ekološki validna sredina gde đaci imaju dosta prilika da kreiraju, pričaju i ocenjuju humoristične sadržaje.

Istraživanje je sprovedeno na uzorku zrenjaninskih srednjoškolaca, učenika Zrenjaninske gimnazije i Srednje medicinske škole. Uzorak čini 529 učenika trećeg razreda srednje škole - 269 učenika medicinske škole i 260 učenika gimnazije. U istraživanju je učestvovalo 357 devojaka i 172 mladića. Prosečna starost uzorka iznosi 17.36 ($SD = .64$), raspon godina od 15 do 20. Na pitanje o starosti nije se izjasnilo 47 ispitanika.

Procedura

Na osnovu spiskova sa imenima učenika iz svih razreda, koji su prikupljeni uz pomoć školskih psihologa, pristupljeno je sastavljanju Skale procene smisla za humor (SzH). Svaki učenik je u okviru svoje baterije testova popunjavao SzH skalu sastavljenu od imena učenika njegovog razreda i četvorostepene skale procene. U okviru pomenute skale, svaki učenik je procenjivao i svoj SzH. Dosadašnja istraživanja u oblasti humora, SzH najčešće procenjuju na jedan način - ili putem samoprocene ili putem testova produkcije humora. Kombinacija samoprocene i procene od strane drugih je prisutna uglavnom u validacionim studijama (npr. Martin et al., 2003). Kao inspiracija za ovu disertaciju poslužilo je istraživanje Ziva (Ziv, 1979). Ispitivajući humor u okviru populacije adolescenata, Ziv je sa saradnicima razvio jednostavnu meru za procenu SzH-a. SzH je u okviru školskih razreda procenjivan putem sociometrijskog pristupa. U ovom istraživanju, kao mera u slučaju procene od strane drugih korišćena je vrednost na SzH skali svakog pojedinca računata na isti način - procena svih učenika svedena na aritmetičku sredinu. Samoprocena je podrazumevala vrednost na istoj skali koju je pojedinac sam za sebe definisao. Subjektivne percepcije drugih su se pokazale u visokoj korelaciji (.61) sa drugim merama smisla za humor (bihejvioralni humor test, test kreativnosti humora). Pouzdanost na osnovu retesta nakon dva meseca je takođe bila zadovoljavajuća (.78 do .83). Prateći navode

Ziva, odlučeno je da u ovoj disertaciji metodi procene SzH-a budu procena od strane drugih i samoprocena radi dodatne validacije dobijenih rezultata. Shvatajući humor kao jedan od najčešćih oblika socijalne interakcije, SzH određene osobe se najbolje može razumeti u kontekstu procena ljudi sa kojima dati pojedinac komunicira na svakodnevnom nivou (Ziv, 1979). Kada najveći broj članova razreda za određenog pojedinca smatra da poseduje izražen SzH, njihova procena je zasnovana na ponašanju datog pojedinca koje je svakodnevno dostupno posmatranju ostalim učenicima. Pilot studija sa ciljem provere adekvatnosti načina procene SzH-a sprovedena je 2013. godine na uzorku od 184 učenika srednje Medicinske škole u Zrenjaninu. Studija je poslužila kao dobra platforma za proveru Zivovih nalaza na uzorku srpskih adolescenata i dilema vezanih za odabir načina procene SzH. Metodologija rada je obuhvatala dve nezavisne mere smisla za humor - samoprocenu i procenu od strane drugih i utvrđeno je da korelacija između ove dve mere umerena (.39) što korespondira najčešćim nalazima u ovoj oblasti (Watson, Hubbard, & Wiese, 2000). Studija je poslužila kao finalna provera pretpostavki vezanih za način procene SzH-a na osnovu kojih je dizajnirano i ovo istraživanje. Dodatno, pilot studija je obuhvatala i intervju sa određenim brojem učenika, nastavnika i psihologom saradnikom u cilju prikupljanja kvalitativno važnih informacija poput da li je metodologija učenicima bila jasna, da li su učenici SzH međusobno doživljavali na sličan način i sl.

Ispitivanje za potrebe ove disertacije sprovedeno je u okviru razredne nastave uz pomoć školskih psihologa pomenutih škola i odobrenja direktora škola, septembra 2015. godine. Ispitanicima je ponuđeno učešće nakon što im je objašnjena svrha istraživanja. Ispunjavanje upitnika je u proseku trajalo 30 minuta. Istraživanje nije obuhvatalo materijalno nagrađivanje. Školama koje su učestvovalе u istraživanju je ponuđeno i održano predavanje o ulozi smisla za humor u blagostanju i praktičnim implikacijama zasnovanim na dobijenim podacima.

Instrumenti

Skala za procenu smisla za humor (SzH) je konstruisana za potrebe ovog istraživanja od strane autora disertacije i po ugledu na pomenuto istraživanje Ziva (1979). Obuhvata procenu od strane drugih i samoprocenu. Skala sadrži procenu smisla za humor za svakog člana razreda od strane svakog člana razreda (engl. *peer-ratings*). Instrukcija je formulisana u sledećem obliku: *Zaokruživanjem broja na skali od 1 do 4 oceni koliko smatraš da svaki tvoj drug/drugarica iz*

odeljenja ima smisla za humor. Vrednosti skale za odgovaranje su izražene na sledeći način: 1 - *nema uopšte smisla za humor*; 2 - *ima malo smisla za humor*; 3 - *ima umereno smisla za humor* i 4 - *ima mnogo smisla za humor*. Svaki učenik u okviru skale procenjuje i sopstveni SzH. Skor za procenu od strane drugih za određenog pojedinca izračunat je kao prosek ocena svih učenika iz razreda koje je dati učenik dobio. Vrednost samoprocene predstavlja ocena koju je pojedinac sam sebi dodelio. Imajući u vidu interpersonalnu prirodu ispitivanog fenomena procena od strane drugih je definisana kao osnovna mera SzH.

Satisfaction with Life Scale (SWLS; Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985) je skala namenjena proceni zadovoljstva životom ispitanika. SWLS služi za procenu kognitivne komponente subjektivnog blagostanja i sadrži 5 ajtema (npr. „Zadovoljan sam svojim životom“, „Ostvario sam sve važne ciljeve koje sam do sada želeo u životu“). Zadatak ispitanika je da na sedmostepenoj skali procene (1 = *potpuno netačno* do 7 = *potpuno tačno*) označe u kojoj meri se slažu sa datom tvrdnjom. Skala je u prethodnim istraživanjima u okviru naše populacije pokazala adekvatnu pouzdanost i umereno visoke korelacije sa merama blagostanja (Gavrilov-Jerković, Jovanović, Žuljević, & Brdarić, 2014; Vasić, Šarčević, & Trogrlić, 2011). U ovom istraživanju pouzdanost skale je .79.

Scale of Positive and Negative Experience (SPANE; Diener et al., 2009) obuhvata procenu koliko često su se ispitanici unazad četiri nedelje osećali npr. *srećno, tužno, ljuto, zadovoljno* na skali od 1 = *veoma retko ili nikada* do 5 = *veoma često ili uvek*. Skala sadrži ukupno 12 stavki, po 6 za procenu pozitivnog i negativnog afekta. Istraživanje na uzorcima ispitanika u Srbiji (Jovanović, 2015) sugerše da je SPANE validna i pouzdana mera za procenu afektivnog blagostanja koja se kod adolescenata i mladih pokazala kao bolja mera u odnosu na najčešće korišćen instrument za procenu afektivne komponente PANAS (*Positive and Negative Affect Schedule*; Watson, Clark, & Tellegen, 1988). U ovoj disertaciji za pozitivan afekat Kronbahova alfa iznosi .82, a za negativan $\alpha = .74$.

Humor Style Questionnaire (HSQ; Martin et al., 2003) je instrument namenjen proceni stila humora koji dominira u repertoaru ponašanja ispitanika. Upitnik sadrži ukupno 32 stavke. Odgovori su ponuđeni u vidu sedmostepene skale procene od 1 = *nimalo se ne slažem* do 7 = *potpuno se slažem*. HSQ se sastoji od četiri supskale:

a) Afilijativni stil humora se odnosi na korišćenje šala i dosetki u cilju facilitacije odnosa sa drugim ljudima i smanjenja tenzije (Lefcourt, 2001). Ova supskala podrazumeva nehostilni stil

humora koji je generalno u funkciji jačanja grupne kohezije i pojačanja interpersonalne privlačnosti. Afilijativni stil određuju ajtemi poput „Mnogo se smejem i šalim u društvu svojih prijatelja”, „Uživam da zasmijavam ljude”, „Kada sam sa drugim ljudima, obično mi ne padne na pamet ništa duhovito što bih rekao“. Supskala sadrži 7 stavki. Pouzdanost ove supskale iznosi $\alpha = .71$.

b) Samopomažući stil sadrži indikatore vedrog pogleda na svet; tendenciju da se životni apsurdni dožive kao zabavni. Ova supskala operacionalizuje humor kao strategiju prevladavanja. Takođe, tendencija ka samopomažućem stilu humora najviše korespondira Frojdovom shvatanju humora kao odbrambenog mehanizma. Supskala je definisana stavkama poput „Ako se osećam depresivno, obično mogu sam sebe da oraspoložim humorom”, „Čak i kada sam sam, često me zabave apsurdni života”, „Ako se osećam uznemireno ili nesrećno, obično pokušavam da sagledam situaciju iz smešnog ugla da bih se osećao bolje.” i sadrži ukupno 7 ajtema. Pouzdanost skale dobijena u ovom istraživanju iznosi $\alpha = .71$.

c) Agresivni stil sadrži tvrdnje koje se odnose na upotrebu humora bez obzira na potencijalno negativan uticaj koji on može imati na druge ljude (npr. seksistički i rasistički humor). Prisutni su indikatori impulsivne ekspresije humora kojima se pojedinac teško odupire, npr. doskočice za koje je jasno da će povrediti ili udaljiti drugu osobu („Ako neko pogreši, imam običaj ga zadirkujem povodom toga”, „Ljudi nikada nisu povređeni ili uvređeni mojim smislom za humor”, „Kada mi se neko ne dopada, često koristim humor ili zadirkivanje da bih ga ponizio”). Supskala sadrži 7 stavki i uključuje indikatore zadirkivanja, ponižavanja, sarkazma i omalovažavanja. Pouzdanost navedene supskale u ovom istraživanju iznosi $\alpha = .72$.

d) Samoporažavajući stil humora pretpostavlja tendenciju ka upotrebi humora u vidu šala na svoj račun, omalovažavajući sebe i smejući se zajedno sa drugima svojim nedostacima i propustima (Martin et al., 2003). Ova dimenzija humora obuhvata defanzivno poricanje u vidu isticanja neprijatnih osećanja uz nedostatak konstruktivnog suočavanja sa problemima (Kubie, 1971) i sadrži 7 stavki. Samoporažavajući stil određuju indikatori tipa „Dopuštam ljudima da mi se smeju i da se šale na moj račun, više nego što bih trebalo“, „Često se zanesem u omalovažavanju sebe, ako to zasmijava moju porodicu ili prijatelje”, „Često preteram u *spuštanju* sebe kada zbijam šale ili pokušavam da ispadnem duhovit”. Pouzdanost ove supskale iznosi $\alpha = .66$.

U dosadašnjim istraživanjima, instrument je pokazao dobru pouzdanost i validnost (npr. Chen & Martin, 2007; Martin et al., 2003). HSQ je preveden na srpski jezik metodom povratnog prevoda u saradnji sa autorima skale. Na uzorcima u Srbiji pouzdanost HSQ-a je takođe zadovoljavajuća (npr. Jovanović, 2011, Vukobrat, 2013).

Big Five Inventory (BFI; John & Srivastava, 1999) predstavlja instrument namenjen proceni osobina ličnosti. BFI koristi kratke fraze bazirane na pridevima koji se odnose na crte ličnosti za koje se smatra da su prototipski markeri modela Velikih pet (John & Srivastava, 1999). Obuhvata 44 ajtema i petostepenu skalu procene gde je 1 = *uopšte se ne slažem*, a 5 = *potpuno se slažem*. Inventar sadrži pet dimenzija ličnosti i svaka tvrdnja počinje sa „Vidim sebe kao osobu koja“ i u okviru dimenzije ekstraverzija karakteristični nastavci fraza su „je pričljiva“, „je puna energije“. U okviru neuroticizma „je depresivna, utučena“, „je ponekad napeta“, u okviru prijatnosti „je nesebična i voli da pomaže drugima“, „ume da oprostí drugima“. U domenu savesnosti karakteristične tvrdnje su „temeljno obavlja posao“, „je pouzdan saradnik“, a u okviru otvorenosti „je originalna, puna novih ideja“, „zainteresovana za mnoge stvari“. Na severnoameričkom uzorku pouzdanost je zadovoljavajuća (John & Srivastava, 1999), kao i na uzorku srpske populacije (Čolović, Mitrović, & Smederevac, 2005). U ovom istraživanju pouzdanost subskala iznosi: ekstraverzija $\alpha = .79$, neuroticizam $\alpha = .74$, prijatnost $\alpha = .72$, savesnost $\alpha = .77$ i otvorenost $\alpha = .79$.

Skala depresivnosti, preuzeta iz *Skale depresivnosti, anksioznosti i stresa* (DASS-21-Depression, Anxiety and Stress Scale; Lovibond & Lovibond, 1995) se sastoji od stavki kojima se procenjuju osnovni simptomi depresije poput niskog pozitivnog afekta, disfornosti, gubitka interesovanja, negativnog stava prema sebi i životu generalno. Skala sadrži 7 ajtema poput „Osećao sam da nemam čemu da se nadam“, „Ništa nije moglo da me zainteresuje“, „Osećao sam da je život besmislen“ i sl. Zadatak ispitanika je da na skali od 0 = *nimalo* do 3 = *uglavnom ili skoro uvek* proceni stepen slaganja sa stavkom, izražavajući koliko je često u proteklih nedelju dana doživljavao stanje opisano u tvrdnji. Psihometrijske karakteristike DASS-21 su proveravane kako na kliničkim (npr. Gloster et al., 2008), tako i na nekliničkim uzorcima (npr. Crawford & Henry, 2003). Psihometrijska validacija skale u Srbiji ukazuje na zadovoljavajuće vrednosti i svedoči u prilog tome da se u istraživanjima mogu koristiti tri odvojena skora za depresivnost, anksioznost i stres (Jovanović, Gavrilov-Jerković, Žuljević, & Brdarić, 2014). U ovoj disertaciji pouzdanost izražena Kronbahovom alfom iznosi .85.

Serbian Life Events Check-List - Adolescent Form (SLEC-AF; Gavrilov-Jerković, Jovanović, Žuljević, & Brdarić, 2012) je ček lista životnih događaja prilagođena adolescentskoj populaciji. Obuhvata dve verzije-za mladiće i devojke. Lista se sastoji od 71 stavke koje predstavljaju opise negativnih događaja (npr. „Roditelji su ti se razveli“, „Umro je kućni ljubimac kog si voleo“, „Tvoja devojka je zatrudnela, a nisi to hteo“, „Imao si loše ocene“, „Blizak prijatelj je umro“, „Neko ti je pretio“). Ispitanici prvo obeležavaju da li im se navedeni događaj desio u proteklih 6 meseci, a zatim procenjuju koliko je dati događaj bio negativan na skali od 1 = *vrlo malo* do 4 = *jako*. Za potrebe ove disertacije kao mera negativnih životnih događaja korišćen je ukupan broj događaja koji su ispitanici procenili kao negativne.

Uvažavajući polnu diferenciranost instrumenta namenjenog za procenu životnih događaja, baterija korišćenih testova je obuhvatala posebnu verziju za devojke, a posebnu za mladiće, gde su svi ajtemi u okviru administriranih instrumenata bili prilagođeni polu ispitanika.

Hipoteze

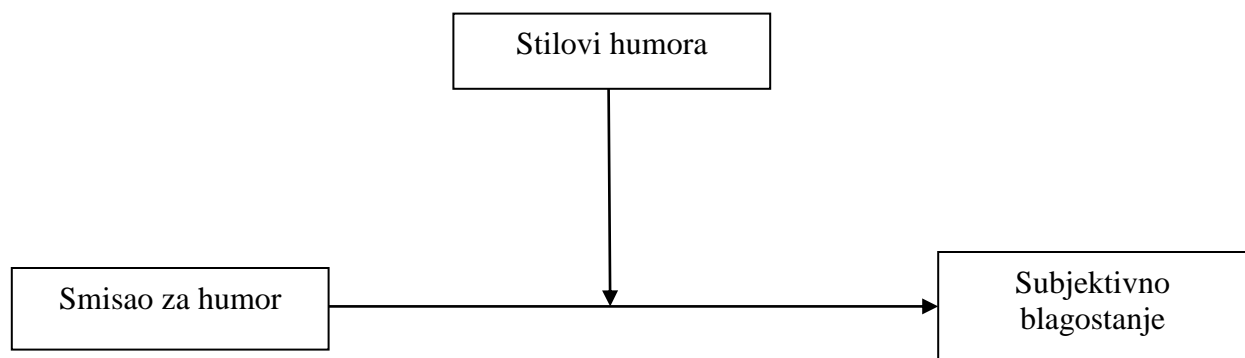
Na osnovu dosadašnjih istraživanja i uz analizu teorijskih pretpostavki, formulisane su sledeće hipoteze:

- H1: Postoji pozitivna povezanost između smisla za humor (SzH) i subjektivnog blagostanja (SB).

Na osnovu značajanog broja dosadašnjih studija (Kazarian & Martin, 2004; Kuiper & Martin, R.A. 1993; Peterson, & Seligman, 2004; Overholser, 1992; Ruch, Proyer, Harzer, Park, Peterson, & Seligman, 2010; Saraglou & Scariot, 2002; Stieger, Formann, & Burger, 2011; Zhao, Kong, & Wang, 2012) pretpostavljeno je da će viši stepen smisla za humor biti povezan sa višim stepenom subjektivnog blagostanja. Konkretno, prisutno je očekivanje da će SzH ostvariti niske do umerene pozitivne korelacije sa zadovoljstvom životom i pozitivnim afektom, a nisku do umerenu negativnu korelaciju sa negativnim afektom.

- H2: Stilovi humora utiču na povezanost između smisla za humor i subjektivnog blagostanja.

Pozitivni stilovi humora su povezani sa višim samopoštovanjem, češćim doživljavanjem prijatnih emocija, kao i ređim doživljavanjem neprijatnih emocija, dok su samoporažavajući i agresivni stil humora negativno povezani sa blagostanjem (Johnson & McCord, 2010; Kuiper et al., 2004; Saraglou & Scariot, 2002; Veselka, Schermer, Martin, & Vernon, 2010). Na osnovu navedenog, pretpostavljamo da će kod osoba sa izraženijim afilijativnim stilom, usled generalno adaptivne funkcije ovog stila, veza između SzH i SB biti snažnija. Takođe, imajući u vidu prirodu samopomažućeg stila kao efikasne strategije prevladavanja (Kuiper et al., 1993) pretpostavka je da će veza između SzH-a i SB-a biti jača kod pojedinaca koji dominantno koriste pomenuti stil. Takođe je pretpostavljeno da će kod osoba koje dominantno koriste agresivni i samoporažavajući stil, usled hostile i (samo)destruktivne prirode ovih stilova (Martin et al., 2003) stil humora činiti SzH-SB povezanost negativnom. Drugim rečima, kod pojedinaca koji koriste pozitivne stilove humora i imaju visoko izražen SzH očekivano je izraženije zadovoljstvo životom, viši stepen pozitivnog afekta i niži stepeni negativnog afekta. Kod pojedinaca koji dominantno koriste negativne stilove i imaju visoko izražen SzH, očekivano je niže zadovoljstvo životom i niži pozitivan, a viši negativan afekat. Moderacioni model ove pretpostavke je prikazan na Grafiku 1.



Grafik 1. *Stilovi humora kao moderator veze između smisla za humor i subjektivnog blagostanja*

- H3: Osobine ličnosti utiču na povezanost između smisla za humor i subjektivnog blagostanja.

H3a: Na osnovu rezultata istraživanja sprovedenih na temu relacija između osobina ličnosti i humora koja ukazuju na najdosledniju vezu ekstraverzije i humora (Bilge & Saltuk, 2007; Martin et al., 2003; Saraglou & Scariot, 2002; Vukobrat, 2013) kao i istraživanja ličnosti u

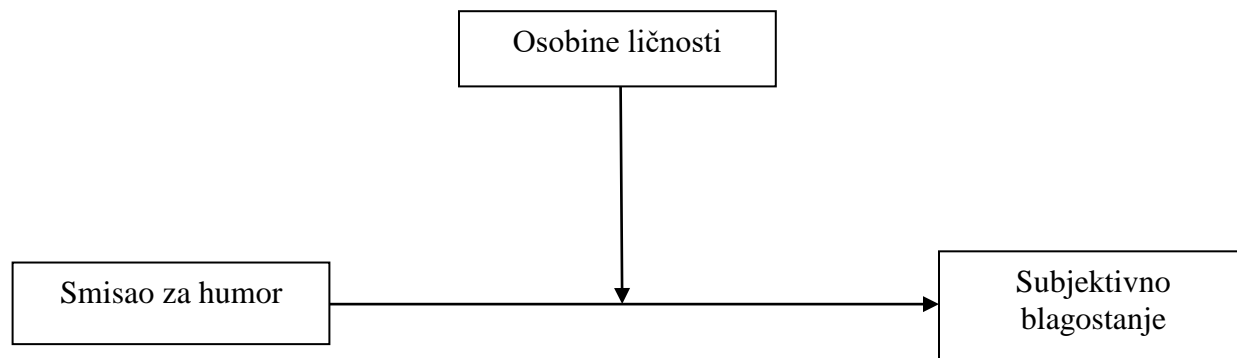
kontekstu SB-a koja sugerišu da je „sreća stanje koje se zove stabilna ekstraverzija” (Francis, 1999, str. 6) očekujemo da će viši stepen SzH-a biti snažnije povezan sa SB kod osoba sa izraženijom ekstraverzijom. Rukovodeći se podacima da su ekstraverti generalno reaktivniji na pozitivne emocije i da lakše pobuđuju pozitivan afekat (Lucas & Fujita, 2000; Srivastava, Angelo, & Vallereux, 2008) očekujemo da će kod osoba sa izraženom ekstraverzijom povezanost između SzH i SB biti snažnija, tj. da će kod pojedinaca sa višim nivoima ekstraverzije SzH biti snažnije povezan sa višim zadovoljstvom životom, višim pozitivnim i nižim negativnim afektom.

H3b: Imajuću u vidu da je neuroticizam dosledan (negativan) prediktor subjektivnog blagostanja nezavisno od kulture i podneblja (Schimmack, Radhakrishnan, Oishi, Dzokoto, & Ahadi, 2002), pretpostavljamo da će kod pojedinaca sa višim stepenom neuroticizma, usled veće sklonosti ka negativnom afektu, veza između SzH-a i SB-a biti slabija (Bilge & Saltuk, 2007). Konkretno, kod osoba sa izraženim neuroticizmom prisutno je očekivanje da će zadovoljstvo životom i pozitivan afekat biti niži, a negativan afekat viši u odnosu na pojedince sa nižim neuroticizmom, bez obzira na stepen SzH-a. Drugim rečima, pretpostavljeno je da porastom neuroticizma jačina pozitivne SzH-SB povezanosti opada.

H3c: Pretpostavka je da će kod pojedinaca sa visokim postignućem na dimenziji otvorenost ka iskustvu, usled tendencije da primećuju inkongruentnost i izražen kognitivni intelekt (Goldberg, 1992), otvorenost pojačavati efekat SzH-SB povezanosti (više zadovoljstvo životom, viši pozitivan i niži negativan afekat). Moderacioni model hipoteza H3a, H3b i H3c predstavljen je na Grafiku 2.

Iako je u literaturi opisano da pojedinci koji imaju izraženu prijatnost imaju tendenciju ka izraženijem zadovoljstvu životom, češćem pozitivnom afektu, a ređe negativnom (DeNeve & Cooper, 1998; Steel, Schmidt, & Shultz, 2008) i da pokazuju stabilnu tendenciju da tokom vremena budu sve više zadovoljni životom (Specht, Egloff, & Schmulke, 2013) mogli bi smo pretpostaviti da je subjektivno blagostanje, sa posebnim akcentom na njegovu kognitivnu komponentu, više kod osoba koje uz visoku prijatnost imaju i visok smisao za humor, jer je u tom slučaju, usled tendencije ka empatiji i nastojanju ka harmoničnim međuljudskim odnosima, dati SzH najverovatnije adaptivne prirode. No, za sada, ne postoje čvrsti argumenti na osnovu kojih bi se precizno definisalo očekivanje o (pozitivnom) uticaju prjatnosti na SzH -SB veze, te u ovom istraživanju, moderatorski uticaj prijatnosti na SzH -SB vezu nije očekivan.

Takođe, usled nedovoljno informacija o uticaju savесnosti na SzH-SB povezanost, i uz potencijalno instrumentalnu ulogu pomenute dimenzije u ostvarivanju SB-a, u ovom istraživanju nije očekivan uticaj savесnosti na povezanost između SzH-a i indikatora subjektivnog blagostanja.

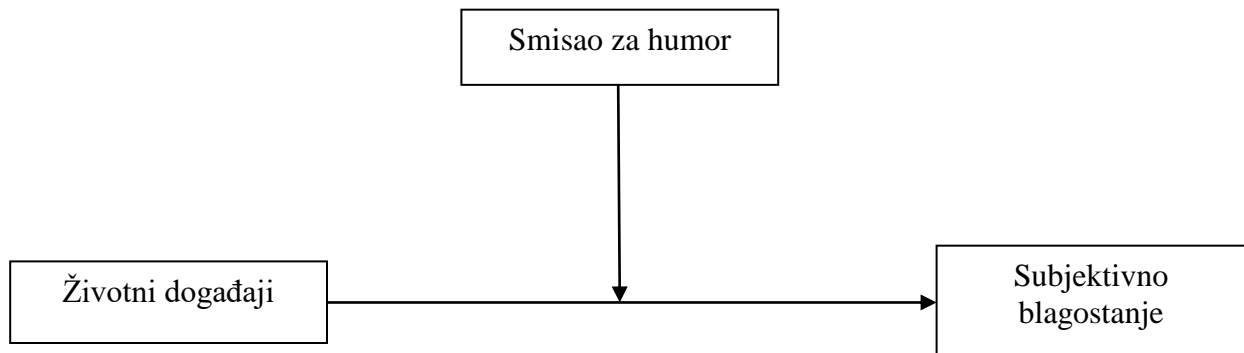


Grafik 2. *Osobine ličnosti kao moderator veze između smisla za humor i subjektivnog blagostanja*

- H4: Smisao za humor utiče na povezanost između negativnih životnih događaja i subjektivnog blagostanja.

Dosadašnja istraživanja pokazuju da negativni životni događaji mogu imati kratkoročne ili dugoročne efekte na blagostanje pojedinca, posebno na kognitivnu komponentu - zadovoljstvo životom (Luhmann, Hofmann, Eid, & Lucas, 2012). Na osnovu nalaza o protektivnoj ulozi SzH-a (Abel, 1998; Kuiper, Martin, & Olinger, 1993; Lefcourt & Martin, 1983; Nezu, Nezu, & Blissett, 1988) proverena je i moderatorska uloga SzH-a između životnih događaja i subjektivnog blagostanja. Kognitivna fleksibilnost omogućava duhovitim osobama da se brzo distanciraju od potencijalnih pretnji i stresnih situacija, da sagledaju problem iz drugačije perspektive i na taj način umanje osećaj anksioznosti i bespomoćnosti (Martin, Kuiper, Olinger, & Dance, 1993; Nezu, Nezu, & Blissett, 1988). Takođe, humor shvaćen kao mehanizam odbrane omogućava osobi da se suoči sa pretećim okolnostima bez preplavlivanja negativnim emocijama (Lefcourt & Davidson-Katz, 1991). Na osnovu navedenog, pretpostavljamo da SzH umanjuje štetan uticaj negativnih životnih događaja na SB pojedinca. Drugim rečima, u prisustvu izraženog SzH-a, veza između broja negativnih životnih događaja i subjektivnog blagostanja će biti slabija. Očekujemo da pojedinci sa visokim SzH, u kontekstu negativnih životnih događaja

imaju više zadovoljstvo životom i pozitivni afekat i niži negativni afekat, od pojedinaca sa niskim SzH. Moderacioni model je prikazan na Grafiku 3.



Grafik 3. Smisao za humor kao moderador veze između životnih događaja i subjektivnog blagostanja

- H5. Samopomažući stil humora utiče na povezanost između negativnih životnih događaja i subjektivnog blagostanja.

Na osnovu dosadašnjih istraživanja (npr. Kazarian & Martin, 2006; Martin, 2003) da se protektivno dejstvo SzH-a u kontekstu blagostanja može pripisati pozitivnim stilovima humora, prevashodno samopomažućem, a maladaptivno negativnim i da samopomažući stil u velikoj meri odgovara shvatanju humora kao strategije prevladavanja (Kuiper et al., 2004), pretpostavljeno je da će u ovom istraživanju, rezultati ukazati na moderacionu ulogu samopomažućeg stila na indikatore subjektivnog blagostanja. Konkretno, pretpostavljeno je da samopomažući stil umanjuje jačinu povezanosti između broja negativnih životnih događaja i subjektivnog blagostanja.

- H6. Procena smisla za humor od strane drugih ostvaruje jaču povezanost sa subjektivnim blagostanjem nego samoprocena smisla za humor.

U literaturi su prisutni stavovi da je sociometrijski pristup, usled interpersonalnih karakteristika SzH-a, najvalidniji metod za njegovu procenu (npr. Babad, 1974; Treadwell, 1970). Takođe, rezultati jednog od retkih istraživanja koje je obuhvatalo oba načina procene SzH-a (Bizi, Keinan, & Beit-Hallahmi, 1988) su ukazali da postoji povezanost između SzH-a i

boljih performansi u stresnim okolnostima, ali samo u slučaju kada je kao prediktor korišćena procena od strane drugih. Iako pretpostavku baziramo na malom broju relevantnih informacija, rukovođeni činjenicom da je samoprocena u sferi SzH-a u većini slučajeva iskrivljena ka višim vrednostima (Allport, 1961; Beins & O'Toole, 2010; Kruger & Dunning, 1999; Lefcourt & Martin, 1986) u ovom istraživanju prisutno je očekivanje da će jačina SzH-SB veze biti jača u slučaju kada je SzH procenjivan od strane drugih.

Postupak analize podataka

Osnovni cilj ove disertacije predstavlja ispitivanje povezanosti između SzH-a i SB-a. Relacija ova dva konstrukta proveravana je putem hijerarhijske regresione analize (HRA).

Za proveru uticaja potencijalnih moderatora korišćena je analiza moderacije putem hijerarhijske regresione analize u okviru SPSS programskog paketa, verzija 22. Povezanost fenomena kod ljudi najčešće nije jednostavna, odnosno povezanost između dve pojave često zavisi od nekih drugih fenomena ili uslova u kojima data relacija postoji (Hayes & Matthes, 2009). Interakcija je nešto širi pojam u odnosu na moderaciju, ali su konceptualno vrlo bliski i njihova statistička analiza je identična. Interakcija pretpostavlja da odnos dve varijable ili uticaj jedne varijable na drugu, zavisi u odnosu na vrednost treće (moderatorske) varijable (Aguinis & Gottfredson, 2010). Moderator je varijabla koja utiče na smer ili snagu prediktor-kriterijum povezanosti (Baron & Kenny, 1986; Holmbeck, 1997; James & Brett, 1984). U tom smislu, moderator je zapravo interakcija gde efekat jedne varijable zavisi od nivoa druge (Fraizer, Tix, & Baron, 2004). Eksploracija interakcija se može validno izvršiti putem HRA.

HRA omogućava da se prediktori postave u blokovima u model i da se računa doprinos u objašnjenju varijansi kriterijuma koji je posledica uvođenja novog bloka u analizu (Međedović, 2013). Kada su varijable kontinuirane, sugestija je da se koristi regresiona analiza, jer ona zadržava kontinuiranu prirodu varijabli i time je pogodnija u odnosu na npr. metod podele ispitanika u odnosu na medijanu u cilju veštačkog kreiranja grupa i poređenja njihovih korelacija ili analize efekata interakcije pomoću ANOVE (Aiken & West, 1991; Cohen, Cohen, West, & Aiken, 2003; Judd, McClelland, & Culhane, 1995; MacCallum, Zhang, Preacher, & Rucker, 2002). U ovom istraživanju hijerarhijska regresiona analiza je korišćena za proveru dva očekivanja. Prvo podrazumeva očekivanje da stilovi humora i osobine ličnosti imaju

moderatorsku ulogu na SzH-SB vezu, a drugo da SzH ima protektivnu ulogu u odnosu između negativnih životnih događaja i SB-a.

Na početku, pre samog sprovođenja HRA, sve varijable korišćene u istraživanju su standardizovane. Prema sugestijama Robinzona i Šumahera (Robinson & Schumacher, 2009) ovaj postupak je važan, jer smanjuje multikolinearnost između varijabli. Naredna faza je podrazumevala izračunavanje interakcija prediktorske i moderatorskih varijabli. U statističkom smislu, interakcija predstavlja proizvod dve varijable (Rose, Holmbeck, Coakley, & Franks, 2004). Ovi proizvodi se u matrici pamte kao nove varijable. Posebno je izračunata interakcija SzH-a i svih stilova humora, kao SzH-a i osobina ličnosti. Takođe, izračunata je interakcija prediktorske varijable, broja negativnih životnih događaja i moderatora SzH-a. Naredni korak u analizi podataka je podrazumevao proveru statističke značajnosti interakcija uvedenih u model.

Kada je u pitanju provera osnovnog problema ove disertacije, tj. SzH-SB veza, pri zaključivanju o datoj relaciji korišćeni su koeficijenti dobijeni u drugom koraku hijerarhijske regresione analize koji govore o direktnom uticaju prediktora na kriterijum. U prvom koraku uveden je pol kao kontrolna varijabla.

U slučaju ispitivanja potencijalno moderatorske uloge stilova humora na povezanost između SzH-a i SB-a, u prvom bloku, uveden je pol kao kontrolna varijabla, u drugom stepen SzH-a (samoprocena u jednom setu analiza, a procena od strane drugih u drugom) kao prediktor i stilovi humora kao moderatori, a u trećem interakcija prediktora i moderatora. Isti postupak je sproveden i u slučaju očekivanja moderatorske uloge osobina ličnosti na povezanost između SzH-a i SB-a. U ispitivanju moderatorske uloge SzH-a u relaciji između broja negativnih životnih događaja i SB-a, postupak je obuhvatao takođe tri koraka. U prvom bloku je uveden pol, u drugom SzH (procena od strane drugih odnosno samoprocena), kao i broj negativnih životnih događaja, a u trećem interakcija broja događaja i SzH-a. Statistički značajan doprinos efekta interakcije pri objašnjenju varijanse kriterijuma sugeriše o postojanju moderacije, mada su u većini istraživanja efekti interakcija mali (Chaplin, 1991).

Linija regresije je u potpunosti definisana sa dva koeficijenta: β_0 , koji pokazuje odsečak (engl. *intercept*) na Y osi (odnosno vrednost Y kada je X jednako 0) i β_1 , koji se naziva koeficijent nagiba (engl. *slope*) i pokazuje tangens ugla koji zaklapa prava sa pozitivnim krakom X ose. Regresioni parametar β_1 pokazuje prosečnu promenu zavisne promenljive Y kada se objašnjavajuća promenljiva X poveća za jednu svoju jedinicu, tj. pokazuje tangens ugla koji

zaklapa prava sa pozitivnim krakom X ose. Kada je $\beta_1 > 0$ linija regresije pokazuje rastuću tendenciju od donjeg levog ugla prema gornjem desnom uglu prvog kvadranta koordinatnog sistema, i opadajuću, u slučaju kada je $\beta_1 < 0$. Za evaluaciju interakcija sprovedena je i analiza značajnosti nagiba (engl. *simple slope analysis*) koja sugeriše da li je promena zavisne varijble usled variranja nezavisne značajna.

REZULTATI

Deskriptivna statistika i korelacije između varijabli korišćenih u istraživanju

Deskriptivni pokazatelji varijabli korišćenih u istraživanju prikazani su u Tabeli 1.

Tabela 1

Deskriptivna statistika

Varijabla	α	M	SD	Min	Max	Sk	K
Samoprocena SzH	-	3.32	.81	1	4	-1.13	.81
Procena od strane drugih SzH	-	2.75	.56	1	4	-.04	-.26
Zadovoljstvo životom	.79	4.75	1.19	1	7	-.44	-.14
Pozitivan afekat	.82	3.97	.62	1	5	-.73	.42
Negativan afekat	.74	2.20	.65	1	5	.59	-.01
Afilijativni stil	.71	5.69	.85	1	7	-.75	.11
Samopomažući stil	.71	4.50	1.05	1	7	.00	-.20
Agresivni stil	.72	3.23	1.07	1	7	.30	-.31
Samoporažavajući stil	.66	3.46	1.04	1	7	.01	-.34
Ekstraverzija	.79	3.65	.71	1	5	.06	-.23
Neuroticizam	.74	2.78	.71	1	5	-.33	-.27
Prijatnost	.72	3.97	.59	1	5	-.67	.55
Savesnost	.77	3.36	.65	1	5	-.12	-.27
Otvorenost	.79	3.56	.66	1	5	-.09	-.37
Depresivnost	.85	.54	.57	0	3	1.38	1.83
Životni događaji		10.76	11.46	0	71	3.29	13.53

Napomena: SzH = smisao za humor; α = interna konzistentnost; M = aritmetička sredina; SD = standardna devijacija; Min = minimum; Max = maksimum, Sk = mera asimetrije distribucije; K = mera homogenosti distribucije.

Na osnovu prikazanih koeficijenata interne konzistentnosti možemo uočiti da sve skale imaju zadovoljavajuću pouzdanost ($\alpha > .70$) osim supskale samoporažavajući stil humora ($\alpha = .66$). Na osnovu zakrivljenosti i spljoštenosti distribucije (engl. *skewness i kurtosis*), možemo videti da distribucija većine varijabli ne odstupa značajno od normalne ($-1 < Sk$ i $K < 1$), osim za skale depresivnosti i liste životnih događaja (Tabachnik & Fidell, 2001). Na osnovu t-testa za uparene uzorke utvrđeno je da između dve različite mere smisla za humor, samoprocene ($M = 3.32$, $SD = .81$) i procene od strane drugih ($M = 2.75$, $SD = .56$), postoji statistički značajna razlika $t(342) = 13.21$, $p < .01$. Vrednost jačine efekta izražena Koenovim koeficijentom ($d = .82$) sugerise snažnu praktičnu značajnost efekta. Kada su u pitanju stilovi humora, registrovane su sledeće aritmetičke sredine: afilijativni ($M = 5.69$, $SD = .85$), samopomažući ($M = 4.50$, $SD = .1.05$), agresivni ($M = 3.23$, $SD = 1.07$) i samoporažavajući stil ($M = 3.46$, $SD = 1.04$).

Korelacije između varijabli korišćenih u istraživanju prikazane su u Tabeli 2. Samoprocena SzH-a je umereno povezana sa procenom SzH-a od strane drugih ($r = .38, p < .01$). Kada su u pitanju korelacije SzH-a i indikatora blagostanja, u slučaju samoprocene SzH-a, prisutne su značajne korelacije sa zadovoljstvom životom ($r = .18, p < .01$) i pozitivnim afektom ($r = .17, p < .01$), dok korelacija između samoprocene SzH-a i negativnog afekta nije značajna. U kontekstu procene SzH-a od strane drugih postoji značajna povezanost sa sva tri indikatora blagostanja: zadovoljstva životom ($r = .14, p < .01$), pozitivnog afekta ($r = .24, p < .01$) i negativnog afekta ($r = -.13, p < .01$). Po pitanju relacija SzH-a i stilova humora, prisutne su korelacije samoprocene SzH-a i afilijativnog stila ($r = .34, p < .01$), samopomažućeg ($r = .16, p < .01$) i agresivnog ($r = .13, p < .05$). SzH pri proceni od strane drugih je pozitivno povezan sa sva četiri stila humora: afilijativnim ($r = .27, p < .01$), samopomažućim ($r = .16, p < .01$), agresivnim ($r = .28, p < .01$) i samoporažavajućim stilom ($r = .15, p < .01$). U slučaju povezanost SzH-a i osobina ličnosti dobijene su relacije između samoprocene SzH-a i neuroticizma ($r = -.19, p < .01$), ekstraverzije ($r = .34, p < .01$) i otvorenosti ($r = .17, p < .01$). Procena SzH-a od strane drugih je u korelaciji sa neuroticizmom ($r = -.15, p < .01$), ekstraverzijom ($r = .30, p < .01$) i savješnošću ($r = -.13, p < .01$). Depresivnost je snažnije negativno povezana sa SzH-om kada je kao mera korišćena samoprocena ($r = -.14, p < .01$) u odnosu na procenu od strane drugih ($r = -.11, p < .01$).

Značajne korelacije ček liste životnih događaja i indikatora subjektivnog blagostanja se kreću ispod .30, pa tako korelacija sa zadovoljstvom životom iznosi -.20 ($p < .01$), pozitivnim afektom -.15 ($p < .01$), negativnim afektom .20 ($p < .01$) i skalom depresivnosti .25 ($p < .01$).

Tabela 2

Korelacije između ispitivanih varijabli

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1 Samoprocena SzH	-															
2 Procena SzH	.38**	-														
3 Zad. životom	.18**	.14**	-													
4 Pozitivan afekat	.17**	.24**	.42**	-												
5 Negativan afekat	.02	-.13**	-.28**	-.55**	-											
6 Afilijativni stil	.34**	.27**	.15**	.23**	-.11*	-										
7 Samopomažući stil	.16**	.16**	.22**	.32**	-.22**	.31**	-									
8 Agresivni stil	.13*	.28**	-.06	.04	.04	.09*	.08	-								
9 Samoporažavajući	.06	.15**	-.10*	-.02	.11*	.09*	.18**	.23**	-							
10 Neuroticizam	-.19**	-.15**	-.20**	-.35**	.48**	-.15**	-.36**	-.09*	.02	-						
11 Ekstraverzija	.34**	.30**	.25**	.27**	-.10*	.42**	.26**	.14**	-.04	-.20**	-					
12 Prijatnost	.00	-.08	.24**	.24**	-.26**	.21**	.16**	-.43**	-.05	-.17**	.14**	-				
13 Savesnost	.02	-.13**	.22**	.25**	-.24**	.04	.08	-.18**	-.14**	-.17**	.17**	.30**	-			
14 Otvorenost	.17**	.05	.07	.07	.02	.20**	.17**	.04	.08	-.06	.24**	.10*	.14**	-		
15 Depresivnosr	-.14*	-.11**	-.33**	-.50**	.51**	-.17**	-.18**	.05	.20**	.39**	-.28**	-.26**	-.31**	-.04	-	
16 Životni događaji	-.07	-.07	-.20**	-.15**	.20**	-.07	-.01	.13**	.17**	.08	-.11*	-.16**	-.13**	-.01	.25**	-

Napomena: SzH = smisao za humor; Zad. životom = zadovoljstvo životom; * $p < .05$; ** $p < .01$

Provera moderatorske uloge stilova humora u relaciji između smisla za humor (procena od strane drugih) i subjektivnog blagostanja

U Tabeli 3 prikazani su rezultati hijerarhijske regresione analize kojom je proveravana moderatorska uloga stilova humora u relaciji između SzH-a procenjenog od strane drugih i subjektivnog blagostanja.

Tabela 3

Rezultati hijerarhijske regresione analize: smisao za humor (procena od strane drugih) i stilovi humora u predviđanju subjektivnog blagostanja

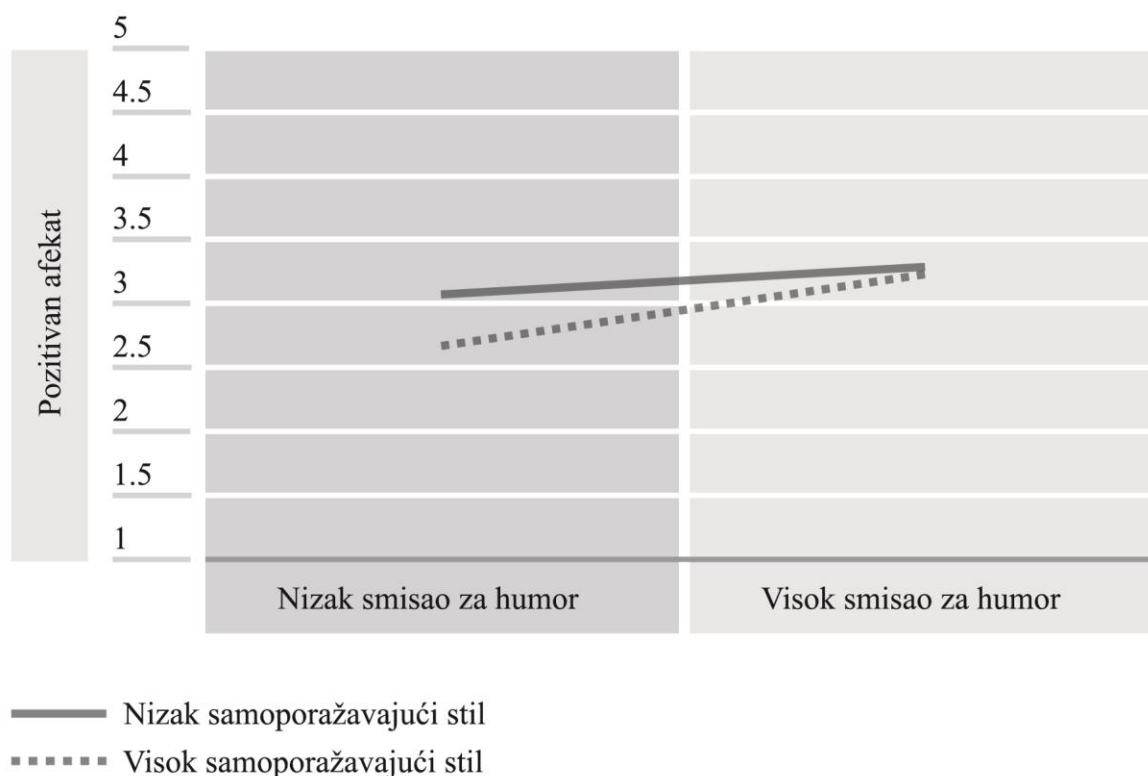
	Zadovoljstvo životom			Pozitivni afekat			Negativni afekat		
	B	SE B	β	B	SE B	β	B	SE B	β
<i>Korak 1</i>									
Pol	-.03	.0	-.02	.10	.09	.05	-.32	.09	-.15**
<i>Korak 2</i>									
Pol	-.09	.0	-.04	-.03	.09	-.01	-.29	.09	-.13**
Smisao za humor	.15	.0	.15	.18	.04	.18**	-.10	.05	-.10*
Afilijativni	.06	.0	.06	.10	.04	.10*	-.04	.05	-.04
Samopomažući	.21	.0	.22	.28	.04	.28**	-.21	.04	-.21**
Agresivni	-.09	.0	-.09	-.02	.04	-.02	.09	.04	.09
Samoporažavajući	-.14	.0	-.14	-.10	.04	-.10*	.16	.04	.16**
<i>Korak 3</i>									
Pol	-.11	.0	-.05	-.05	.09	-.02	-.28	.09	-.13**
Smisao za humor	.15	.0	.14	.18	.04	.18**	-.09	.05	-.09*
Afilijativni	.05	.0	.05	.10	.05	.10*	-.02	.05	-.02
Samopomažući	.22	.0	.22	.28	.04	.28**	-.22	.04	-.22**
Agresivni	-.08	.0	-.08	-.01	.04	-.01	.08	.04	.08
Samoporažavajući	-.14	.0	-.14	-.09	.04	-.09*	.16	.04	.16**
SzH X Afilijativni	-.04	.0	-.04	-.04	.04	-.04	.09	.04	.09
SzH X Samopomažući	.05	.0	.02	-.03	.04	-.03	-.02	.04	-.02
SzH X Agresivni	.03	.0	.03	.07	.04	.08	-.02	.04	-.02
SzH X Samoporažavajući	.05	.0	.05	.09	.04	.09*	-.05	.04	-.05
Korak 1 ΔR^2 (ΔF)	.00 (.13)			.00 (1.25)			.02 (11.49**)		
Korak 2 ΔR^2 (ΔF)	.10 (10.91**)			.16 (18.90**)			.08 (9.58**)		
Korak 3 ΔR^2 (ΔF)	.00 (.63)			.02 (2.68*)			.01 (1.18)		

Napomena: SzH = smisao za humor; * $p < .05$; ** $p < .01$

U prvom koraku svih sprovedenih hijerarhijskih regresionih analiza uvedena je kontrolna varijabla: pol. Utvrđeno je da je kod devojaka prisutan izraženiji negativni afekat, dok pol ne predviđa značajno ostale indiktore subjektivnog blagostanja.

U drugom koraku uvedeni su SzH i stilovi humora. Smisao za humor i samopomažući stil humora pozitivno predviđaju pozitivne indikatore subjektivnog blagostanja (zadovoljstvo životom i pozitivni afekat), a negativno negativni afekat. Sa druge strane, samoporažavajući stil humora značajno predviđa indikatore subjektivnog blagostanja, ali u drugom smeru: negativno predviđajući zadovoljstvo životom i pozitivni afekat, a pozitivno negativni afekat. Dobijeno je da agresivni stil humora nije u relaciji ni sa jednim indikatorom subjektivnog blagostanja, dok afilijativni stil doprinosi samo češćem doživljavanju pozitivnih emocija.

Uvođenjem interaktivnog efekta SzH-a i stilova humora u trećem koraku hijerarhijske linearne regresije, ostvaruje se značajan doprinos interakcije SzH-a i samoporažavajućeg stila humora u objašnjenju pozitivnog afekta ($\beta = .09, p < .05$), što sugerise da samoporažavajući stil predstavlja značajan moderator relacije SzH-a i pozitivnog afekta. Radi boljeg uvida u prirodu efekata značajne interakcije, rezultati su prikazani grafički (Grafik 4).



Grafik 4. Moderaciona uloga samoporažavajućeg stila humora u vezi između smisla za humor (procena od strane drugih) i pozitivnog afekta

Na osnovu grafičkog prikaza efekta interakcije između SzH-a i samoporažavajućeg stila humora na pozitivan afekat može se primetiti da je SzH povezan sa pozitivnim afektom samo

kod osoba sa visokim samoporažavajućim stilom humora. Odnosno, osobe koje izveštavaju o niskom samoporažavajućem stilu humora imaju stabilan pozitivni afekat bez obzira na to da li imaju nizak ili visok smisao za humor. To ukazuje na to da sklonost ka doživljavanju pozitivnih emocija kod osoba sa niskim samoporažavajućim stilom, ne zavisi od smisla za humor. Sa druge strane, pozitivan afekat kod osoba sa visokim samoporažavajućim stilom humora zavisi od toga da li izveštavaju o tome da imaju nizak ili visok SzH. Osobe koje izveštavaju o visokom samoporažavajućem stilu, a koje istovremeno imaju nizak SzH ređe doživljavaju pozitivne emocije, od onih koji pored visokog samoporažavajućeg stila humora imaju i visok SzH. O najređem doživljavanju pozitivnih emocija izveštavaju osobe koje pored visokog samoporažavajućeg stila imaju i nizak SzH, dok osobe sa visokim SzH-om i visokim samoporažavajućim stilom izveštavaju o istim vrednostima na meri pozitivnog afekta kao osobe koje imaju nizak samoporažavajući stil. Dobijeni rezultat sugerise da visok nivo SzH-a doprinosi višem nivou pozitivnog afekta, bez obzira na izraženost prisustva samoporažavajućeg stila. Vrednosti dobijene putem analize značajnosti nagiba (engl. *simple slope analysis*) nisu značajne kad je u pitanju nizak nivo (-1 SD) samoporažavajućeg stila ($t = 1.30, p = .19$), dok su kod visokog samoporažavajućeg stila (+1 SD) značajne ($t = 4.59, p < .01$).

Provera moderatorske uloge osobina ličnosti u relaciji između smisla za humor (procena od strane drugih) i subjektivnog blagostanja

Za testiranje pretpostavki o moderatorskoj ulozi osobina ličnosti na vezu između SzH-a i indikatora SB-a korišćena je hijerarhijska regresiona analiza čiji su rezultati prikazani u Tabeli 4.

Tabela 4

Rezultati hijerarhijske regresione analize: smisao za humor (procena od strane drugih) i osobine ličnosti humora u predviđanju subjektivnog blagostanja

	Zadovoljstvo životom			Pozitivni afekat			Negativni afekat		
	B	SE B	β	B	SE B	β	B	SE B	β
<i>Korak 1</i>									
Pol	-.02	.09	-.01	.13	.09	.06	-.33	.09	-.15**
<i>Korak 2</i>									
Pol	-.16	.10	-.08	-.15	.09	-.07	-.00	.09	.00
Smisao za humor	.13	.05	.13**	.22	.04	.21**	-.11	.04	-.11**
Neuroticizam	-.12	.05	-.12**	-.26	.04	-.26**	.42	.04	.42**
Ekstraverzija	.14	.05	.14**	.12	.04	.12**	.04	.04	.04

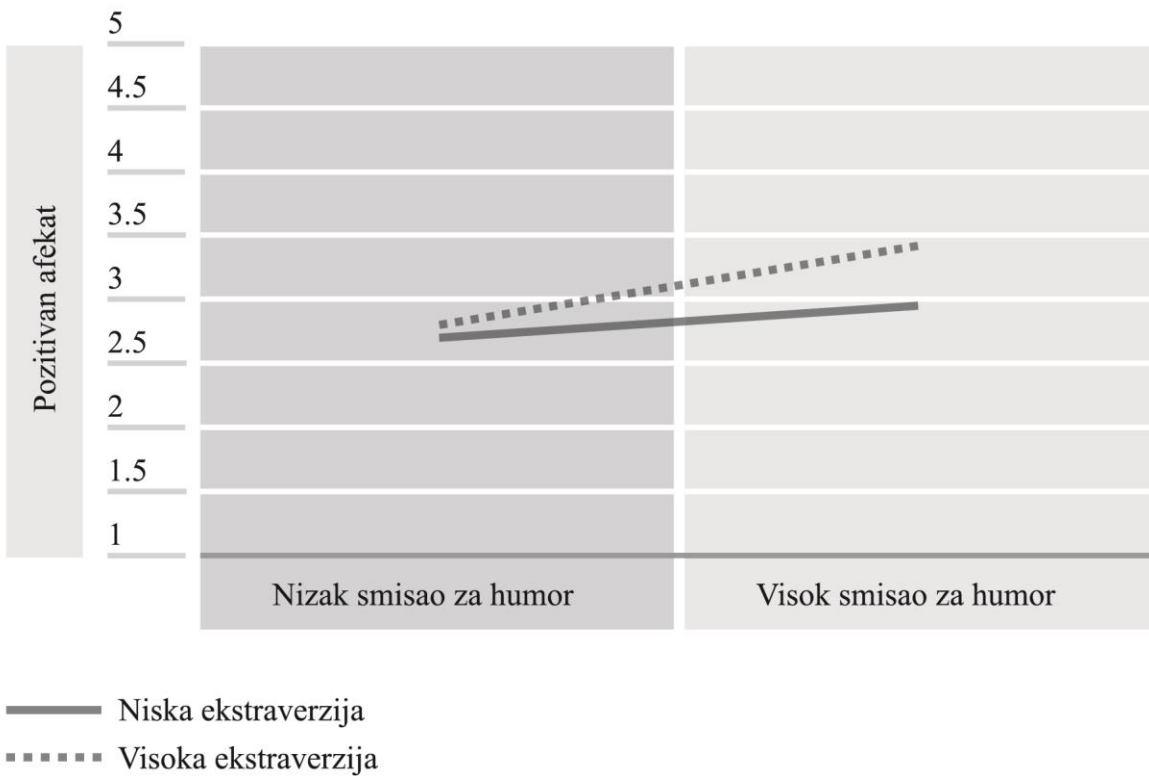
Prijatnost	.16	.04	.16**	.15	.04	.15**	-.17	.04	-.17**
Savesnost	.14	.04	.15**	.17	.04	.17**	-.15	.04	-.15**
Otvorenost	-.01	.04	-.01	-.02	.04	-.02	.08	.04	.08*
<i>Korak 3</i>									
Pol	-.16	.10	-.07	-.15	.09	-.07	-.00	.09	.00
Smisao za humor	.13	.05	.13**	.22	.04	.21**	-.11	.04	-.10*
Neuroticizam	-.12	.04	-.12**	-.26	.04	-.26**	.42	.04	.42**
Ekstraverzija	.15	.05	.15**	.14	.04	.14**	.04	.04	.04
Prijatnost	.16	.04	.16**	.13	.04	.13**	-.17	.04	-.17**
Savesnost	.14	.04	.14**	.17	.04	.17**	-.15	.04	-.15**
Otvorenost	-.01	.04	-.01	-.02	.04	-.02	.08	.04	.08*
SzH X Neuroticizam	.01	.05	.01	.03	.04	.03	-.01	.04	-.01
SzH X Ekstraverzija	-.00	.04	-.00	.09	.04	.10*	.00	.04	.00
SzH X Prijatnost	-.03	.04	-.03	-.06	.04	-.06	.03	.04	.03
SzH X Savesnost	-.04	.04	-.04	-.08	.04	-.08*	.05	.04	.05
SzH X Otvorenost	-.11	.04	-.11*	-.01	.04	-.01	-.00	.04	-.00
Korak 1 ΔR^2 (ΔF)	.00 (.06)			.00 (1.78)			.02 (12.14*)		
Korak 2 ΔR^2 (ΔF)	.15 (14.87**)			.24 (27.59**)			.27 (33.11**)		
Korak 3 ΔR^2 (ΔF)	.02 (2.10*)			.02 (2.69*)			.00 (.57)		

Napomena: SzH = smisao za humor; * $p < .05$; ** $p < .01$

U prvom koraku, registrovana je značajna povezanost pola sa negativnim afektom, u smislu da je kod devojaka prisutan izraženiji negativni afekat.

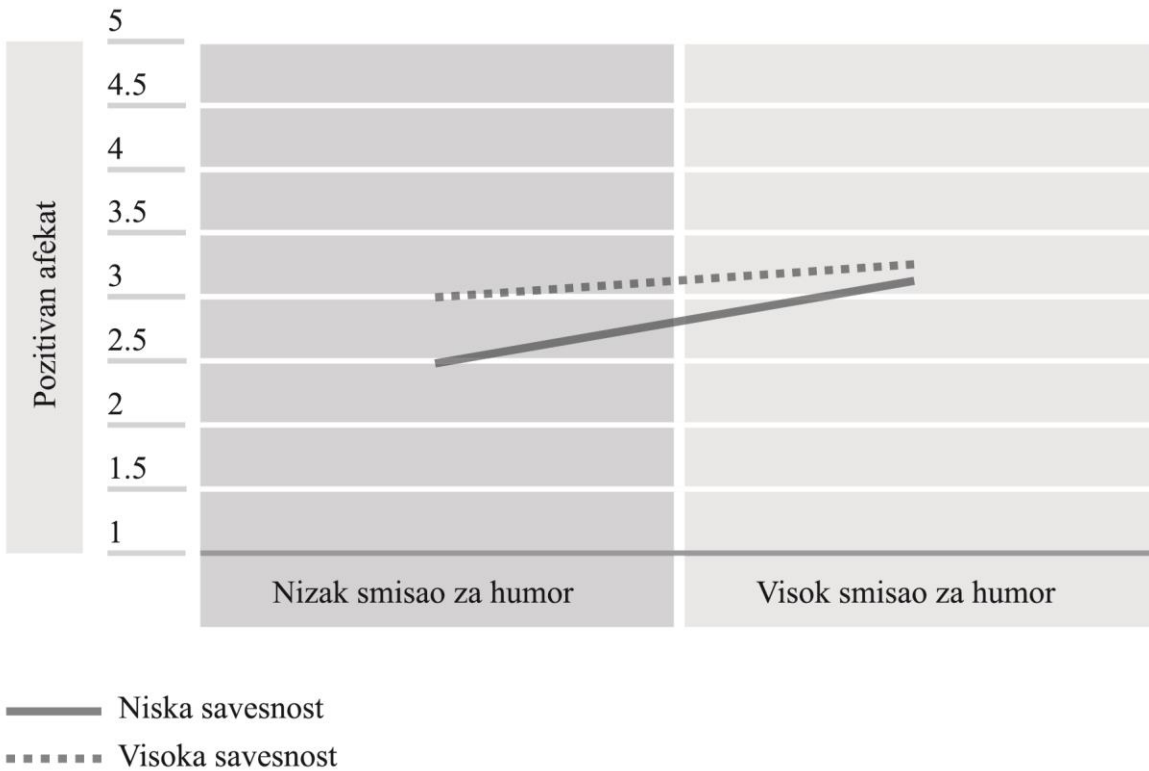
U drugom koraku uvedeni su SzH i osobine ličnosti. SzH, ekstraverzija, prijatnost i savesnost su značajno povezane sa pozitivnim indikatorima SB-a (zadovoljstvo životom i pozitivan afekat), a pritom su SzH, prijatnost i savesnost negativno povezane sa negativnim afektom. Neuroticizam ostvaruje pozitivnu povezanost sa negativnim afektom, a povezanost sa pozitivnim indikatorima SB-a je takođe značajna i u negativnom smeru. Dimenzija otvorenost je u pozitivnoj korelaciji sa negativnim afektom.

Uvođenjem interaktivnog efekta SzH-a i osobina ličnosti u trećem koraku, utvrđena su tri značajna interaktivna efekta. Prisutan je značajan doprinos interakcije SzH-a i ekstraverzije ($\beta = .10$, $p < .05$), kao i SzH-a i savesnosti ($\beta = -.08$, $p < .05$) u objašnjenju varijanse pozitivnog afekta. Interakcija SzH-a i otvorenosti je značajna pri objašnjenju zadovoljstva životom ($\beta = -.11$, $p < .05$). Dobijeni rezultati govore u prilog tome da ekstraverzija i savesnost predstavljaju značajne moderatore relacije SzH-a i pozitivnog afekta, a otvorenost moderator veze SzH-a i zadovoljstva životom. Značajne interakcije su grafički prikazane u nastavku.



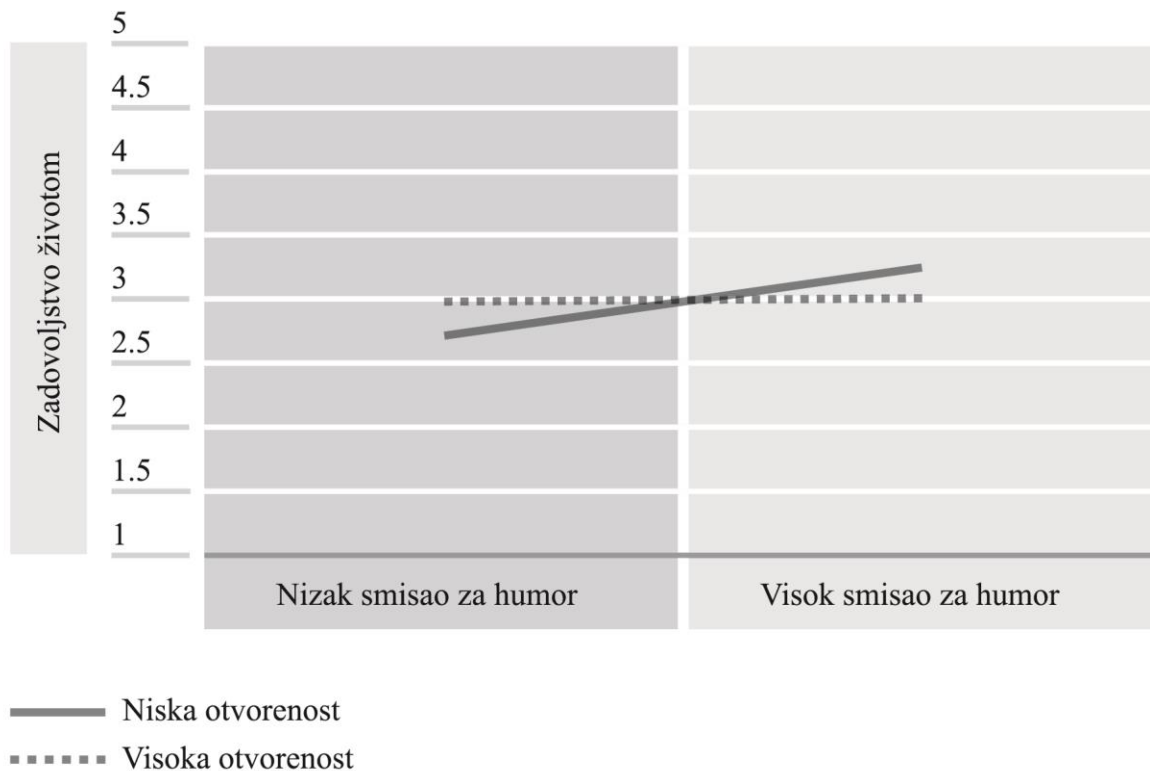
Grafik 5. Moderaciona uloga ekstraverzije u vezi između smisla za humor (procena od strane drugih) i pozitivnog afekta

Na osnovu rezultata HRA i grafičkog prikaza moderatorskog efekta ekstraverzije na relaciju SzH i pozitivnog afekta, možemo primetiti da nezavisno od nivoa ekstraverzije postoji pozitivna povezanost između smisla za humor i pozitivnog afekta. Što osoba ima viši nivo SzH-a, verovatnije je da će izveštavati i o višem pozitivnom afektu. Istovremeno, ova veza je snažnija kod visoko ekstravertnih osoba u odnosu na nisko ekstravertne. To znači da se najviši nivo pozitivnog afekta može očekivati kod osoba koje imaju istovremeno i povišen nivo smisla za humor i povišen nivo ekstraverzije. Najniži nivo pozitivnog afekta se može očekivati kod osoba koje imaju nizak SzH-a nezavisno od nivoa ekstraverzije. Ovo znači da (visoka) ekstraverzija značajno pojačava vezu SzH-a i pozitivnog afekta. Vrednosti analize značajnosti nagiba su značajne u oba slučaja izraženosti moderatora - ekstraverzije (-1 SD; $t = 2.32, p < .05$) i +1 SD ($t = 5.09, p < .001$).



Grafik 6. Moderaciona uloga savesnosti u vezi između smisla za humor (procena od strane drugih) i pozitivnog afekta

Rezultati HRA i grafički prikaz interaktivnog efekta savesnosti i smisla za humor na nivo pozitivnog afekta sugerišu da postoji pozitivna povezanost smisla za humor i pozitivnog afekta nezavisno od nivoa savesnosti. Što osoba ima viši nivo SzH-a, veća je verovatnoća da će izveštavati i o višem nivou pozitivnog afekta. Ova veza je snažnija kod osoba sa niskom savesnošću. Tako će najniži nivo pozitivnog afekta ispoljavati osobe koje istovremeno imaju i nizak nivo smisla za humor i nisku savesnost. Viši nivo pozitivnog afekta će ispoljavati osobe izraženijeg SzH-a, nezavisno od toga da li su savesne ili ne. Vrednost *simple slope* analize su značajne i u slučaju visoke savesnosti ($t = 2.34, p < .05$), kao i niske ($t = 4.72, p < .001$).



Grafik 7. Moderaciona uloga otvorenosti u vezi između smisla za humor (procena od strane drugih) i zadovoljstva životom

Na osnovu grafičkog prikaza interakcije SzH-a i dimenzije otvorenosti na zadovoljstvo životom registruje se da je SzH povezan sa zadovoljstvom životom samo kod osoba sa niskom otvorenošću. Odnosno, dok osobe koje imaju visoku otvorenost izveštavaju o stabilnom nivou zadovoljstva životom, bez obzira na skor na SzH-u, zadovoljstvo životom osoba koje imaju niske skorove na otvorenosti zavisi od toga da li imaju nizak ili visok SzH. Osobe sa visokim SzH-om imaju veće zadovoljstvo životom ukoliko imaju nisku otvorenost, i ta vrednost na meri zadovoljstva životom je veća od vrednosti koju ostvaruju oni ispitanici koji imaju visok smisao za humor, ali i visoku otvorenost. Za razliku od toga o najnižem zadovoljstvu izveštavaju oni ispitanici koji pored niskog SzH-a imaju i nisku otvorenost ka iskustvu. Priloženi grafik interakcije govori u prilog moderatorske uloge otvorenosti na vezu između SzH i zadovoljstva životom. Vrednost analize nagiba je značajna kad je u pitanju nizak nivo (-1 SD) otvorenosti ($t = 3.68, p < .001$), dok kod visoke (+1 SD) otvorenosti nije ($t = .39, p = .70$).

Provera moderatorske uloge stilova humora u relaciji između smisla za humor (samoprocena) i subjektivnog blagostanja

U narednom setu analiza kao mera smisla za humor korišćena je samoprocena. Rezultati su prikazani u Tabeli 5.

Tabela 5

Rezultati hijerarhijske regresione analize: smisao za humor (samoprocena) i stilovi humora u predviđanju subjektivnog blagostanja

	Zadovoljstvo životom			Pozitivni afekat			Negativni afekat		
	B	SE B	β	B	SE B	β	B	SE B	β
<i>Korak 1</i>									
Pol	.03	.11	.01	.00	.11	.03	-.21	.11	-.10
<i>Korak 2</i>									
Pol	.03	.11	.01	.00	.11	.00	-.23	.11	-.11*
Smisao za humor	.13	.06	.13*	.00	.05	.09	.05	.06	.05
Afilijativni	.09	.06	.09	.01	.06	.12*	.01	.06	.01
Samopomažući	.20	.06	.19**	.03	.06	.29**	-.24	.06	-.23**
Agresivni	-.08	.05	-.08	.00	.05	.00	.07	.05	.07
Samoporažavajući	-.16	.05	-.16**	.00	.05	-.09	.14	.05	.14*
<i>Korak 3</i>									
Pol	.01	.11	.00	.00	.11	-.01	-.22	.11	-.110
Smisao za humor	.13	.06	.13*	.00	.06	.08	.06	.06	.06
Afilijativni	.09	.06	.08	.01	.06	.11	.01	.06	.01
Samopomažući	.19	.06	.19**	.03	.06	.29**	-.23	.06	-.23**
Agresivni	-.08	.05	-.08	.00	.05	.00	.07	.05	.07
Samoporažavajući	-.16	.05	-.16**	.00	.05	-.08	.14	.05	.14*
SzH X Afilijativni	-.05	.06	-.04	.00	.06	-.06	.08	.06	.07
SzH X Samopomažući	.01	.05	.01	.00	.05	-.05	-.02	.05	-.02
SzH X Agresivni	.02	.05	.03	.00	.05	.09	-.06	.05	-.07
SzH X Samoporažavajući	.07	.05	.07	.00	.05	.04	-.02	.05	-.02
Korak 1 ΔR^2 (ΔF)	.00 (.07)			.00 (.27)			.01 (3.68)		
Korak 2 ΔR^2 (ΔF)	.10 (7.63**)			.14 (10.59**)			.07 (4.85**)		
Korak 3 ΔR^2 (ΔF)	.01 (.68)			.01 (1.34)			.01 (.83)		

Napomena: SzH = smisao za humor; * $p < .05$; ** $p < .01$

U prvom koraku HRA utvrđeno je da pol nije značajno povezan ni sa jednim od tri indikatora SB-a.

U drugom koraku uvedeni su SzH i stilovi humora. Samopomažući stil ostvaruje značajnu povezanost sa sve tri komponente SB-a; sa pozitivnim indikatorima pozitivnu, a sa negativnim afektom negativnu. Samoporažavajući stil humora je značajno negativno povezan sa

zadovoljstvom životom i pozitivno sa negativnim afektom. SzH je značajno pozitivno povezan sa zadovoljstvom životom, a afilijativni stil sa pozitivnim afektom (pozitivno).

U trećem koraku nijedan interaktivni efekat nije značajno povezan sa zadovoljstvom životom, pozitivnim i negativnim afektom.

Provera moderatorske uloge osobina ličnosti u relaciji između smisla za humor (samoprocena) i subjektivnog blagostanja

Rezultati kojima je proverena moderatorska uloga osobina ličnosti na SzH-SB vezu su prikazani u Tabeli 6.

Tabela 6

Rezultati hijerarhijske regresione analize: smisao za humor (samoprocena) i osobine ličnosti u predikciji subjektivnog blagostanja

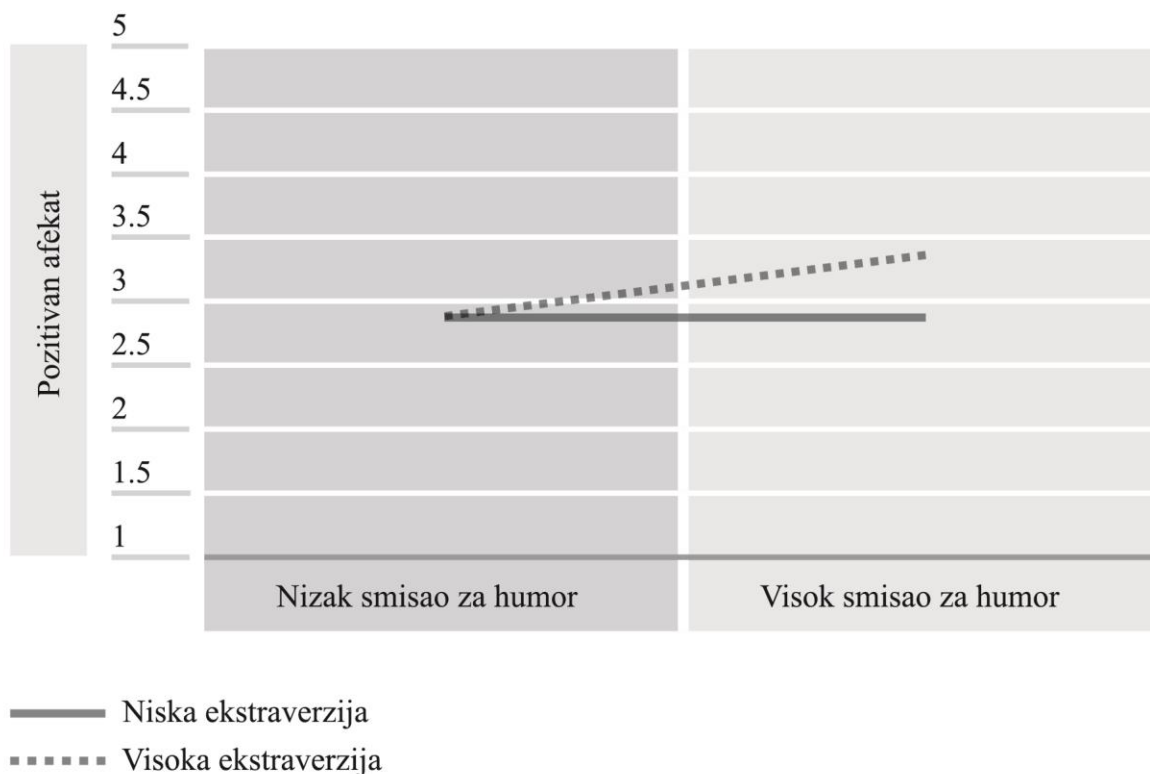
	Zadovoljstvo životom			Pozitivni afekat			Negativni afekat		
	B	SE B	β	B	SE B	β	B	SE B	β
<i>Korak 1</i>									
Pol	.04	.11	.02	.07	.11	.03	-.22	.11	-.11*
<i>Korak 2</i>									
Pol	-.09	.11	-.04	-.14	.11	-.07	.06	.11	.03
Smisao za humor	.13	.06	.13*	.10	.05	.10	.07	.05	.07
Neuroticizam	-.16	.06	-.15**	-.30	.06	-.28**	.46	.05	.45**
Ekstraverzija	.08	.06	.08	.10	.06	.09	.06	.05	.06
Prijatnost	.19	.06	.19**	.17	.05	.16**	-.12	.05	-.12*
Savesnost	.09	.05	.09	.07	.05	.07	-.12	.05	-.12*
Otvorenost	-.03	.05	-.03	-.01	.05	-.01	.06	.05	.07
<i>Korak 3</i>									
Pol	-.06	.12	-.03	-.14	.11	-.07	.07	.11	.03
Smisao za humor	.13	.06	.13*	.11	.05	.11*	.08	.05	.08
Neuroticizam	-.16	.06	-.15*	-.30	.06	-.29**	.46	.05	.45**
Ekstraverzija	.09	.06	.09	.11	.06	.10	.06	.05	.05
Prijatnost	.18	.06	.18**	.15	.05	.15**	-.11	.05	-.11*
Savesnost	.10	.05	.10	.07	.05	.07	-.13	.05	-.13*
Otvorenost	-.03	.05	-.04	-.01	.05	-.01	.06	.05	.06
SzH X Neuroticizam	.08	.06	.08	.05	.06	.05	-.01	.05	-.01
SzH X Ekstraverzija	.05	.05	.05	.11	.05	.12*	.02	.05	.02
SzH X Prijatnost	-.03	.05	-.03	-.06	.05	-.07	.07	.05	.08
SzH X Savesnost	-.00	.06	-.00	-.07	.05	-.07	.03	.05	.03
SzH X Otvorenost	-.06	.05	-.06	.01	.05	.01	-.01	.05	-.01
Korak 1 ΔR^2 (ΔF)	.00 (.12)			.00 (.41)			.01 (4.00*)		
Korak 2 ΔR^2 (ΔF)	.14 (8.62**)			.18 (12.44**)			.25 (18.29**)		
Korak 3 ΔR^2 (ΔF)	.01 (.94)			.03 (2.19*)			.01 (.85)		

Napomena: SzH = smisao za humor; * $p < .05$; ** $p < .01$

U prvom koraku HRA utvrđeno je da je kod devojaka prisutan izraženiji negativni afekat.

U drugom koraku uvedeni su SzH i osobine ličnosti. Neuroticizam je u značajnoj negativnoj povezanosti sa pozitivnim indikatorima SB-a, uz značajnu pozitivnu povezanost sa negativnim afektom. Prijatnost ostvaruje značajnu pozitivnu povezanost sa zadovoljstvom životom i pozitivnim afektom, a negativnu sa negativnim afektom. SzH ostvaruje značajnu (pozitivnu) povezanost sa zadovoljstvom životom, dok je savesnost negativno povezana sa negativnim afektom. Ekstraverzija i otvorenost ne ostvaruju značajnu relaciju ni sa jednim indikatorom subjektivnog blagostanja.

Uvođenjem interaktivnog efekta SzH-a i osobina ličnosti u trećem koraku, ostvaruje se značajan doprinos interakcije SzH-a i ekstraverzije ($\beta = .12, p < .05$) u predikciji pozitivnog afekta, odnosno uočeno je da ekstraverzija predstavlja značajan moderator veze SzH-a i pozitivnog afekta. Dobijena značajna interakcija prikazana je na Grafiku 8.



Grafik 8. Moderaciona uloga ekstraverzije u vezi između smisla za humor (samoprocena) i pozitivnog afekta

Na osnovu grafičkog prikaza efekta interakcije između SzH-a i ekstraverzije na pozitivan afekat, prisutna je povezanost između SzH-a i pozitivnog afekta kod pojedinaca sa visokim skorovima na ekstraverziji, ali ne i kod osoba sa niskom ekstraverzijom. Najviši nivo pozitivnog afekta ispoljavaju pojedinci sa visokom ekstraverzijom i visokim SzH-om. Drugim rečima, visoka ekstraverzija utiče ne to da kod pojedinaca visokog SzH-a vrednost pozitivnog afekta bude viša, dok niska ekstraverzija ne utiče na odnos SzH i pozitivnog afekta. Takođe, kada ispitanici izveštavaju o niskom SzH-u, pozitivan afekat je isti bez obzira da li imaju nisku ili visoku ekstraverziju. Ovo znači da (visoka) ekstraverzija predstavlja značajan moderator veze između SzH-a i pozitivnog afekta kao jedne od komponenata SB-a. Vrednosti analize nagiba govore o značajnom nagibu prisutnom kod visokog stepena ekstraverzije ($t = 2.78, p < .05$) što nije slučaj kod nisko izražene ekstraverzije ($t = .10, p = .92$).

Provera moderatorske uloge smisla za humora (procena od strane drugih) u relaciji između broja negativnih životnih događaja i subjektivnog blagostanja

Za proveru hipoteze o moderatorskoj ulozi SzH-a na vezu između broja negativnih životnih događaja i indikatora SB-a korišćena je hijerarhijska regresiona analiza čiji su rezultati prikazani u Tabeli 7 i Tabeli 8. Pored osnovnih indikatora subjektivnog blagostanja, dodata je i mera depresivnosti, jer se protektivna uloga humora u kontekstu negativnih životnih događaja najčešće istražuje u relaciji sa depresivnošću (npr. Nezu, Nezu, & Blissett, 1988; Martin & Lefcourt, 1983; Porterfield, 1987).

Tabela 7

Rezultati hijerarhijske regresione analize: životni događaji i smisao za humor (procena od strane drugih) u predikciji pozitivnih indikatora subjektivnog blagostanja

	Zadovoljstvo životom			Pozitivni afekat		
	B	SE B	β	B	SE B	β
<i>Korak 1</i>						
Pol	-.00	.10	-.00	.95	.10	.04
<i>Korak 2</i>						
Pol	-.09	.10	-.04	-.03	.10	-.01
Smisao za humor	.15	.05	.15**	.25	.05	.24**
Životni događaji	-.19	.04	-.19**	-.14	.04	-.13**
<i>Korak 3</i>						

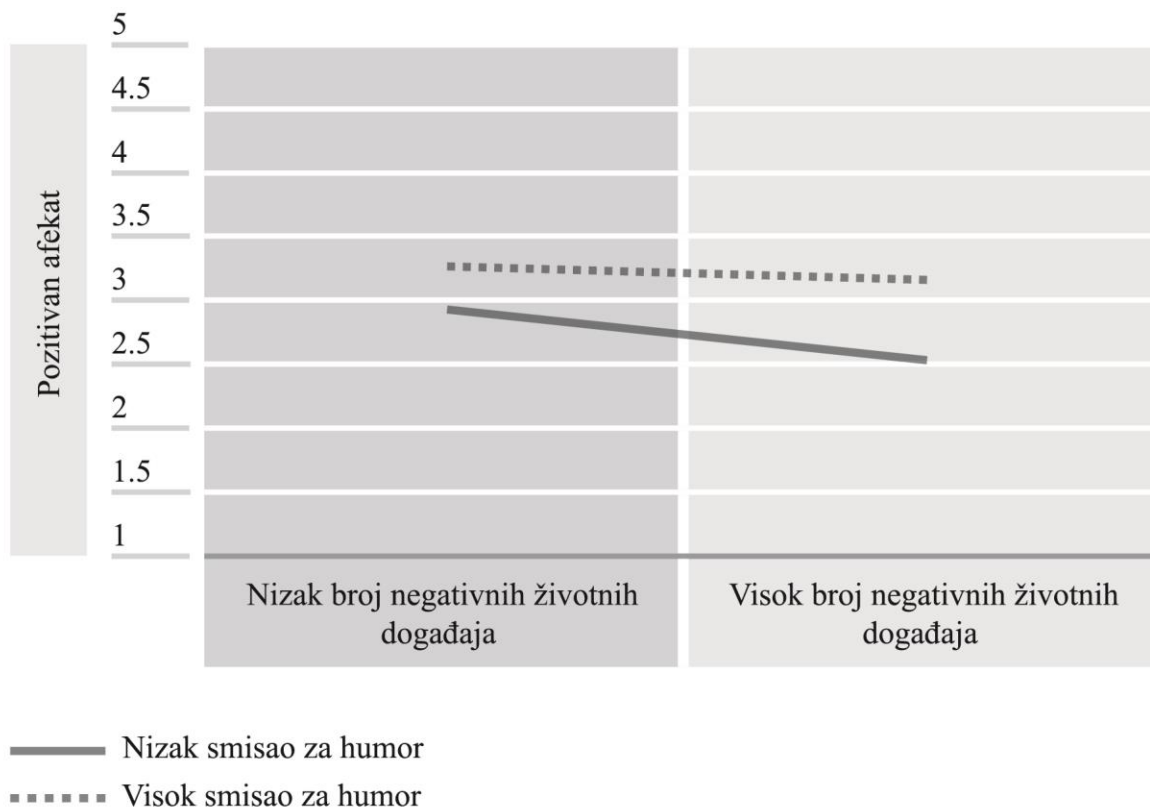
Pol						
Smisao za humor	.15	.05	.15**	.24	.05	.24**
Životni događaji	-.20	.05	-.20**	-.12	.05	-.12**
SzH X Životni događaji	-.05	.04	-.06	.08	.04	.09*
Korak 1 ΔR^2 (ΔF)	.00 (.00)			.00 (.90)		
Korak 2 ΔR^2 (ΔF)	.06 (15.15**)			.08 (19.33**)		
Korak 3 ΔR^2 (ΔF)	.00 (1.47)			.01 (3.89*)		

Napomena: SzH = smisao za humor; * $p < .05$; ** $p < .01$

U prvom koraku povezanost pola sa indikatorima SB-a nije značajna.

U drugom koraku uvedeni su SzH i broj negativnih životnih događaja. SzH je značajno pozitivno povezan sa zadovoljstvom životom i pozitivnim afektom, a negativni životni događaji su u značajnoj negativnoj korelaciji sa pozitivnim indikatorima SB-a.

U trećem koraku, interakcija SzH-a i broja negativnih životnih događaja ostvaruje značajan doprinos u objašnjenju varijanse pozitivnog afekta ($\beta = .09$, $p < .05$), što znači da SzH predstavlja značajan moderator relacije negativnih životnih događaja i pozitivnog afekta. Priroda interakcije prikazana je na Grafiku 9.



Grafik 9. Moderaciona uloga smisla za humor (procena od strane drugih) u vezi između broja negativnih životnih događaja i pozitivnog afekta

Na osnovu grafikona 9 registruje se da je broj negativnih životnih događaja povezan sa pozitivnim afektom, samo kod osoba koje imaju nizak SzH. Kod osoba sa visokim SzH-om pozitivni afekat je stabilan, bez obzira na to da li je osoba izložena velikom ili malom broju životnih događaja. Takođe, osobe koje izveštavaju o visokom SzH-u će imati viši pozitivni afekat od osoba sa niskim SzH-om bez obzira na broj životnih događaja. Drugim rečima, u kontekstu većeg broja negativnih životnih događaja, niži SzH je povezan sa opadanjem pozitivnog afekta, dok veći broj negativnih životnih događaja ne umanjuje pozitivni afekat kod pojedinaca sa visoko izraženim SzH-om. Ovi rezultati ukazuju da visok smisao za humor predstavlja protektivni faktor, a nizak SzH faktor vulnerabilnosti pri efektu koji negativni životni događaji mogu imati na stepen pozitivnog afekta. Vrednosti analize nagiba sugerišu značajnost kod nisko (- 1 SD) izraženog SzH-a ($t = -3.61, p < .001$), dok kod visoko (+ 1 SD) izraženog SzH-a dobijena vrednost nije statistički značajna ($t = -.55, p = .58$).

Tabela 8

Rezultati hijerarhijske regresione analize: životni događaji i smisao za humor (procena od strane drugih) u predikciji negativnih indikatora subjektivnog blagostanja

	Negativni afekat			Depresivnost		
	B	SE B	β	B	SE B	β
<i>Korak 1</i>						
Pol	-.30	.10	-.14**	-.02	.10	-.01
<i>Korak 2</i>						
Pol	-.24	.10	-.11*	.05	.10	.02
Smisao za humor	.19	.04	-.11*	-.12	.05	-.12**
Životni događaji	-.11	.05	.19**	.25	.04	.25**
<i>Korak 3</i>						
Pol	-.24	.10	-.11*	.06	.10	.03
Smisao za humor	.19	.05	-.11*	-.12	.05	-.12**
Životni događaji	-.11	.05	.19**	.26	.05	.25**
SzH X Životni događaji	-.00	.04	-.00	.05	.04	.05
Korak 1 ΔR^2 (ΔF)	.02 (9.83**)			.00 (.03)		
Korak 2 ΔR^2 (ΔF)	.05 (12.98**)			.08 (19.85**)		
Korak 3 ΔR^2 (ΔF)	.00 (.01)			.00 (1.26)		

Napomena: SzH = smisao za humor; * $p < .05$; ** $p < .01$

U prvom koraku utvrđeno je da je kod devojaka prisutan izraženiji negativni afekat.

U drugom koraku uvedeni su SzH i broj negativnih životnih događaja. SzH je negativno povezan sa negativnim afektom i depresivnošću, dok su negativni životni događaji pozitivno povezani sa negativnim afektom i depresivnošću.

U trećem koraku, interakcija SzH-a i broja negativnih životnih događaja ne ostvaruje značajan doprinos u objašnjenju varijanse negativnog afekta i depresivnosti.

Provera moderatorske uloge smisla za humor (samoprocena) u relaciji između broja negativnih životnih događaja i subjektivnog blagostanja

Pri testiranju moderatorske uloge SzH-a na vezu između broja negativnih životnih događaja i SB-a korišćena je hijerarhijska regresiona analiza. Rezultati su prikazani u Tabeli 9 i Tabeli 10.

Tabela 9

Rezultati hijerarhijske regresione analize: životni događaji i smisao za humor (samoprocena) u predikciji pozitivnih indikatora subjektivnog blagostanja

	Zadovoljstvo životom			Pozitivni afekat		
	B	SE B	β	B	SE B	β
<i>Korak 1</i>						
Pol	.07	.12	.04	.04	.12	.02
<i>Korak 2</i>						
Pol	.03	.12	.03	.00	.12	.00
Smisao za humor	.17	.06	.17**	.18	.06	.18**
Životni događaji	-.13	.05	-.13*	-.07	.05	-.07
<i>Korak 3</i>						
Pol	.03	.12	.03	.00	.12	.00
Smisao za humor	.17	.06	.17**	.18	.06	.18**
Životni događaji	-.13	.05	-.13*	-.07	.05	-.07
SzH X Životni događaji	-.01	.05	-.01	.03	.06	.03
Korak 1 ΔR^2 (ΔF)	.00 (.39)			.00 (.13)		
Korak 2 ΔR^2 (ΔF)	.05 (8.23**)			.04 (6.12**)		
Korak 3 ΔR^2 (ΔF)	.00 (.06)			.00 (.27)		

Napomena: SzH = smisao za humor; * $p < .05$; ** $p < .01$

U prvom koraku primećeno je da pol ne ostvaruje značajnu povezanost sa zadovoljstvom životom i pozitivnim afektom.

U drugom koraku uvedeni su SzH i broj negativnih životnih događaja. SzH je u pozitivnoj korelaciji sa zadovoljstvom životom i pozitivnim afektom, dok su životni događaji značajno negativno povezani sa zadovoljstvom životom.

U trećem koraku, interakcija SzH-a i broja negativnih životnih događaja ne ostvaruje značajan doprinos u objašnjenju varijanse zadovoljstva životom i pozitivnog afekta.

Tabela 10

Rezultati hijerarhijske regresione analize: životni događaji i smisao za humor (samoprocena) u predikciji negativnih indikatora subjektivnog blagostanja

	Negativni afekat			Depresivnost		
	B	SE B	β	B	SE B	β
<i>Korak 1</i>						
Pol	-.22	.12	-.11	-.02	.12	-.01
<i>Korak 2</i>						
Pol	-.22	.12	-.11	.01	.12	.00
Smisao za humor	.02	.06	.02	-.15	.06	-.14*
Životni događaji	.14	.05	.15**	.22	.05	.23**
<i>Korak 3</i>						
Pol	-.22	.12	-.11	.01	.12	.00
Smisao za humor	.02	.06	.02	-.15	.06	-.14*
Životni događaji	.14	.05	.15**	.22	.05	.23**
SzH X Životni događaji	.02	.05	.02	-.01	.05	-.01
Korak 1 ΔR^2 (ΔF)	.01 (3.50)			.00 (.04)		
Korak 2 ΔR^2 (ΔF)	.02 (3.60**)			.08 (13.15**)		
Korak 3 ΔR^2 (ΔF)	.00 (.18)			.00 (.05)		

Napomena: SzH = smisao za humor; * $p < .05$; ** $p < .01$

U prvom koraku utvrđeno da pol nije povezan sa negativnim afektom i depresivnošću.

U drugom koraku uvedeni su SzH i broj negativnih životnih događaja. Životni događaji su u značajnoj pozitivnoj korelaciji sa negativnim afektom i depresivnošću, dok je SzH značajno (negativno) povezan sa depresivnošću.

U trećem koraku, interakcija SzH-a i broja negativnih životnih događaja ne ostvaruje značajan doprinos u objašnjenju varijanse negativnog afekta i depresivnosti.

Provera uticaja stila humora u relaciji između negativnih životnih događaja i subjektivnog blagostanja

U Tabelama 11 i 12 prikazani su rezultati hijerarhijske regresione analize gde prediktor predstavlja broj negativnih životnih događaja, moderatora stilovi humora, a kriterijum subjektivno blagostanje preko svojih indikatora-zadovoljstvo životom, pozitivan afekat, negativan afekat i depresivnost.

Tabela 11

Rezultati hijerarhijske regresione analize: broj negativnih životnih događaja i stilovi humora u predviđanju pozitivnih indikatora subjektivnog blagostanja

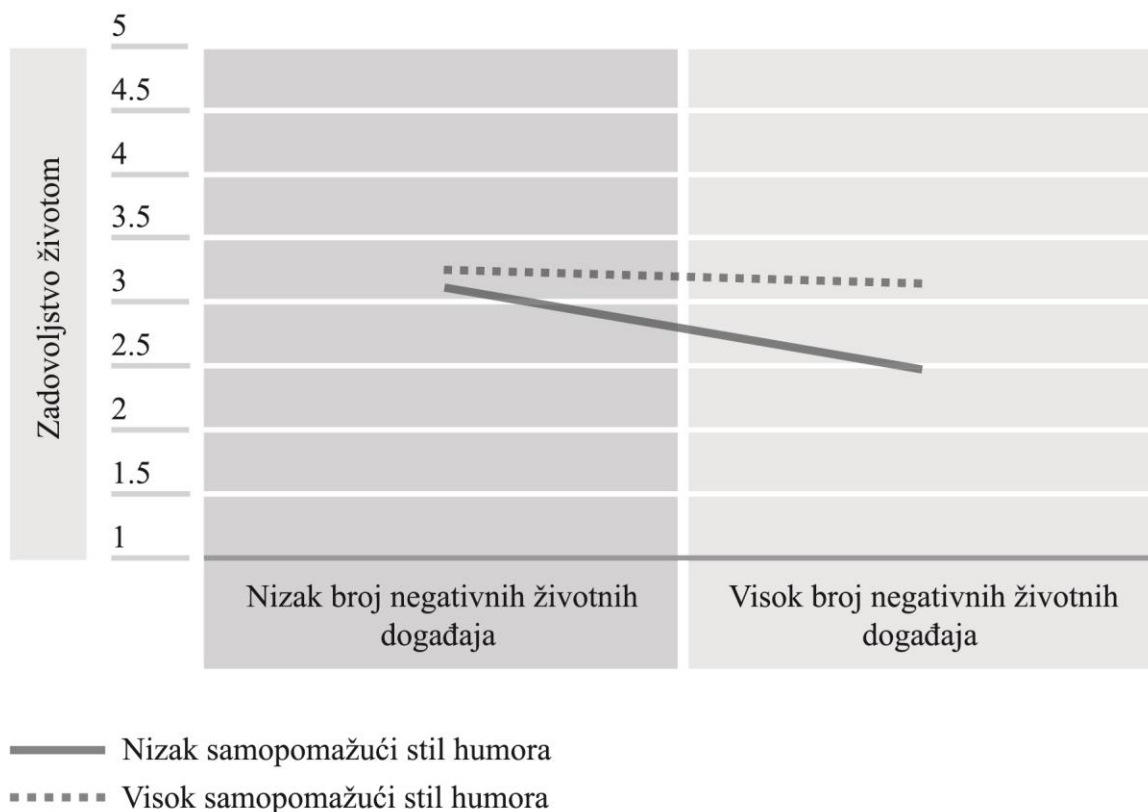
	Zadovoljstvo životom			Pozitivni afekat		
	B	SE B	β	B	SE B	β
<i>Korak 1</i>						
Pol	-.00	.10	.00	.09	.10	.04
<i>Korak 2</i>						
Pol	-.03	.10	-.02	.02	.10	.01
Životni događaji (ŽD)	-.17	.04	-.17**	-.13	.04	-.13**
Afilijativni	.09	.05	.09	.14	.05	.14**
Samopomažući	.21	.05	.22**	.28	.05	.28**
Agresivni	-.03	.05	-.03	.03	.05	.03
Samoporažavajući	-.10	.05	-.10*	-.06	.05	-.06
<i>Korak 3</i>						
Pol	-.04	.10	-.02	.01	.10	.00
Životni događaji (ŽD)	-.19	.05	-.19**	-.13	.05	-.13*
Afilijativni	.11	.05	.10*	.16	.05	.16**
Samopomažući	.20	.05	.20**	.26	.05	.26**
Agresivni	-.02	.05	-.02	.02	.05	.02
Samoporažavajući	-.08	.05	-.09	-.05	.05	-.05
ŽD X Afilijativni	-.06	.04	-.07	-.06	.04	-.07
ŽD X Samopomažući	.12	.05	.12*	.06	.05	.05
ŽD X Agresivni	.04	.06	.03	.01	.05	.01
ŽD X Samoporažavajući	-.01	.05	-.01	-.08	.05	-.08
Korak 1 ΔR^2 (ΔF)	.00 (.00)			.00 (.89)		
Korak 2 ΔR^2 (ΔF)	.10 (10.81**)			.14 (15.07**)		
Korak 3 ΔR^2 (ΔF)	.02 (2.01)			.01 (1.57)		

Napomena: Životni događaji (ŽD) = broj negativnih životnih događaja; * $p < .05$; ** $p < .01$

U prvom koraku utvrđeno je da pol značajno ne predviđa pozitivan afekat i zadovoljstvo životom.

U drugom koraku, utvrđena je negativna povezanost broja negativnih životnih događaja i pozitivnih indikatora blagostanja. Prisutna je pozitivna povezanost pozitivnih stilova humora (afilijativni i samopomažući) sa pozitivnim afektom, dok je samopomažući stil takođe i u pozitivnoj korelaciji sa zadovoljstvom životom. Negativni stilovi humora nisu značajno povezani sa ove dve komponente blagostanja.

U trećem koraku, uvidom u interaktivne efekte u objašnjenju kriterijumskih varijabli dobija se da samopomažući stil predstavlja značajan moderator veze između broja negativnih životnih događaja i kognitivne komponente SB-a, zadovoljstva životom. Ostali stilovi humora ne menjaju relaciju između broja negativnih životnih događaja i pozitivnih indikatora subjektivnog blagostanja. Radi jasnijeg uvida u prirodu interakcije samopomažućeg stila humora i broja negativnih životnih događaja na zadovoljstvo životom, rezultati HRA su prikazani i grafički (Grafik 10).



Grafik 10. Moderaciona uloga samopomažućeg stila humora u vezi između broja negativnih životnih događaja i zadovoljstva životom

Na osnovu interakcije prikazane na Grafiku 10 možemo zaključiti da je stepen zadovoljstva životom generalno viši kod pojedinaca koji izveštavaju o frekventnijoj upotrebi samopomažućeg stila bez obzira na broj negativnih životnih događaja u odnosu na pojedince sa nižim stepenom samopomažućeg stila. U slučaju porasta broja negativnih životnih događaja, zadovoljstvo životom srazmerno opada kod pojedinaca sa niskim samopomažućim stilom, dok kod pojedinaca sa višim stepenom samopomažućeg stila stepen zadovoljstva životom ostaje isti bez obzira na porast broja negativnih životnih događaja. Drugim rečima, izražen samopomažuci stil umanjuje štetan uticaj broja negativnih životnih događaja na stepen zadovoljstva životom. tj. predstavlja protektivan faktor pri suočavanju negativnim životnim događajima. *Simple slope* analiza ukazuje na značajan nagib prisutan kod vrednosti niskog samopomažućeg stila ($t = -4.39$, $p < .001$), dok u slučaju visoko izraženog samopomažućeg stila ovaj efekat nije prisutan ($t = -.90$, $p = .37$).

Tabela 12

Rezultati hijerahijske regresione analize: broj negativnih životnih događaja i stilovi humora u predviđanju negativnih indikatora subjektivnog blagostanja

	Negativni afekat			Depresivnost		
	B	SE B	β	B	SE B	β
<i>Korak 1</i>						
Pol	-.31	.10	-.14**	-.01	.10	-.01
<i>Korak 2</i>						
Pol	-.30	.10	-.14**	.00	.10	.00
Životni događaji (ŽD)	.166	.04	.17**	.21	.04	.21**
Afilijativni	-.08	.05	-.07	-.14	.05	-.14**
Samopomažuci	-.20	.05	-.20**	-.18	.05	-.18**
Agresivni	.065	.05	.06	.01	.05	.01
Samoporažavajući	.107	.05	.11*	.21	.05	.21**
<i>Korak 3</i>						
Pol	-.28	.10	-.13**	.00	.10	.00
Životni događaji (ŽD)	.19	.05	.19**	.24	.27	.24
Afilijativni	-.09	.05	-.08	-.16	.05	-.16**
Samopomažuci	-.18	.05	-.19**	-.17	.05	-.16**
Agresivni	.06	.05	.06	-.01	.05	-.01
Samoporažavajući	.11	.05	.11*	.20	.05	.20**
ŽD X Afilijativni	.06	.04	.08	.03	.04	.04
ŽD X Samopomažuci	.02	.05	.02	-.10	.05	-.09
ŽD X Agresivni	.10	.05	.08	.01	.05	.04
ŽD X Samoporažavajući	-.02	.05	-.02	-.02	.05	-.06

Korak 1 ΔR^2 (ΔF)	.02 (9.82**)	.00 (.02)
Korak 2 ΔR^2 (ΔF)	.10 (10.62**)	.15 (16.73**)
Korak 3 ΔR^2 (ΔF)	.01 (1.75)	.01 (1.63)

Napomena: Životni događaji (ŽD) = broj negativnih životnih događaja; * $p < .05$; ** $p < .01$

U prvom koraku registrovano je da je efekat pola značajan i to da je kod devojaka prisutan izraženiji negativni afekat.

U narednom koraku, dobijeni su rezultati koji ukazuju na negativnu povezanost pola i negativnog afekta, pozitivnu korelaciju broja životnih događaja sa oba negativna indikatora SB-a, kao i negativnu povezanost afilijativnog stila i depresivnosti. Nadalje, registrovana je negativna korelacija samopomažućeg stila sa oba negativna indikatora SB-a, kao i pozitivna povezanost samoporažavajućeg stila humora sa negativnim afektom i depresivnošću.

U trećem koraku, uvođenjem interaktivnih efekata, gubi se efekat broja događaja na depresivnost i broj negativnih događaja ostaje pozitivno povezan samo sa negativnim afektom. Samopomažuci stil negativno korelira sa oba negativna indikatora, dok je u slučaju afilijativnog stila, prisutna negativna korelacija samo sa depresivnošću. Samoporažavajući stil je pozitivno povezan i sa negativnim afektom i depresivnošću. Veza agresivnog stila i negativnih indikatora SB-a nije dobijena. Stilovi humora ne menjaju relaciju između broja negativnih životnih događaja i negativnih indikatora subjektivnog blagostanja.

DISKUSIJA

„Na kraju krajeva, sve je samo šala.“

Charlie Chaplin

Osnovni problem sprovedenog istraživanja predstavlja priroda povezanosti između smisla za humor i subjektivnog blagostanja. Na osnovu nalaza dosadašnjih istraživanja koja su se bavila ispitivanjem relacija ova dva fenomena ne može se sa sigurnošću zaključiti koja je uloga SzH-a u ostvarivanju blagostanja pojedinca. Posmatrano u celini, sprovedena studija se može definisati kroz tri cilja.

Osnovni cilj predstavlja ispitivanje prirode povezanosti između smisla za humor i subjektivnog blagostanja. Usled nedoslednih rezultata u dosadašnjim studijama, radi razumevanja nekonzistentnosti SzH-SB veze u istraživanje smo uključili potencijalne moderatore - stilove humora i osobine ličnosti, jer za njih postoji najviše indicija da mogu imati značajan uticaj na vezu između ova dva fenomena.

Podstaknuti navodima da se protektivna uloga SzH-a pri suočavanju sa stresnim situacijama često doživljava kao aksiom (Martin & Lefcourt, 1983) i da su pritom rezultati istraživanja na ovu temu nedosledni, kao drugi cilj, postavljeno je ispitivanje moderatorske (protektivne) uloge SzH-a u relaciji između broja negativnih životnih događaja i subjektivnog blagostanja.

Dodatno, jedno od ključnih pitanja u oblasti humora je šta je bolja mera smisla za humor - samoprocena ili procena od strane drugih i koja je od njih dve snažnije povezana sa blagostanjem. U okviru trećeg cilja, poredili smo ova dva načina procene SzH-a i bavili se njihovim relacijama sa indikatorima subjektivnog blagostanja. Dva načina procene istog fenomena predstavljaju jednu od važnih snaga ovog istraživanja, jer se studijama humora najčešće zamera način procene SzH-a i samim tim dovode se u pitanje dobijeni rezultati. Tako npr., Kirš i Kajper (Kirsch & Kuiper, 2003) sugerišu da većina inventara za procenu humora favorizuje određeni aspekt fenomena za koji se pouzdano zna da je višedimenzionalne prirode. U slučaju ove studije, ispitivanje je sprovedeno u ekološki validnim uslovima koji zadovoljavaju većinu kriterijuma da bi se korišćena procedura mogla shvatiti kao metodološki adekvatna.

Povezanost između smisla za humor i subjektivnog blagostanja

Ruh i Hajncova (Ruch & Heintz, 2013) su ukazali na nisku inkrementalnu validnost humora u predikciji blagostanja kada se kontroliše doprinos osobina ličnosti. Međutim, na osnovu HRA sprovedenih u ovom istraživanju, možemo zaključiti da SzH ostvaruje značajnu povezanost sa svim indikatorima SB-a kada se kontrolišu efekti osobina ličnosti, kao i stilova humora, kada je kao mera SzH-a korišćena procena od strane drugih. U slučaju samoprocene, SzH ostvaruje značajnu povezanost sa zadovoljstvom životom i pozitivnim afektom, takođe kada se kontroliše efekat osobina ličnosti. Samoprocena SzH-a nije povezana sa negativnim afektom. Iako dobijeni rezultati jesu ispunili početne pretpostavke ovog istraživanja i predstavljaju nastavak konfirmatornih nalaza o povezanosti između SzH-a i blagostanja (Deaner & McConatha, 1993; Edwards, 2013; Ford, McCreight, & Richardson, 2014; Hudak, Alexander Dale, Hudak, & Degood, 1991; Kazarian & Martin, 2004; Kuiper & Martin, R.A., 1993; Labbott, Ahleman, Wolever, & Martin, R.B., 1990; Martin, R.A., Kuiper, Olinger, & Dance, 1993; Overholser, 1992; Prerost & Ruma 1987; Ruch, Proyer, Harzer, Peterson, & Seligman, 2010; Saraglou & Scariot, 2002; Stieger, Formann, & Burger, 2011; Zhao, Kong, & Wang, 2012) registrovane korelacije su niske i sugerišu prilično slabu povezanost. Generalno, korelacije slabog intenziteta, prisutne i u drugim istraživanjima (pogledati Hofmann & Ruch, 2013), bez obzira na nalaze i stavove o pozitivnoj ulozi SzH-a u SB-u (npr. Martin 2001; McGhee, 2010) sugerišu da mi najverovatnije (pre)naglašavamo doprinos SzH-a na blagostanje pojedinca i da trenutno zapravo ne znamo mnogo o SzH-SB relaciji. Dosta faktora utiče na ovu pojavu i o njima je bilo diskutovano u *Uvodu*, ali nedovoljno razrađena teorijska utemeljenja na osnovu kojih bi se postavljale pretpostavke i kasnije proveravale u praksi je jedno od suštinskih nedostataka u istraživanjima humora. Nalazi u ovoj oblasti jesu često nekonzistentni i međusobno kontradiktorni, jer ne polaze od iste teorijske osnove, a nastoje da odgovore na isto pitanje - koja je uloga SzH-a u (subjektivnom) blagostanju. Nadalje, još uvek je otvoreno pitanje kauzalnosti - da li su duhovite osobe srećnije i zadovoljnije ili srećnije i zadovoljnije osobe imaju izraženiji smisao za humor, ili odnos ove dve varijable zapravo zavisi od neke treće? Kako su se dosadašnji rezultati istraživanja SzH - SB relacije pokazali nestabilnim, logičan korak u relativno novoj oblasti je pomeranje fokusa od čiste demonstracije (ne)povezanosti dva fenomena prema razumevanju faktora od kojih ova povezanost zavisi, tj., kada i kako se ova veza (ne)ispoljava. U

ovom istraživanju, cilj predstavlja odgovor na pitanje kada je SzH-SB veza prisutna, odnosno koji faktori utiču na njihovu (nedoslednu) povezanost. Prema mišljenju Hofmanove i Ruha (2013), čini se kao da su istraživači humora brže bolje *pohitali* u ispitivanje korisnosti i ređe štetnosti SzH-a u kontekstu blagostanja, a da pre toga nisu uložili dovoljno napora pri konceptualizaciji samog SzH-a.

Dodatno, pored konceptualnih razmimoilaženja, nedoslednosti rezultata doprinosi i naročita *osetljivost* SzH-a na način procene. Prema saznanjima autora, postoje dva istraživanja, koja su kao meru SzH-a uključivala dva načina procene (samoprocenu i procenu od strane drugih), a bavila su se temom povezanosti SzH-a i blagostanja. Rezultati prvog (Bizi, Keinan, & Beit-Hallahmi, 1988) su ukazali da postoji povezanost između SzH-a i boljeg snalaženja u stresnim okolnostima, ali samo u slučaju kada je kao prediktor korišćena procena od strane drugih. U drugom istraživanju (Kerkkänen, Kuiper, & Martin, 2004), bez obzira da li je korišćena samoprocena i procena od strane drugih, stepen SzH-a nije pokazao nikakvu prediktivnu vrednost na zdravlje ili blagostanje na poslu, proveravano i nakon tri godine. Štaviše, dodatne analize su ukazale na sasvim suprotne relacije od očekivanih - npr. viši skorovi na određenim aspektima SzH-a su bili povezani sa većom telesnom težinom, izraženijim pušenjem i višim rizikom od kardiovaskularnih bolesti.

U ovom istraživanju je u cilju prevazilaženja sumnji u dobijene rezultate usled nepreciznog načina procene, SzH procenjivan na dva pomenuta načina. Kao što je bilo reči u *Uvodu*, konstruisana je skala sociometrijskog karaktera namenjena za procenu SzH-a od strane drugih koja je obuhvatala i samoprocenu (jednostavno ocenjivanje stepena sopstvenog SzH-a). Korelacija ova dva načina procene iznosi .38 što je uobičajen nalaz u istraživanjima humora (Ruch, 2014; personalna komunikacija). Analiza strukture povezanosti SzH-a i indikatora subjektivnog blagostanja je ukazala da se načini procene SzH-a jedino razlikuju po pitanju povezanosti sa SB-om u slučaju negativnog afekta i to u pravcu snažnije povezanosti procene od strane drugih i negativnog afekta ($z = 3.12, p < .01$). Takođe, SzH u smislu oba načina procene je u značajnoj korelaciji sa svim stilovima humora, osim samoprocene SzH-a i samoporažavajućeg stila. U slučaju povezanosti stilova i indikatora SB-a, opet je značajna povezanost prisutna u svim kombinacijama, osim povezanosti agresivnog stila i sva tri indikatora, kao i samoporažavajućeg stila i pozitivnog afekta. Na osnovu dobijenih rezultata, najverovatnije možemo pretpostaviti da je SzH skala korišćena u ovom istraživanju *zahvatila* u značajnom

stepenu većinu indikatora (višedimenzionalnog) humora i relevantni su za istraživanje pomažuće uloge SzH-a.

Upoređujući nalaze iz ovog istraživanja sa nalazima pređašnjih, dobijeni rezultati su u saglasnosti sa podacima koji sugerišu da je SzH povezan sa pozitivnim afektom (Celso, Ebener, & Burkhead, 2003), kao i sa nižim nivoima negativnog afekta i depresivnosti (Anderson & Arnoult, 1989; Overholser, 1992). Dosadašnja istraživanja sugerišu da aktivnosti koje generalno prate SzH, poput npr. smeha, mogu služiti blagostanju tako što indukuju osećanje sreće (Fraley & Aron, 2004; Martin, 2007). U širem kontekstu, SzH može pomagati blagostanju na dva nivoa - temperamentalnom kao predispozicija ka određenim emocijama koje utiču na SB i instrumentalnom, kao predisponirana tendencija osobe da traga za aktivnostima koje utiču na SB (Ford, Lappi & Holden, 2016).

Sa temperamentalnog stanovišta, povezanost SzH-a i SB-a se može shvatiti kao relacija podržana razdraganošću, osobinom koja je prisutna u okviru oba konstrukta, koja u ovom istraživanju nije kontrolisana i koja se često u istraživanjima izjednačava sa SzH-om. Prema mišljenju Ruha i Hofmanove (Ruch & Hofmann, 2012) razdraganost je temperamentalna dispozicija koja olakšava ekspresiju humora i jedna je od suštinskih obeležja osoba sa izraženim SzH-om. Ljudi koji poseduju izraženu razdraganost češće doživljavaju život kao lep i vredan življenja u odnosu na osobe koje poseduju razdraganost u manjem stepenu (Diener & Larsen, 1993; Schimmack, Oishi, Furr, & Funder, 2004). Razdraganost je nadalje povezana sa ličnim resursima koji na duže staze promovišu emocionalno blagostanje (Papousek & Schülter, 2010). Drugim rečima, pored efekta koji razdraganost ima na trenutno blagostanje pojedinca, ona poseduje kvalitet koji može pomagati osobi u stresnim situacijama i služiti kao važan element psihološke otpornosti (Fredrickson & Joiner, 2002; Steptoe, O'Donnell, Marmot, & Wardle, 2008). Sposobnost iskorišćavanja ličnih resursa u nepovoljnim uslovima u svrhe prevladavanja se, prema istraživanjima, čini značajnijom za blagostanje nego stepen negativnih emocija poput anksioznosti i pesimizma (Cohn, Fredrickson, Brown, Mikels, & Conway, 2009; Steptoe, O'Donnell, Marmot, & Wardle, 2008; Zautra, Johnson, & Davis, 2005). Navedeni podaci predstavljaju svojevrsnu potporu incijalnim očekivanjima da humorističan pogled na svet pomaže pri uticaju, manjih ili većih, stresogenih događaja. Kao što je istaknuto u *Uvodu*, ova ideja nije nova, prisutna je i u Starom Zavetu, ali je tek unazad dvadesetak godina prisutna

potreba naučne javnosti da istraži opšteprihvaćena laička tumačenja o neosporivoj vrednosti razdragane i duhovite perspektive.

Pored toga što razdragana perspektiva u suočavanju sa stresom doprinosi nižem stepenu uznemirenosti u nepovoljnim uslovima, vedra perspektiva i pozitivni afekat dodatno omogućavaju i efikasniji oporavak u slučaju negativnih događaja (Fredrickson & Levenson, 1998; Newman & Stone, 1996; Ong, Bergeman, Bisconti, & Wallace, 2006; Papousek et al., 2010; Ruch & Köhler, 1999; Tugade & Fredrickson, 2004; Zautra, Smith, Affleck, & Tennen, 2001). Ova generalno pozitivna perspektiva u odnosu na život je podržana istraživanjima Ruha i saradnika čiji nalazi ukazuju da je humor u vezi sa razdraganošću - i kao crtom i kao stanjem (npr. Ruch & Carrell, 1998; Ruch & Köhler, 1999; Ruch, Köhler, & van Thriel, 1996).

Bihevioralna tendencija osoba sa izraženim SzH-om da se bave aktivnostima koje promovišu sreću može doprinositi celokupnom blagostanju. Iako pitanje mehanizama putem kojih se eventualno ostvaruje efekat SzH-a na indikatore SB-a nije centralno pitanje ovog istraživanja, nekoliko ideja nam se čini interesantnim za diskusiju. Ukoliko SzH shvatimo kao podsticaj za aktivnosti koje mogu voditi ka prijatnim emocijama, imajući u vidu šaljivu prirodu samog fenomena, u instrumentalnom smislu, povezanost SzH-a i blagostanja se može posmatrati kroz efekat pozitivnih aktivnosti. Pozitivne aktivnosti su shvaćene kao jednostavne, voljne i redovne aktivnosti koje predstavljaju podsticaj za razmišljanja i ponašanja koja mogu dovesti do prijatnih emocija (Lyubomirsky & Layous, 2013). Sa jedne strane, to na interpersonalnom nivou čini kroz facilitaciju međuljudskih odnosa, kreiranje pozitivne atmosfere, čineći ljude opuštenim u razgovoru i u kontekstu neprijatnih tema. Sa druge strane, na intrapersonalnom nivou, kao strategija suočavanja, SzH omogućava pojedincu vedrije sagledavanje stresnih situacija, a istraživanja su pokazala da čak i indukovani smeh može imati pozitivno dejstvo na SB pojedinca (Dixon, 1980).

U nizu studija, istraživači su ispitivali kako ponašanje, za koje se smatra da dovodi do osećanja sreće, svojom frekvencijom povećava nivo sreće kod pojedinca (Lyubomirsky & Layous, 2013). Iako povećavanje humorističnog ponašanja nije intervencija koja je proveravana u ovim istraživanjima, prethodne studije su ukazale na vezu humora i sreće (Ruch et al., 2010), kao i izraženog SzH-a i razdraganosti (Ruch & Carrell, 1998), tako da humoristična ponašanja mogu biti još jedan način za promociju i podršku sreće, odnosno subjektivnog blagostanja (Cann & Collette, 2014). Uistinu, nalazi potvrđuju da se veštine humora mogu uvežbavati i da njihov

porast vodi do porasta u opažanja samoefikasnosti i optimizma (Crawford & Caltabiano, 2011) kao i razdraganosti, i na nivou crte i na nivou stanja (Falkenberg, Buchkremer, Bartels, & Wild, 2011).

Vežu između SzH-a i SB-a moguće je protumačiti i iz ugla Reformulisane teorije osetljivosti na potkrepljenje (Gray i McNaughton, 2003) koja podrazumeva tri bazična sistema - Sistem bihevioralne inhibicije (BIS), Sistem bihevioralne aktivacije (BAS) i Borba/Bežanje/Blokiranje sistem (BBBS). Moguće je da humor utiče na sistem bihevioralne aktivacije koji je zadužen za kontrolu aktivnog pristupa i ponašanje koje je reakcija na signale nagrade, a pritom uključuje i olakšanje usled izbegavanja kazne. Kako se humor često doživljava kao vid socijalne igre koji dovodi do osećaja zadovoljstva i osnaživanja socijalnih relacija, jasno da poseduje kvalitete stimulativne nagrade. „Kada koristimo humor, mi se igramo jezikom (idejama) na sličan način kao što se deca igraju fizičkim objektima, istražujući nove i neuobičajene načine njihove upotrebe, uz oduševljenje novim otkrićima“ (Martin, 2007, p. 109). U tom kontekstu, humor ima nagrađujuće dejstvo u kognitivnom smislu, slično nagradama koje proističu iz drugih formi igre. U terminima neuralnih osnova, izloženost humorističnim stimulusima aktivira delove limbičkog sistema zadužene za nagradu (Mobbs et al., 2003) i na taj način nam humor omogućava da se osećamo razdragano i da nam bude zabavno (Martin, 2007). Na osnovu opisanog, čini se da je iskustvo koje pruža humor nagrađujuće kako u kognitivnom tako i emocionalnom smislu, jer percepcija humora dovodi do pozitivnih emocija.

Moderatorska uloga stilova humora na vezu između smisla za humor i subjektivnog blagostanja

Od ukupno 24 interakcije stilova humora i SzH-a samo jedna je značajna i to u slučaju kada je SzH procenjivan od strane drugih. U slučaju samoprocene SzH-a, nijedan interaktivni efekat stila humora i SzH-a nije značajan. Iako je dobijeni rezultat potencijalno na nivou statističke greške, početne pretpostavke ovog istraživanja su delimično potvrđene u slučaju negativnih stilova humora, konkretno samoporažavajućeg - ovaj stil umanjuje jačinu povezanosti između SzH-a i pozitivnog afekta. U slučaju pozitivnih stilova, pretpostavke nisu potvrđene, jer nisu prisutni moderacioni efekti afilijativnog i samopomažućeg stila na povezanost između SzH i SB.

Samoporažavajući stil predstavlja značajan moderator relacije SzH-a i samo jednog indikatora SB-a, pozitivnog afekta. Osobe koje drugi procenjuju da imaju više smisla za humor uz viši samoporažavajući stil imaju viši stepen pozitivnog afekta u odnosu na pojedince sa visokim samoporažavajućim stilom, ali uz nizak stepen SzH-a. Najniži stepen pozitivnog afekta je prisutan kod pojedinaca koje drugi procenjuju da imaju nizak SzH, a uz to izveštavaju o frekventnoj upotrebi samoporažavajućeg stila. Dobijeni rezultat je u skladu sa dosadašnjim navodima da samoporažavajući stil umanjuje blagostanje pojedinca (Edwards, 2013; Martin et al., 2003). Takođe, do sada je registrovano da je ovaj stil pozitivno povezan sa negativnim afektom, neuroticizmom, depresijom, anksioznošću, agresijom, psihijatrijskim simptomima i da negativno korelira sa zadovoljstvom životom, samopoštovanjem i socijalnom podrškom (Bilge & Saltuk, 2007; Kazarian & Martin, 2006; Ruch & Heintz, 2013). Povezanost samoporažavajućeg stila sa depresivnošću, neuroticizmom, negativnim afektom i zadovoljstvom životom (u negativnom smeru) je replicirana i u ovom istraživanju. Osoba koja je sklona ovom stilu ohrabruje druge da je ismejavaju, a sadržaj stila je fokusiran na nedostatke pojedinca (Cann, Zapata, & Davis, 2009). U osnovi, ovakav humor može biti podstaknut željom za ostvarivanjem socijalnih veza, ali kontradiktorno, česta upotreba ovog stila može udaljiti osobu od drugih ljudi što nadalje može voditi ka usamljenosti i depresiji. Rezultati ove studije ukazuju da je uticaj samoporažavajućeg stila na snižavanje pozitivnog afekta upadljivo prisutan kod pojedinaca koje drugi procenjuju kao osobe sa niskim nivoom SzH-a. Najverovatnije štetan efekat na ostvarivanje prijatnih emocija ima forma samoporažavajućeg humora koja uključuje ulagivanje drugima, ismejavajući i degradirajući sebe u cilju prihvatanja od strane drugih. Sa druge strane, benigna šala na sopstveni račun podrazumeva sposobnost zdravog suočavanja sa sopstvenim propustima i manama i osobu koja se na taj način šali čini pristupačnijom. Iako ove dve forme mogu naizgled imati iste manifestacije (Martin et al., 2003), pretpostavljamo da maladaptivan uticaj na pozitivan afekat ostvaruje šala u kojoj pojedinac u izrazitoj meri dovodi sebe u degradirajući položaj. Posmatrajući ovu interakciju, dolazimo do zaključka da pojedinci koji poseduju visok SzH i kada se šale na sopstveni račun, rade to na način koji je prevashodno u funkciji koja poseduje adaptivnu vrednost, dok kod osoba sa niskim SzH-om, a izraženim samoporažavajućim stilom ovaj vid ponašanja ima veze sa narušenim samopoštovanjem (Stieger, Formann, & Burger, 2010). Takođe, kod pojedinaca narušenog samopoštovanja i lošijeg raspoloženja, samoporažavajući stil može predstavljati nekonstruktivnu strategiju prevladavanja

socijalnih i emocionalnih poteškoća (Martin et al., 2003). Zadirkivanje na sopstveni račun, ali adaptivne prirode, najverovatnije predstavlja distinktivnu karakteristiku pojedinaca koji uz čestu upotrebu samoporažavajućeg stila, poseduju i visok SzH.

Moguće je da postoji još jedna karakteristika koja određuje štetnost samoporažavajućeg stila. Naime, postoje nalazi da samoporažavajući stil često ostvaruje pozitivnu korelaciju sa agresivnim stilom (npr. Martin et al., 2003) i da je kod osoba kod kojih je prisutan samoporažavajući stil najverovatnije prisutan i agresivan. Ukoliko je to slučaj, onda kombinacija ova dva negativna stila najverovatnije predstavlja oblik humora najštetniji po blagostanje pojedinca. Kod osobe kod koje nisu prisutna oba stila, već samo npr. samoporažavajući, moguće je da je u tom slučaju uticaj ovog stila benigan i da nema negativne posledice po blagostanje. U ovom istraživanju korelacija između samoporažavajućeg i agresivnog stila je značajna ($r = .23, p < .01$).

Jedan od ekstremnih primera iz života kada je u pitanju štetan uticaj samoporažavajućeg stila koji je praćen i elementima agresivnog stila, opisan je u Martinovoj knjizi (Martin, 2007). Naime, američki komičar Kris Farli (Chris Farley) je devedesetih godina stekao slavu zahvaljujući tome što se impulsivno i grubo šalio na sopstveni račun. Šale su bile fokusirane na činjenicu da je bio debeljuškast i isticao je da ima očajničku potrebu da ga drugi ljudi vole. Iako je postigao ogroman uspeh i bio izuzetno popularan i cenjen kao komičar, Kris je imao poteškoća sa samoprezirom koje se ogledalo u prejedanju, sklonosti ka zloupotrebi supstanci i na kraju, preranoj smrti. Iako izuzetno duhovit i zabavan, njegov smisao za humor najverovatnije nije imao funkciju zdrave strategije prevladavanja, što dodatno sugerise da SzH sam po sebi ne predstavlja značajan resurs psihološke otpornosti ukoliko nije adaptivno orijentisan i usklađen sa kontekstom. Prema mišljenju Kirša i Kajpera (Kirsh & Kuiper, 2003) frekventna upotreba samoporažavajućeg stila humora vodi ka odbacivanju od strane drugih, a jedan od najrobusnijih nalaza u oblasti SB-a je da kvalitet socijalnih relacija, preko mehanizma socijalne podrške, spada među najstabilnije prediktora SB-a (Diener & Seligman, 2002).

Što se tiče relacija ostalih stilova humora, agresivni stil se čini najslabije povezan sa blagostanjem (Edwards, 2013). Ovaj stil najčešće korelira sa interpersonalnim varijablama poput zadovoljstva vezom (Cann et al., 2009). I u ovom istraživanju u skladu sa dosadašnjim nalazima, agresivni stil humora ne ostvaruje nijednu značajnu povezanost sa indikatorima blagostanja, a takođe nije utvrđen ni značajan uticaj na SzH-SB vezu. Afilijativni stil je u određenim

istraživanjima slabo povezan sa blagostanjem, a konkretno u ovoj studiji ostvaruje značajnu povezanost sa sva tri indikatora SB-a. Osnovno obeležje afilijativnog stila se ogleda u facilitaciji odnosa sa drugim ljudima i jačanju grupne kohezije (Martin, 2007). Značajnu moderacionu ulogu na SzH-SB povezanost nema. Zajedničko između ova dva stila je usmerenost na druge ljude, a ukazano je da za (subjektivno) blagostanje važniju ulogu imaju stilovi koji su samousmereni - samopomažući i samoporažavajući (Cann & Collette, 2014). O uticaju samopomažućeg stila na SzH-SB povezanost će biti reči u nastavku diskusije.

Moderatorska uloga osobina ličnosti na vezu između smisla za humor i subjektivnog blagostanja

Pri proveri uloge osobina ličnosti na SzH-SB relaciju, postavljeno je nekoliko očekivanja: da će kod pojedinaca sa višim nivoima ekstraverzije SzH biti povezan sa višim zadovoljstvom životom, višim pozitivnim i nižim negativnim afektom; da će kod osoba sa višim stepenom neuroticizma, usled veće sklonosti ka negativnom afektu, veza između SzH i SB biti slabija i da će otvorenost pojačavati efekat povezanosti između SzH-a i SB-a. Moderacioni efekti savesnosti i prijatnosti nisu bili očekivani.

Rezultati dobijeni u ovom istraživanju potvrđuju početne pretpostavke jedino što se tiče moderacione uloge ekstraverzije na vezu između SzH-a i pozitivnog afekta, dok ostale hipoteze u vezi uticaja osobina na SzH-SB vezu nisu potvrđene. U slučaju otvorenosti je dobijen rezultat suprotan očekivanom, tj. registrovan je moderatorski uticaj niske otvorenosti na vezu između SzH-a i zadovoljstva životom. Dodatno, primećen je i značajan uticaj (niske) savesnosti na relaciju između SzH-a i pozitivnog afekta, što ne predstavlja deo inicijalnih očekivanja.

Dobijeni nalazi sugerišu moderacioni uticaj ekstraverzije na relaciju između SzH-a i pozitivnog afekta, kako u slučaju samoprocene SzH-a, tako i pri proceni od strane drugih i ovo je jedina interakcija koja je značajna u slučaju oba načina procene SzH-a. Objašnjenju uticaja osobina ličnosti na SzH-SB vezu možemo prići iz dva pravca. Prvi, direktan ili temperamentalni pristup uticaja osobina na ostale domene ličnosti je zasnovan na neurobiološkim mehanizmima (npr. Tellegen, 1985; Watson & Clark, 1993) i najčešći je u slučaju ekstraverzije i neuroticizma. Drugi pristup proučavanju uticaja osobina ličnosti na SB, instrumentalni, podrazumeva da je ova veza indirektna i da određene osobine podstiču ljude da se izlažu određenim iskustvima koja

vode ka višem SB-u (Soto, 2015). Za objašnjenje uticaja ekstraverzije na relaciju između SzH-a i pozitivnog afekta značajna su nam oba pomenuta pristupa.

U literaturi je opisano da osobe sa izraženom ekstraverzijom ispoljavaju sklonost da se osećaju zadovoljno i da češće doživljavaju prijatne emocije (Costa & McCrae, 1980). Sa temperamentalnog stanovišta, uticaj ekstraverzije na SzH-SB vezu može biti zasnovan na shvatanju ekstraverzije kao prediktora intenziteta i varijabilnosti pozitivnog afekta i izraženije tendencije ekstraverzije, u poređenju sa introvertima, ka pozitivnom raspoloženju (Eysenck & Eysenck, 1985). Jedan od oblika pozitivnog raspoloženja u okviru ekstraverzije je razdraganost za koju je ukazano da predstavlja stanje koje indikuje osmehivanje, smeh i ushićenje (Ruch, 1994). Nadalje, srećni ljudi, sa izraženim SzH-om pokazuju uobičajenu tendenciju ka upotrebi adaptivnih stilova humora u svakodnevnom životu, za koje je utvrđeno da vode višem SB-u (Ford, Lappi, & Holden, 2016).

Uticaj ličnosti, konkretno ekstraverzije, na SzH-SB vezu možemo prokomentarisati i iz ugla Reformulisane teorije osetljivosti na potkrepljenje (Gray i McNaughton, 2003). Na našoj populaciji sprovedeno je istraživanje sa ciljem ispitivanja relacija dimenzija Reformulisane teorije osetljivosti na potkrepljenje sa dimenzijama Ajzenkovog PEN modela (Mitrović, Smederevac i Čolović, 2008) u kom je ukazano da sistem BAS odgovara dimenziji ekstraverzija, BIS neuroticizmu, a BBBS agresivnosti (psihoticizmu). U tom smislu, moderatorsku ulogu ekstraverzije na SzH-SB relaciju možemo tumačiti i iz okvira ove biopsihološke teorije ličnosti kao uticaj BAS sistema na datu vezu. Istraživanje iz 2014. godine (Ford, McCreight, & Richardson, 2014) sugeriše da pojedinci koji se razlikuju u sistemima bihevioralne aktivacije drugačije koriste humor u svakodnevnom životu. Osobe kod kojih dominira BAS sistem aktivacije razvijaju adaptivne, korisne strategije kroz upotrebu humora, doživljavaju humoristične akcije kao nagrađujuće, dok pojedinci sa izraženim BIS sistemom razvijaju i koriste (samo)destruktivne oblike humora. Dodatno, kros-kulturalna istraživanja su pokazala da je jedna od osnovnih karakteristika ekstraverzije osetljivost na nagradu (Lucas, Diener, Grob, Suh, & Shao, 2000). Nagrada u kontekstu humorističnog ponašanja može imati različite oblike poput čiste zabave, zatim doživljaja socijalne kompetencije, olakšanja usled napetosti, ali i doživljaja da se drugi ljudi dobro osećaju i provode zahvaljujući ispričanim šalama i dosetkama. U terminima Martinove podele stilova humora, osobe sa višim BIS sistemom koriste češće samoporažavajući stil u odnosu na osobe sa nižim BIS sistemom. Poznavajući principe uticaja

pozitivnih stilova humora na SB, možemo pretpostaviti da se kod pojedinaca sa izraženim SzH-om, uz aktivaciju BAS sistema, odnosno izraženu ekstraverziju, razvija funkcionalan stil humora koja povećava i održava stabilnim nivo SB-a.

Razmišljajući u okvirima instrumentalnog pristupa, očekivano je da se ekstravertnije osobe, usled razvijenijih socijalnih veština (Argyle & Lu, 1990) i snažnije socijalne podrške (Lu, Shih, Lin, & Ju, 1997) više izlažu socijalnim situacijama u kojima mogu, ukoliko poseduju izražen SzH, i da ga ispolje. Takođe, može se očekivati da osobe sa visokom ekstraverzijom više primećuju nečije reakcije nakon šale, jer su reaktivniji na SzH u odnosu na osobe sa slabije izraženom ekstraverzijom. Nadalje, ekstravertnije osobe su slobodnije u socijalnim relacijama, spontanije reaguju u interpersonalnim interakcijama, pozitivne događaje doživljavaju intenzivnije nego pojedinci sa nižom ekstraverzijom (Larsen & Ketelaar, 1989) što je veoma važno u kontekstu humora - socijalna priroda, neusiljenost reakcija i receptivnost na dobro raspoloženje jesu distinktivne odlike ovog fenomena. U tom smislu, osobe sa visokom ekstraverzijom se bez mnogo ustezanja upuštaju u (nonšalantnu) konverzaciju i lakše koriste dosetke, jer su manje opterećeni brigom kako će drugi ljudi reagovati na njihovu šalu. Kako su ponašanja vezana za humor inkorporirana u kontekst pozitivnih aktivnosti, a istraživanja su pokazala da visoko ekstravertne osobe imaju posebno koristi od usmerenih pozitivnih aktivnosti u kontekstu sreće (Senf & Liao, 2012) možemo pretpostaviti da ekstraverti svoj smisao za humor mogu koristiti na način koji pomaže očuvanju i povećavanju subjektivnog blagostanja.

U ovom istraživanju, nasuprot početnim očekivanjima, moderatorski uticaj neuroticizma na SzH-SB vezu nije registrovan, odnosno nije potvrđena hipoteza da izražen neuroticizam umanjuje datu povezanost. Postavlja se pitanje kako je SzH - SB veza ista kod osoba sa visokim i niskim neuroticizmom kada osobe sa visokim nivoima neuroticizma izveštavaju o izraženijem diskomforu kada je u pitanju ekspresija humora i generalno postižu slabije rezultate na testovima produkcije humora (Beins & O'Toole, 2010) i kada je neuroticizam dosledan (negativan) prediktor subjektivnog blagostanja nezavisno od kulture i podneblja (Schimmack, Radhakrishnan, Oishi, Dzokoto, & Ahadi, 2002). Početna pretpostavka je zasnovana na mišljenju da pojedinci sa visokim neuroticizmom najverovatnije imaju nedovoljno razvijenu sposobnost suočavanja sa stresom što ih vodi većoj emocionalnoj reaktivnosti (Gunthert, Cohen, & Armeli, 1999). Dodatno, u istraživanjima (npr. Martin, 2003) je utvrđena veza neuroticizma i maladaptivnih formi humora, što nas je podstaklo na očekivanje da će neuroticizam

moderatorskim putem voditi ka nižem SB-u, ali dobijeni rezultati to ne sugerišu. U ovom istraživanju je pokazano da neuroticizam ostvaruje glavni efekat na SB, posebno na negativan afekat i verovatno je reč o aditivnom, a ne interaktivnom efektu SzH-a i neuroticizma na blagostanje. Sa druge strane, možemo razmišljati i u terminima Transakcionog modela stresa (Lazarus & Folkman, 1984). Prema modelu, neuroticizam je u vezi primarnom i sekundarnom procenom stresora, kao i sa procenom raspoloživih strategija za suočavanje. Boldžer i Zakerman (Bolger & Zuckerman, 1995) su emocionalnu reaktivnost objasnili razlikama kako u odabiru strategije prevladavanja, tako i u efikasnosti odabrane strategije. Odabir se tiče mehanizama koje pojedinac koristi da bi odgovorio na stres, a efikasnost na stepen uspešnosti strategije u smanjivanju nivoa stresa. Postoji mogućnost da osobe sa izraženim neuroticizmom generalno biraju manje adaptivne strategije prevladavanja, pa samim tim *zaobilaze* humor ili potencijalno biraju strategije koje koriste i osobe sa niskim neuroticizmom (npr. humor), ali su u njihovom slučaju, te strategije manje efikasne u ublažavanju distresa. U tom smislu, prisustvo neuroticizma ne bi naročito imalo efekta na SzH-SB vezu, makar ne u smeru kako je očekivano (da umanjuje povezanost). Moguće da bez obzira na stepen SzH koji poseduje osoba sa izraženim neuroticizmom, velika je šansa da ta ista osoba svoj SzH ne prepoznaje ili makar ne koristi kao (neuspešnu) strategiju prevladavanja i obrnuto, da smer i snaga veze između neuroticizma i blagostanja ostaju isti na svim nivoima SzH-a, ali to ne znači da je nivo blagostanja u oba slučaja isti. Prema rezultatima HRA, moglo bi se zaključiti da kada se ispituje prediktivna uloga SzH-a u SB-u u kontekstu osobina ličnosti, relacija SzH-SB se gubi, jer su osobine ličnosti snažniji prediktori. U konkretnom slučaju, neuroticizam predstavlja varijablu koja determiniše nivo SB-a bez obzira na nivo SzH-a. Dodatno, kada su u pitanju relacije SzH-a i neuroticizma u okviru petofaktorskih modela, nalazi pokazuju određenu nekonzistentnost (Köhler & Ruch, 1996).

Sa druge strane, sve je veći broj nalaza koji sugerišu da se ličnost menja tokom života (Caspi, Roberts, & Shiner, 2005; Roberts & DelVecchio, 2000). U literaturi su prisutni rezultati koji govore da se neuroticizam menja u periodu tranzicije između adolescencije i ranog odraslog doba. Dodatno, na uzorku adolescenata (Miller, Vachon, & Lynam, 2009) utvrđeno je da upitnička procena neuroticizma u značajnoj meri podložna raznim atribucijama, kao iskrivljenju samoprocene usled, kao jednog od faktora, retrospektivnog načina procene (Ben-Zeev, Young, & Madsen, 2009).

Također, u istraživanjima adolescentske populacije prisutne su i upadljive polne razlike na dimenziji neuroticizam. Tokom ovog životnog perioda, devojke češće izveštavaju o negativnom afektu (što je slučaj i u ovom istraživanju) u odnosu na mladiće (Sharma, 2013). Sve navedeno, iako ne pojedinačno, sinergetskim efektom može doprinositi rezultatu koji nije u skladu sa početnom hipotezom, zasnovanom na dosadašnjim implikacijama prisutnim u literaturi, o moderatorskom uticaju neuroticizma na SzH-SB povezanost.

Neočekivane rezultate u ovom istraživanju: odsustvo moderatorskog uticaja neuroticizma na SzH-SB vezu, moderatorski uticaj niske savesnosti na SzH-pozitivan afekat vezu i moderatorski uticaj niske otvorenosti na SzH-zadovoljstvo životom relaciju, možemo donekle razumeti kroz specifičnost razvojne dinamike ličnosti koja je izrazito prisutna u periodu adolescencije, jer su srednjoškolci predstavljali populaciju na kojoj smo i sproveli istraživanje. Određene relacije prisutne u zrelijem dobu još uvek nisu razvijene u adolescenciji; konkretno veza savesnosti i otvorenosti, dve dimenzije koje se značajno razlikuju u odraslom dobu ili recimo snažna povezanost prijatnosti i savesnosti prisutna u adolescenciji koja značajno opada sa godinama (Soto & John, 2014; Tackett et al., 2012).

Do sada je pokazano da se model Velikih pet odnosi na populaciju adolescenata na isti način kao i kod odraslih (Digman & Inouye, 1986; John, Caspi, Robins, Moffitt, & Stouthamer-Loeber, 1994) i da je samoprocena pouzdan i validan metod procene osobina kod adolescenata (De Fruyt, Mervielde, Hoekstra, & Rolland, 2000; Soto, John, Gosling, & Potter, 2008). Međutim, sve više studija ukazuje da se relativno trajni obrasci misli, osećanja i ponašanja, nasuprot ranijim shvatanjima, tokom života menjaju (Haan, Millsap, & Hartka, 1986; Helson & Wink, 1992; Roberts, Caspi, & Moffitt, 2001; Robins, Fraley, Roberts, & Trzesniewski, 2001). Konkretno, meta-analiza longitudinalnih studija o obrascima promena osobina tokom života Roberta i saradnika (Roberts, Walton, & Viechtbauer, 2006) i nekoliko empirijskih studija (npr. Branje, van Lieshout, & Gerris, 2007; De Fruyt et al., 2006; McCrae et al., 2002) sugerišu da se nivo otvorenosti povećava nakon adolescencije, kao i da se povećava nivo emocionalne stabilnosti, odnosno smanjuje nivo neuroticizma. Što se tiče ostalih dimenzija petofaktorskih modela (ekstraverzija, prijatnost i savesnost) prisutni su nekonzistentni rezultati po pitanju promene dimenzije na nivou pojedinca. No, u svetlu navedenih istraživanja, postoji više naznaka da se nivo osobine obično povećava kroz proces sazrevanja. U tom smislu, kada se osobina ličnosti menja, to je najčešće u pravcu sazrevanja. Moguće je da je su u ovom istraživanju,

dobijeni rezultati po pitanju otvorenosti i savesnosti artefakt uzrasta uzorka koji je korišćen. Zbog svega navedenog, ostaje otvoreno pitanje u kojoj meri se hipoteze o efektima osobina ličnosti kod odraslih osoba mogu primeniti na adolescente.

Za tumačenje uticaja otvorenosti i savesnosti, kao značajnih moderatora (ali u neočekivanom smeru), čine se korisnim instrumentalni modeli objašnjenja uticaja osobina na određene procese. Doduše, instrumentalni modeli nisu izučavani u istoj meri kao temperamentalni, te je teže doneti pouzdane zaključke o uticaju osobina poput otvorenosti ili savesnosti na SzH-SB vezu. Uvažavajući činjenicu da je otvorenost u vezi sa kognitivnim aspektima humora koji se prvenstveno odnose na kreativnost i dovitljivost (Martin, 1998) i da su prisutni nalazi da su osobe sa izraženom otvorenošću verbalno fluentne, sklone šali i izražajne u interpersonalnim interakcijama (Sneed, McCrae, & Funder, 1998) očekivali smo da otvorenost može pojačavati vezu između SzH-a i indikatora blagostanja. Razmišljali smo u pravcu da će kod pojedinaca sa visokim postignućem na dimenziji otvorenost ka iskustvu, usled tendencije da primećuju inkongruentnost i izražen kognitivni intelekt (Goldberg, 1992), ova osobina pojačavati efekat SzH-SB povezanosti (više zadovoljstvo životom, viši pozitivan i niži negativan afekat). Takođe, na osnovu rezultata Makreja i Koste (McCrae & Costa, 1987) koji su kroz upotrebu testa nedovršenih rečenica uz instrukciju da se stavke dopune na duhovit način, ukazali na relacije visokog skora na ovom faktoru i sklonosti pojedinca ka razigranom, ponekad i čudnom smislu za humor, pretpostavljali smo da otvorenost, instrumentalnim putem, pojačava vezu između SzH-a i pozitivnog afekta. Na početku istraživanja, postavljeno je očekivanje da otvorenost omogućava pojedincu razmišljanja koja prevazilaze konvencionalne okvire i time podstiče ponašanja koja mogu korespondirati vickastoj prirodi SzH-a, koja nadalje mogu voditi izraženijem osećanju prijatnih emocija. Uz to, humor je dovođen u vezu sa divergentnim mišljenjem (Ziv, 1983), a divergentno mišljenje predstavlja jednu od faceta otvorenosti (McCrae, 1987). Dodatna potkrepljenja za ovu pretpostavku pronašli smo i u istraživanjima humora, prvenstveno aspekta doživljavanje humora važnim (engl. *humor appreciation*), koji je primećen u relaciji sa merama iz domena ličnosti, prvenstveno sklonosti ka esteticima. Kako otvorenost kao dimenzija podrazumeva otvorenost za nove ideje, fantazije, estetiku i osećanja, uz potrebu za novotarijama, raznovrsnošću i kompleksnošću (McCrae, 1996) bilo je očekivano da može pojačavati uticaj SzH-a na blagostanje. Uz to, pokazano je da su pozitivni stilovi humora u pozitivnoj korelaciji sa otvorenošću što može ukazivati da je upotreba humora na taj način

povezana sa izraženijom fleksibilnošću i imaginacijom, koji mogu doprinositi efikasnijem prevladavanju i rešavanju problema (Vernon, Martin, Schermer, & Mackie, 2007). Međutim, ova pretpostavka nije potvrđena. Naprotiv, uočljivo je da je viši nivo zadovoljstva životom povezan sa višim nivoima SzH-a kod pojedinaca niske otvorenosti. Najviši nivo zadovoljstva životom poseduju pojedinci visoko izraženog SzH-a i niske otvorenosti. Kod pojedinaca sa višim stepenom otvorenosti prisutan je isti stepen zadovoljstva životom bez obzira na izraženost SzH-a. Dobijene rezultate je donekle moguće objasniti u skladu sa nalazima Makreja i Sutinove (McCrae & Sutin, 2009). Naime, oni sugerišu da su facete u okviru otvorenosti najslabije međusobno povezane i da se relacije ove dimenzije sa drugim konstruktima najređe repliciraju u studijama. U prilog dobijenog, ali neočekivanog rezultata, mogu stajati i rezultati dosadašnjih istraživanja koja pokazuju da otvorenost može biti pozitivno povezana kako sa pozitivnim, tako i negativnim afektom, sugerišući da pojedinci sa visokim postignućem na ovoj dimenziji doživljavaju i pozitivne i negativne događaje intenzivno i time pojačavaju i pozitivne i negativne emocionalne reakcije (Kling, Ryff, Love, & Essex, 2003; McCrae & Costa, 1991).

Sa druge strane, kao što smo napomenuli, otvorenost pokazuje specifičan trend sazrevanja tokom života, u porastu nakon adolescencije, pa do sredine dvadesetih, a zatim postepeno opada (npr. McCrae et al., 2005). Potencijalno, moguće je da izostanak moderatorskog uticaja na SzH-SB vezu posledica nedovoljno izdiferencirane osobine u uzrastu adolescenata koji je učestvovao u ovom istraživanju. Sve u svemu, čini se osnovanim pretpostaviti da će efekat moderacije izostati ili biti nestabilan u slučaju dimenzija gde ni procena same dimenzije nije robusna.

Savesnost se u ovom istraživanju pokazala kao značajan moderator SzH-SB veze, konkretno pojačavanje SzH-SB povezanosti u slučaju niske savesnosti. Pretpostavka o uticaju savesnosti na SzH-SB vezu nije bila definisana na početku istraživanja. Pri tom, zbog prirode same dimenzije, važno je naglasiti da je u ovaj rezultata dobijen samo u slučaju kada je SzH procenjivan od strane drugih. Rezultati pokazuju da je nizak stepen SzH povezan sa nižim pozitivnim afektom kod osoba sa slabo izraženom savesnošću, dok kod osoba sa izraženijim SzH-om nivo pozitivnog afekta visok bez obzira na uticaj savesnosti. Pojedinci sa izraženijom savesnošću generalno izveštavaju o višim nivoima pozitivnog afekta, a u slučajevima niske savesnosti, viši stepen SzH-a doprinosi porastu pozitivnog afekta. Prisutna su istraživanja (npr. Dewitte & Verguts, 2001) koja sugerišu da *uspešni šaljivdžija* najverovatnije ima razvijena dva

sistema ponašanja - često se šali i pritom obraća pažnju na efekte do kojih dovode te šale. Samonadgledanje se čini kao važan faktor koji doprinosi uspešnosti u šaljenju, jer osetljivost na reakcije učesnika interakcije pružaju informacije na osnovu koji se mogu razvijati veštine humora. Odobravanje odnosno potkrepljenje od strane slušalaca šale dodatno doprinosu učvršćivanju određenog humorističnog ponašanja. Značaj brige o sopstvenom ponašanju u okruženju drugih ljudi bi donekle mogao objasniti moderacioni uticaj savesnosti na SzH-SB vezu; savesnost kao i otvorenost ka iskustvu obuhvataju karakteristike vezane za obraćanje pažnje na kontekst. No, dobijeni rezultati sugerišu sasvim drugačiju situaciju u razredima gde je sprovedeno istraživanje.

Uticaj savesnosti, najverovatnije krije objašnjenje pre svega u karakteristikama samog uzorka. Pozitivni vršnjački odnosi i prihvatanje od strane grupe, u ranoj adolescenciji, su od velikog značaja za blagostanje pojedinca, jer u tom periodu, mladi provode sve manje vremena sa svojom porodicom, a sve više sa vršnjacima i investiraju mnogo energije u prihvatanje od strane grupe (Furman & Buhrmester, 1992). Iako postoje nalazi (npr. Jensen-Campbell & Malcolm, 2007) koji sugerišu da savesnost nije isključivo važna za akademsko postignuće već i za održavanje odgovarajućeg socijalnog ponašanja koje adolescentu omogućava ostvarivanje kvalitetnijih odnosa sa vršnjacima, kros-sekciono studije pokazuju da (sociometrijski ispitivano) popularni adolescenti imaju razvijene socijalne veštine, širok krug drugara, ali i određene probleme u ponašanju (Franzoi, Davis, & Vasquez-Suson, 1994; Pakaslahti, Karjalainen, & Keltikangas-Jarvinen, 2002; Parkhurst & Hopmeyer, 1998; Wentzel & McNamara, 1999). Potencijalno paradoksalna priroda popularnosti u adolescenciji, u smislu znaka adekvatne adaptacije, ali i faktora rizika za određena devijantna ponašanja, može biti razlog zašto je u ovom istraživanju niska savesnost pojačava povezanost između smisla za humor i pozitivnog afekta. Naime, kako je u ljudskom ponašanju prisutna tendencija (tzv. halo efekat) da ljudima koji su nam simpatični pripisujemo dodatne pozitivne karakteristike, a i poznato je da je SzH jedna od najpoželjnjih osobina ličnosti (Buss & Barnes, 1986; Feingold, 1981; Goodwin, 1990; Hendel, 1978), i pritom je neočekivan rezultat u ovom istraživanju prisutan kada je SzH procenjivan od strane drugih, moguće da učenici *razrednim klovnima* (engl. *class clowns*) koji su u tom uzrastu popularni iz razloga što se ponašaju slobodno i buntovnički, pripisuju i visok SzH, jer ih njihovo ponašanje zabavlja. U narednom koraku, prihvatanje od strane važnih osoba, odnosno socijalna podrška, u ovom slučaju vršnjaka, predstavlja jedan od ključnih prediktora blagostanja

adolescenata (Casas, Figuer, González, Malo, Alsinet, & Subarroca, 2007; Sarriera, Abs, Casas, & Bedin, 2012). Ovde se potencijalno ne radi o SzH-u izvornom smislu, već određenim ponašanjima koja se mogu ogledati u npr. suprostavljanju autoritetu (nastavniku) na času što bi bila jedna od bihejvoralnih manifestacija niske savesnosti (Hogan & Ones, 1997). Pretpostavka o *razrednim klovnovima* je delom potvrđena kroz intervju sa razrednim starešinama, o čemu će biti reči u odeljku sa preporukama za dalja istraživanja.

Moderatorska (protektivna) uloga smisla za humor na vezu između broja negativnih životnih događaja i subjektivnog blagostanja

Jedna od pretpostavki ovog istraživanja je da SzH predstavlja osobinu koja može ublažavati štetan uticaj negativnih životnih događaja na blagostanje pojedinca, kao i da poseduje facilitatornu ulogu u ostvarivanju i očuvanju SB-a. U slučaju negativnog afekta, depresivnosti i zadovoljstva životom ova veza nije registrovana, dok su dobijeni rezultati su potvrdili ovo očekivanje u kontekstu pozitivnog afekta kao jednog od indikatora SB-a. Broj negativnih životnih događaja ne utiče na stepen pozitivnog afekta kada je prisutan visoko izražen SzH. Kod pojedinaca sa niskim SzH-om veći broj negativnih životnih događaja je praćen nižim nivoima pozitivnog afekta. Takođe, kada se moderacioni uticaj SzH-a na relaciju broja negativnih životnih događaja i blagostanja razmatra u terminima stilova humora, postavljeno je očekivanje da će samopomažući stil ublažavati vezu stresora i blagostanja. Ova hipoteza je potvrđena.

Uopšteno gledajući, dobijen nalaz o pozitivnoj ulozi SzH-a u blagostanju je u skladu sa dosadašnjim nalazima koji sugerišu da SzH ima pomažuću ulogu pri suočavanju sa stresnim događajima i prevladavanju (npr. Abel, 1998; Lefcourt & Martin, 1983; Nezu, Nezu, & Blissett, 1988; Samson & Gross, 2014). Na osnovu dobijenih rezultata, možemo reći da visok smisao za humor predstavlja protektivni faktor, a nizak SzH faktor vulnerabilnosti pri efektu koji negativni životni događaji mogu imati na stepen pozitivnog afekta.

Izražen SzH može pomagati osobi kroz pozitivnu reinterpretaciju stresnih događaja smanjujući negativne emocije koje su povezane sa dejstvom stresora (npr. Abel, 2002; Abel & Maxwell, 2002; Kuiper & Olinger, 1998). U dosadašnjoj literaturi istaknuto je da individue sa izraženim SzH-om mogu ispoljavati tendenciju da događaje interpretiraju sa pozitivnog aspekta, procenjujući potencijalno stresne situacije u neugrožavajućem maniru i posvećujući manje

pažnje negativnim aspektima pretnje (Dixon, 1980; Martin, 1998; Nezu et al., 1988). Generalno, čini se da sa kognitivnog aspekta, duhoviti pojedinci u startu stresne događaje tumače na pozitivniji način i taj trend interpretacije održavaju tokom vremena nadajući se što povoljnijem razrešenju situacije. No, i ukoliko ishod situacije nije pozitivan, osobe sa izraženim SzH-om su sposobne za nove kognitivne reinterpretacije koje imaju protektivnu funkciju. Čini se da u poređenju sa osobama koje imaju manje izražen SzH, duhovite osobe koriste kognitivno distanciranje kao efikasnu strategiju prevladavanja (Kuiper, Martin, & Olinger, 1992). Dodatno, SzH može pomagati prevladavanju kroz tendenciju osobe sa visokim SzH-om da neuspehe atribuiraju spoljašnjim razlozima i time umanjuje pretnju za narušavanje pozitivne slike o sebi (Geisler & Weber, 2010).

Humoristična perspektiva najverovatnije proširuje opseg potencijalnih rešenja pri suočavanju sa problemom. Kroz istraživanja potvrđena je veza između humora i kreativnog rešavanja problema (npr. Gick & Lockhart, 1995; Kozbelt & Nishioka, 2010). Dodatno, humor je često shvaćen i kao komponenta divergentnog mišljenja (npr. Koestler, 1964; Mednick, 1962; Torrance, 1966). Na osnovu navedenog, čini se da duhoviti pojedinci imaju sposobnost da okolnosti tumače u nekonvencionalnom svetlu. Osobe sa izraženim SzH-om tolerišu prisustvo inkongruentnih ideja istovremeno i vešti su u brzom restrukturiranju sadržaja što je od velikog značaja za rešavanje problemskih situacija. Ove sposobnosti udruženo predstavljaju značajan kapacitet duhovitih pojedinaca u vidu kognitivne fleksibilnosti da stresne situacije dožive u manje pretećem maniru i brže, usled manje uznemirenosti, i originalnije, zahvaljujući razmišljanju izvan okvira, pronađu adekvatno rešenje za nastalu situaciju.

Posmatrano iz afektivne perspektive, SzH je povezivan sa nekoliko širih konstrukata koji obuhvataju emocionalne komponente. Pre svega, SzH kao jedna od strategija emocionalne regulacije zauzima mesto u Grosovom modelu (Gross, 2008). SzH je ovde shvaćen kao deo kognitivnih činilaca koji prethode odgovoru nakon situacije koja je izazvala promenu (Gross, 2008). Model podrazumeva različite funkcije SzH-a u okviru emocionalne regulacije - humor kao distraktor u prisustvu negativnih događaja, zatim funkciju koju humor ostvaruje putem sa njim povezanih pozitivnih emocija koje su direktno usmerene na umanjivanje negativnih emocija i putem pozitivne reinterpretacije potencijalno stresnih događaja koja menja značaj događaja i time menja emocionalni odgovor pojedinca.

Uspeh koji prevladavanje humorom postiže se može posmatrati i iz ugla da humor obezbeđuje upadljiviju promenu perspektive nego druge strategije (Samson & Gross, 2014), a da dramatičnija promena perspektive negativnih događaja pomaže stvaranju jače emocionalne distance i rezultira efikasnijom emocionalnom regulacijom (Keltner & Bonnano, 1997). Nadalje, apsurdni elementi humora, pogotovo humora inkongruentnog tipa, mogu dodatno pojačavati pozitivne emocije kroz razmišljanje izvan standardnih okvira (Suls, 1972). Prema nekim autorima (npr. Samson, Glassco, Lee, & Gross, 2014) za ostvarivanje prevladavanja humorom potencijalno je potrebno više kognitivnog napora u odnosu na uobičajeno prevladavanje, a u vezi sa tim moguće je da je izraženiji napor u vezi sa snažnijim distanciranjem od negativnih sadržaja. Prema mišljenju drugih autora (npr. Fredrickson & Levenson, 1998) pozitivne emocije pobuđene šalom mogu jednostavno poništavati negativne.

Jedno od pitanja koje se samo nameće je da li SzH funkcioniše po principu smanjenja negativnih emocija (*down* regulacija) ili podstiče pozitivne emocije (putem *up* regulišućih procesa)? Odgovor je najverovatnije na oba načina. Možemo pretpostaviti da npr. razdraganost koja je povezana sa humorom u stresnim okolnostima može proizvesti pozitivne emocije koje nadalje imaju svoje pozitivne efekte, a u nekim slučajevima mogu umanjiti intenzitet negativnih emocija ukoliko su one već prisutne (Crawford & Caltabiano, 2011). U pristupu koji SzH posmatra kao facetu rezilijentnosti, prisutne su sugestije da SzH ne pomaže samo pri suočavanju sa stresnim situacijama, već podstiče pozitivna iskustva i događaje (Geisler & Weber, 2010; Herzog & Strevey, 2008; Ong et al., 2004; Shaunessy & Suldo, 2010). Tako npr. duhoviti pojedinci značajno više uživaju u životnim ulogama koje su im važne u odnosu na pojedince sa slabije izraženim SzH-om (Kuiper, Martin, & Dance, 1992). U istoj studiji, ukazano je da ukoliko raste broj pozitivnih životnih događaja, jedino je kod osoba sa izraženim SzH-om prisutan i porast u pozitivnom afektu. Možemo pretpostaviti da visok SzH obogaćuje život pojedinca, obezbeđuje veće zadovoljstvo u pozitivnim događajima, podstiče pozitivne emocije, pomaže uspostavljanju i održavanju socijalnih kontakata, i na generalnom nivou, poboljšava opšti kvalitet života.

U inicijalnim istraživanjima Petersona i Selidžmana (Peterson & Seligman, 2004), SzH je uvršten u jednu od 24 snaga karaktera koje doprinose kvalitetnijem životu i prvi nalazi su pružali podršku pozitivnom uticaju humora na blagostanje. No, pomenuta konceptualizacija je fokusirana samo na pozitivne aspekte humora (npr. humor u cilju facilitacije socijalnih

interakcija), dok zapostavlja maladaptivne oblike (npr. agresivni humor u cilju ponižavanja druge osobe). Ovo zapažanje je od izuzetnog značaja, jer u istraživanjima u oblasti humora ne bi trebalo zanemariti višedimenzionalnu prirodu SzH-a, njegove pozitivne i negativne forme, i u narednim studijama bi trebalo voditi računa o kontekstu u kom bi i kada, kao i koja forma mogla biti korisna, odnosno štetna po blagostanje osobe.

Takođe, u *Uvodu* je bilo reći o modelu Karvera i saradnika (Carver et al., 1989) koji pored različitih strategija prevladavanja (npr. prevladavanje putem socijalne podrške, religije itd.) uključuje i upotrebu humora kao jednu od strategija. Kroz nekoliko istraživanja, u kojima su strategije prevladavanja merene upitnikom COPE, povezanost humora i različitih mera distresa nisu dosledni (npr. Carver et al., 1993; Culver et al., 2004; Dorz, Novara, Sica, & Sanavio, 2003). Analizirajući nekonzistentnost, a u prilog opravdanosti postojanja stilova humora, u literaturi je ubrzo diskutovano da pomenuti model obuhvata samo adaptivne karakteristike humora što je sličan slučaj sa prethodno pomenutom koncepcijom humora kao snage karaktera. Konstrukcijom HSQ skale, Martin je sa saradnicima (Martin et al., 2003) ukazao da shvatanje humora kao isključivo pozitivnog fenomena nije opravdano i još jednom ukazao da je višedimenzionalnost osnovno obeležje SzH-a, što model Karvera i saradnika ne obuhvata.

Nadalje, možemo se zapitati da li je SzH strategija koja je prvenstveno funkcioniše na afektivnom ili kognitivnom nivou? Najverovatniji odgovor je da je SzH istovremeno prisutan na oba nivoa. Uz kognitivne elemente o kojima je upravo bilo reći, važno je istaći da humoristične aktivnosti i razmišljanja obično dovode i do pozitivnih emocija. Afektivna priroda SzH-a pri prevladavanju potencijalno umanjuje emocionalni naboj u prisustvu stresne situacije i time oslobađa prostor različitim resursima koji pomažu prevladavanju. Dodatno, isti resursi pojedincu pružaju mogućnost da sagleda različite opcije i iskoristi kognitivnu kreativnost na najbolji način pri suočavanju sa izazovima. Eksperimentalno je pokazano da pozitivan afekat ima dosledne pozitivne efekte na prirodu kognitivne organizacije i kognitivnih procesa osobe (Isen, 2000). U literaturi je opisano da pozitivan afekat podstiče kreativan i inovativan pristup rešavanju problema, kako praktičnih tako i verbalnih (Isen, Daubman, & Nowitzcki, 1987), podstiče divergentno mišljenje u smislu davanja većeg broja neobičnih asocijacija (Isen, Johnson, Mertz, & Robinson, 1985), utiče na fleksibilnost procesa mišljenja (Isen, Niedenthal, & Cantor, 1992), kao i da pomaže integrativnoj kognitivnoj organizaciji (Isen & Daubman, 1984). Naveden opis neodvojivosti kognitivne i afektivne funkcije humora se može objasniti uz pomoć Teorije

proširenja i izgradnje Fredriksonove (Fredrickson, 1998, 2001, 2006). Naime, pozitivne emocije koje prate SzH mogu u prvom koraku voditi ka trenutnom proširenju opsega mišljenja i ponašanja (Fredrickson, 1998). Stanje uma podstaknuto pozitivnim emocijama se razlikuje od suženog stanja svesti koje prati negativne emocije i često vodi akcijama poput borbe ili bega. Na ovaj način, „proširen“ um ima nekoliko posledica-obogaćivanje repertora akcija koje prate kogniciju kroz npr. igru, zatim podsticaj koji nude pozitivne emocije u otkrivanju novih i kreativnih akcija, ideja i socijalnih veza koje nadalje pomažu izgradnju trajnih resursa pojedinca važnih za opstanak. U tom smislu, prema drugoj hipotezi ove teorije, koja se bavi trajnim posledicama čestog doživljavanja pozitivnih emocija, možemo pretpostaviti da pozitivne emocije koje dosledno prate SzH pomažu osobi pri izgradnji trajnih resursa značajnih pri prevladavanju i time pojačavaju rezilijentnost pojedinca. Posmatrajući SzH na ovaj način, možemo pretpostaviti da protektivna uloga SzH predstavlja proces kojim pomaže blagostanju: od trenutnog olakšanja koje nudi smeh, zatim kroz prevladavanje stresnih situacija humorističnim pristupom i vremenom, izgradnjom i unapređivanjem psiholoških resursa pojedinca. Prema stavovima Frederiksonove (2004) resursi koji nastaju i akumuliraju se u prisustvu pozitivnih emocija imaju trajan karakter.

Kognitivno-afektivna promena perspektive koju SzH omogućava pri suočavanju sa stvarnom ili opaženom pretnjom moguće je interpretirati i iz ugla Lazarusovog transakcionog modela stresa (Lazarus, 1976; Lazarus i Folkman, 1984). Prema ovom modelu, stres zavisi od kognitivne procene događaja i okolnosti, sposobnosti prevladavanja i na kraju od transakcije, ishoda koju je osoba ostvarila sa okolinom (Lazarus & Folkman, 1984). Pomenuti model uključuje dve vrste procene kada se osoba nađe pred okolnostima koje zahtevaju više napora od uobičajenog - primarnu i sekundarnu. Primarna procena se odnosi na percepciju zahtevnosti i važnosti situacije, a sekundarna predstavlja evaluaciju mogućnosti suočavanja sa opaženom situacijom. U oba slučaja procene, humoristična perspektiva može doprinosti lakšem i efikasnijem prevladavanju - prvo, u relativizaciji stepena ugroženosti pri proceni situacije i drugo, u pozitivnijem stavu prema raspoloživim sredstvima potrebnim za suočavanje sa izazovom. No, važno je imati na umu i navode da u nekim situacijama, baš ta ležernost može dovesti do nepovoljnijeg ishoda, jer pojedinac nije pristupio događaju sa dovoljno pažnje i ozbiljnosti (Cann & Kuiper, 2014). Ono što je posebno važno za razumevanje odnosa psiholoških procesa je uticaj konteksta koji može obuhvatati izuzetno velik broj relevantnih

činilaca koji značajno utiču na određenu povezanost. U prilog ovome, podsetićemo se stava Kana i Kajpera (Cann & Kuiper, 2014) da u određenom kontekstu gotovo svaki stil može biti i koristan i štetan, a da se izvorni SzH ogleda u prepoznavanju koji humor je najadekvatniji u datom kontekstu. I drugi autori (npr. Ford & Spaulding, 1973; Henman, 2001) su izneli pretpostavku da razdražanije osobe mogu podcenjivati rizik koji sa sobom nose određeni stilovi života i događaji i time mogu sa manje pažnje pristupati očuvanju zdravlja i suočavanju sa stresorima.

U okviru ovog istraživanja, utvrđeno je da promotivnu ulogu kada su u pitanju stilovi humora ima samopomažući stil. Utvrđeno je da je stepen zadovoljstva životom generalno viši kod pojedinaca koji izveštavaju o frekventnijoj upotrebi samopomažućeg stila bez obzira na broj negativnih životnih događaja u odnosu na pojedince sa nižim stepenom samopomažućeg stila. Dobijeni nalaz je u saglasnosti sa dosadašnjim nalazima o adaptivnoj ulozi samopomažućeg stila humora (npr. Kazarian & Martin, 2006; Martin et al., 2003). Imajući u vidu da je značajan efekat stila prisutan u relaciji zadovoljstva životom i životnih događaja, možemo pretpostaviti da samopomažući stil, pre svega, olakšava prevladavanje putem određenih kognitivnih mehanizama koji pojedincu omogućavaju reinterpretaciju stresnih događaja u manje ugrožavajućem svetlu.

Samopomažući stil u velikoj meri odgovara shvatanju humora kao strategije prevladavanja. Na primer, Kajper je sa saradnicima (Kuiper et al., 2004) ukazao na korelaciju .60 između ovog stila i rezultata na skali namenjoj isključivo proceni humora kao strategije prevladavanja (CHS; Martin & Lefcourt, 1983). Podsetićemo se jednog od citata iz *Uvoda* koji podupire rezultate ove studije: „Duhovit pojedinac je vešt u brzom perceptivno-kognitivnom prelasku iz jednog u drugi referentni okvir“ i na taj način se može distancirati od negativnih događaja (O’Connell, 1976, str. 327). Samopomažući stil možemo shvatiti kao stil koji je samousmeren (npr. ajtem „Ako se osećam depresivno, obično mogu sam sebe da oraspoložim humorom“) i predstavlja funkcionalnu strategiju prevladavanja. Poznato je da percepcija situacije u značajnoj meri utiče na osećanja i razmišljanja pojedinca, a ne situacija sama po sebi. Možemo pretpostaviti da tumačenje izazovnih situacija u duhovitom maniru, pod uticajem SzH-a, značajno doprinosi blagostanju pojedinca i time, u velikoj meri, doprinosi pozitivnijem razreženju nego kada dominira pesimistična perspektiva. U ovom svetlu, mogli bi smo pretpostaviti, u skladu sa rečima Kajpera i saradnika (Kuiper et al., 1995, str. 370) da „izražen

smisao za humor pomaže osobi da se suoči sa raznim životnim okolnostima i situacijama na pozitivan način i u maniru koji je orijentisan na rast“.

Sistematična objašnjenja protektivne uloge humora možemo naći i u radovima Kana i Koletove (Cann & Collette, 2014). Oni pozitivan uticah humora u kontekstu blagostanja definišu kroz uticaj i/ili prisutnost SzH-a u nekoliko domena važnih za blagostanje o kojima je već bilo reči, ali sumirajući, pozitivan uticaj SzH-a na SB može biti prisutan u sledećim oblicima:

Uloga humora u pozitivnoj reinterpetaciji stresnih događaja i umanjivanju njihovog štetnog uticaja na (blago)stanje pojedinca. Kan i Koletova se pozivaju na stav Lazarusa i Folkmana (1984) da kada smo suočeni sa potencijalno ugrožavajućim događajima i nismo u stanju da pobudimo i angažujemo resurse koji bi nam pomogli u suočavanju sa stresorima, prisutna je velika šansa da dođe do određenih nevolja na psihološkom nivou pojedinca. U značajnom broju studija, ukazano je da ljudi sa izraženijim SzH-om lakše reuokviravaju i reinterpetiraju negativne događaje kao manje ugrožavajuće i time negativni afekat „drže pod kontrolom” (npr. Abel, 2002; Abel & Maxwell, 2002; Kuiper, Martin, & Olinger, 1993; Kuiper, McKenzie, & Belanger, 1995).

Nadalje, Kan i Koletova objašnjavaju protektivnu ulogu SzH-a shvatanjem humora kao važne snage karaktera koja omogućava osobi da generalno koristi vedriju perspektivu u odnosu na svet, sebe i nevolje (Kuiper & Martin, 1993; Lefcourt & Martin, 1986; Martin et al., 2003; Peterson & Seligman, 2004).

I u nastavku, pozitivan uticaj humora je moguće tumačiti uz pomoć argumenata Kajpera (2012) da izražen SzH može predstavljati kvalitet osobe koji značajno doprinosi njenoj rezilijentnosti i time pomaže osobi da efektivnije upravlja stresom, kao i da se brže oporavlja od neprijatnih događaja (Windle, 2011). Kao što je već istaknuto, SzH može doprinositi rezilijentnosti kroz pozitivnu reinterpetaciju događaja, upotrebu humora u prevladavanju, oslanjanje na humor kao snagu karaktera i efikasnu upotrebu humora u održavanju i promociji stabilnog nivoa sreće (Cann & Collete, 2014).

Navedena argumentacija je prilično solidna ako uzmemo u obzir rezultat koji ukazuje na moderatorsku ulogu SzH na vezu između broja negativnih životnih događaja i pozitivnog afekta. No, u svim ostalim proveranim interakcijama, uloga SzH nije registrovana. Posmatrajući iz generalne perspektive, dobijeni rezultati nisu baš čvrsta podrška stavu da je SzH važan protektivan činilac u kontekstu SB-a. Objašnjenje za nedovoljno pouzdane rezultate se često

pronalazi u višedimenzionalnoj prirodi humora, no taj aspekt konfuzije smo kontrolisali u ovoj studiji upotrebom HSQ upitnika. Takođe, vođeno je računa i o načinu procene, što je najčešće zamerka istraživanjima humora. Ostaje otvoreno pitanje zašto se nedosledno potvrđuje protektivna uloga SzH-a? Jedno od potencijalnih objašnjenja se može ogledati u sveopštem entuzijazmu kada se pomene humor kao izuzetno poželjna osobina ličnosti i nizu studija o kojima je bilo reči, a koji sugerišu da SzH može pomagati blagostanju. Rukovođeni ovom idejom, istraživači često tragaju za potvrdnim nalazom na pitanje da li je humor koristan u kontekstu psihološkog zdravlja i nisu oslobođeni od inicijalnih pozitivnih očekivanja. Na taj način, interpretacija nedovoljno snažnih rezultata se usmerava u pravcu isticanja pozitivnih aspekata SzH-a, dok se pitanje nedoslednosti i rezultata koji govore da humor nema nikakvu ulogu u blagostanju pravdaju metodološkim nedostacima, *jer je gotovo nemoguće da duhovit pojedinac nije i osoba boljeg raspoloženja i višeg zadovoljstva životom u odnosu na osobe sa slabije izraženim SzH-om.*

Međusoban odnos samoprocene smisla za humor i procene od strane drugih

Pitanje načina procene SzH-a jeste jedna od najintragantnijih tema u oblasti humora. Različiti autori su ukazali na pojavu generalno viših vrednosti procene kada se koristi samoprocena u sferi humora (Allport, 1961; Beins & O'Toole, 2010; Kruger & Dunning, 1999). Rezultati dobijeni u ovom istraživanju ukazuju na značajnu, ali nisku korelaciju između ove dve mere ($r = .38, p < .01$). Dobijeni rezultati su u skladu sa dosadašnjim nalazima po pitanju jačine povezanosti ove dve mere i njihovim vrednostima (Ruch, 2014; personalna komunikacija). Pored već pomenute tendencije ispitanika da procenjuju sopstveni SzH, razlozi za sumnju u validnost samoprocene, i to ne samo u slučaju SzH-a već i drugih fenomena, se mogu pronaći u fundamentalnijem razlogu. Naime, prema stavu Krugera i Daninga (Kruger & Dunning, 1999) ljudi mogu razviti i koristiti strategije za procenu koje ih u osnovi čine nekompetentnim za tačnu procenu. Konkretno, ovo može predstavljati nedostatak iz dva razloga - ne samo da ti pojedinci pogrešno procenjuju pojave oko sebe, već ih pomenuta nekompetencija sprečava da steknu uvid u pogrešnost svojih evaluacija. Ovaj fenomen ne predstavlja posebnu novost za nauku, jer još je Darwin primetio da „neznanje češće nego znanje rađa samopouzdanje“ (Darwin, 1987, prema Kruger & Dunning, 1999). Verovatno najbolja ilustracija ove sklonosti jeste tzv. *efekat iznad*

proseka (Alicke, 1985; Brown & Gallagher, 1992; Dunning, Meyerowitz, & Holzberg, 1989; Weinstein & Lachendro, 1982). Ovaj efekat predstavlja tendenciju prisutnu kod ljudi generalno da veruju da su njihove osobine, sposobnosti i sl. iznadprosečne.

U istraživanjima humora veza SzH-a i SB-a je snažnija kada se kao mera SzH-a koristi procena od strane drugih (npr. Bizi, Keinan, & Beit-Hallahmi, 1988). Takav rezultat je dobijen i u ovom istraživanju i time potvrđena jedna od početnih pretpostavki. Šta može biti razlog ovoj pojavi? Jedno od objašnjenja se može pronaći u klasičnom shvatanju da je za psihološko zdravlje nužan uslov adekvatan odnos sa realnošću (prema Taylor & Brown, 1988). Moguće da je nerealistična, precenjena procena u slučaju SzH-a ne spada u klaster onih domena gde samopoboljšavajuće atribucije (kao u slučaju npr. samopouzdanja) doprinose blagostanju. Na tom tragu, može se pretpostaviti da ispitanici iako jesu skloni precenjivanju sopstvenog SzH-a, nisu potpuno nekompetentni pri proceni, jer ih u socijalnim interakcijama gotovo uvek očekuje uvremenjena povratna informacija o tome koliko je njihova šala zabavna. Jedino bi se u slučaju samopomažućeg stila moglo očekivati da precenjena procena može imati pozitivan efekat na SB, jer ovaj stil funkcioniše po principu strategije prevladavanja. U ovom istraživanju jačina povezanosti SzH-a i SB-a je posmatrana na grupnom nivou, tako da iz postojećih rezultata nije dovoljno jasno, na nivou pojedinca, koji je odnos ova dva načina procene SzH-a i SB-a.

Nadalje, postoji još nekoliko potencijalnih objašnjenja za različite relacije SzH-a i SB u zavisnosti od mere SzH-a koja je korišćena. Moguće je da dve korišćene mere registruju različite aspekte humora. Fajn (Fine, 1975) je još davno ukazao da se rezultati bazirani na sociometrijskom postupku mahom odnose na aktivnu komponentu SzH-a (produkcija), dok se samoprocena odnosi na pasivno ponašanje u vezi sa humorom (reagovanje na humor, doživljavanje humora važnim). Očekivano je da pri proceni od strane drugih, produkcija humora bude predmet procene, jer je procenjivačima jedino taj podatak lako dostupan. Već je bilo reči o tome koliko SzH predstavlja izuzetno poželjnu karakteristiku, posebno u socijalnom kontekstu (Allport, 1961; Lefcourt & Martin, 1986). U ovom istraživanju takođe smo došli do podataka da su učenici koji su procenjeni kao najduhovitiji najčešće birani za neformalno druženje i van škole. SzH najverovatnije facilitira interpersonalne relacije, omogućava pojedincu snažniju integrisanost i prihvaćenost od strane okoline, a poznato je da se socijalna podrška doživljava kao jedan od najvažnijih činilaca u životu pojedinca koji pomažu SB-u (Diener & Seligman, 2002). Aktuelni stavovi po pitanju relacije socijalne podrške i SB-a sugerišu da je ta veza jača

kod osoba koje poseduju određene karakteristike, kao i da određene osobine pomažu ostvarivanju kvalitetne socijalne podrške (Ho & Chik, 2010). Tako je npr. primećeno da su pojedinci da izraženim SzH-om bolje socijalno adaptirani (Bressler & Balshine, 2006), socijalno atraktivniji (Murstein & Brust, 1985), sposobniji za smanjenje tenzije i konflikata u interepersonalnim relacijama, što nadalje može rezultirati izraženijom intimnošću i snažnijim poverenjem (Hampes, 1994, 1999). Slično tome, osobe koje aktivno koriste humor kao strategiju prevladavanja izveštavaju o višem stepenu uživanja u životu i osećaju se samopouzdanije u interakciji sa drugim ljudima u odnosu na pojedince koji ne koriste humor pri prevladavanju (Nezlek & Derks, 2001).

Na osnovu navedenog, možemo pretpostaviti da aktivna upotreba humora kroz podsticanje pozitivnih aktivnosti ima više značaja za blagostanje pojedinca od pasivnog uživanja u humoru i pritom te aktivnosti mogu biti usmerene na okolinu, ali i samousmerene. Produkcija humora može biti rezultat npr. promene direkcije u uobičajenom načinu razmišljanja, reuokviravanju, relativizaciji stresogenih okolnosti i može vremenom postati trajna uvežbana proaktivna strategija prevladavanja.

Takođe, važno je spomenuti da na procenu humora može uticati i halo efekat. Još je Torndajk (Thorndike, 1920) primetio da procenom drugih ljudi upravlja tendencija da o određenoj osobi imamo mišljenje na generalnom nivou i da je procena pojedinačnih aspekata u značajnoj meri pod uticajem opšteg osećanja prema datoj osobi. Na osnovu istraživanja (Cann & Calhoun, 2001) poznato nam je da ljudi pojedincima sa izraženim SzH-om pripisuju i druga pozitivna obeležja. U jednom od retkih istraživanja povezanosti halo efekta i SzH-a (Lachman & Bass, 1985) zadatak ispitanika je obuhvatao evaluaciju pet pojedinaca na sedmostepenoj skali Likertovog tipa (1- *jako mi se ne sviđa* do 7 - *jako mi se sviđa*). U drugom koraku, ispitanici su procenjivali iste osobe po pitanju 16 pozitivnih osobina, poput učtivosti, ambicioznosti, samopouzdanja i sl., među koje je svrstan i SzH. U dva od pet slučaja, dobijene su umerene korelacije između skora na prvoj proceni i SzH-a, a visoke (oko .70) u poređenju ukupnih skorova dobijenih putem dve procene. Pomenuti autori ističu da u istraživanjima halo efekta nije jednostavno utvrditi kauzalitet. Otvorena je mogućnost da duhovite osobe jesu dopadljivije, ali takođe i da osobama koje nam se dopadaju pripisujemo i dodatne pozitivne karakteristike, što SzH u laičkom poimanju, jeste. Konkretno u ovom istraživanju moguće je da učenici Ćake prema

kojima imaju pozitivan stav ili koji su generalno prijatniji, vedriji, samopouzdaniji, zadovoljni svojim životom, procenjuju i kao pojedince za izraženijim SzH-om.

Prednosti i ograničenja istraživanja uz preporuke za buduće studije

Sprovedeno istraživanje ima nekoliko značajnih snaga. Prema saznanjima autora ovog rada, ovo je jedno od retkih istraživanja u našoj zemlji na temu humora i najverovatnije prvo koje nudi konkretne preporuke za istraživanje humora. Osnovna snaga sprovedenog istraživanja se ogleda u činjenici da je SzH procenjivan na dva načina - putem samoprocene i procene od strane drugih, što generalno predstavlja retkost i u aktuelnim istraživanjima u svetu. Najčešće su mere iz više izvora korišćene pri validaciji određenih instrumenata i u cilju provere konvergentne validnosti (npr. Martin et al., 2003). Način koji je korišćen u ovoj disertaciji omogućio nam je da u većoj meri budemo sigurni u dobijene rezultate i odgovorimo na zamerke koje se upućuju istraživanjima humora koja SzH procenjuju isključivo putem samoprocene.

Iako je prikazana studija pažljivo dizajnirana i na osnovu pilot studije unapređena, prisutna su određena ograničenja. Jedno od suštinskih ograničenja se ogleda u korelacionom nacrtu uz uobičajene zamerke koje se upućuju korelacionim istraživanjima. Iako model jeste postavljen tako da je ispitivna uloga SzH-u u SB-u, na osnovu logike korelacionog nacrta, ne možemo zaključivati o kauzalnim vezama. U cilju obezbeđivanja veće pouzdanosti u dobijene rezultate kao i da bi smo jasnije razumeli kauzalnu vezu ispitivanih konstrukata, neophodan je longitudinalan dizajn (Cohen & Willis, 1985). O značaju uvođenja prospektivnog dizajna u istraživanja humora, diskutovala je i Edvardsova u svojoj doktorskoj disertaciji (Edwards, 2013). Kao jedno od velikih ograničenja koje dovodi u pitanje nalaze o relaciji između SzH i SB jeste upotreba korelacionih nacrta za procenu dinamičkih procesa (Martin, 2007; Tennen, Affleck, Armeli, & Carney, 2000). Ovaj pristup je zadovoljavajući kada je cilj istraživanja poređenje opšteg nivoa pomenutih konstrukata, što jeste bio cilj istraživanja sprovedenog za potrebe ove doktorske disertacije. No, ovakav dizajn je ograničen, jer najčešće podrazumeva da su npr. afilijativni i samopomažući stil adaptivni u svim kontekstima i da to važi za sve ljude, dok su agresivni i samoporažavajući stil uvek maladaptivni (Martin et al., 2003). Imajući na umu slične sugestije Kana i Kajpera (Cann & Kuiper, 2014) da adaptivnost stila može zavisi u velikoj meri od konteksta, preporuka za naredna istraživanja bi podrazumevala istraživački dizajn na

individualnom nivou, uz praćenje navika osobe i ponašanje od dana do dana, gde je obuhvaćen pristup istraživanju orijentisan na proces, a ne samo fokus na osobine po kojima se ljudi međusobno razlikuju.

Takođe, preporuka je da se u istraživanjima koje se bave uticajem negativnih događaja na blagostanje, uvrsti i procena zavisnih varijabli neposredno pre istraživanja, jer je moguće da prethodni nivo distresa može zamagliti interpretaciju uticaja aktuelnih stresora (Monroe, 1982). Konkretno, bilo bi korisno koristiti metod sa najmanje tri ponovljena merenja u razmaku od šest meseci. U istraživanjima na uzorku adolescenata, ovakva kontrola bi bila posebno korisna. Iako u kontekstu subjektivnog blagostanja autori sugerišu da osnovne postavke SB-a važe kako za odrasle tako i adolescente (Ben-Arieh, Casas, Frones, & Korbin, 2014), trebalo bi imati na umu da je adolescencija specifična i posebno dinamična faza u razvoju svake osobe. Adolescenti pokazuju veću varijabilnost i češće promene raspoloženja (Arnett, 1999), skromniji repertoar strategija emocionalne regulacije (Zimmermann & Iwanski 2014) i ovaj period uključuje mnogo objektivnih promena, tako da bi bilo od značaja pratiti ispitanike duži vremenski period. Iako se o SB-u govori kao relativno stabilnoj karakteristici i SzH-u kao klasteru osobina koje predstavljaju prilično konstantnu predispoziciju za humoristična ponašanja, longitudinalno istraživanje bi nam pružilo značajno bogatije rezultate. Dodatno, na uzorku adolescenata je veća verovatnoća da se SzH pripisuje *razrednim klovnovima* ili učenicima koji su popularni. Pri nastojanju da nam bude jasno prema kom kriterijumima su birani učenici kao pojedinci sa izraženim SzH-om, nakon istraživanja, obavljen je razgovor sa razrednim starešinama iz nekoliko razreda. Starešine su bile upitane da imenuju tri učenika za koje smatraju da imaju najviše SzH u odeljenju i koja ponašanja su karakteristična za te pojedince. Procene razrednih starešina su mahom korespondirale rezultatima dobijenim putem procene SzH-a od strane drugih, a ponašanja koja su karakterisala date pojedince su bila *uglavnom zabavlja društvo, vedrog je duha, ima zabavne doskočice na času*, a ređe *glupira se, nestašan/a* je i sl. No, ovaj vid povratne informacije nije dovoljno metodološki utemeljen da bi smo na osnovu njega sugerisali šta tačno adolescenti podrazumevaju pod SzH-om. U narednom istraživanju bilo bi najbolje prvo prikupiti konkretne opise šta adolescenti smatraju da je SzH i na osnovu tih opisa kreirati definiciju SzH-a. U samom uputstvu za ispitanike gde su zamoljeni da procene u kojoj meri svaki učenik iz razreda poseduju SzH, bilo bi bolje sintagmu SzH zameniti definicijom koja je proistekla iz prethodne analize.

Nadalje, u ovom istraživanju, pri proceni SB-a korišćena je samoprocena. Fenomenološka priroda SB-a sugerise da je samoprocena najbolji način procene (Soto, 2015). No, značajan broj istraživanja ukazuje da samoprocena i procena od strane drugih, svaka pojedinačno nudi značajne i jedinstvene informacije važne za proučavanje ličnosti (Connelly & Ones, 2010; Vazire, 2010). U budućim istraživanjima, trebalo bi koristiti multi-metod dizajn koji bi umanjio uticaj različitih načina procene.

Pošto su mehanizmi putem kojih SzH pomaže pri suočavanju sa stresnim situacijama još uvek nedovoljno jasni, naredna istraživanja bi trebalo da razjasne kako SzH funkcioniše kao strategija prevladavanja. Kan (2014) sugerise da se pomažuća uloga SzH može ostvarivati kroz reinterpretaciju pretnji ili SzH može služiti kao snaga karaktera. Pored pomenutih, imamo nekoliko pretpostavki o načinu i putem kojih mehanizama SzH može doprinositi povećanju blagostanja. Jedna od njih je da SzH u direktnoj vezi sa pozitivnim afektom. Ukoliko se pozovemo na činjenicu da je veza ekstraverzije i SB-a jedan od najčešće repliciranih nalaza u oblasti SB-a, a da je pritom pozitivna veza ekstraverzije i SzH-a jedan od najdoslednijih nalaza u oblasti humora, moguće je da deljena varijansa SzH i ekstraverzije jeste onaj deo osobine ličnosti koji je u direktnoj vezi sa pozitivnim afektom.

Druga pretpostavka je da SzH, usled interpersonalne prirode, igra određenu ulogu u ostvarivanju socijalne podrške i da se veza SzH-a i SB zapravo ostvaruje preko socijalne podrške. U jednom od novijih istraživanja, veza između adaptivnih stilova i višeg stepena blagostanja je objašnjena na osnovu izraženijeg stepena opažene socijalne podrške (Dyck & Holtzman, 2013). Do sada je utvrđena veza između samopomažućeg stila humora i socijalne podrške (Dyck & Holtzman, 2013; Karakuş, Ercan, & Tekgöz, 2014). Takođe, studije su pokazale da pojedinci sa izraženim pozitivnim stilovima humora percipiraju snažniju socijalnu podršku u odnosu na pojedince sa negativnim stilovima (Jackson, Fritch, Nagasaka, & Gunderson, 2002; Zhao, Wang, & Kong, 2014), a prema navodima Jipa i Martina (Yip & Martin, 2006), fizičko i psihološko zdravlje adolescenata kao i njihovo zadovoljstvo životom je direktno povezano sa socijalnom podrškom. Dodatno, prisutni su nalazi da osobe koje imaju više socijalne podrške od strane svoje porodice, razvijaju samopomažuci i afilijativni stil humora (Erözkan, 2009). Istraživanja su takođe pokazala da je upotreba humora kao strategije prevladavanja pozitivno povezana sa brojem socijalnih interakcija, stepenom koliko dati pojedinci ocenjuju svoj socijalni život kao prijatan i koliko se osećaju samopouzdana u

interakciji sa drugim ljudima (Nezlek & Derks, 2001). U poređenju sa pojedincima koji ne koriste humor u svrhe prevladavanja, osobe koje to čine, čine svoje probleme manje značajnim, manje opterećuju okolinu, pritom i drugim osobama pružaju vedriju podršku koja je posebno dobrodošla u susretu sa svakodnevnim manjim stresorima. Ležernost stečena na taj način omogućava lakše i prijatnije funkcionisanje u svakodnevnim interakcijama i verovatno duhoviti pojedinci, između ostalih, i na opisani način obezbeđuju podsticajnu socijalnu podršku.

Konkretne preporuke za dalja istraživanja bi podrazumevale nekoliko važnih elemenata. Pre svega, bilo bi korisno uvesti savremenu metodologiju istraživanja, kao što su recimo dnevničke studije dizajnirane u vidu mobilne aplikacije (engl. *experience sampling method*, ESM) odnosno EMA pristup (engl. *ecological momentary assessment*, procena u realnom vremenu, dok se iskustvo dešava). ESM metodologija, ponekad nazivana i „intenzivnim longitudinalnim dizajnom“ (npr. Bolger & Laurenceau, 2013) ispituje iskustvo pojedinca u kontekstu. Osnovna karakteristika ESM-a je da se osećanja, misli, akcije, kontekst i aktivnosti učesnika mere mnogo puta, određenom dinamikom, tokom svakodnevnog života (Zirkel, Garcia, & Murphy, 2015). Na taj način, obezbeđuje se ekološka validnost, dostupne su informacije i iz bihevioralnog i intrapsihičkog konteksta dnevnih aktivnosti, zaključci se ne donose na osnovu jednog merenja, već postoji niz ponovljenih mera u različitim okolnostima. Posebno je važno naglasiti da se putem uzorkovanja iskustva informacije od ispitanika dobijaju tokom konkretnog iskustva koje se ispituje ili barem u bliskom vremenskom intervalu, što umanjuje uticaj rekonstrukcije samog iskustva. Naravno, ESM-u se mogu uputiti i određene zamerke. Na niz pitanja je važno odgovoriti pre nego što bi se ovakav istraživački dizajn zaista i sproveo. Na primer, koje osobe su motivisane da učestvuju u ovakim istraživanjima i da li se u startu određene grupe isključuju (npr. zauzete poslovne osobe, porodilje, starije osobe koje nisu sklone upotrebi pametnih telefona itd.). Nadalje, metod zahteva dosta angažovanja od strane ispitanika i okupira dosta njegovog vremena, te je moguće lako osipanje uzorka. Zatim, pitanje da li procena iskustva, tj. analiza iskustva, utiče na samo iskustvo. Imajući u vidu da je humor prvenstveno spontanog karaktera, opravdano je sumnjati da promišljanje o SzH-u može narušiti njegovu osnovnu karakteristiku. Larson i Čiksentsmihalji (Larson & Csikszentmihalyi, 1983) su postavili pitanje koliko se podaci dobijeni putem uzorkovanja iskustva mogu dobiti i drugim metodama. I zaista, istraživanje Pulik-Dorisove (Puhlik-Doris, 2004), za sada jedinog istraživanja u oblasti humora gde je korišćen ESM (svakodnevno internet logovanje na kraju dana i izveštavanje o

dogadajima, osećanjima, razmišljanjima i upotrebi humora na definisanom formularu), sugeriše da u oblasti humora, podaci dobijeni uzorkovanjem ponašanja i korelacionim pristupom nisu isti. Bez obzira na sve manjkavosti ovog metoda, ESM razvijan u okviru mobilne aplikacije bi mogao predstavljati iskorak u odnosu na dosadašnje prevashodno korelacione studije i manji broj eksperimentalnih istraživanja humora. Dodatno, ispitanici prisutni u istraživanjima humora su uglavnom regrutovani iz redova studenata, starih lica u staračkim domovima, kliničke populacije ili određenih specifičnih zanimanja. U narednim istraživanjima bi bilo od posebnog značaja uključivanje populacija različitih starosti, socio-ekonomskog statusa i kulture.

Kao generalna preporuka, zasnovana na prednostima i nedostacima ovog istraživanja, sugerisali bismo narednim istraživačima longitudinalan dizajn, koji bi uz osnovne hipoteze o prirodi povezanosti SzH-a i SB, takođe uključivao i ispitivanje mehanizama pomoću koji se ta veza ostvaruje. Kao najsnažniji *kandidat* čije bi se delovanje na SzH-SB vezu valjalo ispitati je socijalna podrška na čiji značaj su već ukazali određeni autori (npr. Dyck & Holtzman, 2012).

Teorijske i praktične implikacije sprovedenog istraživanja

Sprovedena studija nudi zaključke koji su od značaja prevashodno u teorijskom smislu. Rasvetljavanjem uloge SzH-a u subjektivnom blagostanju obogaćuje se dosadašnji korpus znanja u ovoj oblasti i nude objašnjenja za nedoslednosti dosadašnjih istraživanja. Takođe, doprinos, u naučnom smislu, predstavlja i činjenica što je ovo prva doktorska disertacija u oblasti humora sprovedena u Srbiji. Samo uvođenje koncepta smisla za humor u akademske krugove psihologije u Srbiji predstavlja značajnu novinu, imajući u vidu zanemarivanje ovog fenomena u naučnim istraživanjima kod nas, a njegovu sveprisutnost u ljudskim životima.

U okviru ove disertacije, kao novina, SzH je analiziran sa više aspekata i razmatrana je njegova uloga u okviru obe (afektivne i kognitivne) komponente SB-a. U tom smislu, ovo istraživanje nudi novu paletu mogućnosti o ulogama koje SzH može imati u SB-u razmatranim u okviru različitih modela stresa, rezilijentnosti i emocionalne regulacije.

Gledajući u celini, nalazi ovog istraživanja, u velikoj meri korespondiraju dosadašnjim rezultatima u ovoj oblasti. Konkretno, još jednom je potvrđena opravdanost shvatanja humora kroz četiri stila koja je predložio Martin sa saradnicima (2003). Takođe, podela stilova na pozitivne i negativne u zavisnosti od efekata koji može imati na SB se pokazala kao legitimna i u

ovom istraživanju i odgovara dosadašnjim nalazima (Johnson & McCord, 2010; Kuiper et al., 2004; Saraglou & Scariot, 2002; Veselka, Schermer, Martin, & Vernon, 2010). Nadalje, potvrđena je dosledna veza SzH-a i ekstraverzije (Bilge & Saltuk, 2007; Martin et al., 2003; Saraglou & Scariot, 2002; Vukobrat, 2013).

Sa druge strane, istraživanjem je podržan i argument (Cann & Kuiper, 2014) da adaptivnost stila nije nužno predeterminisana nego da može biti uslovljena stepenom izraženosti, konstelacijom drugim karakteristika osobe, kao i situacionim faktorima.

Što se tiče praktičnih implikacija, u literaturi se pominju tzv. treninzi poboljšanja humora, za koje u ovom trenutku, izražavamo određenu dozu skepticizma. Neurološka istraživanja sugerišu da se afektivne osobine mogu trenirati, tj. da se mogu namerno menjati ukoliko se pristupi adekvatno dizajniranom programu namenjenom razvoju/promeni date osobine (Davidson, Jackson, & Kalin, 2000). Takođe, ideja o vežbanju SzH-a počiva na nalazima da na oko 40% blagostanja može da se utiče voljnim aktivnostima (Lyubomirsky, Sheldon, & Schkade, 2005). Kao posledica tog nalaza, prisutno je sve više primenjenih istraživanja sa ciljem osmišljavanja specifičnih pozitivnih psiholoških intervencija koje mogu pomagati ljudima da unaprede svoje blagostanje. Neke od ovih intervencija su pisanje pisama zahvalnosti, postavljanje ciljeva, negovanje važnih trenutaka i sl. Navedeni nalazi podstakli su i istraživače u oblasti humora da osmišljavaju i validiraju treninge SzH-a u funkciji jačanja blagostanja. Poznato je istraživanje iz 2011. godine (Crawford & Caltabiano, 2011) koje se bavilo validacijom treninga veština u oblasti humora i zasniva se na teoriji Frederiksonove sa idejom da svakodnevna iskustva pozitivnih emocija olakšavaju uspešno suočavanje sa nevoljama na duge staze. Kognitivno proširenje koje obezbeđuje humor širi raspon misli i akcija koji je obično sužen kada je prisutan negativan afekat. Prema ovoj teorijskoj postavci, učestala pozitivna emocionalna stanja, kao npr. ona koja prate humor, ne samo da proširuju opseg pažnje i pomažu izgradnju novih ponašanja (Frederickson & Branigan, 2005) već podstiču i izgradnju novih stabilnih resursa osobe za suočavanje sa poteškoćama. Rezultati ove studije ukazuju da se humor može unapređivati i definisati u smeru tako da može poboljšavati afektivno blagostanje. Rezultati su potvrđeni i tri meseca nakon eksperimentalne manipulacije. Istraživanje, tj. trening sproveden na populaciji klinički depresivnih pojedinaca (Falkenberg, Buchkremer, Bartels, & Wild, 2011) takođe ukazuje da od treninga humora mogu imati koristi i osobe kod kojih su prisutni određeni psihopatološki fenomeni. Takođe, trening za poboljšanje humora autora

Makgija (McGhee, 1999) proveravan istraživanjem, sugeriše da je moguće unaprediti humor i time obezbediti pojedincu dodatnu strategiju prevladavanja. Korist od *uvežbavanja* humora se potencijalno može ogledati kroz poboljšanje makar dva elementa mentalnog zdravlja - pri ublažavanju loših aspekata i isticanju dobrih segmenata života pojedinca (Edwards, 2013).

Rezultati aktuelnih studija (Hofmann & Ruch, 2013) sugerišu da razdraganost kao osobina predstavlja prediktor koliko će određena osoba imati koristi od konkretnih intervencija za razvoj humora. Razdragani pojedinci će u odnosu na osobe sa slabije izraženom razdraganošću najverovatnije reagovati drugačije na humoristične intervencije. U skladu sa tim, postoji preporuka autora da bi buduće treninge i intervencije trebalo formulisati i sprovesti tako da postoji *trening-osoba fit*.

U smislu praktične upotrebe humora, mišljenja smo da humor može biti koristan alat u savetodavnom i psihoterapijskom radu. Ova ideja nije novost. Još je Levin (1977) ukazao da humor može imati dve značajne funkcije u psihoterapijskom radu - prva, da humor sam po sebi može imati terapeutsko dejstvo, jer pruža zadovoljstvo i obezbeđuje prihvatljiv način na se uživa u nečemu što je inače zabranjeno. Druga funkcija se može ogledati u tome da humor može biti sredstvo komunikacije o idejama koje bi prezentovane na drugi način bile uznemirujuće za klijenta.

Nadamo se da će jedan od doprinosa ove disertacije biti podsticaj za dalja istraživanja u oblasti humora. Imajući u vidu koliko je SzH cenjena, prisutna i poželjna karakteristika u savremenom društvu i koliko se potraga za srećom smatra važnim ciljem u životu, nadamo se da će istraživanja o povezanosti ova dva fenomena i o njihovoj uzročno-posledičnoj vezi, nasuprot patocentričnoj orijentaciji psihologije, u bliskoj budućnosti zauzeti značajno mesto u akademskoj i naučnoj zajednici.

ZAKLJUČAK

Na osnovu sprovedenog istraživanja možemo zaključiti da postoji povezanost između SzH-a i indikatora SB-a i da na tu vezu utiču određeni činioci, u smislu da je pojačavaju (ekstraverzija, savesnost) ili umanjuju (otvorenost, samoporažavajući stil humora). Takođe, pri uticaju broja negativnih životnih događaja SzH ima protektivnu ulogu, konkretno samopomažući stil umanjuje štetan uticaj stresora. Uz navedeno, možemo reći da je SzH snažnije povezan sa SB-om kada se koriste podaci o SzH-u dobijeni od strane drugih.

Međutim, ono što je važnije istaći je da je u istraživanjima humora generalno prisutan trend preneglašavanja dobijenih rezultata i insistiranje na dobrobiti SzH-a. Korelacije prisutne u ovom istraživanju, iako značajne, niske su da bi ih tumačili kao stabilan dokaz SzH-SB veze. Čini se da u oblastima koje se bave izučavanjem socijalno poželjnih fenomena kao da i sami istraživači *prizeljkuju* nalaze koji potvrđuju adaptivne funkcije ispitivanih varijabli i ističu kada u nekoj od niza analiza postoji potvrda početnih (pozitivnih) pretpostavki, dok se veliki broj neutralnih nalaza ili rezultata koji sugerišu suprotno, tumači šturo i sa manjim entuzijazmom. Nauka bi trebalo da nastoji da odgovori na istraživačka pitanja objektivno i nepristrasno bez obzira na prijemčivost fenomena koji se istražuje. U skladu sa tim, sugerišemo da bi rezultate dobijene u ovom istraživanju trebalo shvatiti ohrabrujuće ukoliko SzH shvatamo kao „socijalnu osobinu korisnu u ostvarivanju blagostanja i njegovu ulogu vidimo u načinu razmišljanja i ponašanjima koja promovišu i podržavaju generalno pozitivan pristup životu“ (Cann, Stilwell, & Taku, 2010, str. 228). Sa druge strane, dobijenim nalazima, a i shvatanju SzH-a kao inherentno pomažuće osobine ličnosti u ostvarivanju SB-a, trebalo bi pristupiti uz oprez, jer indikatori SzH-SB povezanosti u ovom istraživanju, kao i u većini, nisu snažni i stabilni.

LITERATURA

- Abel, M. (1998). Interaction of humor and gender in moderating relationships between stress and outcomes. *The Journal of Psychology, 132*, 267-276.
- Abel, M. (2002). Humor, stress, and coping strategies. *Humor, 15*(4), 365-381.
- Abel, M. H., & Maxwell, D. (2002). Humor and affective consequences of a stressful task. *Journal of Social and Clinical Psychology, 21*, 165-190.
- Aguinis, H., & Gottfredson, R. (2010). Best-practice recommendations for estimating interaction effects using moderating multiple regression. *Journal of Organizational Behavior, 31*, 776-786.
- Aiken, L. S., & West, S. G. (1991). *Multiple regression: Testing and interpreting interactions*. Newbury Park, CA: Sage.
- Alexander, R. D. (1986). Ostracism and indirect reciprocity: The reproductive significance of humor. *Ethology & Sociobiology, 7*, 253-270.
- Alicke, M. D. (1985). Global self-evaluation as determined by the desirability and controllability of trait adjectives. *Journal of Personality and Social Psychology, 49*, 1621-1630.
- Allport, G. W. (1950). *The individual and his religion*. New York: Macmillan.
- Allport, G. W. (1961). *Pattern and growth in personality*. New York: Holt, Reinhart & Winston.
- Anderson, C. A., & Arnoult, L. H. (1989). An examination of perceived control, humor, irrational beliefs, and positive stress as moderators of the relation between negative stress and health. *Basic and Applied Social Psychology, 10*, 101-117.
- Apte, M. L. (1985). *Humor and laughter. An anthropological approach*. New York: Cornell University Press.
- Argyle, M., & Lu, L. (1990). The happiness of extraverts. *Personality and Individual Differences, 11*, 1011-1017.
- Aristotle (1941). *The Basic Works of Aristotle*. In R. McKeon (Ed.), New York: Random House
- Arnett, J. J. (1999). Adolescent storm and stress, reconsidered. *American Psychologist, 54*, 317-326.
- Avila, C. (2001). Distinguishing BIS-mediated and BAS-mediated disinhibition mechanisms: A comparison of disinhibition models of Gray (1981, 1987) and of Patterson and Newman (1993). *Journal of Personality and Social Psychology, 80*, 311-324.

- Babad, E. (1974). A multi-method approach to the assessment of humor: a critical look at humor tests. *Journal of Personality*, *42*, 618-631.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, *51*, 1173-1182.
- Beins, B. & O' Toole, C. M. (2010). Searching for the Sense of Humor: Stereotypes of Ourselves and Others. *Europe's Journal of Psychology*, *6*(3), 267-287.
- Ben-Arieh, A., Casas, F., Frones, I., & Korbin, J. E. (2014). Multifaceted concept of child well-being. *Handbook of child well-being*, *1*, 1-27.
- Ben-Zeev, D., Young, M. A., & Madsen, J. W. (2009). Retrospective recall of affect in clinically depressed individuals and controls. *Cognition and Emotion*, *23*, 1021-1040.
- Berg, D. V., & Van Brockern, S. (1995). Building Resilience through Humor. *Reclaiming Children and Youth: Journal of Emotional and Behavioral Problems*, *4*(3), 26-29.
- 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, NY: Academic Press
- Bilge, F., & Saltuk, S. (2007). Humor Styles, Subjective Well-Being, Trait Anger and Anxiety among University Students in Turkey. *World Applied Science Journal*, *2*(5), 464-469.
- Bizi, S., Keinan, G., & Beit-Hallahmi, B. (1988). Humor and coping with stress: A test under real-life conditions. *Personality and individual differences*, *9*(6), 951-956.
- Bolger, N., & Laurenceau, J.-P. (2013). Intensive longitudinal research methods: An introduction to diary and experience-sampling research. New York, NY: Guilford Press.
- Bolger, N., & Zuckerman, A. (1995). A framework for studying personality in the stress process. *Journal of Personality and Social Psychology*, *69*, 890-902.
- Branje, S. J. T., van Lieshout, C. F. M., & Gerris, J. R. M. (2007). Big Five Personality Development in Adolescence and Adulthood. *European Journal of Personality*, *21*, 45-62.
- Brown, J. D., & Gallagher, F. M. (1992). Coming to terms with failure: Private self-enhancement and public self-effacement. *Journal of Experimental Social Psychology*, *28*, 3-22.
- Burling, R. (1993). Primate calls, human language, and nonverbal communication. *Current Anthropology*, *34*(1), 25-53.

- Buss, D. M. (1988). The evolution of human intrasexual competition: Tactics of mate attraction. *Journal of Personality and Social Psychology, 54*, 616-628.
- Buss, D. M., & Barnes, M. (1986). Preferences in human mate selection. *Journal of Personality and Social Psychology, 50*, 559-570.
- Buschor, C., Proyer, T. R., & Ruch, W. (2013). Self-and peer-rated character strengths: How do they relate to satisfaction with life and orientations to happiness? *The Journal of Positive Psychology, 8*(2), 116-127.
- Çakmark, S., Karakuş, G., Tamam, L., Taşdemir, A., & Karaytuğ, M. O. (2015). The Relationship of Self Esteem and Humor Styles in First Class Medical Students: A Cross-Sectional Study. *Medical Journal, 40*(4), 782-793.
- Campbell, D. T., & Fiske, D. W. (1959). Convergent and discriminant validation by the multitrait-multimethod matrix. *Psychological Bulletin, 56*, 81-105.
- Cameron, E. L., Fox, J. D., Anderson, M. S., & Cameron, C. A. (2010). Resilient youths use humor to enhance socio emotional functioning during a day in the life. *Journal of Adolescent Research, 25*(5), 716-742.
- 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*, 117-130.
- Cann, A., & Collette, C. (2014). Sense of humor, stable affect, and psychological well-being. *Europe's Journal of Psychology, 10*(3), 464-479.
- Cann, A., & Etzel, K. (2008). Remembering and anticipating stressors: Positive personality mediates the relationship with sense of humor. *Humor: International Journal of Humor Research, 21*(2), 157-178.
- Cann, A. & Kuiper, A. N. (2014). Research on the Role of Humor in Well-Being and Health. [Interview]. *Europe's Journal of Psychology, 10*(3), 412-428.
- Cann, A., Stilwell, K., & Taku, K. (2010). Humor styles, positive personality and health. *Europe's Journal of Psychology, 3*, 213-235.
- Cann, A., Zapata, C., & Davis, H. (2009). Positive and negative styles of humor in communication: Evidence for the importance of considering both styles. *Communication Quarterly, 57*(4), 52-468.

- Carbelo, B. y Jáuregui, E. (2006). Emociones positivas: humor positivo. *Papeles del Colegio*, 27, 18-30.
- Carlson, P. M., & Peterson, R. L. (1995). What is humor and why is it important? *Reclaiming Children and Youth: Journal of Emotional and Behavioral Problems*, 4(3), 6-12.
- 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(3), 245-281.
- Carver, C. S., Pozo, C., Harris, S. D., Noriega, V., Scheier, M. F., Robinson, D. S., et al. (1993). How coping mediates the effect of optimism on distress: A study of women with early stage breast cancer. *Journal of Personality & Social Psychology*, 65(2), 375-390.
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality & Social Psychology*, 56(2), 267-283.
- Casas, F., Figuer, C., González, M., Malo, S., Alsinet, C., & Subarroca, S. (2007). The well-being of 12 - to 16-year-old adolescents and their parents: Results from 1999 to 2003 Spanish samples. *Social Indicators Research*, 83(1), 87-115.
- Caspi, A., Roberts, B.W., & Shiner, R. L. (2005). Personality development: stability and change. *Annual Review of Psychology*, 56, 453-484.
- Cattell, R. B. (1945). The description of personality: Principles and findings in a factor analysis. *American Journal of Psychology*, 58, 69-90.
- Cattell, R. B., & Luborsky, L. B. (1947). Personality factors in response to humor. *Journal of Abnormal & Social Psychology*, 42, 402-421.
- Celso, B. G., Ebener, D. J., & Brkhead, E. J. (2003). Humor, coping, health status, and life satisfaction among older adults residing in assisted living facilities. *Aging and Mental Health*, 7, 438-445.
- Chafe, W. (1987). Humor as a disabling mechanism. *The American Behavioral Scientist*, 30, 16-26.
- Chaplin, W. F. (1991). The next generation in moderation research in personality psychology. *Journal of Personality*, 59, 143-178.

- Chapman, A. (1983). Humor and Laughter in Social Interaction and Some Implications for Humor Research. In P. E. McGhee & J. H. Goldstein (Eds.), *A Handbook of Humour Research, Vol. 1: Basic issues* (pp.135-157). New York: Springer-Verlag.
- Chen, G-H., & Martin, R. A. (2007). A comparison of humor styles, coping humor, and mental health between Chinese and Canadian university students. *Humor: International Journal of Humor Research, 20*, 215-234.
- Cohen, J., Cohen, P., West, S. G., & Aiken, L. S. (2003). *Applied multiple regression/correlation analysis for the behavioral sciences*. Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin, 98*, 310-357.
- Cohn, M. A., Fredrickson, B. L., Brown, S. L., Mikels, J. A., & Conway, A. M. (2009). Happiness unpacked: Positive emotions increase life satisfaction by building resilience. *Emotion, 9*, 361-368.
- Connelly, B. S., & Ones, D. S. (2010). An other perspective on personality: Meta-analytic integration of observers' accuracy and predictive validity. *Psychological Bulletin, 136*, 1092-1122.
- Costa P. T., & McCrae, R. R. (1980). Influence of extraversion and neuroticism on subjective well-being: happy and unhappy people. *Journal of Personality and Social Psychology, 54*, 296-308.
- Cousins, N. (1979). Anatomy of an illness (as perceived by the patient), *The New England Journal of Medicine, 295*, 1458-1463.
- Craik, K. H., Lampert, M. D., & Nelson, A. J. (1996). Sense of humor and styles of everyday humorous conduct. *Humor: International Journal of Humor Research, 9*, 273-302.
- Cramer, P. (2000). Defense mechanisms in psychology today: Further processes for adaptation. *American Psychologist, 55*, 637-646.
- Crawford, S. A., & Caltabiano, N. J. (2011). Promoting emotional well-being through the use of humour. *The Journal of Positive Psychology, 6*(3), 237-252.
- Crawford, J. R., & Henry, J. D. (2003). The Depression Anxiety Stress Scales (DASS): Normative data and latent structure in a large non-clinical sample. *British Journal of Clinical Psychology, 42*, 111-131.
- Critchley, S. (2002). *On Humour*. London and New York: Routledge

- Culver, J. L., Arena, P. L., Wimberly, S. R., Antoni, M. H., & Carver, C. S. (2004). Coping among African-American, Hispanic, and non-Hispanic White women recently treated for early stage breast cancer. *Psychology & Health, 19*(2), 157-166.
- Čolović, P., Mitrović, D., & Smederevac, S. (2005). Evaluacija modela Velikih pet u našoj kulturi primenom upitnika FIBI. *Psihologija, 38*(1), 55-76.
- Danner, D. D., Snowdon, D. A., & Friesen, W. V. (2001). Positive emotions in early life and longevity: Findings from the nun study. *Journal of Personality and Social Psychology, 80*, 804-813.
- Danzer, A. J., Alexander, D., & Klions, H. L. (1990). Effect of exposure to humorous stimuli on induced depression. *Psychological Reports, 66*, 1027-1036.
- Darwin, C. (1871). *The descent of man*. London: John Murray.
- Davidson, R. J., Jackson, D. C., & Kalin, N. H. (2000). Emotion, plasticity, context, and regulation: Perspectives from affective neuroscience. *Psychological Bulletin, 126*, 890-909.
- Deaner, S., & McConatha, J. (1993). The relation of humor to depression and personality. *Psychological Reports, 72*, 755-763.
- De Fruyt, F., Bartels, M., Van Leeuwen, K. G., De Clercq, B., Decuyper, M., & Mervielde, I. (2006). Five types of personality continuity in childhood and adolescence. *Journal of Personality and Social Psychology, 91*, 538-552.
- De Fruyt, F., Mervielde, I., Hoekstra, H. A., & Rolland, J. P. (2000). Assessing adolescents' personality with the NEO-PI-R. *Assessment, 7*, 329-345.
- DeNeve, K. M., & Cooper, H. (1998). The happy personality: A metaanalysis of 137 personality traits and subjective well-being. *Psychological Bulletin, 124*, 197-229.
- Dewitte, S., & Verguts, T. (2001). Being funny: A selectionist account of humor production. *Humor: International Journal of Humor Research, 14*(1), 37-53.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin, 95*(3), 542-575.
- Diener, E. (2012). New findings and future directions for subjective well-being research. *American Psychologist, 67*, 590-597.
- Diener, E. (2014). Happiness: The Science of Subjective Well-Being. In R. Biswas-Diener & E. Diener. *Noba Textbook Series: Psychology* (pp. 72-98). Champaign, IL: DEF Publishers

- Diener, E., Colvin, C. R., Pavot, W. G., & Allman, A. (1991). The psychic costs of intense positive affect. *Journal of Personality & Social Psychology*, *61*, 492-503.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, *49*, 71-75.
- Diener, E., & Larsen, R. J. (1993). The experience of emotional well-being. In: M. Lewis, and J. M. Haviland (Eds.), *Handbook of emotions* (pp. 405-415). New York: Guilford.
- Diener, E., Nickerson, C., Lucas, R. E., & Sandvik, E. (2002). Dispositional affect and job outcomes. *Social Indicators Research*, *59*, 229-259.
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology*, *54*, 403-425.
- Diener, E., & Ryan, K. (2009). Subjective well-being: a general overview. *South African Journal of Psychology*, *39*(4), 391-406.
- Diener, E., Scollon, C. N., & Lucas, R. E. (2004). The evolving concept of subjective well-being: The multifaceted nature of happiness. In P. T. Costa & I. C. Siegler (Eds.), *Advances in cell aging and gerontology*, Vol. 15(pp. 187-220). Amsterdam: Elsevier.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. E. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, *125*, 276-302.
- Diener, E., & Seligman, M. E. P. (2002). Very happy people. *Psychological Science*, *13*, 81-84.
- Diener, E., & Suh, M. E. (1998). Subjective well-being and age: An international analysis. In K.W. Schaie & M.P. Lawton (Eds.), *Annual review of gerontology and geriatrics*, Vol. 17. *Focus on emotion and adult development* (pp. 304-324). New York: Springer.
- Diener, E., Suh, E., & Oishi, S. (1997). Recent findings on subjective well-being. *Indian Journal of Clinical Psychology*, *24*, 25-41.
- Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D., Oishi, S., & Biswas-Diener, R. (2009). New measures of well-being: Flourishing and positive and negative feelings. *Social Indicators Research*, *39*, 247-266.
- Digman, J. M., & Inouye, J. (1986). Further specification of the five robust factors of personality. *Journal of Personality and Social Psychology*, *50*, 116-123.
- Divković, M. (1980). *Latinsko-hrvatski rječnik za škole*. Zagreb: Naprijed
- Dixon N. (1980). Humor: a cognitive alternative to stress? In I. Sarason & C. Spielberger (Eds.), *Stress and Anxiety*, Vol. 7, (pp.281-289). Washington, D.C.: Hemisphere.

- Dixon, P. N., Willingham, W. K., Chandler, C. K., & McDougal, K. (1986). Relating social interest and dogmatism to happiness and sense of humor. *Individual Psychology: Journal of Adlerian Theory, Research & Practice*, 42(3), 421-427.
- Dorz, S., Novara, C., Sica, C., & Sanavio, E. (2003). Predicting burnout among HIV/AIDS and oncology health care workers. *Psychology & Health*, 18(5), 677-684.
- Downs, V. C., Javidi, M. M., & Nussbaum, J. F. (1988). An analysis of teachers' verbal communication within the college classroom: Use of humor, self-disclosure, and narratives. *Communication Education*, 37(2), 127-141.
- Dunbar, R. I. M., Baron, R., Frangou, A., Pearce, E., van Leeuwen, E. J. C., Stow, J., ... van Vugt, M. (2011). Social laughter is correlated with an elevated pain threshold. *Proceedings of the Royal Society of London B: Biological Sciences*, 161-1167.
- Dunning, D., Meyerowitz, J. A., & Holzberg, A. D. (1989). Ambiguity and self-evaluation: The role of idiosyncratic trait definitions in self-serving assessments of ability. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1082-1090.
- Dyck, K. T. H. & Holtzman, S. (2013). Understanding humor styles and well-being: The importance of social relationships and gender. *Personality and Individual Differences*, 55, 53-58.
- Edwards, K. R. (2013). The Role of Humor as a Character Strength in Positive Psychology. *Electronic Thesis and Dissertation Repository*. Paper 1681.
- Edwards, K., & Martin, R. A. (2010). Humor Creation Ability and Mental Health: Are Funny People more Psychologically Healthy? *Europe's Journal of Psychology*, 6(3), 196-212.
- Edwards, K. R., & Martin, R. A. (2014). The Conceptualization, Measurement, and Role of Humor as a Character Strength in Positive Psychology. *Europe's Journal of Psychology*, 10(3), 505-519.
- Ehrhardt J., Saris W. E., & Veenhoven, R. (2000). Stability of life-satisfaction over time: Analysis of change in ranks in a national population. *Journal of Happiness Studies*, 1, 177-205.
- Eid, M., & Diener, E. (1999). Intraindividual variability in affect; Reliability, validity, and personality correlates. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76, 662-676.
- Eid, M., & Diener, E. (Eds.). (2006). *Handbook of multimethod measurement in psychology*. Washington, DC: APA.

- Erickson, S. J., & Feldstein, S. W. (2007). Adolescent humor and its relationship to coping, defense strategies, psychological distress, and well-being. *Child Psychiatry and Human Development, 37*, 255-271.
- Erickson, S. J., Feldman, S.S., & Steiner, H. (1996). Defense mechanisms and adjustment in normal adolescents. *The American Journal of Psychiatry, 153*(6), 826-828.
- Erözkan, A. (2009). Interpersonal relationship styles and humour styles of university students. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi, Journal of Buca Faculty of Education, 26*, 56-66.
- Estrada, C., Isen, A. M., & Young, M. J. (1994). Positive affect influences creative problem solving and reported source of practice satisfaction in physicians. *Motivation and Emotion, 18*, 285-299.
- Eysenck, H. J. (1940). The general factor in aesthetic judgements. *British Journal of Psychology, 31*, 94-102.
- Eysenck, H. J. (1942). The appreciation of humour: an experimental and theoretical study. *British Journal of Psychology, 32*, 295-309.
- Eysenck, H. J. (1943). An experimental analysis of five tests of "appreciation of humor." *Educational & Psychological Measurement, 3*, 191-214.
- Eysenck, H. J., & Eysenck, M. W. (1985). *Personality and individual differences: A natural science approach*. New York: Plenum Press.
- Falkenberg, I., Buchkremer, G., Bartels, M., & Wild, B. (2011). Implementation of a manual-based training of humor abilities in patients with depression: A pilot study. *Psychiatry Research, 186*, 454-457.
- Feingold, A. (1981). Testing equity as an explanation for romantic couples mismatched on physical attractiveness. *Psychological Reports, 49*, 247-250.
- Feingold, A. (1992). Gender differences in mate selection preferences: A test of the parental investment model. *Psychological Bulletin, 112*, 125-139.
- Feingold, A., & Mazzella, R. (1991). Psychometric intelligence and verbal humor ability. *Personality and Individual Differences, 12*, 427-435.
- Fine, G. A. (1975). Components of perceived sense of humor ratings of self and other. *Psychological Reports, 36*, 739-794.

- Flamson, T., & Barrett, H. C. (2008). The encryption theory of humor: A knowledge-based mechanism of honest signaling. *Journal of Evolutionary Psychology, 6*, 261-281.
- Foley, E., Matheis, R., & Schaefer, C. (2002). Effect of forced laughter on mood. *Psychological Reports, 90*(1), 184.
- Ford, T. E., & Lappi, S. K., & Holden, C. J. (2016). Personality, Humor Styles and Happiness: Happy People Have Positive Humor Styles. *Europe's Journal of Psychology, 12*(3), 320-337.
- Ford, T. E., McCreight, K. A., & Richardson, K. (2014). Affective Style, Humor Styles and Happiness. *Europe's Journal of Psychology, 10*(3), 451-463.
- Ford, C., & Spaulding, R. (1973). The Pueblo incident. *Archives of General Psychiatry, 29*, 340-343.
- Fraizer, P. A., Tix, A. P., & Baron, K. E. (2004). Testing Moderator and Mediator Effects in Counseling Psychology Research. *Journal of Counseling Psychology, 51*(1), 115-134.
- Francis, L., Monahan, K., & Berger, C. (1999). A laughing matter? The uses of humor in medical interactions. *Motivation and Emotion, 23*, 155-174.
- Frankl, V. E. (1960). Paradoxical intention: A logotherapeutic technique. *American Journal of Psychotherapy, 14*, 520-535.
- Fraley, B., & Aron, A. (2004). The effect of a shared humorous experience on closeness in initial encounters. *Personal Relationships, 11*(1), 61-78.
- Franzoi, S. L., Davis, M. H., & Vasquez-Suson, K. A. (1994). Two social worlds: Social correlates and stability of adolescent status groups. *Journal of Personality and Social Psychology, 67*, 462-473.
- Fredrickson, B. L. (1998). What good are positive emotions? *Review of General Psychology, 2*, 300-319.
- Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist, 56*, 218-226.
- Fredrickson, B. L. (2006). The broaden-and-build theory of positive emotions. In M. Csikszentmihalyi & I. Csikszentmihalyi (Eds.), *A life worth living: Contributions to positive psychology* (pp. 85-103). New York: Oxford University Press.
- Fredrickson, B. L., & Branigan, C. A. (2005). Positive emotions broaden the scope of attention and thought-action repertoires. *Cognition and Emotion, 19*, 313-332.

- Fredrickson, B. L., & Joiner, T. (2002). Positive emotions trigger upward spirals toward emotional well-being. *Psychological Science, 13*, 172-175.
- Fredrickson, B. L., & Levenson, R. W. (1998). Positive emotions speed recovery from the cardiovascular sequelae of negative emotions. *Cognition and Emotion, 12*, 191-220.
- Freud, S. (1928). Humor. *International Journal of Psychoanalysis, 9*, 1-6.
- Frewen, P. A., Brinker, J., Martin, R. A. & Dozois, D. J. A. (2008). Humor styles and personality vulnerability to depression. *Humor: International Journal of Humor Research, 21*, 179-195.
- Fried, I., Wilson, C. L., MacDonald, K. A., & Behnke, E. J. (1998). Electric current stimulates laughter. *Nature, 391*, 650.
- Friedman, H. S., Tucker, J. S., Tomlinson-Keasey, C., Schwartz, J. E., Wingard, D. L., & Criqui, M. H. (1993). Does childhood personality predict longevity? *Journal of Personality and Social Psychology 65*, 176-185.
- Frijda, N. H. (1999). Emotions and hedonic experience. In D. Kahneman, E. Diener, & N. Schwarz (Eds.), *Well-being: The foundations of hedonic psychology* (pp. 190-212). New York: Russell Sage Foundation.
- Frojd, S. (1976). *Dosetka i njen odnos prema nesvesnom*. Matica srpska: Novi Sad
- Fry, W.F. (1994). The biology of humor. *Humor: International Journal of Humor Research, 7*, 111-126.
- Furman, W., & Buhrmester, D. (1992). Age and sex differences in perceptions of networks of personal relationships. *Child Development, 63*(1), 103-115.
- Gallagher, E.N., & Vella-Brodrick, D.A. (2008). Social support and emotional intelligence as predictors of subjective well-being. *Personality and Individual Differences, 44*, 1551-1561.
- Galloway, G., & Chirico, D. (2008). Personality and humor appreciation: Evidence of an association between trait neuroticism and preferences for structural features of humor. *Humor: International Journal of Humor Research, 21*, 129-142.
- Gamble, J. (2001). Humor in apes. *Humor: International Journal of Humor Research, 14*(2), 163-179.
- Gavrilov-Jerković, V., Jovanović, V., Žuljević, D., & Brdarić, D. (2012). *Skala životnih događaja (CLLE)*. Neobjavljeni manuscript. Novi Sad: Univerzitet u Novom Sadu.

- Geisler, F. C. M., & Weber, H. (2010). Harm that does not hurt: Humour in coping with self-threat. *Motivation and Emotion, 34*, 446-456.
- Geisler, F. C. M., Wiedig-Allison, M., & Weber, H. (2009). What coping tells about personality. *European Journal of Personality, 23*, 289-306.
- Gelkopf, M., Kreitler, S., & Sigal, M. (1993). Laughter in a psychiatric ward: Somatic, emotional, social and clinical influences on schizophrenic patients. *Journal of Nervous & Mental Diseases, 181*, 283-185.
- Gervais, M., & Wilson, D. S. (2005). The evolution and functions of laughter and humor: A synthetic approach. *Quarterly Review of Biology, 80*(4), 395-430.
- Gick, M. L., & Lockhart, R. S. (1995). Cognitive and affective components of insight. In R. J. Sternberg & J. E. Davidson (Eds.), *The Nature of Insight* (pp. 197-228). Cambridge, MA: MIT Press.
- Gillham, J., Adams-Deutsch, Z., Werner, J., Reivich, K., Coulter-Heindl, V., Linkins, M., ... Seligman, M. E. P. (2011). Character strengths predict subjective well-being during adolescence. *The Journal of Positive Psychology, 6*(1), 31-44.
- Gloster, A. T., Rohades, H. M., Novy, D., Klotsche, J., Senior, A., Kunik, M., . . . Stanley, M. A. (2008). Psychometric properties of the Depression Anxiety and Stress Scale-21 in older primary care patients. *Journal of Affective Disorders, 110*, 248-259.
- Goldberg, L. R. (1992). The development of markers for the Big-Five factor structure. *Psychological Assessment, 4*(1), 26-42.
- Goldstein, J. H. (1982). A laugh a day: Can mirth keep disease at bay? *The Sciences, 22*(6), 21-25.
- Goodenough, F. L. (1932). Expression of the emotions in a blind-deaf child. *Journal of Abnormal & Social Psychology, 27*, 328-333.
- Goodwin, R. (1990). Sex differences among partner preferences: Are the sexes really very similar? *Sex Roles, 23*, 501-513.
- Graham, E. E. (1995). The involvement of sense of humor in the development of social relationships. *Communication Reports, 8*, 158-169.
- Gray, J. A., & McNaughton, N. (2003). *The Neuropsychology of Anxiety*. Oxford: Oxford University Press.

- Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology*, 2, 271-299.
- Gross, J. J. (2008). Emotion regulation. In M. Lewis, J.M. Haviland-Jones, & L. Feldman Barret (Eds.), *Handbook of emotions* (pp. 497-512). New York, NY: Guilford Press
- Gross, J. J., & Muñoz, R. F. (1995). Emotion regulation and mental health. *Clinical Psychology: Science & Practice*, 2(2), 151-164.
- Gross, J. J., & Thompson, R. A. (2007). Emotion regulation: Conceptual foundations. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp. 3-24). New York, NY: Guilford Press.
- Grotjahn, M. (1957). *Beyond Laughter*. McGraw-Hill: New York.
- Guilford, J. S., Zimmerman, W. S., & Guilford, J. P. (1976). *The Guilford-Zimmerman Temperament Survey Handbook*. San Diego, CA: EdITS Publishers.
- Gunthert, K. C., Cohen, L. H., & Armeli, S. (1999). The role of neuroticism in daily stress and coping. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77, 1087-1100.
- Haan, N., Millsap, R., & Hartka, E. (1986). As time goes by: Change and stability in personality over fifty years. *Psychology and Aging*, 1, 220-232.
- Harker, L., & Keltner, D. (2001). Expressions of positive emotions in women's college yearbook pictures and their relationship to personality and life outcomes across adulthood. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80, 112-124.
- Hayes, A. F., & Matthes, J. (2009). Computational procedures for probing interactions in OLS and logistic regression: SPSS and SAS implementations. *Behavior Research Methods*, 41, 924-936.
- Hayworth, D. (1928). The social origin and function of laughter. *Psychological Review*, 35, 367-384.
- Headey, B. & Wearing, A. (1992). *Understanding Happiness: A Theory of Subjective Well-Being*. Melbourne. Aust.: Longman Cheshire
- Hehl, F. J., & Ruch, W. (1985). The location of sense of humor within comprehensive personality spaces: An exploratory study. *Personality and Individual Differences*, 6, 703-715.
- Heller, D., Watson, D., & Ilies, R. (2004). The role of person versus situation in life satisfaction: A critical examination. *Psychological Bulletin*, 130, 574-600.
- Helson, R., & Wink, P. (1992). Personality change in women from the early 40s to the early 50s.

- Psychology and Aging*, 7, 46-55.
- Hendel, D. D. (1978). Mate selection values of high school and college students. *Counselling and Values*, 22, 127-133.
- Henman, L. D. (2001). Humor as a coping mechanism: lessons from POWs. *Humor*, 14(1), 83-94.
- Herzog, T. R., & Strevey, S. J. (2008). Contact with nature, sense of humor and psychological well-being. *Environment and Behavior*, 40(6), 747-776.
- Ho, S. K. & Chik, M.P.Y.(2010). The effects of humor and gender on the relationship between social support and psychological well-being. *American Journal of Psychological Research*, 6, 218-240.
- Hobbes, T. (1840). Human Nature. In W. Molesworth (Ed.), *The English Works of Thomas Hobbes of Malmesbury*, 4, London: Bohn.
- Hofmann, J. & Ruch, W. (2013). Humor. In Dana S. Dunn (Ed.), *Oxford Bibliographies Online*. New York: Oxford University Press
- Hogan, J., & Ones, D. S. (1997). Conscientiousness and integrity at work. In R. Hogan, J. Johnson & S. Briggs (Eds.), *Handbook of personality psychology* (pp. 825-847). San Diego: Academic Press.
- Holmbeck, G. N. (1997). Toward terminological, conceptual, and statistical clarity in the study of mediators and moderators: Examples from the child-clinical and pediatric psychology literatures. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 65, 599-610.
- Holmes, J. (2006). Sharing a laugh: Pragmatic aspects of humor and gender in the workplace. *Journal of Pragmatics*, 38(1), 26-50.
- Hudak, D., Alexander Dale, J., Hudak, M. A., & Degood, D. E. (1991). Effects of humorous stimuli and sense of humor discomfort. *Psychological Reports*, 69, 779-786.
- Hugelshofer, D. S., Kwon, P., Reff, R. C., & Olson, M. L. (2006). Humour's role in the relation between attributional style and dysphoria. *European Journal of Personality*, 20, 325-336.
- Hurley, M. M., Dennett, D. C., & Adams Jr., R. B. (2011). *Inside jokes: Using humor to reverse-engineer the mind*. Cambridge, MA: MIT Press.
- Isen, A. M. (2000). Cognitive factors. In M. Lewis, & J. M. Haviland-Jones (Eds.), *Handbook of emotions* (pp. 417–520). New York: Guilford Press.

- Isen, A. M., & Daubman, K. A. (1984). The influence of affect on categorization. *Journal of Personality and Social Psychology*, *47*, 1206–1217.
- Isen, A. M., Daubman, K. A., & Nowicki, G. P. (1987). Positive affect facilitates creative problem solving. *Journal of Personality and Social Psychology*, *52*, 1122-1131.
- Isen, A. M., Johnson, M. M. S., Mertz, E., & Robinson, G. E (1985). The influence of positive affect on the unusualness of word associations. *Journal of Personality and Social Psychology*, *48*, 1413–1426.
- Isen, A. M., Niedenthal, P., & Cantor, N. (1992). The influence of positive affect on social categorization. *Motivation and Emotion*, *16*, 65–78.
- Ivković, S., & Brdarić, D. (2014). *Samoprocena i procena od strane drugih u kontekstu smisla za humor - Draga, da li ćeš verovati svojim očima ili meni?* Saopštenje sa štampanim rezimeom. Naučno-stručni skup: Sabor psihologa na Zlatiboru.
- Izard, C. E. (1991). *The Psychology of Emotions*. New York: Plenum Press.
- Jackson, T., Fritch, A., Nagasaka, T., & Gunderson, J. (2002). Towards explaining the association between shyness and loneliness: A path analysis with American college students. *Social Behavior and Personality*, *30*, 263-270.
- James, L. R., & Brett, J. M. (1984). Mediators, moderators, and tests for mediation. *Journal of Applied Psychology*, *69*, 307-321.
- Jarvis, W. (2000). *Norman Cousins*. Retrieved from <http://www.ncahf.org/articles/cd/cousins.html> on 30th of July 2015.
- Jensen-Campbell, L. A. & Malcolm, K. T. (2007). The importance of Conscientiousness in adolescent interpersonal relationships, *Personality and Social Psychology Bulletin*, *33*, 368-83.
- John, O. P. (1990). The "Big Five" factor taxonomy: Dimensions of personality in the natural language and questionnaires. In L. A. Pervin (Ed.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 66-100). New York: Guilford Press.
- John, O. P., Caspi, A., Robins, R.W., Moffitt, T. E., & Stouthamer-Loeber, M. (1994). The “Little Five”: Exploring the nomological network of the five-factor model of personality in adolescent boys. *Child Development*, *65*, 160-178.

- John, O. P., & Srivastava, S. (1999). The Big-Five trait taxonomy: History, measurement, and theoretical perspectives. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 102-138). New York: Guilford Press.
- Johnson, A., & McCord, M. D. (2010). Relating Sense of Humor to the Five Factor Theory Personality Domains and Facets. *American Journal of Psychological research*, 6, 32-40.
- Jones, T. G., Rapport, L. J., Hanks, R. A., Lichtenberg, P. A., & Telmet, K. (2003). Cognitive and psychosocial predictors of subjective well-being in urban older adults. *Clinical Neuropsychologist*, 17(1), 3-18.
- Jovanović, V. (2011). Do humor styles matter in the relationship between personality and subjective well-being? *Scandinavian Journal of Psychology*, 52, 502-507.
- Jovanović, V. (2012). Efekat srećnog i disforičnog afekta i vulnerabilnosti za depresiju na proces patnje: studija očnih pokreta. *Doktorska disertacija*. Novi Sad: Filozofski fakultet
- Jovanović, V. (2015). Beyond PANAS: Incremental validity of the Scale of Positive and Negative Experience (SPANE) in relation to well-being. *Personality and Individual Differences*, 86, 487-491.
- Jovanović, V. (2016). *Psihologija subjektivnog blagostanja*. Novi Sad: Univerzitet u Novom Sadu
- Jovanović, V., & Gavrilov-Jerković, V. (2016). The Structure of Adolescent Affective Well-Being: The Case of the PANAS Among Serbian Adolescents. *Journal of Happiness Studies*, 17(5), 2097-2117.
- Jovanović, V., Gavrilov-Jerković, V., Žuljević, D., & Brdarić, D. (2014). Psihometrijska evaluacija Skale depresivnosti, anksioznosti i stresa (DASS-21) na uzorku studenata u Srbiji. *Psihologija*, 47(1), 93-112.
- Judd, C. M., McClelland, G. H., & Culhane, S. E. (1995). Data analysis: Continuing issues in the everyday analysis of psychological data. *Annual Review of Psychology*, 46, 433-465.
- Jung, W. E. (2003). The inner eye theory of laughter: Mindreader signals cooperator value. *Evolutionary Psychology*, 1, 214 -253.
- Kahneman, D. (1999). Objective happiness. In D. Kahneman, E. Diener, & N. Schwarz (Eds.), *Well-being: The foundations of hedonic psychology* (pp. 3-25). New York: Russell Sage Foundation.

- Kalliny, M., Cruthirds, K. W., & Minor, M. S. (2006). Differences between American, Egyptian and Lebanese Humor Styles: Implications for international management. *International Journal of Cross Cultural Management*, 6, 121-134.
- Kant, I. (1975). *Kritika moći suđenja*. Beograd: Bigz
- Kambouropoulou, P. (1930). Individual differences in the sense of humor and their relation to temperamental differences. *Archives of Psychology*, 19, 1-83.
- Karakuş, O., Ercan, F. Z., & Tekgöz, A. (2014). The relationship between types of humor and perceived social support among adolescents. *Procedia - Social and Behavioral Sciences* 152, 1194-1200.
- Karou-ei, R., Doosti, Y., Dehshiri, G., & Heidari, M. (2009). Humor styles, subjective well-being, and emotional intelligence in college students. *Journal of Iranian Psychologists*, 5 (18), 159-169.
- 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, wellbeing, and family adjustment among Armenians in Lebanon. *Humor: International Journal of Humor Research*, 19(4), 405-423.
- Kelly, W. E. (2002). An investigation of worry and sense of humor. *Journal of Psychology*, 136(6), 657-666.
- Keltner, D., & Bonnano, G. A. (1997). A study of laughter and dissociation: Distinct correlates of laughter and smiling during bereavement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 687-702.
- Kenrick, D. T., Sadalla, E. K., Groth, G., & Trost, M. R. (1990). Evolution, traits, and the stages of the parental investment model. *Journal of Personality*, 58, 97-117.
- Kerckänen, P., Kuiper, N. A., & Martin, R. A. (2004). Sense of humor, physical health, and well-being at work: A three-year longitudinal study of Finnish police officers. *Humor: International Journal of Humor Research*, 17, 21-35.
- Kirsh, G. A., & Kuiper, N. A. (2003). Positive and negative aspects of sense of humor: Associations with the constructs of individualism and relatedness. *Humor: International Journal of Humor Research*, 16, 33-62.
- Kling, K., Ryff, C., Love, G., & Essex, M. (2003). Exploring the influence of personality on

- depressive symptoms and self-esteem across a significant life transition. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85, 922-932.
- Koestler, A. (1964). *The Act of Creation*. New York: Macmillan
- Korotkov, D., & Hannah, T. E. (1994). Extraversion and emotionality as proposed superordinate stress moderators. A prospective analysis. *Personality and Individual Differences*, 16(5), 787-792.
- Korovkin, S., & Nikiforova, O. (2015). *Humor as a Facilitator of Insight Problem Solving*. Conference paper. Euro Asian Pacific Joint Conference on Cognitive Science, Torino, Italy
- Kosenko, K. A., & Rintamaki, L. S. (2010). Forms, functions, and foibles of humor used in AIDS service organizations. *The Journal of the Association of Nurses in AIDS Care*, 21, 25-35.
- Koydemir, S., & Schütz, A. (2012). Emotional intelligence predicts components of subjective well-being beyond personality: A two-country study using self- and informant reports, *The Journal of Positive Psychology*, 7(2), 107-118.
- Kozbelt, A., & Nishioka, K. (2010). Humor comprehension, humor production, and insight: An exploratory study. *Humor: International Journal of Humor Research*, 23(3), 375-401.
- 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, 363-397.
- Kruger, J., & Dunning, D. (1999). Unskilled and unaware of it: How difficulties in recognizing one's own incompetence lead to inflated self-assessments. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77(6), 1121-1134.
- Kubie, L. S. (1971). The destructive potential of humor in psychotherapy. *American Journal of Psychiatry*, 127, 37-42.
- Kuhle, B. X. (2012). It's funny because it's true (because it evokes our evolved psychology). *Review of General Psychology*, 16, 177-186.
- Kuiper, N. A. (1978). Depression and causal attributions for success and failure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 36, 236-246.

- Kuiper, N. A. (2010). Introductory Comments: Special Issue of EJOP (August 2010) on Humor Research in Personality and Social Psychology [Editorial]. *Europe's Journal of Psychology*, 6(3), 1-8.
- Kuiper, N. A. (2012). Humor and Resiliency: Towards a Process Model of Coping and Growth. *Europe's Journal of Psychology*, 8(3), 475-491.
- Kuiper, N.A., & Borowicz-Sibenik, M. (2005). A good sense of humor doesn't always help: Agency and communion as moderators of psychological well-being. *Personality and Individual Differences*, 38(2), 365-377.
- Kuiper, N., Grimshaw, M., Leite, C. & Kirsh, G. (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), 135-168.
- Kuiper, N. A. & Martin, R. A. (1993). Humor and self-concept. *Humor: International Journal of Humor Research*, 6(3), 251-270.
- Kuiper, N., & Martin, R. (1998a). Laughter and stress in daily life: relation to positive and negative affect. *Motivation and Emotion*, 22, 133-153.
- Kuiper, N. A. & Martin, R. A. (1998b). Is sense of humor a positive personality characteristic? In Ruch, W. (ed.), *The Sense of Humor: Explorations of a Personality Characteristic* (pp.159-178). Berlin/New York: Mouton de Gruyter.
- Kuiper, N. A., Martin, R. A., & Dance, K. A. (1992). Sense of humour and enhanced quality of life. *Personality and Individual Differences*, 13(12), 1273-1283.
- Kuiper, N. A., & McHale, N. (2009). Humor styles as mediators between self-evaluative standards and psychological well-being. *The Journal of Psychology*, 143(4), 359-376.
- Kuiper, N. A., Martin, R. A., & Olinger, L. J. (1993). Coping humour, stress, and cognitive appraisals. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 25(1), 81-96.
- Kuiper, N. A., McKenzie, S. D., & Belanger, K. A. (1995). Cognitive appraisals and individual differences in sense of humor: Motivational and affective implications. *Personality and Individual Differences*, 19, 359-372.
- Kuiper, N. A., & Olinger, L. J. (1998). Humor and mental health. In H.Friedman (Ed.), *Encyclopedia of mental health*, 2, (pp.445-457). San Diego: Academic Press.

- Labbott, S. M., Ahleman, S. W., Wolever, M. E. & Martin, R.B. (1990). The physiological and psychological effects of the expression and inhibition of emotion. *Behavioral Medicine*, *16*, 182-189.
- Larsen, R., & Diener, E. (1987). Affect intensity as an individual difference characteristic: A review. *Journal of Research in Personality*, *21*, 1-39.
- Larsen, R. J., & Ketelaar, T. (1989). Extraversion, neuroticism, and susceptibility to positive and negative mood induction procedures. *Personality and Individual Differences*, *10*, 1221-1228.
- Larson, R., & Csikszentmihalyi, M. (1983). The experience sampling method. In H. T. Reiss (Ed.), *New Directions for Methodology of Social and Behavioral Science*, *15*, 41-56.
- Lazarus, R. S. (1976). *Patterns of Adjustment*. New York: McGraw-Hill
- Lazarus, R. S. (2000). Towards better research on stress and coping. *American Psychologist*, *55*(6), 665-673.
- Lazarus, R. S., & Folkman S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer Publishing Company.
- Lefcourt, H. M. (2001). *Humor: The psychology of living buoyantly*. New York: Kluwer Academic.
- Lefcourt, H. M. (2002). Humor. In S. J. Lopez & C. R. Snyder (Eds.), *Handbook of Positive Psychology*. Oxford: Oxford University Press
- Lefcourt H. M., & Davidson-Katz, K. (1991). The role of humor and the self. In: C. R. Snyder CR & D. R. Forsyth (Eds.), *Handbook of social and clinical psychology: the health perspective (pp. 41-56)*. Pergamon, New York
- Lefcourt, H. M., Davidson, K., Shepherd, R. S., Phillips-Ken, M., Prkachin, M., & Mills, D. E. (1995). Perspective-taking humor: Accounting for stress moderation. *Journal of Social and Clinical Psychology*, *14*, 373-391.
- Lefcourt, H. M., & Martin, R. A. (1986). *Humor and life stress: Antidote to adversity*. New York, NY: Springer-Verlag.
- Lehman, K. M., Burke, K. L., Martin, R., Sultan, J., & Czech, D. R. (2001). A reformulation of the moderating effects of productive humor. *Humor: International Journal of Humor Research*, *14*, 131-161.

- Levin, J. (1977). Humor as a form of therapy: Introduction to symposium. In A.J. Chapman & H. C. Foot (Eds.), *It's a funny thing, humour*. Oxford, England: Pergamon Press.
- Li, N. P., Bailey, J. M., Kenrick, D. T., & Linsenmeier, J. A. (2002). The necessities and luxuries of mate preferences: Testing the tradeoffs. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 947-955.
- Lopes, P. N., Brackett, M. A., Nezlek, J. B., Schutz, A., Sellin, I., & Salovey, P. (2004). Emotional intelligence and social interaction. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 30, 1018-1034.
- Lovibond, S. H. & Lovibond, P. F. (1995). *Manual for the Depression Anxiety Stress Scales*. (2nd. Ed.), Sydney: Psychology Foundation.
- Lu, L., Shih, J. B., Lin, Y. Y., & Ju, L. S. (1997). Personal and environmental correlates of happiness. *Personality and Individual Differences*, 23, 453-462.
- Lucas, R. E., Diener, E., & Suh, E. (1996). Discriminant validity of well-being measures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71(3), 616-628.
- Lucas, R. E., Diener, E., Grob, A., Suh, E. M., & Shao, L. (2000). Cross-cultural evidence for fundamental features of extraversion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79, 452-468.
- Lucas, R. E., & Fujita, F. (2000). Factors influencing the relation between extraversion and pleasant affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79, 1039-1056.
- Luborsky, L. B., & Cattell, R. B. (1974). The validation of personality factors in humor. *Journal of Personality*, 15, 283-291.
- Luhmann, M., Hofmann, W., Eid, M., & Lucas, R. E. (2012). Subjective well-being and adaptation to life events: A meta-analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 102, 592-615.
- Lyubomirsky, S. (2008). *The how of happiness: A scientific approach to getting the life you want*. New York: Penguin Press.
- Lyubomirsky, S., & Layous, K. (2013). How do simple positive activities increase well-being? *Current Directions in Psychological Science*, 22, 57-62.
- Lyubomirsky, S., Sheldon, K. M., & Schkade, D. (2005). Pursuing happiness: The architecture of sustainable change. *Review of General Psychology*, 9, 111-131.

- Lyubomirsky, S., & Tucker, K. L. (1998). Implications of individual differences in subjective happiness for perceiving, interpreting, and thinking about life events. *Motivation and Emotion, 22*, 155-186.
- MacCallum, R. C., Zhang, S., Preacher, K. J., & Rucker, D. D. (2002). On the practice of dichotomization of quantitative variables. *Psychological Methods, 7*, 19-40.
- Maiolino, N. B., & Kuiper, N. A. (2014). Integrating humor and positive psychology approaches to psychological well-being. *Europe's Journal of Psychology, 10*(3), 557-570.
- Marks, G. N., & Fleming, N. (1999). Influences and consequences of well-being among Australian young people: 1980-1995. *Social Indicators Research, 46*, 301-323.
- Martin, D. M., Rich, C. O., & Gayle, B. M. (2004). Humor works: Communication style and humor functions in manager/subordinate relationships. *Southern Communication Journal, 69*, 206-222.
- Martin, G. & Sullivan E. (2013). Sense of humor across cultures: A comparison of British, Australian and American Respondents. *North American Journal of Psychology, 15*(2), 375-384.
- Martin, R. A. (1998). Approaches to the senses of humor: A historical review. In W.Ruch (Ed.), *The sense of Humor: Explorations of a Personality Characteristic* (pp. 15-60). Berlin: Walter de Gruyter & Co.
- Martin, R. A. (2000). Humor. In A. Kazdin (Ed.), *Encyclopedia of psychology, 4* (pp. 202-204). Washington, DC: American Psychological Association.
- Martin, R. A. (2001). Humor, laughter, and physical health: methodological issues and research findings. *Psychological Bulletin, 127*(4), 504-519.
- Martin, R. A. (2003). Sense of humor. In S. J. Lopez & C. R. Snyder (Eds.), *Positive psychological assessment: A handbook of models and measures* (pp. 313-326). Washington, DC: American Psychological Association.
- Martin, R. A. (2007). *The Psychology of Humor: An Integrative Approach*. Amsterdam: Elsevier Academic Press.
- Martin, R. A., & Dobbin, J. P. (1988). Sense of humor, hassles, and immunoglobulin A: Evidence for a stress-moderating effect of humor. *International Journal of Psychiatry in Medicine, 18*(2), 93-105.

- Martin, R. A., Kuiper, N. A., Olinger, L. J., & Dance, K. A. (1993). Humor, coping with stress, self-concept and psychological well-being. *Humor: International Journal of Humor Research*, 6(1), 89-104.
- Martin, R. A., & Lefcourt, H. M. (1983). Sense of humor as a moderator of the relation between stressors and moods. *Journal of Personality and Social Psychology* 45, 1313-1324.
- Martin, R. A., & Lefcourt, H. M. (1984). Situational Humour Response Questionnaire: Quantative measure of sense of humor. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47, 145-155.
- Martin, R., Puhlik-Doris, P., Larsen, G., Graz, 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, 48-75.
- Maslow, A. H. (1954). *Motivation and personality*. New York: Harper & Row.
- Masten, A. S., & Gewirtz, A. H. (2006). Resilience in development: The importance of early childhood . In R.E. Tremblay, R.G. Barr, & R. De V. Peters (Eds.), *Encyclopedia on early childhood development* (pp. 1-6). Montreal, Quebec: Centre of Excellence for Early ChildhoodDevelopment. Retrieved from <http://www.child-encyclopedia.com/documents/Masten-GewirtzANGxp.pdf> on 15th of October 2015.
- May, R. (1953). *Man's Search for Himself*. New York: Random House.
- Mayer, J.D., & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In P. Salovey & D. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications* (pp. 3-31). New York: Basic Books.
- McCrae, R. R. (1987). Creativity, Divergent Thinking, and Openness to Experience. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(6), 1258-1265.
- McCrae, R. R. (1996). Social consequences of experiential openness. *Psychological Bulletin*, 120, 323-337.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (1987). Validation of the five-factor model of personality across instruments and observers. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 81-90.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (1991). Adding liebe und arbeit: the full five-factor model and well-being. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 17, 227-232.

- McCrae, R. R., Costa, P. T., & Busch, C. M. (1986). Evaluating comprehensiveness in personality systems: The California Q-Sort and the five-factor model. *Journal of Personality, 54*, 430-446.
- McCrae, R. R., Costa, P. T., Jr., Terracciano, A., Parker, W. D., Mills, C. J., De Fruyt, F., et al. (2002). Personality trait development from age 12 to age 18: Longitudinal, cross-sectional, and cross-cultural analyses. *Journal of Personality and Social Psychology, 83*, 1456-1468.
- McCrae, R. R., & John, O. P. (1992). An introduction to the five-factor model and its applications. *Journal of Personality, 60*(2), 175-215.
- McCrae, R. R., & Sutin, A. R. (2009). Openness to experience. In R. Leary, Mark R., & Hoyle, Rick H. (Eds.), *Handbook of individual differences in social behavior* (pp. 257-273). New York, NY: Guilford Press.
- McCrae, R. R., Terracciano, A., & 79 Members of the Personality Profiles of Cultures Project. (2005). Personality profiles of cultures: Aggregate personality traits. *Journal of Personality and Social Psychology, 89*, 407-425.
- McDougall, W. (1903). The nature of laughter. *Nature, 67*, 318-319.
- McDougall, W. (1922). A new theory of laughter. *Psyche, 2*, 292-303.
- McGhee, P. E. (1971). Cognitive development and children's comprehension of humor. *Child Development, 42*(1), 123-138.
- McGhee, P. E. (1979). *Humor: Its origin and development*. San Francisco: W.H. Freeman and Co.
- McGhee, P. E. (1999). *Health, healing and the amuse system: Humor as survival training*. Dubuque, IA: Kendall/Hunt.
- McGhee, P. E. (2010). *Humor as survival training for a stressed-out world: The 7 humor habits program*. Bloomington, IN: Author House.
- McNair, D. M., Lorr, M., & Droppleman, L. F. (1971). *Manual for the Profile of Mood States*. San Diego, CA: Educational and Industrial Testing Services.
- McRae, R. R., Costa, P. T. J., & Busch, C. M. (1986). Evaluating the comprehensiveness in personality systems: The California Q-Set and the five-factor model. *Journal of Personality, 54*, 430-446.

- Mednick, S. A. (1962). The associative basis of the creative process. *Psychological Review*, 69(3), 220-232.
- Međedović, J. (2013). Analiza interakcija prediktora u modelima linearne regresije: primer stranačke evaluacije. *Primenjena psihologija*, 6(3), 267-286.
- Meyer, J. (2000). Humor as a Double Edged Eword - Four Functions of Humor in Communication. *Communication theory*, 10(3), 310-331.
- Mikolajczak, M., Nelis, D., Hansenne, M., & Quoidbach, J. (2008). If you can regulate sadness, you can probably regulate shame: Associations between trait emotional intelligence, emotion regulation and coping efficiency across discrete emotions. *Personality and Individual Differences*, 44, 1356-1368.
- Miller, G. F. (1997). Protean primates: The evolution of adaptive unpredictability in competition and courtship. In A. Whiten & R. W. Byrne (Eds.), *Machiavellian intelligence II: Extensions and evaluations* (pp. 312-340). Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Miller, G. F. (2000). *The mating mind: How sexual choice shaped the evolution of human nature*. New York, NY: Doubleday & Co.
- Miller, D. J., Vachon, D.D., & Lynam, D. R. (2009). Neuroticism, negative affect, and negative affect instability: establishing convergent and discriminant validity using ecological momentary assessment. *Personality and Individual Differences*, 47, 873-877.
- Minsky, M. (1981). Jokes and their Relation to the Cognitive Unconscious. In Vaina & Hintikka (Eds.), *Cognitive Constraints on Communication* (pp. 175-200). Boston: Reidel.
- Mishinsky, M. (1977). Humor as a "courage mechanism". *Israel Annals of Psychiatry and Related Disciplines*, 15, 352-363.
- Mitrović, D., Smederevac, S., & Čolović, P. (2008). Evaluacija Reformulisane teorije osetljivosti na potkrepljenje. *Psihologija*, 41(4), 555-575.
- Mobbs, D., Greicius, M. D., Abdel-Azim, E., Menon, V., & Reiss, A. L. (2005). Humor modulates the mesolimbic reward center. *Neuron*, 40, 1041-1048.
- Monroe, S. M. (1982). Life events assessment: Current practices, emerging trends. *Clinical Psychology Review*, 2, 435-454.
- Moody, R. (1978). *Laugh after Laugh: The Healing Power of Humor*. Jacksonville, FL: Headwaters Press.

- Morreall, J. (2012). Philosophy of Humor. In E. N. Zalta (Ed.), *The Stanford Encyclopedia of Philosophy*. Retrieved from <http://plato.stanford.edu/archives/spr2013/entries/humor/> on 10th of September 2015.
- Mulder, M. P., & Nijholt, A. (2002). *Humour research: State of the art*. Enschede, Netherlands: University of Twente.
- Neuhoff, C. C., & Schaefer, C. (2002). Effects of laughing, smiling, and howling on mood. *Psychological Reports, 91*, 1079-1080.
- Newman, M. G., & Stone, A. A. (1996). Does humor moderate the effects of experimentally induced stress? *Annals of Behavioral Medicine, 18*, 101-109.
- Nezlek, J. B., & Derks, P. (2001). Use of humor as a coping mechanism, psychological adjustment, and social interaction. *Humor, 14*, 395-413.
- Nezu, A. M., Nezu, C. M., & Blissett, S. E. (1988). Sense of humor as a moderator of the relation between stressful events and psychological distress: A prospective analysis. *Journal of Personality and Social Psychology, 54*, 520-525.
- Nišević, S. (2008). *Psihološko blagostanje i zdravlje*. Novi Sad: Dnevnik-Štamparija
- Noam, G. G., & Recklitis C. J. (1990) The relationship between defenses and symptoms in adolescent psychopathology. *Journal of Personality Assessment, 54*(1-2), 311-327.
- Norman, W. T. (1963). Toward an adequate taxonomy of personality attributes: Replicated factor 54 structure in peer nomination personality ratings. *Journal of Abnormal and Social Psychology, 66*, 574-583.
- Novaco, R. W. (1978). Anger and coping with stress: Cognitive behavioral interventions. In J. P. Foreyt & D. P. Rathjen (Eds.), *Cognitive behavioral therapy: Research and applications*. New York: Plenum Press.
- O'Connell, W.E. (1960). The adaptive functions of wit and humor. *Journal of Abnormal and Social Psychology, 61*, 263-270.
- O'Connell, W. E. (1976). Freudian humour: The eupsychia of everyday life. In A. J. Chapman & H. Foot (Eds.), *Humour and laughter: Theory, research, and applications*. London: Wiley.
- Omwake, L. (1939). Factors influencing the sense of humor. *Journal of Social Psychology, 10*, 95-104.

- Ong, A. D., Bergeman, C. S., & Bisconti, T. L. (2004). The role of daily positive emotions during conjugal bereavement. *Journal of Gerontology. Series B, Psychological Sciences and Social Sciences*, 59(4), 168-176.
- Overholser, J. C. (1992). Sense of humor when coping with life stress. *Personality and Individual Differences*, 13(7), 799-804.
- Pakaslahti, L., Karjalainen, A., & Keltikangas-Jarvinen, L. (2002). Relationships between adolescent prosocial problem-solving strategies, prosocial behavior and social acceptance. *International Journal of Behavioral Development*, 26, 137-144.
- Páez, D., Mendiburo, A. & Martínez-Sánchez, F. (2013). Incremental validity of alexithymia, emotional coping and humor style on happiness and psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, 14, 1621-1637.
- Papousek, I., Nauschnegg, K., Paechter, M., Lackner, H. K., Goswami, N., & Schuler, G. (2010). Trait and state positive affect and cardiovascular recovery from experimental academic stress. *Biological Psychology*, 83, 108-115.
- Papousek, I. & Schülter, G. (2010). Don't take an X for an U: Why laughter is not the best medicine, but being more cheerful has many benefits. In I. E. Wells (Ed.), *Psychological well-being* (pp. 1-75). New York: Nova Science Publishers.
- Parkhurst, J. T., & Hopmeyer, A. (1998). Sociometric popularity and peer-perceived popularity: Two distinct dimensions of peer status. *Journal of Early Adolescence*, 18, 125-144.
- Paul, N. D., Welborn, K. W., Cynthia, K. C., & McDougal, K. (1986). Relating social interest and dogmatism to happiness and sense of humor. *Individual Psychology*, 42, 421-427.
- Peterson, C., Park, N., Pole, N., D'Andrea, W., & Seligman, M. (2008). Strength of character and post-traumatic growth. *Journal of Traumatic Stress*, 21(2), 214-217.
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Peterson, C., Ruch, W., Beermann, U., Park, N., & Seligman, M.E.P. (2007). Strengths of character, orientations to happiness, and life satisfaction. *Journal of Positive Psychology*, 2, 149-156.
- Petrides, K.V., Pérez-González, J.C., & Furnham, A. (2007). On the criterion and incremental validity of trait emotional intelligence. *Cognition and Emotion*, 21, 26-55.
- Pinker, S. (1997). *How the mind works*. New York, NY: W. W. Norton & Co.

- Plato (1978). *The Collected Dialogues of Plato*, In E. Hamilton & H. Cairns (Eds.), Princeton: Princeton University Press.
- Porterfield, A. (1987). Does sense of humor moderate the impact of life stress on psychological well-being? *Journal of Research in Personality*, 21(3), 306-317.
- Provine, R. R. (2000). *Laughter: A scientific investigation*. New York: Penguin.
- Provine, R. R., & Yong, Y. L. (1991). Laughter: A stereotyped human vocalization. *Ethology*, 89(2), 115-124.
- Prerost, F. J. & Ruma, C. (1987). Exposure to humorous stimuli as an adjunct to muscle relaxation training. *Psychology: A Quarterly Journal of Human Behavior*, 24, 70-74.
- Preuschoft, S., & van Hooff, J. A. (1997). The social function of “smile” and “laughter”: Variations across primate species and societies. In U. C. Segerstrale & P. Molnar (Eds.), *Nonverbal communication: Where nature meets culture* (pp. 171-190). Hillsdale, NJ, England: Lawrence Erlbaum Associates.
- Publik-Doris, P. (2004). *The humor styles questionnaire: Investigating the role of humor in psychological well-being*. Unpublished doctoral dissertation, University of Western Ontario, London Ontario.
- Ramachandran, V. S. (1998). The neurology and evolution of humor, laughter, and smiling: The false alarm theory. *Medical Hypotheses*, 51, 351-354.
- Raskin, V. (1985). *Semantic Mechanisms of Humor*. Dordrecht & Boston & Lancaster: D. Reidel Publishing Company.
- Raskin, V., & Attardo, S. (1991). Non-literalness and non-bona-fide in language. *Pragmatics and Cognition*, 2(1), pp. 31-69.
- Recklitis, C. J., & Noam, G. G. (1999) Clinical and developmental perspectives on adolescent coping. *Child Psychiatry & Human Development*, 30(2), 87-101.
- Regan, P. C., Levin, L., Sprecher, S., Christopher, F. S., and Gate, R. (2000). Partner preferences: What characteristics do men and women desire in their short-term sexual and long-term romantic partners? *Journal of Psychology and Human Sexuality*, 12, 1-21.
- Roberts, B. W., Caspi, A., & Moffitt, T. (2001). The kids are alright: Growth and stability in personality development from adolescence to adulthood. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81, 670-683.

- Roberts, B.W., & DelVecchio, W. F. (2000). The rank-order consistency of personality traits from childhood to old age: a quantitative review of longitudinal studies. *Psychological Bulletin, 126*, 3-25.
- Roberts, B.W., Walton, K. E., & Viechtbauer, W. (2006). Patterns of Mean-Level Change in Personality Traits Across the Life Course: A Meta-Analysis of Longitudinal Studies. *Psychological Bulletin, 132*, 1-25.
- Robins, R. W., Fraley, R. C., Roberts, B. W., & Trzesniewski, K. (2001). A longitudinal study of personality change in young adulthood. *Journal of Personality, 69*, 617-640.
- Robinson, C., & Schumacher, R. E. (2009). Interaction effects: centering, Variance Inflation Factor, and interpretation issues. *Multiple Linear Regression Viewpoints, 35*, 6-11.
- Robinson, M. D., & Clore, G. L. (2002). Belief and feeling: Evidence for an accessibility model of emotional self-report. *Psychological Bulletin, 128*, 934-960.
- Rose, B. M., Holmbeck, G. N., Coakley, R. M., & Franks, E. A. (2004). Mediator and moderator effects in developmental and behavioral pediatric research. *Journal of Developmental and Behavioral Pediatrics, 25*, 58-67.
- Rotton, J., & Shats, M. (1996). Effects of state humor, expectancies, and choice on postsurgical mood and self-medication: A field experiment. *Journal of Applied Social Psychology, 26*(20), 1775-1794.
- Reiss, A. L., Mobbs, D., Greicius, M. D., Eiman, A. A., Menon, V. (2003). Humor Modulates the Mesolimbic Reward Centers. *Neuron, 40*, 1041-1048.
- Ruch, W. (1994). Temperament, Eysenck's PEN System, and humor-related traits. *Humor, 7*(3), 209-244.
- Ruch, W. (1998). *The sense of humor: Explorations of a personality characteristic*. Berlin, Germany: Mouton de Gruyter.
- Ruch, W. & Carrell, A. (1998). Trait cheerfulness and the sense of humour. *Personality and Individual Differences, 24*, 551-558.
- Ruch, W., & Deckers, L. (1993). Do extraverts "like to laugh": An analysis of the Situational Humour Response Questionnaire (SHRQ). *European Journal of Personality 7*, 211-220.
- Ruch, W., & Forabosco, G. (1996). A cross-cultural study of humor appreciation: Italy and Germany. *Humor: International Journal of Humor Research, 9*(1), 1-18.
- Ruch, W., & Hehl, F.-J. (1988). Attitudes to sex, sexual behaviour and enjoyment of humour.

- Personality and Individual Differences*, 9(6), 983-994.
- Ruch, W., & Heintz, S. (2013). Humor, styles, personality and psychological well-being. What's humour got to do with it? *European Journal of Humour Research*, 1(4), 1-24.
- Ruch, W., & Hofmann, J. (2012). A temperament approach to humor. In P. Gremigni (Ed), *Humor and Health Promotion* (pp. 79-113). Hauppauge, NY USA: Nova Science Publishers.
- Ruch, W., & Köhler, G. (1999). The measurement of state and trait cheerfulness. In I. Mervielde, I. Deary, F. De Fruyt, & F. Ostendorf (Eds.), *Personality psychology in Europe: Theoretical and empirical developments*, 7 (pp. 67-83). Tilburg: University Press.
- Ruch, W., Köhler, G., & van Thriel, C. (1996). Assessing the "humorous temperament": Construction of the facet and standard trait forms of the State-Trait-CheerfulnessInventory — STCI. In: W. Ruch (Ed.), Measurement of the sense of humour [special issue]. *Humour: International Journal of Humour Research*, 9, 303-339.
- Ruch, W., Proyer, R. T., Esser, C., & Mitrache, O. (2011). Cheerfulness and everyday humorous conduct. In Cluj-Napoca (Ed.), Romanian Academy: Yearbook of the "George Baritiu" Institute of History in Series *Humanistica* (pp. 67-87). Bucharest, Romania: Romanian Academy Publishing House.
- Ruch, W., Proyer, R. T., Harzer, C., Park, N., Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2010). Values in Action Inventory of Strengths (VIA-IS): Adaptation and validation of the German version and the development of a peer-rating form. *Journal of Individual Differences*, 31(3), 138-149.
- Russell, J. A. (1980). A circumplex model of affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39, 1161-1178.
- Salovey, P., Bedell, B., Detweiler, J. B., & Mayer, J. (1999). Coping intelligently: Emotional intelligence and the coping process. In C. R. Snyder (Ed.), *Coping: The psychology of what works* (pp. 141-164). New York: Oxford University Press.
- Salovey, P., Bedell, R. T., Detweiler, J., & Mayer, J. (2000). Current directions in emotional intelligence research. In M. Lewis & J. M. Haviland-Jones (Eds.), *Handbook of emotions* (pp. 504-520). New York: Guilford.

- Samson, A. C., & Gross, J. J. (2012). Humor as emotion regulation: The differential consequences of negative versus positive humor. *Cognition and Emotion, 26*, 375-384.
- Samson, A. C., Gassco, A. L., Lee, I. A., & Gross, J. J. (2014). Humorous Coping and Serious Reappraisal: Short-Term and Longer-Term Effects. *Europe's Journal of Psychology, 10*(3), 571-581.
- Samson, A. C., Hempelmann, C. F., Huber, O., Zysset, S. (2009). Neural substrates of incongruity-resolution and nonsense humor. *Neuropsychologia, 47*(4), 1023-1033.
- Sanford, S., & Eder, D. (1984). Adolescent Humor During Peer Interaction. *Social Psychology Quarterly, 47*(3), 235-243.
- Saraglou, V., & Scariot, C. (2002). Humor Style Questionnaire: Personality and educational correlates in Belgian high school and college students. *European Journal of Personality, 16*(1), 43-54.
- Sarriera, J. C., Abs, D., Casas, F., & Bedin, L. M. (2012). Relations between media, perceived social support and personal well-being in adolescence. *Journal Social Indicators Research, 106*(3), 545-561.
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1985). Optimism, coping, and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology, 4*, 219-247.
- Schimmack, U. (2008). The structure of subjective well-being. In R. J. Larsen, & M. Eid (Eds.), *Subjective well-being* (pp. 97-123). Oxford: Oxford University Press.
- Schimmack, U., & Diener, E. (1997) Affect intensity: Separating intensity and frequency in repeatedly measured affect. *Journal of Personality and Social Psychology, 73*, 1313-1329.
- Schimmack, U., Diener, E., & Oishi, S. (2002). Life-satisfaction is a momentary judgment and a stable personality characteristic: The use of chronically accessible and stable sources. *Journal of Personality, 70*(3), 345-384.
- Schimmack, U., Oishi, R. S., Furr, R.M., & Funder, D.C. (2004). Personality and Life Satisfaction: A Facet-Level Analysis. *Personality and Social Psychology Bulletin, 30*, 1062-1075.
- Schimmack, U., Radhakrishnan, P., Oishi, S., Dzokoto, V. & Ahadi, S. (2002). Culture, personality, and subjective well-being: Integrating process models of life-satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology, 82*, 582-593.

- Schimmack, U., Schupp, J., & Wagner, G. G. (2008). The influence of environment and personality on the affective and cognitive component of subjective well-being. *Social Indicators Research, 89*, 41- 60.
- Schwarz, N., & Clore, G. L. (1983). Mood, misattribution, and judgments of well-being: Informative and directive functions of affective states. *Journal of Personality and Social Psychology, 45*, 513-523.
- Sharma, B. (2013). Gender Differences in Adolescent Neuroticism. *Journal of Humanities and Social Science, 9*(5), 118-122.
- Shaunessy, E., & Suldo, S. M. (2010). Strategies used by intellectually gifted students to cope with stress during their participation in a high school international baccalaureate program. *Gifted Child Quarterly, 54*(2), 127-137.
- Shurcliff, A. (1968). Judged humor, arousal, and the relief theory. *Journal of Personality and Social Psychology, 8*, 360-363.
- Seligman, M.E.P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology: An Introduction. *American Psychologist, 55* (1), 5-14.
- Senf, K., & Liau, A. K. (2012). The effects of positive interventions on happiness and depressive symptoms, with an examination of personality as a moderator. *Journal of Happiness Studies, 14*, 591-612.
- Shammi, P., & Stuss, D. T. (1999). Humour appreciation: A role of the right frontal lobe. *Brain, 122*, 657-666.
- Sher, P. K., & Brown, S. B. (1976). Gelastic epilepsy: Onset in neonatal period. *American Journal of Diseases of Childhood, 130*, 1126-1131.
- Simpson, J. A., & Weiner, E. S. C. (1989). *The Oxford English Dictionary*. Oxford: Clarendon Press.
- Sneed, C. D., McCrae, R. R., & Funder, D. C. (1998). Lay conceptions of the Five-Factor Model and its indicators. *Personality and Social Psychology Bulletin, 24*, 115-126.
- Soto, C. J. (2015). Is happiness good for your personality? Concurrent and prospective relations of the big five with subjective well-being. *Journal of Personality, 83*(1), 45-55.
- Soto, C. J., & John, O. P. (2014). Traits in transition: The structure of parent-reported personality traits from early childhood to early adulthood. *Journal of Personality, 82*, 182-199.
- Soto, C. J., John, O. P., Gosling, S. D., & Potter, J. (2008). The developmental psychometrics of

- Big Five self-reports: Acquiescence, factor structure, coherence, and differentiation from ages 10 to 20. *Journal of Personality and Social Psychology*, *94*, 718-737.
- Specht, J., Egloff, B., & Schmulke, S. C. (2013). Examining mechanisms of personality maturation: The impact of life satisfaction on the development of the Big Five personality traits. *Social Psychological and Personality Science*, *4*, 181-189.
- 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 and Personal Relationships*, *19*, 463- 481.
- Srivastava, S., Angelo, K. M., & Vallereux, S. R. (2008). Extraversion and positive affect: A day reconstruction study of person-environment transactions. *Journal of Research in Personality*, *42*(1), 613-1618.
- Staw, B. M., Sutton, R. I., & Pelled, L. H. (1994). Employee positive emotion and favorable outcomes at the workplace. *Organization Science*, *5*, 51-71.
- Steel, P., Schmidt, J., & Shultz, J. (2008). Refining the relationship between personality and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, *134*, 138-161.
- Steptoe, A., O'Donnell, K., Marmot, M., & Wardle, J. (2008). Positive affect and psychosocial processes related to health. *British Journal of Psychology*, *99*, 211-227.
- Steiner, H., Araujo, K.B., & Koopman, C. (2001) The response evaluation measure (REM-71): a new instrument for the measurement of defenses in adults and adolescents. *American Journal of Psychiatry*, *158*(3), 467-473.
- Stieger, S., Formann, A. K., & Burger, C. (2011). Humor styles and their relationship to explicit and implicit self-esteem. *Personality and Individual Differences*, *50*(5), 747-750.
- Strack, F., Martin, L. L., & Stepper, S. (1988). Inhibiting and facilitating conditions of the human smile: A non obtrusive test of the facial feedback hypothesis. *Journal of Personality and Social Psychology*, *54*(5), 768-777.
- Strean, H.(Ed.).(1994). *The use of humor in psychotherapy*. Northvale, NJ: Jason Aronson.
- Strick, M., Holland, R. W., Van Baaren, R. B., & Van Knippenberg, A. (2009). Finding comfort in a joke: Consolatory effects of humor through cognitive distraction. *Emotion*, *9*, 574-578.
- Svebak, S. (1974a). Revised questionnaire on the sense of humor. *Scandinavian Journal of Psychology*, *15*, 328-331.

- Svebak, S. (1974b). A theory of sense of humor. *Scandinavian Journal of Psychology*, 15(2), 99-107.
- Svebak, S. (1996). The development of the Sense of Humor Questionnaire: From SHQ to SHQ-6. *Humor: International Journal of Humor Research*, 9(3-4), 341-361.
- Svebak, S., Krisoffersen, B., & Aasord, K. (2006). Sense of humor and survival among a county cohort of patients with end-stage renal failure: A two-year prospective study. *International Journal of Psychiatry in Medicine*, 36(3), 269-281.
- Svebak, S., Romundstad, S., & Holmen, J. (2010). A 7-year prospective study of sense of humor and mortality in an adult county population. *International Journal of Psychiatry in Medicine*, 40(2), 125-146.
- Suh, E., Diener, E., Oishi, S., & Triandis, H. C. (1998). The shifting basis of life satisfaction judgments across cultures: Emotions versus norms. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(2), 482-493.
- Suls, J. M. (1972). A two-stage model for the appreciation of jokes and cartoons: An information processing analysis. In J. H. Goldstein & P. E. McGhee (Eds.), *The psychology of humor: Theoretical perspectives and empirical issues* (pp. 81-100). New York: Academic Press.
- Szabo, A. (2003). The acute effects of humor and exercise on mood and anxiety. *Journal of Leisure Research*, 35(2), 152-162.
- Szabo, A., Ainsworth, S. E., & Danks, P. K. (2005). Experimental comparison of the psychological benefits of aerobic exercise, humor, and music. *Humor: International Journal of Humor Research*, 18(3), 235-246.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2001). *Using multivariate statistics*. Allyn and Bacon.
- Tackett, J. L., Slobodskaya, H. R., Mar, R. A., Deal, J., Halverson, C. F., Baker, S. R.,... Besevegis, E. (2012). The hierarchical structure of childhood personality in five countries: Continuity from early childhood to early adolescence. *Journal of Personality*, 80, 847-879.
- Taylor, S. E. & Brown, J. D. (1988). Illusion and well-being: A social psychological perspective on mental health. *Psychological Bulletin*, 103, 193-210.
- Tellegen, A. (1985). Structures of mood and personality and their relevance to assessing anxiety, with an emphasis on self-report. In A. H. Tuma & J. D. Maser (Eds.), *Anxiety and the Anxiety Disorders* (pp. 681-706). Hillsdale, NJ: Erlbaum.

- Tennen, H., Affleck, G., Armeli, S., & Carney, M. A. (2000). A daily process approach to coping: Linking theory, research, and practice. *American Psychologist*, *55*(6), 626-636.
- Terry, R. L., & Ertel, S. L. (1974). Exploration of individual differences in preferences for humor. *Psychological Reports*, *34*, 1031-1037.
- Thorndike, E. L. (1920). A constant error in psychological ratings. *Journal of Applied Psychology*, *4*, 25-29.
- Thomas, D. L., & Diener, E. (1990). Memory accuracy in the recall of emotions. *Journal of Personality and Social Psychology*, *59*, 291-297.
- Thorson, J. A., & Powell, F. C. (1993). Development and validation of a multidimensional sense of humor scale. *Journal of Clinical Psychology*, *49*(1), 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.
- Toro-Morn, M., & Sprecher, S. (2003). A cross-cultural comparison of mate preferences among University students; The United States versus the People's Republic of China (PRC). *Journal of Comparative Family Studies*, *34*, 151-170.
- Torrance, E. P. (1966). *Torrance tests of creative thinking*. Lexington: Personnel Press.
- Tugade, M. M., & Fredrickson, B. L. (2007). Regulation of positive emotions: Emotion regulation strategies that promote resilience. *Journal of Happiness Studies*, *8*, 311-333.
- Turner, R. G. (1980). Self-monitoring and humor production. *Journal of Personality*, *48*(2), 163-172.
- Tümkeya, S. (2011). Humor Styles and Socio-Demographic Variables as Predictors of Subjective Well-Being of Turkish University Students. *Education and Science*, *36*(160), 158-170.
- Treadwell, Y. (1970). Humor and creativity. *Psychological Reports*, *26*, 55-58.
- Uzelac, M. (1999). *Estetika*. Novi Sad: Akademija umetnosti.
- Vaillant, G.E. (1977). *Adaptation to life*. Toronto: Little, Brown, & Co.
- Vaillant, G. E. (2000). Adaptive mental mechanisms. Their role in a positive psychology. *American Psychologist*, *55*, 89-98.
- van Hooff, 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.
- Vasić, A., Šarčević, D., & Trogljić, A. (2011). Zadovoljstvo životom u Srbiji. *Primenjena psihologija*, 2, 151-177.
- Vazire, S. (2010). Who knows what about a person? The Self-Other Knowledge Asymmetry (SOKA) model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 98, 281-300.
- Veatch, T. (1998). *A theory of humour*. *Humor: International Journal of Humor*, 11(2), 161-215.
- Vernon, P. A., Martin, R. A., Schermer, J. A., & 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.
- Veselka, L., Schermer, J. A., Martin, R. A., & Vernon, P. A. (2010). Laughter and resiliency: A behavioral genetic study of humor styles and mental toughness. *Twin Research and Human Genetics*, 13(5), 442-449.
- Vilaythong, A. P., Arnau, R. C., Rosen, D. H., & Mascaró, N. (2003). Humor and hope: Can humor increase hope?. *HUMOR: International Journal of Humor Research*, 16, 79-89.
- Vukobrat, S. (2013). Inkrementalna valjanost zadovoljstva životom u odnosu na osobine ličnosti u predikciji stilova humora. *Primenjena psihologija* 6(2), 121-138.
- Wanzer, M., Booth-Butterfield, M., & Booth-Butterfield, S. (2005). If we didn't use humor, we'd cry: Humorous coping communication in health care settings. *Journal of health communication*, 10(2), 105-125.
- Watson, D. & Clark, L. A. (1992). On traits and temperament: general and specific factors of emotional experience and their relation to the five factor model. *Journal of Personality*, 60, 441-76
- Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect. The PANAS Scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47, 1063-1070.
- Watson, D., Hubbard, B., & Wiese, D. (2000). Self-other agreement in personality and affectivity: The role of acquaintanceship, trait visibility, and assumed similarity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 546-558.

- Watson, D., & Tellegen, A. (1985). Toward a consensual structure of mood. *Psychological Bulletin*, 98, 219-235.
- Weinberger, M. G., & Gulas, C. S. (1992). The impact of humor in advertising: A review. *Journal of Advertising*, 21(4), 35-59.
- Weinstein, N. D., & Lachendro, E. (1982). Egocentrism as a source of unrealistic optimism. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 8, 195-200.
- Weisfeld, G. E. (1993). The adaptive value of humor and laughter. *Ethology & Sociobiology*, 14(2), 141-169.
- Wentzel, K. R., & McNamara, C. C. (1999). Interpersonal relationships, emotional distress and prosocial behavior in middle school. *Journal of Early Adolescence*, 19, 114-125.
- Westen, D., & Blagov, P. (2007). A clinical-empirical model of emotion regulation: From defense and motivated reasoning to emotional constraint satisfaction. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp. 373-392). New York: Guilford Press.
- Wickberg, D. (1998). *The senses of humor: Self and laughter in modern America*. Ithaca, NY: Cornell University Press.
- Wilkins, J., & Eisenbraun, A. J. (2009). Humor theories and physiological benefits of laughter. *Holistic Nursing Practice*, 23(6), 349-54.
- Windle, G. (2011). What is resilience? A review and concept analysis. *Reviews in Clinical Gerontology*, 21, 152-169.
- Wirtz, D., Kruger, J., Napa Scollon, C., & Diener, E. (2003). What to do on Spring Break? The role of predicted, on-line, and remembered experience in future choice. *Psychological Science*, 14(5), 520 -524
- World Health Organization. (2016). Mental Health. *Health Topics*. Retrieved 15th of March 2016, from http://www.who.int/topics/mental_health/en/.
- Yip, J. A., & Martin, R. A. (2006). Sense of humor, emotional intelligence and social competence. *Journal of Research in Personality*, 40(6), 1202-1208.
- Yue, X.D., Liu, K.W.Y., Jiang, F., & Hiranandani, N.A. (2014). Humor styles, self-esteem, and subjective happiness. *Psychological Reports: Mental & Physical Health*, 115(2), 517-525.
- Zhao, J., Kong, F., & Wang, Y. (2012). Self-esteem and humor style as mediators of the effects of shyness on loneliness among Chinese college students. *Personality and Individual Differences*, 52, 686-690.

- Zhao, J., Wang, Y., & Kong, F. (2014). Exploring the Mediation Effect of Social Support and Self-Esteem on the Relationship between Humor Style and Life Satisfaction in Chinese College Students. *Personality and Individual Differences, 64*, 126-130.
- Zareh, H., Yarch, M. K., & Nasab, F. R. (2010). Humor Styles and Five Personality Traits. *Developmental Psychology: Iranian Psychologists, 6*, 119-127.
- Zautra, A. J., Hall, J. S. & Murray, K. E. (2008). Community development and community resilience: An integrative approach. *Community Development: Journal of the Community Development Society, 39*, 1-18.
- Zautra, A. J., Johnson, L. M., & Davis, M. C. (2005). Positive affect as a source of resilience for women in chronic pain. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 73*, 212-220.
- Zautra, A. J., Smith, B., Affleck, G., & Tennen, H. (2001). Examinations of chronic pain and affect relationships: Applications of a dynamic model of affect. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 69*, 786-795.
- Zeidner, M., Matthews, G., & Roberts, R. (2009). *What we know about emotional intelligence. How it affects learning, work, relationships, and our mental health.* Cambridge: MIT Press.
- Zimmermann, P., & Iwanski, A. (2014). Emotion regulation from early adolescence to emerging adulthood and middle adulthood: Age differences, gender differences, and emotion-specific developmental variations. *International Journal of Behavioral Development, 38*, 182-194.
- Zirkel, S., Garcia, J., & Murphy, M. (2015). Experience-Sampling Research Methods and Their Potential for Education Research. *Educational Researcher, 20*(10), 1-10.
- Ziv, A. (1976). Facilitating effects of humor on creativity. *Journal of Educational Psychology, 68*(3), 318-322.
- Ziv, A. (1979). Sociometry of humor: Objectifying the subjective. *Perceptual and Motor Skills, 49*, 97-98.
- Ziv, A. (1983). The influence of Humorous Atmosphere on Divergent Thinking. *Contemporary Educational Psychology, 8*, 68-75.
- Ziv, A. (1984). *Personality and sense of humor.* New York: Springer.

PRILOG

Prilog 1.
Osnovne informacije o istraživanju

OSNOVNE INFORMACIJE O ISTRAŽIVANJU:
ULOGA SMISLA ZA HUMOR U SUBJEKTIVNOM BLAGOSTANJU
FILOZOFSKI FAKULTET, NOVI SAD

Dragi učenice,

ovim putem želimo da te zamolimo da učestvuješ u istraživanju koje se bavi povezanošću smisla za humor i subjektivnog blagostanja.

Istraživanje se nastoji da odgovori na tri pitanja: prvo, da li postoji povezanost između smisla za humor i subjektivnog blagostanja kod adolescenata. Zatim, od čega veza između smisla za humor i subjektivnog blagostanja zavisi i treće, da li je smisao za humor utiče na povezanosti između negativnih životnih događaja i subjektivnog blagostanja.

Tvoje učešće u istraživanju će nam pomoći da jasnije razumemo da li nam smisao za humor pomaže ili odmaže kada su u pitanju naše zadovoljstvo životom i naša osećanja.

Od tebe se očekuje da ispuniš upitnik i to traje u proseku 30 minuta.

Učešće u istraživanju ne podrazumeva nikakav rizik po mentalno ili fizičko zdravlje.

Učešće u istraživanju je na dobrovoljnoj osnovi. Od istraživanja možeš odustati u bilo kom momentu bez potrebe da se objašnjavaju lični razlozi.

Podaci dobijeni ovim putem će biti dostupni isključivo istraživačkom timu i biće korišćeni u naučne svrhe za izradu doktorske disertacije. Identitet osoba će biti poznat isključivo istraživačkom timu, a objavljeni rezultati će zaštititi anonimnost ispitanika.

O ostalim informacijama o ovom istraživanju možeš me kontaktirati u bilo kom trenutku na mejl adresu: somentality@gmail.com (Sonja Ivković).

Ispunjavanjem ovih testova smatraćemo da si u potpunosti razumeo/la gore navedene informacije i da uzimaš učešće u istraživanju.

Hvala unapred.

Sonja Ivković

Doktorant Odseka za psihologiju

Univerzitet u Novom Sadu

Prilog 2.

Baterija instrumenata korišćenih u istraživanju namenjena dečacima

Ime i prezime:



Godine:

Škola i razred: Zrenjaninska gimnazija, Zrenjanin, III1

HSQ

Ljudi doživljavaju i izražavaju humor na mnogo različitih načina. Pred tobom je niz tvrdnji koje opisuju različite načine na koje ljudi mogu doživjeti humor. Molimo te da pažljivo pročitaš svaku tvrdnju i označiš stepen u kom se sa njom slažeš ili ne slažeš. Molimo te da odgovaraš iskreno i što objektivnije. Pri proceni koristi sledeću skalu:

	Nimalo se ne slažem	Umereno se ne slažem	Malo se ne slažem	Niti se slažem niti se ne slažem	Malo se slažem	Umereno se slažem	Potpuno se slažem
	1	2	3	4	5	6	7
1. Obično se ne smejem i ne šalim mnogo u društvu.							1 2 3 4 5 6 7
2. Ako se osećam depresivno, obično mogu sam sebe da oraspoložim humorom.							1 2 3 4 5 6 7
3. Ako neko pogreši, imam običaj ga zadirkujem povodom toga.							1 2 3 4 5 6 7
4. Dopuštam ljudima da mi se smeju i da se šale na moj račun, više nego što bih trebao.							1 2 3 4 5 6 7
5. Ne moram previše da se trudim da bih zasmejao druge ljude-izgleda da sam prirodno duhovita osoba.							1 2 3 4 5 6 7
6. Čak i kada sam sam, često me zabave apsurdni života.							1 2 3 4 5 6 7
7. Ljudi nikada nisu povređeni ili uvređeni mojim smislom za humor.							1 2 3 4 5 6 7
8. Često se zanesem u omalovažavanju sebe, ako to zasmehava moju porodicu ili prijatelje.							1 2 3 4 5 6 7
9. Retko zasmehavam druge ljude pričajući smešne priče o sebi.							1 2 3 4 5 6 7
10. Ako se osećam uznemireno ili nesrećno, obično pokušavam da sagledam situaciju iz smešnog ugla da bih se osećao bolje.							1 2 3 4 5 6 7
11. Kada se šalim ili pričam smešne stvari, obično ne vodim previše računa o tome kako će to uticati na druge ljude.							1 2 3 4 5 6 7
12. Često se trudim da se dopadnem ljudima i da budem prihvaćen, tako što se šalim na račun svojih slabosti, grešaka i mana.							1 2 3 4 5 6 7
13. Mnogo se smejem i šalim u društvu svojih prijatelja.							1 2 3 4 5 6 7
14. Moj duhoviti pogled na život me štiti od toga da se previše uznemirim ili rastužim povodom raznih stvari.							1 2 3 4 5 6 7
15. Ne volim kada ljudi koriste humor da bi nekoga kritikovali ili ponižavali.							1 2 3 4 5 6 7
16. Retko pravim duhovite opaske na svoj račun kojima bih mogla da ponizim sebe.							1 2 3 4 5 6 7
17. Ne volim baš da pričam šale i da zabavljam ljude.							1 2 3 4 5 6 7
18. Ako sam sam i osećam se nesrećno, trudim se da mislim o nečemu smešnom da bih se oraspoložio.							1 2 3 4 5 6 7
19. Ponekad mi padne na pamet nešto toliko smešno da ne mogu da se obuzdam da to ne kažem, čak i ako to nije primereno situaciji.							1 2 3 4 5 6 7
20. Često preteram u "spuštanju" sebe kada zbijam šale ili pokušavam da ispadnem duhovit.							1 2 3 4 5 6 7
21. Uživam da zasmehavam ljude.							1 2 3 4 5 6 7
22. Kada se osećam tužno ili uznemireno, obično izgubim smisao za humor.							1 2 3 4 5 6 7
23. Nikada ne učestvujem u podsmevanju drugim ljudima, čak i ako to rade svi moji prijatelji.							1 2 3 4 5 6 7
24. Kada sam sa prijateljima ili porodicom, čini se da sam često ja taj koga ismevaju ili na čiji račun se šale.							1 2 3 4 5 6 7
25. Retko se šalim kada sam u društvu prijatelja.							1 2 3 4 5 6 7
26. Moje je iskustvo da je sagledavanje situacije iz šaljivog ugla često veoma efikasan način suočavanja sa problemima.							1 2 3 4 5 6 7
27. Kada mi se neko ne dopada, često koristim humor ili zadirkivanje da bih ga ponizio.							1 2 3 4 5 6 7

28. Ako imam problema ili se osećam nesrećno, često to prikrijem šaleći se, tako da čak ni moji najbliži prijatelji ne znaju kako se zapravo osećam.	1	2	3	4	5	6	7
29. Kada sam sa drugim ljudima, obično mi ne padne na pamet ništa duhovito što bih rekao.	1	2	3	4	5	6	7
30. Ne moram biti u društvu drugih ljudi da bi mi bilo zabavno-obično nađem nešto čemu bih se smejao čak i kada sam sam.	1	2	3	4	5	6	7
31. Čak i kada mi je nešto zaista smešno, neću se smeјati ili šaliti u vezi toga ako će to nekoga uvrediti.	1	2	3	4	5	6	7
32. Dopuštanje drugima da mi se smeјu je moj način da prijatelje i porodicu održim u dobrom raspoloženju.	1	2	3	4	5	6	7

SUPS Gimn IIII (23ž, 9m)

Zakruživanjem broja na skali 1-4 oceni koliko smatraš da tvoji drugovi/drugarice iz razreda imaju smisla za humor:

- 1 = **nema uopšte** smisla za humor;
 2 = ima **malo** smisla za humor;
 3 = ima **umereno** smisla za humor;
 4 = ima **mного** smisla za humor.

1	Ime i prezime	1	2	3	4
2	Ime i prezime	1	2	3	4
3	Ime i prezime	1	2	3	4
4	Ime i prezime	1	2	3	4
5	Ime i prezime	1	2	3	4
6	Ime i prezime	1	2	3	4
7	Ime i prezime	1	2	3	4
8	Ime i prezime	1	2	3	4
9	Ime i prezime	1	2	3	4
10	Ime i prezime	1	2	3	4
11	Ime i prezime	1	2	3	4
12	Ime i prezime	1	2	3	4
13	Ime i prezime	1	2	3	4
14	Ime i prezime	1	2	3	4
15	Ime i prezime	1	2	3	4
16	Ime i prezime	1	2	3	4
17	Ime i prezime	1	2	3	4
18	Ime i prezime	1	2	3	4
19	Ime i prezime	1	2	3	4
20	Ime i prezime	1	2	3	4
21	Ime i prezime	1	2	3	4
22	Ime i prezime	1	2	3	4
23	Ime i prezime	1	2	3	4
24	Ime i prezime	1	2	3	4
25	Ime i prezime	1	2	3	4
26	Ime i prezime	1	2	3	4
27	Ime i prezime	1	2	3	4
28	Ime i prezime	1	2	3	4
29	Ime i prezime	1	2	3	4

30	Ime i prezime	1	2	3	4
31	Ime i prezime	1	2	3	4
32	Ime i prezime	1	2	3	4

SOC

1. Za koga smatraš da bi bio/la najbolji predsednik razreda?

.....

.....

.....

2. a) Za koga smatraš da ima najviše smisla za humor u razredu?

.....

.....

.....

b) Osobe koje imaju smisla za humor se najčešće šale na određeni način, odnosno koriste humor najčešće na jedan od četiri načina koji su opisani dole. Kako se najčešće šali đak iz razreda za kojeg smatraš da ima najviše smisla za humor? (zaokruži samo jedan odgovor)

1. stalno „zbija šale” i uživa kad zabavlja društvo;
2. većinu stvari, pa čak i neprijatnih, okreće na šalu;
3. svojim šalama namerno zadirkuje druge i
4. šali se uglavnom na sopstveni račun da bi zabavljao/la društvo.

3. Sa kim bi se najradije družio van škole?

.....

.....

.....

SPANE. Molimo te da razmisliš šta si radio i šta si doživljavao **tokom protekle četiri nedelje**. Zatim proceni u kojoj meri si doživljavao svako od navedenih osećanja, odnosno koliko često si se osećao na taj način, tako što ćeš na liniju pored reči napisati jedan broj od 1 do 5. Značenje brojeva je sledeće:

1 = veoma retko ili nikada 2 = retko 3 = povremeno 4 = često 5 = veoma često ili uvek

Koliko često si se tokom protekle 4 nedelje osećao ...:

- | | | |
|------------------------|-------------------------|--------------------------|
| 1. ... pozitivno _____ | 5. ... prijatno _____ | 9. ... uplašeno _____ |
| 2. ... negativno _____ | 6. ... neprijatno _____ | 10. ... radosno _____ |
| 3. ... dobro _____ | 7. ... srećno _____ | 11. ... ljuto _____ |
| 4. ... loše _____ | 8. ... tužno _____ | 12. ... zadovoljno _____ |

DASS-D. Molimo te da pročitaš svaku od navedenih rečenica i zaokružiš broj sa desne strane koji najbolje opisuje kako si se osećao u poslednjih nedelju dana. Brojevi znače:

0 = nimalo, 1 = pomalo ili ponekad, 2 = u priličnoj meri ili često, 3 = uglavnom ili skoro uvek

1. Nisam imao nikakvo lepo osećanje.	0	1	2	3
2. Primetio sam da mi je teško da ostvarim inicijativu i započnem bilo šta.	0	1	2	3
3. Osećao sam da nemam čemu da se nadam.	0	1	2	3
4. Osećao sam se tužno i jadno.	0	1	2	3
5. Ništa nije moglo da me zainteresuje.	0	1	2	3
6. Osećao sam se da kao osoba ne vredim mnogo.	0	1	2	3
7. Osećao sam da je život besmislen.	0	1	2	3

BFI. Ovaj upitnik sadrži 44 tvrdnje koje se odnose na osećanja, mišljenja i ponašanja zajednička svim ljudima. Molimo te da da zaokružiš broj koji najviše odgovara tvom stepenu slaganja sa iznetom tvrdnjom. Brojevi znače:

1	2	3	4	5
uopšte se ne slažem	delimično se ne slažem	nisam siguran	delimično se slažem	potpuno se slažem

Vidim sebe kao osobu koja...

1 ...je pričljiva	1 2 3 4 5
2 ...je sklona da traži mane u drugima	1 2 3 4 5
3 ...temeljno obavlja posao	1 2 3 4 5
4 ...je depresivna, utučena	1 2 3 4 5
5 ...je originalna, puna novih ideja	1 2 3 4 5
6 ...je uzdržana	1 2 3 4 5
7 ...je nesebična i voli da pomaže drugima	1 2 3 4 5
8 ...je ponekad nepažljiva	1 2 3 4 5
9 ...je opuštena, dobro podnosi stres	1 2 3 4 5
10 ...je zainteresovana za mnoge stvari	1 2 3 4 5
11 ...je puna energije	1 2 3 4 5
12 ...započinje svađe sa drugima	1 2 3 4 5
13 ...je pouzdan saradnik	1 2 3 4 5
14 ...je ponekad napeta	1 2 3 4 5
15 ...je dovtljiva	1 2 3 4 5
16 ...je puna entuzijazma	1 2 3 4 5
17 ...ume da oprostí drugima	1 2 3 4 5
18 ...je neorganizovana	1 2 3 4 5
19 ...mnogo brine	1 2 3 4 5
20 ...je maštovita	1 2 3 4 5
21 ...je uglavnom tiha	1 2 3 4 5
22 ...je poverljiva	1 2 3 4 5

Vidim sebe kao osobu koja...

23 ...ume da bude lenja	1 2 3 4 5
24 ...je emocionalno stabilna, ne uznemiri se lako	1 2 3 4 5
25 ...je kreativna	1 2 3 4 5
26 ...ume da se izbori za svoja prava	1 2 3 4 5
27 ...je hladna i zatvorena	1 2 3 4 5
28 ...ne odustaje dok ne završi posao	1 2 3 4 5
29 ...je uglavnom raspoložena	1 2 3 4 5
30 ...ceni estetske i umetničke vrednosti	1 2 3 4 5
31 ...je ponekad stidljiva i sputana	1 2 3 4 5
32 ...je brižna i prijatna skoro prema svima	1 2 3 4 5
33 ...efikasno obavlja posao	1 2 3 4 5
34 ...u napetim situacijama ostaje hladnokrvna	1 2 3 4 5
35 ...više voli rutinske poslove	1 2 3 4 5
36 ...je druželjubiva, društvena	1 2 3 4 5
37 ...je ponekad neprijatna prema drugima	1 2 3 4 5
38 ...planira i drži se tog plana	1 2 3 4 5
39 ...se lako iznervira	1 2 3 4 5
40 ...voli da razmišlja, da se igra idejama	1 2 3 4 5
41 ...je zainteresovana za umetnost	1 2 3 4 5
42 ...voli da saraduje sa drugima	1 2 3 4 5
43 ...se lako dekoncentriše	1 2 3 4 5
44 ...ima istančan ukus za slikarstvo, muziku, ili književnost	1 2 3 4 5

SWLS. Koristeći skalu od 1 do 7 koja je prikazana ispod, upisivanjem broja na liniju pored svake rečenice, proceni u kojoj meri je svaka od tvrdnji tačna za tebe. Molimo te da da iskreno odgovaraš. Brojevi imaju sledeće značenje:

26. Roditelji su te kritikovali ili vikali na tebe, jer nisi bio uspešan u školi.		1	2	3	4
27. Roditelji su te kaznili.		1	2	3	4
28. Roditelji te nisu puštali da izlaziš sa prijateljima.		1	2	3	4
29. Svađao si se sa roditeljima zbog devojke/momka ili prijatelja.		1	2	3	4
30. Neko od roditelja je bio često odsutan od kuće, a ti to nisi želeo.		1	2	3	4
31. Umro je kućni ljubimac kog si voleo.		1	2	3	4
32. Tvoja porodica nije imala dovoljno novca.		1	2	3	4
33. Devojka je raskinula sa tobom, ali si ti i dalje želeo da se vidiš sa njom.		1	2	3	4
34. Tvoja devojka je zatrudnela, a nisi to htelo.		1	2	3	4
35. Nisi imao devojku, a hteo si.		1	2	3	4
36. Svađao si se ili raspravljao sa svojom devojkom.		1	2	3	4
37. Tvoja devojka te je kritikovala.		1	2	3	4
38. Nisi mogao da se zbližiš sa devojkom kada si to hteo.		1	2	3	4
39. Saznao si da te devojka kritikuje tebi iza leđa.		1	2	3	4
40. Saznao si da te devojka vara.		1	2	3	4
41. Uradio si nešto što nisi hteo, da bi zadovoljio devojku.		1	2	3	4
42. Loše si uradio test u školi ili dobio jedinicu.		1	2	3	4
43. Imao si loše ocene.		1	2	3	4
44. Nastavnik se loše ponašao prema tebi.		1	2	3	4
45. Nisi razumeo gradivo koje je nastavnik predavao.		1	2	3	4
46. Upao si u problem sa nastavnikom ili direktorom.		1	2	3	4
47. Nisi prihvaćen za vannastavne aktivnosti u kojima si hteo da učestvuješ.		1	2	3	4
48. Nisi imao onoliko prijatelja koliko si želeo.		1	2	3	4
49. Nisu te prihvatili ljudi sa kojima si hteo biti prijatelj.		1	2	3	4
50. Nisi bila pozvan na žurku ili zabavu na koju si hteo da ideš.		1	2	3	4
51. Nisi imao sa kim da izađeš vikendom, kada si hteo da izađeš.		1	2	3	4
52. Imao si svađu sa bliskim prijateljem.		1	2	3	4
53. Prijatelji nisu pokazali razumevanje prema tebi.		1	2	3	4
54. Nisi imao vremena da budeš sa prijateljima kada si to hteo.		1	2	3	4
55. Nisi razgovarao ili delio osećanja sa prijateljima.		1	2	3	4
56. Imao si sukob ili svađu sa prijateljima.		1	2	3	4
57. Prijatelji su vršili pritisak na tebe da radiš stvari koje nisi hteo.		1	2	3	4
58. Blizak prijatelj je uhapšen.		1	2	3	4
59. Bliska drugarica ili devojka bliskog prijatelja je imala neželjenu, neplaniranu trudnoću.		1	2	3	4
60. Blizak prijatelj je završio u bolnici zbog ozbiljne povrede ili bolesti.		1	2	3	4
61. Blizak prijatelj je umro.		1	2	3	4
62. Blizak prijatelj se preselio u drugi grad.		1	2	3	4
63. Nisi uspevao da ostvariš bliskost sa nekim od prijatelja.		1	2	3	4
64. Bliski prijatelji su prestali da pokazuju naklonost prema tebi.		1	2	3	4
65. Bio si povređen u nekoj tuči ili nesreći.		1	2	3	4
66. Bio si žrtva zlostavljanja ili nasilništva.		1	2	3	4
67. Bio si opljačkan.		1	2	3	4
68. Neko ti je pretio.		1	2	3	4
69. Imao si neku težu bolest.		1	2	3	4
70. Video si neku tešku nesreću ili nezgodu (npr. da je neko pretučen).		1	2	3	4
71. Nosio si naočare ili protezu, a to nisi hteo.		1	2	3	4

Molimo te da proveriš da li si odgovorio na sve tvrdnje.

Hvala ti na izdvojenom vremenu i trudu.

Prilog 3.

Baterija instrumenata korišćenih u istraživanju namenjena devojka

Ime i prezime:



Godine:

Škola i razred: Zrenjaninska gimnazija, Zrenjanin, III1

HSQ

Ljudi doživljavaju i izražavaju humor na mnogo različitih načina. Pred tobom je niz tvrdnji koje opisuju različite načine na koje ljudi mogu doživjeti humor. Molimo te da pažljivo pročitaš svaku tvrdnju i označiš stepen u kom se sa njom slažeš ili ne slažeš. Molimo te da odgovaraš iskreno i što objektivnije. Pri proceni koristi sledeću skalu:

	Nimalo se ne slažem	Umereno se ne slažem	Malo se ne slažem	Niti se slažem niti se ne slažem	Malo se slažem	Umereno se slažem	Potpuno se slažem							
	1	2	3	4	5	6	7							
33. Obično se ne smejem i ne šalim mnogo u društvu.								1	2	3	4	5	6	7
34. Ako se osećam depresivno, obično mogu sam sebe da oraspoložim humorom.								1	2	3	4	5	6	7
35. Ako neko pogreši, imam običaj ga zadirkujem povodom toga.								1	2	3	4	5	6	7
36. Dopuštam ljudima da mi se smeju i da se šale na moj račun, više nego što bih trebala.								1	2	3	4	5	6	7
37. Ne moram previše da se trudim da bih zasmejala druge ljude-izgleda da sam prirodno duhovita osoba.								1	2	3	4	5	6	7
38. Čak i kada sam sama, često me zabave apsurdi života.								1	2	3	4	5	6	7
39. Ljudi nikada nisu povređeni ili uvređeni mojim smislom za humor.								1	2	3	4	5	6	7
40. Često se zanesem u omalovažavanju sebe, ako to zasmehava moju porodicu ili prijatelje.								1	2	3	4	5	6	7
41. Retko zasmehavam druge ljude pričajući smešne priče o sebi.								1	2	3	4	5	6	7
42. Ako se osećam uznemireno ili nesrećno, obično pokušavam da sagledam situaciju iz smešnog ugla da bih se osećala bolje.								1	2	3	4	5	6	7
43. Kada se šalim ili pričam smešne stvari, obično ne vodim previše računa o tome kako će to uticati na druge ljude.								1	2	3	4	5	6	7
44. Često se trudim da se dopadnem ljudima i da budem prihvaćena, tako što se šalim na račun svojih slabosti, grešaka i mana.								1	2	3	4	5	6	7
45. Mnogo se smejem i šalim u društvu svojih prijatelja.								1	2	3	4	5	6	7
46. Moj duhoviti pogled na život me štiti od toga da se previše uznemirim ili rastužim povodom raznih stvari.								1	2	3	4	5	6	7
47. Ne volim kada ljudi koriste humor da bi nekoga kritikovali ili ponižavali.								1	2	3	4	5	6	7
48. Retko pravim duhovite opaske na svoj račun kojima bih mogao da ponizim sebe.								1	2	3	4	5	6	7
49. Ne volim baš da pričam šale i da zabavljam ljude.								1	2	3	4	5	6	7
50. Ako sam sama i osećam se nesrećno, trudim se da mislim o nečemu smešnom da bih se oraspoložila.								1	2	3	4	5	6	7
51. Ponekad mi padne na pamet nešto toliko smešno da ne mogu da se obuzdam da to ne kažem, čak i ako to nije primereno situaciji.								1	2	3	4	5	6	7
52. Često preteram u "spuštanju" sebe kada zbijam šale ili pokušavam da ispadnem duhovita.								1	2	3	4	5	6	7
53. Uživam da zasmehavam ljude.								1	2	3	4	5	6	7
54. Kada se osećam tužno ili uznemireno, obično izgubim smisao za humor.								1	2	3	4	5	6	7
55. Nikada ne učestvujem u podsmevanju drugim ljudima, čak i ako to rade svi moji prijatelji.								1	2	3	4	5	6	7
56. Kada sam sa prijateljima ili porodicom, čini se da sam često ja ta koju ismevaju ili na čiji račun se šale.								1	2	3	4	5	6	7
57. Retko se šalim kada sam u društvu prijatelja.								1	2	3	4	5	6	7
58. Moje je iskustvo da je sagledavanje situacije iz šaljivog ugla često veoma efikasan način suočavanja sa problemima.								1	2	3	4	5	6	7
59. Kada mi se neko ne dopada, često koristim humor ili zadirkivanje da bih ga ponizila.								1	2	3	4	5	6	7

60. Ako imam problema ili se osećam nesrećno, često to prikrijem šaleći se, tako da čak ni moji najbliži prijatelji ne znaju kako se zapravo osećam.	1	2	3	4	5	6	7
61. Kada sam sa drugim ljudima, obično mi ne padne na pamet ništa duhovito što bih rekla.	1	2	3	4	5	6	7
62. Ne moram biti u društvu drugih ljudi da bi mi bilo zabavno-obično nađem nešto čemu bih se smejala čak i kada sam sama.	1	2	3	4	5	6	7
63. Čak i kada mi je nešto zaista smešno, neću se smeјati ili šaliti u vezi toga ako će to nekoga uvrediti.	1	2	3	4	5	6	7
64. Dopuštanje drugima da mi se smeјu je moj način da prijatelje i porodicu održim u dobrom raspoloženju.	1	2	3	4	5	6	7

SUPS Gimn IIII (23ž, 9m)

Zaokruživanjem broja na skali 1-4 oceni koliko smatraš da tvoji drugovi/drugarice iz razreda imaju smisla za humor:

- 1 = **nema uopšte** smisla za humor;
 2 = ima **malo** smisla za humor;
 3 = ima **umereno** smisla za humor;
 4 = ima **mного** smisla za humor.

1	Ime i prezime	1	2	3	4
2	Ime i prezime	1	2	3	4
3	Ime i prezime	1	2	3	4
4	Ime i prezime	1	2	3	4
5	Ime i prezime	1	2	3	4
6	Ime i prezime	1	2	3	4
7	Ime i prezime	1	2	3	4
8	Ime i prezime	1	2	3	4
9	Ime i prezime	1	2	3	4
10	Ime i prezime	1	2	3	4
11	Ime i prezime	1	2	3	4
12	Ime i prezime	1	2	3	4
13	Ime i prezime	1	2	3	4
14	Ime i prezime	1	2	3	4
15	Ime i prezime	1	2	3	4
16	Ime i prezime	1	2	3	4
17	Ime i prezime	1	2	3	4
18	Ime i prezime	1	2	3	4
19	Ime i prezime	1	2	3	4
20	Ime i prezime	1	2	3	4
21	Ime i prezime	1	2	3	4
22	Ime i prezime	1	2	3	4
23	Ime i prezime	1	2	3	4
24	Ime i prezime	1	2	3	4
25	Ime i prezime	1	2	3	4
26	Ime i prezime	1	2	3	4
27	Ime i prezime	1	2	3	4
28	Ime i prezime	1	2	3	4
29	Ime i prezime	1	2	3	4

30	Ime i prezime	1	2	3	4
31	Ime i prezime	1	2	3	4
32	Ime i prezime	1	2	3	4

SOC

4. Za koga smatraš da bi bio/la najbolji predsednik razreda?

.....

5. a) Za koga smatraš da ima najviše smisla za humor u razredu?

.....

b) Osobe koje imaju smisla za humor se najčešće šale na određeni način, odnosno koriste humor najčešće na jedan od četiri načina koji su opisani dole. Kako se najčešće šali đak iz razreda za kojeg smatraš da ima najviše smisla za humor? (zaokruži samo jedan odgovor)

- 5. stalno „zbija šale” i uživa kad zabavlja društvo;
- 6. većinu stvari, pa čak i neprijatnih, okreće na šalu;
- 7. svojim šalama namerno zadirkuje druge i
- 8. šali se uglavnom na sopstveni račun da bi zabavljao/la društvo.

6. Sa kim bi se najradije družila van škole?

.....

SPANE. Molimo te da razmisliš šta si radila i šta si doživljavala **tokom protekle četiri nedelje**. Zatim proceni u kojoj meri si doživljavala svako od navedenih osećanja, odnosno koliko često si se osećala na taj način, tako što ćeš na liniju pored reči napisati jedan broj od 1 do 5. Značenje brojeva je sledeće:

1 = veoma retko ili nikada 2 = retko 3 = povremeno 4 = često 5 = veoma često ili uvek

Koliko često si se tokom protekle 4 nedelje osećala ...:

- | | | |
|------------------------|-------------------------|--------------------------|
| 1. ... pozitivno _____ | 5. ... prijatno _____ | 9. ... uplašeno _____ |
| 2. ... negativno _____ | 6. ... neprijatno _____ | 10. ... radosno _____ |
| 3. ... dobro _____ | 7. ... srećno _____ | 11. ... ljuto _____ |
| 4. ... loše _____ | 8. ... tužno _____ | 12. ... zadovoljno _____ |

DASS-D. Molimo te da pročitaš svaku od navedenih rečenica i zaokružiš broj sa desne strane koji najbolje opisuje kako si se osećala u poslednjih nedelju dana. Brojevi znače:

0 = nimalo, 1 = pomalo ili ponekad, 2 = u priličnoj meri ili često, 3 = uglavnom ili skoro uvek

8. Nisam imala nikakvo lepo osećanje.	0	1	2	3
9. Primetila sam da mi je teško da ostvarim inicijativu i započnem bilo šta.	0	1	2	3
10. Osećala sam da nemam čemu da se nadam.	0	1	2	3
11. Osećala sam se tužno i jadno.	0	1	2	3
12. Ništa nije moglo da me zainteresuje.	0	1	2	3
13. Osećala sam se da kao osoba ne vredim mnogo.	0	1	2	3
14. Osećala sam da je život besmislen.	0	1	2	3

BFI. Ovaj upitnik sadrži 44 tvrdnje koje se odnose na osećanja, mišljenja i ponašanja zajednička svim ljudima. Molimo te da da zaokružiš broj koji najviše odgovara tvom stepenu slaganja sa iznetom tvrdnjom. Brojevi znače:

1	2	3	4	5
uopšte se ne slažem	delimično se ne slažem	nisam siguran	delimično se slažem	potpuno se slažem

Vidim sebe kao osobu koja...

Vidim sebe kao osobu koja...

1 ...je pričljiva	1 2 3 4 5	23 ...ume da bude lenja	1 2 3 4 5
2 ...je sklona da traži mane u drugima	1 2 3 4 5	24 ...je emocionalno stabilna, ne uznemiri se lako	1 2 3 4 5
3 ...temeljno obavlja posao	1 2 3 4 5	25 ...je kreativna	1 2 3 4 5
4 ...je depresivna, utučena	1 2 3 4 5	26 ...ume da se izbori za svoja prava	1 2 3 4 5
5 ...je originalna, puna novih ideja	1 2 3 4 5	27 ...je hladna i zatvorena	1 2 3 4 5
6 ...je uzdržana	1 2 3 4 5	28 ...ne odustaje dok ne završi posao	1 2 3 4 5
7 ...je nesebična i voli da pomaže drugima	1 2 3 4 5	29 ...je uglavnom raspoložena	1 2 3 4 5
8 ...je ponekad nepažljiva	1 2 3 4 5	30 ...ceni estetske i umetničke vrednosti	1 2 3 4 5
9 ...je opuštena, dobro podnosi stres	1 2 3 4 5	31 ...je ponekad stidljiva i sputana	1 2 3 4 5
10 ...je zainteresovana za mnoge stvari	1 2 3 4 5	32 ...je brižna i prijatna skoro prema svima	1 2 3 4 5
11 ...je puna energije	1 2 3 4 5	33 ...efikasno obavlja posao	1 2 3 4 5
12 ...započinje svađe sa drugima	1 2 3 4 5	34 ...u napetim situacijama ostaje hladnokrvna	1 2 3 4 5
13 ...je pouzdan saradnik	1 2 3 4 5	35 ...više voli rutinske poslove	1 2 3 4 5
14 ...je ponekad napeta	1 2 3 4 5	36 ...je druželjubiva, društvena	1 2 3 4 5
15 ...je dovrtljiva	1 2 3 4 5	37 ...je ponekad neprijatna prema drugima	1 2 3 4 5
16 ...je puna entuzijazma	1 2 3 4 5	38 ...planira i drži se tog plana	1 2 3 4 5
17 ...ume da oprostí drugima	1 2 3 4 5	39 ...se lako iznervira	1 2 3 4 5
18 ...je neorganizovana	1 2 3 4 5	40 ...voli da razmišlja, da se igra idejama	1 2 3 4 5
19 ...mnogo brine	1 2 3 4 5	41 ...je zainteresovana za umetnost	1 2 3 4 5
20 ...je maštovita	1 2 3 4 5	42 ...voli da saraduje sa drugima	1 2 3 4 5
21 ...je uglavnom tiha	1 2 3 4 5	43 ...se lako dekoncentriše	1 2 3 4 5
22 ...je poverljiva	1 2 3 4 5	44 ...ima istančan ukus za slikarstvo, muziku, ili književnost	1 2 3 4 5

SWLS. Koristeći skalu od 1 do 7 koja je prikazana ispod, upisivanjem broja na liniju pored svake rečenice, proceni u kojoj meri je svaka od tvrdnji tačna za tebe. Molimo te da da iskreno odgovaraš. Brojevi imaju sledeće značenje:

1	2	3	4	5	6	7
----------	----------	----------	----------	----------	----------	----------

27. Roditelji su te kaznili.		1	2	3	4
28. Roditelji te nisu puštali da izlaziš sa prijateljima.		1	2	3	4
29. Svađala si se sa roditeljima zbog momka/devojke ili prijatelja.		1	2	3	4
30. Neko od roditelja je bio često odsutan od kuće, a ti to nisi želela.		1	2	3	4
31. Umro je kućni ljubimac kog si volela.		1	2	3	4
32. Tvoja porodica nije imala dovoljno novca.		1	2	3	4
33. Momak je raskinuo sa tobom, ali si ti i dalje želela da se viđaš sa njim.		1	2	3	4
34. Zatrudnela si, a nisi to htela.		1	2	3	4
35. Nisi imala momka, a htela si.		1	2	3	4
36. Svađala si se ili raspravljala sa svojim momkom.		1	2	3	4
37. Tvoj momak te je kritikovao.		1	2	3	4
38. Nisi mogla da se zbližiš sa momkom kada si to htela.		1	2	3	4
39. Saznala si da te momak kritikuje tebi iza leđa.		1	2	3	4
40. Saznala si da te momak vara.		1	2	3	4
41. Uradila si nešto što nisi htela, da bi zadovoljila momka.		1	2	3	4
42. Loše si uradila test u školi ili dobila jedinicu.		1	2	3	4
43. Imala si loše ocene.		1	2	3	4
44. Nastavnik se loše ponašao prema tebi.		1	2	3	4
45. Nisi razumela gradivo koje je nastavnik predavao.		1	2	3	4
46. Upala si u problem sa nastavnikom ili direktorom.		1	2	3	4
47. Nisi prihvaćena za vannastavne aktivnosti u kojima si htela da učestvuješ.		1	2	3	4
48. Nisi imala onoliko prijatelja koliko si želela.		1	2	3	4
49. Nisu te prihvatili ljudi sa kojima si htela biti prijatelj.		1	2	3	4
50. Nisi bila pozvana na žurku ili zabavu na koju si htela da ideš.		1	2	3	4
51. Nisi imala sa kim da izađeš vikendom, kada si htela da izađeš.		1	2	3	4
52. Imala si svađu sa bliskim prijateljem.		1	2	3	4
53. Prijatelji nisu pokazali razumevanje prema tebi.		1	2	3	4
54. Nisi imala vremena da budeš sa prijateljima kada si to htela.		1	2	3	4
55. Nisi razgovarala ili delila osećanja sa prijateljima.		1	2	3	4
56. Imala si sukob ili svađu sa prijateljima.		1	2	3	4
57. Prijatelji su vršili pritisak na tebe da radiš stvari koje nisi htela.		1	2	3	4
58. Blizak prijatelj je uhapšen.		1	2	3	4
59. Bliska drugarica ili devojka bliskog prijatelja je imala neželjenu, neplaniranu trudnoću.		1	2	3	4
60. Blizak prijatelj je završio u bolnici zbog ozbiljne povrede ili bolesti.		1	2	3	4
61. Blizak prijatelj je umro.		1	2	3	4
62. Blizak prijatelj se preselio u drugi grad.		1	2	3	4
63. Nisi uspevala da ostvariš bliskost sa nekim od prijatelja.		1	2	3	4
64. Bliski prijatelji su prestali da pokazuju naklonost prema tebi.		1	2	3	4
65. Bila si povređena u nekoj tuči ili nesreći.		1	2	3	4
66. Bila si žrtva zlostavljanja ili nasilništva.		1	2	3	4
67. Bila si opljačkana.		1	2	3	4
68. Neko ti je pretio.		1	2	3	4
69. Imala si neku težu bolest.		1	2	3	4
70. Videla si neku tešku nesreću ili nezgodu (npr. da je neko pretučen).		1	2	3	4
71. Nosila si naočare ili protezu, a to nisi htela.		1	2	3	4

**Molimo te da proveriš da li si odgovorila na sve tvrdnje.
Hvala ti na izdvojenom vremenu i trudu.**