

INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO DE SENTIDO DE HUMOR: UMA REVISÃO

SENSE OF HUMOR ASSESSMENT TOOLS: A REVIEW

Karina Saboya¹, Isabel Silva^{†1}, Filipe Saboya Santos¹, & Leonardo Saboya Santos¹

¹Universidade Fernando Pessoa, Porto, Portugal, kmsaboya@hotmail.com, isabels@ufp.edu.pt, filipesaboya98@gmail.com, leonardosaboyasantos@hotmail.com

Resumo: A presente revisão da literatura teve como objetivo identificar e caracterizar os instrumentos de avaliação do sentido de humor desenvolvidos entre 2010 e 2020. Foi realizada uma pesquisa na Biblioteca do Conhecimento Online (B-ON) e na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) com a seguinte frase booleana: TI (questionnaire or survey or scale or instrument or measurement or measure or evaluation or asses* or inventory or rate or rating or apprais*) AND TI (sense of humor or humor or humour or comedy or laughter or jokes or wit or cheerfulness or playfulness) NOT (“aqueous humour” or “vitreous humour” or “aqueous humor” or “vitreous humor” or “humor aqueous” or “humor vitreous” or “humour aqueous” or “humour vitreous”). Foram selecionados 39 artigos para análise. Verificou-se que o humor tem sido avaliado ora numa perspetiva multidimensional, ora considerando aspetos isolados, como a ludicidade e riso. Mais recentemente, essa avaliação passou a abarcar as formas ou estilos de humor. Por fim, o humor tem também sido avaliado enquanto habilidade e enquanto traço de personalidade. A utilização destes instrumentos demonstrou ser útil no sentido de potencializar o uso do sentido de humor como uma força que pode ser promovida através de programas de intervenção.

Palavras-Chave: Sentido de humor; avaliação; questionário.

Abstract: The present literature review aimed to identify and characterize the sense of humor assessment instruments developed between 2010 and 2020. A search was conducted in the Online Knowledge Library (B-ON) and the Virtual Health Library (BVS) with the following boolean phrase: TI (questionnaire or survey or scale or instrument or measurement or measure or evaluation or asses* or inventory or rate or rating or apprais*) AND TI (sense of humor or humor or humour or comedy or laughter or jokes or wit or cheerfulness or playfulness) NOT ("aqueous humour" or "vitreous humour" or "aqueous humor" or "vitreous humor" or "humor aqueous" or "humor vitreous" or "humour aqueous" or "humour vitreous"). Thirty-nine articles were selected for analysis. It was found that humor has been evaluated either from a multidimensional perspective or considering isolated aspects, such as playfulness and laughter. More recently, this evaluation has been extended to include humor forms or styles. Finally, humor has also been assessed as a skill and as a personality trait. The use of these instruments has proven useful in enhancing the use of a sense of humor as a strength that can be promoted through intervention programs.

Keywords: Sense of humor; Assessment; Questionnaire.

[†]Morada de Correspondência: Universidade Fernando Pessoa, Praça 9 de Abril, 349, 4249-004 Porto, Portugal

Submetido: 15 de junho de 2022

Aceite: 10 de setembro de 2022

O senso de humor, como uma característica individual de personalidade, começou a ser avaliado por volta de 1926 pelo pesquisador Kambouropoulou que recrutou 100 estudantes universitárias e pediu para que registassem seus momentos de risos durante uma semana, ele então relacionou com as características de personalidade definidas por Jung de introversão e extroversão. Por volta de 1940, uma outra pesquisa avaliou apreciação do humor entre grupos judeus e não judeus, indicando que a identidade grupal era mais forte que a personalidade na intensidade de prazer possível com uma piada (Svebak, 2010). Como disse Bergson (2018), é preciso ser da paróquia para gostar da piada do padre.

Segundo Martin e Kuiper (2016, p.30), “é fácil embarcar no vagão da pesquisa da risadaria”, mas é preciso comprovar o valor de se investir tempo e energia neste tipo de pesquisa, embora divertida, muitas vezes não é considerada séria, apesar de o humor ser uma característica muito valorizada socialmente (Martin, & Kuiper, 2016). Por que não aprendemos nas escolas a contar piadas e criar trocadilhos? Não praticamos yoga do riso, assim como fazemos exercício físico ou yoga meditativa? Uma das razões pode ser a dificuldade de apreender e objetivamente mensurar esse conceito complexo conhecido como senso de humor, mais ainda, de classificá-lo dentro de uma escala. Algo se perde quando colocamos palhaços de nariz vermelho em um laboratório.

Pendurar balões em laboratório e ter técnicos usando cores brilhantes e narizes de palhaço pode ajudar, mas medir com precisão os efeitos fisiológicos de algo tão evanescente quanto o humor continua sendo um grande desafio. Aqueles sujeitos que até conseguem rir enquanto estão imóveis amarrados a uma maca em um estreito, apertado e escuro cilindro de um aparelho de ressonância magnética provavelmente representam uma subpopulação particular (Rodden, 2018, p. 123).

O desafio descrito acima relaciona-se às tentativas de medida objetiva neurofisiológica do humor em laboratório. Soma-se a esse desafio posto ainda a desafiante imprecisão das medidas subjetivas não observáveis. No entanto, deve-se notar que para avaliar estados internos como felicidade, bem-estar e recuperação subjetiva, não há medidas objetivas válidas. Por exemplo, devemos determinar o nível de felicidade de alguém coletando líquido cefalorraquidiano e medindo biomarcadores de patologia ou simplesmente perguntando àquele indivíduo sobre suas experiências interiores atuais? A resposta é óbvia (Messias, 2020, p. 45).

No caso do sentido de humor, devido a própria complexidade do conceito, as tentativas de avaliação se complementam nas duas dimensões, subjetiva e objetiva, com os desafios e vantagens de cada uma delas. No presente artigo, apresentamos uma revisão sistemática realizada com o objetivo de identificar e caracterizar os instrumentos de avaliação do sentido de humor desenvolvidos e validados durante uma década (2010-2020).

MÉTODO

Procedimento

Foi realizada uma pesquisa na Base de Dados Biblioteca do Conhecimento Online (B-ON) da Universidade Fernando Pessoa para a busca de artigos com texto integral e analisado por pares no idioma inglês com a seguinte frase booleana: TI (questionnaire or survey or scale or instrument or measurement or measure or evaluation or asses* or inventory or rate or rating or appraisal*) AND TI (sense of humor or humor or humour or comedy or laughter or jokes or wit or cheerfulness or playfulness) NOT (“aqueous humour” or “vitreous humour” or “aqueous humor” or “vitreous humor” or “humor aqueous” or “humor vitreous” or “humour aqueous” or “humour vitreous”). Consideraram-se as publicações realizadas entre 2010 e 2020. Ao retirarmos os artigos que não avaliaram diretamente o senso de humor ou seus elementos constituintes, ficamos com um panorama de como ocorreram as avaliações do senso de humor ou de seus componentes, ao longo dos últimos dez anos:

2 artigos avaliaram humor computacional; 3 artigos mediram a reação fisiológica ao humor; 5 artigos mediram traços de personalidade relacionados ao humor; 8 artigos analisaram os estilos de humor; 10 artigos avaliaram a brincadeira; 17 artigos avaliaram o riso; 37 artigos desenvolveram, validaram ou alteraram instrumentos de medida de humor.

RESULTADOS

A história da evolução do estudo científico dos instrumentos de avaliação do sentido do humor começa com o primeiro artigo de 2010 focando a atenção no senso de humor das pessoas mais velhas na Alemanha, medindo através da Escala de Senso de Humor de Paul McGhee o senso de humor de 979 pessoas. Neste artigo ficou evidente a relação entre humor e conexão social. O estudo apontou também que o comportamento de riso reduz com a idade (Proyer et al., 2010). O segundo artigo da década faz uma revisão de 40 anos de uso *The Sense of Humor Questionnaire – SHQ*, o primeiro instrumento desenvolvido em 1970 por Svebak. Este protocolo de investigação mostrou que existem relações positivas entre senso de humor, estado de ânimo e forma de lidar com estresse, relações negativas com morbidade e mortalidade e que existe comportamento de riso fora do humor. Ficou evidenciado também o papel do senso de humor no enfrentamento ao estresse relativo a doenças físicas, como mostrou o estudo de larga escala em pacientes com doença renal grave. Um índice de sobrevivência 30% maior apareceu naqueles pacientes com escores altos neste questionário de senso de humor (Svebak, 2010).

Em 2011, novamente a atenção se volta para a atitude divertida ou brincalhona em adultos mais velhos, a escala *Old Adults Playfulness – OAP* amplia o aspecto físico da brincadeira para um aspecto maior de inclusão do corpo na identidade lúdica e dentro da cultura. Questiona-se a ausência da palavra “joy” (grande contentamento e prazer) nas escalas de ludicidade adulta. A pergunta subjacente é se essa ausência se deve ao fato de haver uma transformação da expressão física de alegria para uma expressão mais cognitiva ou se esse tipo de expressão de júbilo vai aos poucos sendo desencorajado à medida que envelhecemos (Yarnal & Qian, 2011). Achado que complementa a observação de McGhee segundo a qual a ludicidade ou a brincadeira, importante base do senso de humor, fica esquecida em algum lugar da infância ou da adolescência.

Proyer e Jehle (2013) definiram os cinco componentes da brincadeira adulta: comicidade, alegria, desinibição, expressividade, direcionamento para o outro e intelectualidade-criatividade (espirituosidade). Em 2014 a brincadeira adulta continua em foco no artigo “Playfulness, Ideas, and Creativity: A Survey”, usando um Questionário de Autorrelatos de Ludicidade, Criatividade e Inovação, em uma amostra de 1536 pessoas. Quem se acha brincalhão tem mais ideias inovadoras? Propôs que os respondentes sugerissem ideias novas para usos alternativos de dois objetos. Apesar de dificuldades com o tamanho da amostra, confirmou a relação ludicidade e criatividade (Bateson & Nettle, 2014). Também em 2014, Sirigattia et al., (2014), em Itália, validaram o Questionário de Estilos de Humor QEH, o instrumento mais usado na era moderna de estudos do humor. Um estudo muito importante em 2014, “*The Conceptualization, Measurement, and Role of Humor as a Character Strength in Positive Psychology*” comparou o Questionário de Estilos de Humor com a Escala de Humor do Inventário de Forças do VIA (*Values in Action*). Os achados sugerem que o QEH pode ser uma medida mais útil em estudos futuros pois avalia tanto estilos de humor negativos quanto positivos, e suas descobertas fornecem suporte para a visão de que diferentes estilos de humor se correlacionam de maneiras diversas e interessantes com as variáveis de bem-estar, tão relevantes para a psicologia positiva (Edwards & Martin, 2014). O ano de 2014 termina com um estudo da base temperamental (afetiva e atitudinal) do senso de humor, validando a versão traço do *State Trait Cheerfulness Inventory* em uma população espanhola (Carretero-Dios et al., 2014).

O ano de 2015 está marcado nesta revisão por um artigo se propondo a medir os efeitos

psicofisiológicos provocados pela compreensão do humor verbal. O artigo “*Using Psychophysiological Measures to Examine the Temporal Profile of Verbal Humor Elicitation*” de Fiacconi e Owen (2015) indica o que sentimos no corpo (coração e rosto) quando percebemos o humor. O eletrocardiograma e a eletromiografia facial foram registrados para captar o momento de insight da piada, marcado pelo ponto de inflexão do músculo zigomático e a variação na frequência cardíaca.

A adaptação da Escala Multidimensional de Sentido de Humor entre uma amostra da Transilvânia, Romênia encontrou um aumento do humor adaptativo entre os indivíduos casados, confirmando a maior contribuição do humor na manutenção do relacionamento de longo prazo e maior satisfação conjugal (Pordea et al., 2016). A segunda metade da década começa com muita risada. Uma revisão da literatura sobre como medir os risos e gargalhadas. Entre as técnicas mais utilizadas para medir o riso estão: processamento de áudio, respirometria, pneumografia, eletromiografia (EMG), mecanomiografia (MMG), ressonância magnética funcional (fMRI), eletroencefalografia (EEG), magnetoencefalografia (MEG). Concluindo que, por meio de diferentes métodos e com diferentes propósitos as principais características do riso foram isoladas e estudadas, mas infelizmente, uma teoria abrangente do riso ainda não foi desenvolvida. Isso está se tornando cada vez mais importante nos dias de hoje com o advento das interfaces homem-máquina inteligentes para a criação de tecnologia afetivamente consciente (Cosentino et al., 2016).

Em 2017 com a validação da Escala PhoPhiKat-45 originalmente desenvolvida por Ruch e Proyer um novo aspecto é abordado, a medição de três disposições para o ridículo e o riso; ou seja, gelotofobia (o medo de ser ridicularizado), gelotofilia (a alegria de ser ridicularizado) e katagelasticismo (a alegria de rir dos outros) (Hofmann et al., 2017). Esses traços explicam as diferenças interindividuais nas respostas ao humor, ao riso e a situações sociais relacionadas (Hofmann et al., 2017). Seguimos em 2017 com um estudo diferente abordando culturalmente o humor coloquial, uma área emergente de investigação. O estudo analisa o humor em gravações de conversas sociais em diferentes países, Brasil, França, Inglaterra e Austrália (Sinkerviciute & Dynel, 2017). Ainda em 2017, aparece pela primeira vez, na nossa revisão, uma escala desenvolvida para medir o humor como característica do clima organizacional e do trabalho (Ruch & Heintz, 2017).

Em 2018, acontece o desenvolvimento da Escala de Apreciação da Estrutura de Humore sua relação com o Inventário de Busca de Sensações e a Escala de Necessidade de Proximidade. Os resultados são consistentes com pesquisas anteriores sobre a diferenciação em duas estruturas de humor, a da resolução da incongruência e a estrutura do humor sem sentido. O estudo fornece suporte para a teoria da distinção entre culturas quanto a busca de sensação e apreciação da estrutura do humor (Torres-Marín et al., 2018). Uma nova escala muito curiosa foi desenvolvida em 2018, desta vez usando a compreensão e apreciação do humor para medir a habilidade teoria da mente ToM, isto é, a habilidade de entender o estado mental de outro indivíduo, isto é, suas intenções, disposição emocional e emoções. Outras escalas já existem para medir esta habilidade em pessoas portadoras de transtornos do espectro autista, esquizofrenia ou deficiência nas habilidades sociais. No entanto, abordar diferenças em teoria da mente em indivíduos neurotípicos não é tarefa fácil e o humor como um processo cognitivo complexo e elevado serviu para essa utilização (Aykan & Nalçaci, 2018). O ano de 2018 trouxe ainda várias adaptações da *State Trait Cheerfulness Inventory*.

Em 2019 o artigo “*What is the temperamental basis of humour like in China? A cross-national examination and validation of the standard version of the State-Trait Cheerfulness Inventory*” apresenta uma nova escala que foi desenvolvida na área da ciência da comunicação, a nova Escala de Funções do Humor, uma escala que mede os objetivos (identificação, esclarecimento, aplicação e diferenciação) para os quais os indivíduos expressam o humor (Lau et al., 2020).

A década termina confirmando a tendência atual do interesse nos estilos de humor, com o desenvolvimento e validação inicial da *Dual Self-Directed Humor Scale* (DSDHS), o primeiro instrumento para avaliar diferenças individuais nas duas dimensões do humor autodirigido (SDH). E

o último dos artigos de 2020 de autoria de Silvia e Rodrigues com o título “Time to Renovate the Humor Styles Questionnaire?” conclui que HSQ tem muitos pontos fortes e qualquer reforma futura é mais uma questão de renovações leves (Silvia & Rodriguez, 2020).

DISCUSSÃO

Encontramos nesta revisão que o humor ora foi avaliado em seu aspeto multidimensional, pelos instrumentos Escala Multidimensional de Sentido de Humor, Questionário de Senso de Humor ou da Escala de Senso de Humor de Paul McGhee, ora por seus aspetos isolados de ludicidade, brincadeira e riso (pelas escalas OLIW, SMAP, APTS ou OAP). A estes tipos de avaliação do humor foi acrescentado mais recentemente os estilos (Escala de Estilos de Humor e Estilos de Humor Auto Direcionados) e as medidas neurofisiológicas. Por fim, além destas, uma maneira alternativa com que o humor é avaliado ocorre através da sua relação com traços de personalidade através do “State Trait Cheerfulness Inventory”.

O desenvolvimento das formas de avaliação do humor reflete a evolução do pensamento teórico a respeito do tema. As pesquisas que relacionavam humor a satisfação com a vida e bem-estar apresentaram alguns resultados contraditórios e surgiu a necessidade de uma nova abordagem surgindo assim o Questionário de Estilos de Humor (Humor Styles Questionnaire) criado por Martim em 2003, para detetar as diferenças individuais no uso do humor e o possível efeito de cada estilo no bem-estar. A relevância do humor para a saúde e o bem-estar pode ter mais a ver com a maneira como as pessoas usam o humor do que com o grau geral em que se têm um “senso de humor.” HSQ tem muitos pontos fortes e parece captar um aprimoramento do uso do senso de humor. Como proposta de renovação da escala Silva (2020) propõe que se observe que o estilo de humor autodepreciativo nem sempre é desadaptativo, podendo revelar uma humildade saudável em algumas situações. Esta é uma linha de pesquisa importante na área do humor.

Outra linha de pesquisa também importante é a que aborda o senso de humor como um hábito ou uma habilidade. O exercício proposto pelo programa de hábitos de humor e medido pela Escala de Senso de Humor pode ser considerado um treino de mudança de mentalidade ou de *mindset*. “Muda-se não por revolução, mas pelo hábito. A mente é um lugar em si mesma, e em si mesma pode fazer do céu um inferno, e do inferno, um céu” (Dweck, 2006, p. 34). Avaliar o desenvolvimento de novos hábitos mentais e comportamentais de usar o humor na interação com o mundo e consigo mesmo, usando a criatividade e mudando para uma mentalidade mais positiva e engraçada favorece o treinamento e redescobrimto desta atitude lúdica ou perspectiva divertida de vida presente com tanta força na infância. Sendo esta redescoberta um elemento-chave para mudanças positivas, criação de estratégias mais eficazes de lidar com stress, melhora de condições patológicas, promoção de bem-estar e saúde positiva.

ORCID

Karina Saboya  <https://orcid.org/0000-0002-5275-9719>

Isabel Silva  <https://orcid.org/0000-0002-6259-2182>

Filipe Saboya Santos  <https://orcid.org/0000-0002-5416-4524>

Leonardo Saboya Santos  <https://orcid.org/0000-0003-0709-0451>

CONTRIBUIÇÃO DOS AUTORES

Karina Saboya: Concetualização; Análise formal; Investigação; Metodologia; Administração do projeto; Validação; Visualização; Redação do rascunho original; Redação – revisão e edição

Isabel Silva: Concetualização; Análise formal; Metodologia; Supervisão; Validação; Visualização; Redação – revisão e edição

Filipe Saboya Santos: Visualização; Redação – revisão e edição

Leonardo Saboya Santos: Visualização; Redação – revisão e edição

REFERÊNCIAS

- Aykan, S., & Nalçaci, E. (2018). Assessing Theory of Mind by Humor: The Humor Comprehension and Appreciation Test (ToM-HCAT). *Frontiers in Psychology, 9*, 1470. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01470>
- Bateson, P., & Nettle, D. (2014). Playfulness, ideas, and creativity: A survey. *Creativity Research Journal, 26*(2), 219-222. <https://doi.org/10.1080/10400419.2014.901091>
- Bergson, H. (2018). *O riso*. Edipro.
- Carretero-Dios, H., Benítez, I., Delgado-Rico, E., Ruch, W., & López-Benítez, R. (2014). Temperamental basis of sense of humor: The Spanish long form of the trait version of the State-Trait-Cheerfulness-Inventory. *Personality and Individual Differences, 68*, 77-82. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.03.045>.
- Cosentino, S., Sessa, S., & Takanishi, A. (2016). Quantitative laughter detection, measurement, and classification – A critical survey. *IEEE Reviews in Biomedical Engineering, 9*, 148-162. <https://doi.org/10.1109/RBME.2016.2527638>
- Dweck, C. S. (2017). *Mindset*. Objetiva.
- 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. <https://doi.org/10.5964/ejop.v10i3.759>
- Fiacconi, C. M., & Owen, A. M. (2015). Using psychophysiological measures to examine the temporal profile of verbal humor elicitation. *Plos One, 10*(9), 1-16. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0135902>
- Hofmann, J., Ruch, W., Proyer, R. T., Platt, T., & Gander, F. (2017). Assessing disposition toward ridicule and laughter in the workplace: Adapting and validating the PhoPhiKat-9 questionnaire. *Frontiers in Psychology, 8*, 714. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00714>
- Lau, C., Chiesi, F., Saklofske, D. H., & Yan, G. (2020). What is the temperamental basis of humour like in China? A cross-national examination and validation of the standard version of the state-trait cheerfulness inventory. *International Journal of Psychology: Journal International de Psychologie, 55*(2), 264–272. <https://doi.org/10.1002/ijop.12582>
- Martin, R., & Kuiper, N. A. (2016). Three decades investigating humor and laughter: An interview with professor Rod Martin. *Europe's Journal of Psychology, 12*(3), 498–512. <https://doi.org/10.5964/ejop.v12i3.1119>
- Messias, E., Peseschkian, H., & Cagande, C. (Eds.). (2020). Positive psychiatry, psychotherapy and psychology clinical application. Springer
- Pordea, A., Kinga, K., & Szamosköz, I. (2016). Adaptation of the Multidimensional Sense of Humor Scale among Transylvanian Hungarian sample. *Romanian Journal of Experimental Applied Psychology, 7*(1), 155-159. <https://doi.org/10.15303/rjeap.2016.si1.a32>

- Proyer, R. T. & Jehle, N. (2013). The basic components of adult playfulness and their relation with personality: The hierarchical factor structure of seventeen instruments. *Personality and Individual Differences*, 55(7), 811-816. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2013.07.010>
- Proyer, R., Ruch, W., & Müller, L. (2010). Sense of humor among the elderly. *Zeitschrift für Gerontologie und Geriatrie*, 43, 19–24. <https://doi.org/10.1007/s00391-009-0082-0>
- Ruch, W., & Heintz, S. (2017). Experimentally manipulating items informs on the (Limited) construct and criterion validity of the Humor Styles Questionnaire. *Frontiers in Psychology*, 8, 616. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00616>
- Silvia, P. J., & Rodriguez, R. M. (2020). Time to renovate the Humor Styles Questionnaire? An item response theory analysis of the HSQ. *Behavioral Sciences*, 10(11), 173. <https://doi.org/10.3390/bs10110173>
- Sinkerviciute, V., & Dynel, M. (2017). Approaching conversational humour culturally: A survey of the emerging area of investigation. *Language & Communication*, 55, 1-9. <https://doi.org/10.1016/j.langcom.2016.12.001>
- Sirigattia, S., Penzoa, I., Giannetti, E., & Stefanile, C. (2014) The Humor Styles Questionnaire in Italy: Psychometric properties and relationships with psychological well-being. *Europe's Journal of Psychology*, 10(3), 429-450. <https://doi.org/10.5964/ejop.v10i3.682>
- Svebak, S. (2010). The Sense of Humor Questionnaire: Conceptualization and review of 40 years of findings in empirical research. *Europe's Journal of Psychology*, 6(3), 288-310. <https://doi.org/10.5964/ejop.v6i3.218>
- Torres-Marín, J., Navarro-Carrillo, G., & Carretero-Dios, H. (2018). Is the use of humor associated with anger management? The assessment of individual differences in humor styles in Spain. *Personality and Individual Differences*, 120, 193-201. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.08.040>
- Yarnal, C, & Qian, X. (2011). Older-adult playfulness an innovative construct and measurement for healthy aging research. *American Journal of Play*, 4(1), 52 – 79.