

Individual Differences of a Sense of Humor and Humor Types

Yulian Ding, Zhoulin Lu, Wei Sun

College of Education, Suzhou University, Suzhou Jiangsu
Email: lotus_d@126.com

Received: Jul. 7th, 2015; accepted: Jul. 24th, 2015; published: Jul. 29th, 2015

Copyright © 2015 by authors and Hans Publishers Inc.
This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY).
<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

Abstract

A sense of humor is based on the extension of the humor concept. Humor types are potential individual traits, which have positive temperament of a sense of humor, understanding, love to laugh and other differences. Individual differences mainly include personality traits as well as gender difference. Individual differences mainly include personality traits as well as gender difference. The man who possesses a higher sense of humor will boast higher senses of living satisfaction and well-being. The senses of self-esteem, living satisfaction as well as well-being of the positive humor type are relatively higher, while the negative one is on the contrary. Gender difference plays a role in both the sense of humor and the humor type. The increase of quantitative research on comedians, the cross-cultural research on humor type as well as the exploration of the relationship between humorous scenario and the audience between senses of humor and humor types is the trends to enrich the related humor studies in the future.

Keywords

A Sense of Humor, Humor Types, Individual Differences

幽默感与幽默类型的个体差异

丁玉连, 陆周琳, 孙 伟

苏州大学教育学院, 江苏 苏州
Email: lotus_d@126.com

收稿日期: 2015年7月7日; 录用日期: 2015年7月24日; 发布日期: 2015年7月29日

摘要

幽默感是在幽默概念的基础上扩展出来的。幽默类型是潜在的个体特质，产生对幽默感的乐观气质、理解能力、爱笑等方面的差异。个体差异主要包括人格特质和性别差异。幽默感较高的个体生活满意度、幸福感较高。积极的幽默类型的个体自尊、生活满意度，幸福感较高。而消极幽默类型则相反。幽默感与幽默类型均存在性别差异。加大对喜剧演员的定量研究、开展幽默类型的跨文化研究、探究幽默的情景与受众的关系、探究乐商与幽默感的关系是未来丰富幽默相关研究的趋势。

关键词

幽默感，幽默类型，个体差异

1. 引言

幽默在我们生活中无处不在(Stieger, Formann, & Burger, 2011)。一段幽默的广播可以让我们开怀大笑；一场喜剧电影，可以让我们捧腹大笑；亲朋好友的诙谐打趣，可以让我们会心一笑。幽默，是心灵的按摩，从默默之中渐入佳境。幽默在减轻心理压力的同时，还带来愉悦、舒畅的心情。幽默使个体的身体和心理达到一种放松的状态，有助于身心健康。这自然也受到了众多学者的追捧，让严肃的科学横添了不少生趣。

幽默在心理学中，具有广泛的概念，可以从理论和操作立意，以多种方式定义。牛津英语词典《the Oxford English dictionary》对幽默的定义是：行为，演讲，书写引发的乐趣；古怪、滑稽、玩笑，诙谐，有趣(Simpson & weiner, 1989)。心理学家从不同角度出發，探讨幽默理论及幽默与个体的心理健康的关系，以及幽默在现实生活里的运用。幽默涉及到认知，情绪，行为，精神生理和社会方面(Martin, 2001)。Golestein (1982)追溯到这一系列观点，起源于13世纪生理学家、哲学家。根据相关记载，笑的益处来自多种机制。其中包括提供对肌肉，肺部等身体内部器官的运动，促进血流量，增加血液循环，促进消化，改善情绪发泄。由此可见，“幽默带来积极情绪有益身心健康”这一观点已经风靡多年(Martin, 2001)。幽默可以发笑，是符合生物进化的观点，有趣是因为真实，例如Rock的幽默段子，涉及婚姻和两性的观点，就是对人类本性的智慧理解(Kuhle, 2012)。幽默刺激物可以是一个词语，一段文字，一张图片或者一段视频。当然，幽默也包括个体对幽默刺激的理解而产生的心理过程。故对于幽默的研究，不仅仅局限于幽默刺激材料的本身，还扩展到幽默运用的个体差异。以下将从幽默的相关概念，论述个体差异在人格特质和性别的体现。

2. 幽默感与幽默感的个体差异

2.1. 幽默感

心理学中，对幽默感定义为：一种人格特质和个体差异维度，是人在幽默活动中体现出来的人格特征，乐观的气质，达观的人生态度，敏锐的理解能力，愉悦的情绪，爱笑的行为倾向，积极地创造幽默并以此来化解尴尬，或应对逆境。幽默感与积极情绪关系密切，故受到越来越多的积极心理学的学者关注，成为重要的研究课题，也具有深刻的现实意义。幽默感在个体差异中，十分明显。Kuiper认为，幽默感是个体在各种行为、经验、情感、态度及引发乐趣、笑声等能力上的个别差异(Kuiper & Martin, 1998)。

Ruch 则缩小幽默感的产生背景,定义幽默感。他认为必须是在一定的幽默活动中表现出来的惯常的行为、经验、情感、态度和能力的差异,且这种差异是稳定的(Ruch, 1998)。幽默感与心理健康的总体水平高低具有十分密切的关系。幽默感较高的大学新生具有较高的心理健康水平。故幽默感对大学生的学习生活控制性、学校专业满意度、集体生活适应性、学习负担适应性、人际交往适应性,具有积极的促进作用。由此可知,幽默感是个体的一种重要的人际交往和适应生活的重要模式(李梅, 2008)。当然,具有幽默感的个体创造出幽默情境是十分难得的,其中勇于自嘲,是幽默感里难度最大的水平(Beermann & Ruch, 2011)。故幽默感可以在工作中建立幽默氛围,影响员工的组织认同(Blanchard, Stewart, Cann, & Follman, 2014);生活中改善人际关系,相处融洽;解决问题时,优化应对策略;面对挑战时,调节心理压力;心情低落时,合理排遣消极情绪,达到身心愉快的良好效果。幽默感在广告中也被广泛运用。具有幽默感的广告,能够更好的减少消费者对品牌的消极联想,加强对品牌的喜爱程度(Strick, Holland, van Baaren, & van Knippenberg, 2012)。

2.2. 幽默感与人格特质

张国进等(张国进, 2012)认为大学生的幽默感总体上处在中上水平。在社会经济发展的大背景下,幽默被认为是一种富有独立魅力的人格特质。但是中国传统的文化思想,仍旧影响他们对幽默的自我评价和幽默的现实运用。所以,在心理矛盾和冲突下,他们对幽默的自我评价偏低。Thorson & Powell 发现人格特质上无幽默感的人比幽默感者较内向、焦虑(Lewis & Nieuwoudt, 1995)。个体具有较高的幽默感,则可以很快在尴尬的现实,难堪的处境中,迅速调整角度,以达观的视角看世界,欣然做到“苦中取乐,苦中作乐”。以游戏心态看待世界,从不幸中见到所幸,在失意中寻找乐趣(Ruch & Carrell, 1998)。利用《中国大学生心理健康量表》,细化了幽默感水平越高的大学新生心理健康水平的关系。在躯体化、焦虑、抑郁、自卑、偏执、强迫、社会退缩、社会攻击、性心理、依赖、冲动、精神病倾向等方面的得分越低,幽默感水平越高。这在一定程度上显示了幽默感对大学新生心理健康水平的积极作用(张灵聪, 田伟翠, 黄发杰, & 刘华强, 2011)。岳晓东等人发现中国大学生(包括内地、香港和台湾地区)没有将幽默视为创造力的核心要素,并且高创造力代表人物中也很少提及幽默人物(Yue, 2011)。

2.3. 幽默感的性别差异

在性别差异上,国内外的研究均表明,在男女生心理健康水平差异不显著的情况下,幽默感在性别上差异显著,男生的幽默感得分显著高于女生(徐海波, 张莹瑞, & 刘红梅, 2013)。幽默感水平越高,心理健康水平越高。这一一致的结论,也许和男生与女生的社会角色的期许是一致的。此外,无论男性还是女性,幽默感均是婚恋择偶中的一个重要标准。说明具有幽默感的个体具有独特的人格吸引力。不同的是,男生在使用幽默时,会得到更多的社会支持和社会赞许,具有幽默感的男生更具有吸引力。Wibur 和 Campbell (2011)的研究中,通过让被试填写恋爱策略量表,结果分析发现,女性会对适合的男性追求者的幽默水平进行评估。这些评估直接会影响她们对是否开始新恋情的看法,以及在恋爱关系确立之后,幽默在婚姻生活中的预期。幽默感的传达,是健康男性的重要指标。对幽默的偏好,是因为幽默传达出了对认知的灵活性、心灵理论和沟通的技巧。幽默的反应是健康基因和择偶成功的重要指标(Camargo, Geher, Fisher, & Arrabaca, 2013)。

3. 幽默类型与幽默类型的个体差异

3.1. 幽默类型定义

早期的有关幽默的研究,众多研究者根据不同的理论发现,不同的幽默(例如观点采择下的挖苦讽刺)

对幸福感有不同的作用。(Freud, 1928; Maslow, 1954, Allport, 1961)。幽默风格的不同,致使幽默类型对压力的效果也有不同影响只有符合情境,才能让幽默达到预想的效果。带有讽刺、挖苦、攻击、中伤他人的幽默,并不一定对我们的身心健康有益(McGhee & Goldstein, 1983)。根据一些类型幽默对人体的心理健康的危害,应注意区分幽默的类型,谨慎使用,减少幽默类型对心理健康的消极影响(Overholser, 1992)。然而,幽默类别的使用并没有形成核心的概念。直到 Martin et al. (2003), 编制幽默风格问卷量表, 将幽默分为不同的幽默类型, 并建议在不同的幽默类型之下, 探讨和幸福感的相關关系(Martin, 2001; Martin, Publik-Doris, Larsen, Gray, & Weir, 2003)。区分潜在有益的和有害的幽默, 而不是一概假定所有幽默都有益于身体健康, 这一观点已被广泛认可和接受。陈国海、Rod A. Martin (2007)等结合中国文化背景下对国外的应对幽默量表(HSQ)进行修订, 结果表明对幽默量表的信效度指标可以接受, 量表可以在中国使用。同时, 将探索出四种类型的幽默, 认为是一种稳定的人格特质。亲和型幽默(Affiliative humor)是加强群体内的凝聚力, 以一种能容忍和可接受的方式, 与他人开玩笑并娱乐他人的倾向。自强型幽默(Self-enhancing, 陈世民等又译为自我提升型幽默)指对生活保持幽默的视角并用幽默作为应对的策略的倾向, 面对困境尴尬时用于应对压力提升自尊(陈世民, 方杰, 高树玲, 叶宝娟, 孙配贞, & 郑雪, 2014)。嘲讽型幽默(Aggressive humor)指幽默使用是为了批评或者操纵别人, 或者不顾对方感受地表达幽默的倾向。自贬型幽默(Self-defeating humor)幽默是指过度使用自嘲、讨好以及对负面情绪的防卫性否认的倾向。

3.2. 幽默类型与人格特质

明显地, 两种积极的幽默与外倾性、开放性两种人格特质正相关, 另外两种幽默与宜人和负责的特质呈负相关, 与神经质呈正相关(Veselka, Schermer, Martin, & Vernon, 2010)。幽默类型与黑暗人格特质是有紧密联系的。神经质和马基雅维利主义使个体选用消极的幽默有极大的推波助澜作用。神经质、马基雅维利主义与攻击型幽默和自卫型幽默有较高的相关系数。这与大五人格中相似的是, 低随和性, 低责任性, 高神经质也与消极型幽默有密切关联。相反地, 在自恋量表得分较高者, 亲和型幽默、自强型幽默有高相关, 以上两种积极幽默的使用, 与大五人格的外倾性和开放型相连接(Veselka, Schermer, Martin, & Vernon, 2010)。在主观体验方面, 幽默类型在自我管理, 自尊和幸福感上的差异显著(Leist & Müller, 2013)。以往研究表明, 自强型幽默与乐观控制感自我效能感呈显著正相关, 与焦虑抑郁知觉压力感呈显著负相关(Crawford & Caltabiano, 2011), 与生活满意度呈显著正相关(Jovanovic, 2011)。

3.3. 幽默类型的性别差异

Martin, Publik-Doris, Gray 等人(Overholser, 1992)以加拿大人为样本, 研究发现加拿大男性比女性更多地使用所有四种幽默风格。陈国海(2007)研究发现, 加拿大与中国的幽默风格的性别差异研究不一致。女性比男性更多地使用亲和型幽默和自强型幽默, 但只在亲和型幽默上的得分两者存在显著差异。而男性比女性更多地使用嘲讽型幽默和自贬型幽默, 但只在嘲讽型幽默上的得分两者存在显著差异。在中国传统文化中以及人际关系里, 女性被赋予了温婉、端庄、淑雅的角色特征。她们更愿意采取和善的方式, 避免语言上的冲突, 减少人际关系的紧张。相反, 男性被赋予刚毅、强悍的角色特征, 男性通过对他人的冷嘲热讽这种攻击性幽默来表现自我, 增强自己在他人心目中的地位, 从而获得他人的认可。与西方文化注重个人主义不同的是(Khallad, 2010; 吴莉娟, 王佳宁, & 齐晓栋, 2015), 东方文化则在传统儒家和中庸文化下, 强调个体要保护好自己。可以适量自我嘲讽, 而不是肆意利用幽默攻击、嘲讽他人。文化背景对幽默风格与消极指标没有显著影响, 这表明两种文化背景下, 个体面对来自各方面的压力, 能以容忍和接受这种方式与他人保持联系, 或是放低自己的姿态。在亲密关系的冲突发生时, 与满意度不高的夫妻关系相比, 比较满意的伴侣中, 在冲突发生时, 个体更多的使用积极的幽默, 回避消极的幽

默(嘲讽等)(Bippus, Dunbar, & Liu, 2012)。在亲密关系中, 伴侣对他们幽默的认识, 与他们的冲突升级有负相关。冲突发生后, 幽默在互动中立即产生影响(Bippus, Young, & Dunbar, 2011)。

4. 研究不足与展望

幽默中异想天开的内容, 与科学的严肃性并不一致。幽默俨然成为一种人格特质(Ruch, 1998), 一种性格(张国进, 2012), 一种娱乐自己和他人的方式或者能力(Kuiper & Martin, 1998), 或一种良好的趣味(Ruch, 1998)。

4.1. 加大对喜剧演员的定量研究

幽默感很少涉及对脱口秀的专业演员做定量的研究, 而是以大学生为主要群体进行定论。对于专业的喜剧演员, 很少研究个人的幽默类型, 偏好, 能力, 或者以上因素是如何影响他们的公众表演与他们成功之间的关系。美国等西方国家的专业的喜剧演员是汇集了积极和消极的幽默类型。其中不乏攻击性幽默, 例如两性和种族歧视的问题。先前的研究发现, 喜剧演员台上台下的内外向性格差异很大。与非喜剧演员相比, 台上倾向外向型, 台下倾向内向型(Greengross & Miller, 2009)。对于幽默来说, 这一重要的职业群体, 可以作为幽默感研究的又一重要领地。

4.2. 开展幽默类型的跨文化研究

美国 HBO 电台的 Chris Rock Show 在西方国家, 深受喜爱。而中国的东方卫视由王自健主持的《今晚 80 后脱口秀》得到年轻群体的欢迎和追捧。由以上现象可知, 中西方文化差异, 大家的幽默欣赏带来的明显差异, 致使幽默的接收点不同。也许是跨文化研究的困难性和复杂性, 但是目前并没有太多的中西方幽默差异研究, 证明此差异是文化和价值观带来的。陈国海等发现中国与加拿大的大学生幽默类型对精神健康所起的作用是一致的(陈国海, 2007), 在幽默类型上有所差异。相关研究仅仅停留在心理健康的测量, 可以更深一步探究幽默机制在中西方个体上的差异。

4.3. 探究幽默的情景与受众的关系

正如幽默由于情境和受众的不同, 可能会被认为有趣, 也可能被认为是侵犯的(陈世民, 方杰, 孙配贞, 张进辅, & 郑雪, 2012)。国内对幽默的研究, 多数以实验的情境下开展, 对于幽默情境和受众的观察, 受到极大的限制。例如, 幽默情境下的双方, 熟悉程度和信息的理解程度, 会较明显影响幽默感的产生。以及受众幽默类型的不同, 幽默效果也不尽相同。

4.4. 探究乐商与幽默感的关系

继智商和情商之后, 乐商是一个新颖夺目的预测个体成功的指标。因幽默感与乐商关系密切, 那么二者关系的探究将会在日程中更加重要。个体从所经历的消极事件中获取积极成分的能力, 以及影响或感染他人这一能力的培养, 从幽默感或者幽默理解的培养入手, 从而系统而有效地提高乐商, 帮助个体婚姻事业双丰收。这也将是积极心理学领域, 具有重要指导意义的课题(任俊, 彭年强, & 罗劲, 2013)。

参考文献 (References)

- 陈世民, 方杰, 孙配贞, 张进辅, 郑雪(2012). 幽默的社会理论及其应用研究. *心理科学*, 3 期, 030.
- 陈世民, 方杰, 高树玲, 叶宝娟, 孙配贞, 郑雪(2014). 自我提升幽默与生活满意度的关系: 情绪幸福和社会支持的链式中介模型. *心理科学*, 2 期, 021.
- 陈国海(2007). 大学生幽默风格与精神健康关系的初步研究. *心理科学*, 1 期, 219-223.

- 李梅(2008). 幽默感对压力的调节作用: 效果及其机制. 东北师范大学博士论文, 长春.
- 吴莉娟, 王佳宁, 齐晓栋(2015). 幽默风格与心理健康关系的 meta 分析. *中国心理卫生杂志*, 1 期, 016.
- 任俊, 彭年强, 罗劲(2013). 乐商: 一个比智商和情商更能决定命运的因素. *心理科学进展*, 4 期, 571-580.
- 徐海波, 张莹瑞, 刘红梅(2013). 大学生的幽默感与心理健康的关系. *中国健康心理学杂志*, 1 期, 150-152.
- 张国进(2012). 大学生幽默感现状的调查研究. *中国健康心理学杂志*, 9 期, 1424-1426.
- 张灵聪, 田伟翠, 黄发杰, 刘华强(2011). 大学新生幽默感水平, 适应性与心理健康的关系. *中国健康心理学杂志*, 11 期, 1366-1370.
- Allport, G. W. (1961). *Pattern and growth in personality*. New York: Holt, Rinehart & Winston.
- Beermann, U., & Ruch, W. (2011). Can people really “laugh at themselves?”—Experimental and correlational evidence. *Emotion*, 11, 492-501. <http://dx.doi.org/10.1037/a0023444>
- Bippus, A. M., Dunbar, N. E., & Liu, S. J. (2012). Humorous responses to interpersonal complaints: Effects of humor style and nonverbal expression. *The Journal of Psychology*, 146, 437-453. <http://dx.doi.org/10.1080/00223980.2011.652696>
- Bippus, A. M., Young, S. L., & Dunbar, N. E. (2011). Humor perceptions of couples in conflict: Correlates with conflict and relational outcomes. *Humor: International Journal of Humor Research*, 24, 287-303.
- Blanchard, A. L., Stewart, O. J., Cann, A., & Follman, L. (2014). Making sense of humor at work. *The Psychologist-Manager Journal*, 17, 49-70. <http://dx.doi.org/10.1037/mgr0000011>
- Camargo, M. A., Geher, G., Fisher, M. L., & Arrabaca, A. (2013). The relationship between hypothesized psychological genetic fitness indicators and indices of mating success. *Journal of Social, Evolutionary, and Cultural Psychology*, 7, 138-162. <http://dx.doi.org/10.1037/h0099205>
- Crawford, S. A., & Caltabiano, N. J. (2011). Promoting emotional well-being through the use of humour. *The Journal of Positive Psychology*, 6, 237-252. <http://dx.doi.org/10.1080/17439760.2011.577087>
- Freud, S. (1928). Humour. *International Journal of Psychoanalysis*, 9, 1-6.
- Greengross, G., & Miller, G. F. (2009). The Big Five personality traits of professional comedians compared to amateur comedians, comedy writers, and college students. *Personality and Individual Differences*, 47, 79-83. <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2009.01.045>
- Jovanovic, V. (2011). Do humor styles matter in the relationship between personality and subjective well-being? *Scandinavian Journal of Psychology*, 52, 502-507. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1467-9450.2011.00898.x>
- Khallad, Y. (2010). Dispositional optimism among American and Jordanian college students: Are westerners really more upbeat than Easterners? *International Journal of Psychology*, 45, 56-63. <http://dx.doi.org/10.1080/00207590902767020>
- Kuhle, B. X. (2012). It’s funny because it’s true (because it evokes our evolved psychology). *Review of General Psychology*, 16, 177-186. <http://dx.doi.org/10.1037/a0027912>
- Kuiper, N. A., & Martin, R. A. (1998). Laughter and stress in daily life: Relation to positive and negative affect. *Motivation and Emotion*, 22, 133-153. <http://dx.doi.org/10.1023/A:1021392305352>
- Leist, A. K., & Müller, D. (2013). Humor types show different patterns of self-regulation, self-esteem, and well-being. *Journal of Happiness Studies*, 14, 551-569. <http://dx.doi.org/10.1007/s10902-012-9342-6>
- Lewis, M. J., & Nieuwoudt, J. M. (1995). The use of a cartoon rating scale as a measure for the humor construct. *The Journal of Psychology*, 129, 133-144. <http://dx.doi.org/10.1080/00223980.1995.9914953>
- Martin, R. A. (2001). Humor, laughter, and physical health: Methodological issues and research findings. *Psychological Bulletin*, 127, 504-519. <http://dx.doi.org/10.1037/0033-2909.127.4.504>
- Maslow, A. H. (1954). *Motivation and personality*. New York: Harper and Row.
- Martin, R. A., Puhlik-Doris, P., Larsen, G., Gray, J., & Weir, K. (2003). Individual differences in uses of humor and their relation to psychological well-being: Development of the humor styles questionnaire. *Journal of Research in Personality*, 37, 48-75.
- McGhee, P. E., & Goldstein, J. H. (Eds.) (1983). *Handbook of humor research* (Vol. 2). New York: Springer-Verlag.
- Overholser, J. C. (1992). Sense of humor when coping with life stress. *Personality and Individual Differences*, 13, 799-804. [http://dx.doi.org/10.1016/0191-8869\(92\)90053-R](http://dx.doi.org/10.1016/0191-8869(92)90053-R)
- Ruch, W. (Ed.) (1998). *The sense of humor: Explorations of a personality characteristic* (Vol. 3). Berlin: Walter de Gruyter. <http://dx.doi.org/10.1515/9783110804607>
- Ruch, W., & Carrell, A. (1998). Trait cheerfulness and the sense of humour. *Personality and Individual Differences*, 24, 551-558. [http://dx.doi.org/10.1016/S0191-8869\(97\)00221-3](http://dx.doi.org/10.1016/S0191-8869(97)00221-3)
- Stieger, S., Formann, A. K., & Burger, C. (2011). Humor styles and their relationship to explicit and implicit self-esteem.

Personality and Individual Differences, 50, 747-750. <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2010.11.025>

Strick, M., Holland, R. W., van Baaren, R. B., & van Knippenberg, A. (2012). Those who laugh are defenseless: How humor breaks resistance to influence. *Journal of Experimental Psychology: Applied*, 18, 213-223. <http://dx.doi.org/10.1037/a0028534>

Veselka, L., Schermer, J. A., Martin, R. A., & Vernon, P. A. (2010). Relations between humor styles and the Dark Triad traits of personality. *Personality and Individual Differences*, 48, 772-774. <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2010.01.017>

Yue, X. D. (2011). The Chinese ambivalence to humor: Views from undergraduates in Hong Kong and China. *Humor-International Journal of Humor Research*, 24, 463-480. <http://dx.doi.org/10.1515/humr.2011.026>