

# La risa en la UAM: profesorado y alumnado

*Anna María Fernández Poncela\**

## Resumen

Este artículo es un acercamiento a la risa en la educación. Dos son los objetivos, en primer lugar, revisar y mostrar el uso de la risa por parte del profesorado, quiénes, cuándo, por qué y para qué la utilizan, todo según la mirada estudiantil. En segundo lugar, comprobar los beneficios y perjuicios de la misma en el proceso de enseñanza aprendizaje según los propios estudiantes. Para ello se analiza una encuesta sobre el tema en la UAM, así como narraciones universitarias, datos y relatos.

## Palabras clave

Risa ; Enseñanza-aprendizaje ; Percepciones Estudiantes

## Abstract

This article is an approach to laughter in education. The objectives are two, first, review and display the use of laughter by the teaching staff, who, when, why and to what use it, according to the students look. Second, check the benefits and detriments in the process of teaching and learning, according to the students. This discusses a survey on the topic in the UAM, as well as university stories, data and narratives.

## Key words

Laugh ; Teaching and learning ; Perceptions Students

\* Profesora del Departamento Política y Cultura, Universidad Autónoma Metropolitana, Xochimilco (UAM-X), México (fpam1721@correo.xoc.uam.mx).

## Introducción

**E**L PRESENTE trabajo estudia la presencia y ejercicio de la risa en las aulas universitarias. Lo que interesa en concreto es el empleo de la risa como parte de la relación pedagógica docente-estudiante durante el proceso enseñanza-aprendizaje. Esto con dos objetivos específicos, cómo se utiliza y para qué sirve. Conocer y presentar si el profesorado echa mano de ella como parte de la didáctica educativa, quiénes en particular la usan, cuándo la aplican, por qué o con qué intención, y cómo lo hacen o de qué manera la emplean. Por otra parte, se pretende averiguar y mostrar los beneficios de la risa en la educación, o en su caso, los perjuicios si los hubiera. Para ambos objetivos se posee información y datos de una encuesta aplicada en la Universidad Autónoma Metropolitana, Unidad Xochimilco (UAM-X), Ciudad de México. Misma que se complementa con la solicitud de narraciones sobre las experiencias del humor negativo. Así como, con narraciones sobre la utilización del humor en el aula por parte de los profesores/as. Por lo que se combina el método cuantitativo y cualitativo a través de la aplicación de una encuesta representativa de la comunidad universitaria, por un lado, y la expresión testimonial y significativa por medio de los relatos recabados. Las dos técnicas se aplicaron en el año 2018 y algunas narraciones se recabaron en 2017.

Sobre la risa y la educación vale decir, en general, que la primera posee efectos positivos sobre la segunda, de hecho, varios son los autores y autoras que presentan sendas enumeraciones de los mismos, como se verá en el apartado correspondiente a los beneficios de la risa en el salón de clase. Asimismo hay estudios sobre el importante papel del docente en cuando a la didáctica de la risa, que también se presentará en su momento.<sup>1</sup>

Respecto a la metodología empleada en este texto, principalmente se trata de una encuesta aplicada a inicios del año 2018. El tamaño de la muestra fue 458 estudiantes, sobre el total del universo de estudiantes de licenciatura, con un nivel de confianza de 95% y un margen de error de  $\pm 4.5$  por ciento. A continuación, se presentan algunos datos de la misma con objeto de ilustrar sus características, tales como los porcentajes por división y el sexo (Cuadro 1).

Las divisiones fueron proporcionales al universo de la población estudiantil total, por lo que no se compararán; las diferencias entre los sexos no fueron importantes, por lo que tampoco se hará; de ahí que en los cuadros y su análisis sólo se presentan totales. Añadir que las edades oscilaron entre los 19 y los 35 años, con una moda de 20 años, y la mayoría van de los 20 a los 24 años. La residencia se repartió entre las 16 alcaldías de la ciudad, —especialmente Coyoacán (19.69%), Iztapalapa (19%) y Tlalpan (18.12%) tienen una presencia más elevada—, además de los procedentes

Cuadro 1. Muestra de la encuesta por sexo y división

	CyAD	CBS	CSH	Total sexo	Porcentaje
	n	n	n	n	%
Hombres	42	106	81	229	50.00
Mujeres	39	108	82	229	50.00
Total división	81	214	163	558	100.00
Total (%)	17.69	46.72	35.59	558	100.00

Fuente: Encuesta risa, UAM-X, 2018.

del estado de México (18.12%), incluso algunos de otros estados, pero en muy poco porcentaje. La residencia es urbana para la mayoría (88.21%) y para algunos rural (10.04%), ocho no contestaron. La mayoría no trabaja (75.11%) y 24.67% afirman hacerlo, uno no respondió. En cuanto al sector donde laboran 41.59% lo hace por cuenta propia, un número y porcentaje igual en el público, 15.93% en el sector privado, uno no respondió. En cuanto a su ingreso familiar la mayoría señaló que medio (82.53%), bajo (12.45%), alto (2.84%), 10 no contestaron.

Para las narraciones, unas se aplicaron a las mismas personas encuestadas (2018). El ejercicio consistía en escribir un relato sobre una experiencia de humor negativo en clase. Por otra parte, se aporta la información vertida en un ejercicio narrativo que en 2017 se solicitó a 112 alumnos/as de licenciatura de la UAM-X, la instrucción versaba así: “Relata un momento humorístico en clase en la universidad que provocó o inició el profesor/a”. Las edades oscilaron entre los 18 y 26 años, 58 fueron hombres y 54 mujeres.

Al respecto, hay que tener en cuenta la importancia de la narración como técnica de investigación. Se trata de la expresión escrita de la experiencia, manifestación discursiva, que comporta una reorganización experiencial del conocimiento y, sobre todo, la vivencia, la percepción y cognición, la sensación y emoción, así como el ejercicio de memoria emocional sobre un tema. Recordar que el pensamiento humano antes que lógico-racional es narrativo, y que constantemente estamos contando historias sobre nuestra vida, por lo cual se convierte en un excelente acercamiento a la mente y sentimiento humano sobre el tema que nos ocupa (Bruner, 1991; Smorti, 2001).

Finalmente, para cerrar este apartado introductorio es importante mencionar que la risa y el humor en educación pueden verse con relación al profesorado, al alumnado y al proceso mismo de enseñanza-aprendizaje (Garanto, 1983). Si bien todo está interrelacionado, aquí nos centramos en la actitud del personal docente, y la valoración del estudiantado principalmente.

## El profesorado según los datos

El docente que cuenta un chiste o emplea un recurso divertido a menudo consigue atraer poderosamente la atención de sus estudiantes. Incluso se ha podido comprobar que se produce un efecto mnemónico: los elementos divertidos resultan también más memorables [...] el humor debería ser siempre relevante al tema que se trata y emplearse juiciosamente, para realizar los puntos clave de la lección y no distraer la atención de ellos (Jáuregui Narváez y Fernández Solís, 2009:211).

Entre las características de un buen profesor, según algunos autores aparece el humor y la risa (Bain, 2007; Perret, 2013); en las competencias educativas también se apunta a la risa y el humor como parte de las mismas (Aguerrondo, 1999; Longworth, 2005); incluso se alude a ambos en la educación emocional en auge en los últimos tiempos, o la misma competencia emocional educativa (Bizquerra, 2000).

El humor en clase es un recurso pedagógico y es parte de la didáctica. De hecho, y según Fernández Solís (2003), se le considera necesario como respuesta afirmativa a la sociedad contemporánea, toda vez que elemento de comprensión de la realidad, y lo que aquí interesa de manera particular: genera un estilo de enseñanza-aprendizaje, ayuda a pensar y potenciar la creatividad y, sobre todo, “nos sirve de ayuda como educadores para controlar los conflictos y aliviar las tensiones que se generan cotidianamente. Por medio del sentido del humor se genera un estilo de relación y comunicación entre educador-educando” (Fernández Solís, 2003:145), entre otras cosas. Este autor prosigue sobre el tema y extiende las bondades del humor en relación con el educador, autoconcepto o conocimiento de sí mismo; autoestima conformidad afectiva consigo mismo y; autocomportamiento o control de uno mismo a nivel conductual. También señala su importancia para el equipo de educadores, su comunicación, enfrentar problemas intragrupal, genera estilo de vida y cooperación y ayuda a superar contratiempos. Y, además, en la relación con los educandos, enseña al alumnado a ser más humilde, la autoaceptación y el antiperfeccionismo, relativiza la realidad y amplía la perspectiva de los problemas, a solucionar conflictos y restablece las dimensiones de lo humano. De hecho, Fernández Solís subraya la función pedagógica y didáctica del humor:

El humor agiliza y enriquece los procesos de enseñanza-aprendizaje; facilita al educador la enseñanza e instrucción de los contenidos de una forma amena y motivadora; sirve de apoyo en la construcción y selección de proyectos socioeducativos que refuercen los aprendizajes significativos. Gracias al humor se genera un ambiente distendido de trabajo y de colaboración” (Fernández Solís y García, 2010:29).

Por su parte, García Larrauri (2010) opina al respecto del profesorado que asume el sentido del humor, constituye para él un valor de vida, una forma de mostrar el lado amable, cercanía y consideración respecto a las necesidades académicas y personales del alumnado.

Es la persona que busca disfrutar de lo que hace, que comparte el humor en el aula con sus estudiantes, favorece la creatividad, transmite ilusión por el aprendizaje, muestra su sonrisa más honesta y sincera, decide promover del mejor modo que sabe un buen ambiente en el aula, prepara a fondo su materia y facilita su comprensión de forma amena (García Larrauri, 2010: 4).

Otros estudios señalan que el empleo del humor en clase rompe la rigidez; crea un ambiente distendido, amable, de confianza; favorece la comunicación; sirve para sobrellevar o combatir el estrés, la tristeza o la enfermedad; una manera de entretenerse para el docente; una forma de permeabilizar al alumnado; fomentar el gusto por la materia; ayuda-memoria; despertar al estudiante; colaborar en el desarrollo del pensamiento crítico (Kanovich, 2007). En todo lo anterior se entrelazan didáctica y ética, valores y sentido de vida, aún lo académico y lo emocional (Kanovich, 2007). Y, por supuesto, la risa es una reacción ante el humor, con mayor o menor intensidad o duración. De hecho, aunque las personas se ríen de miedo o de nervios, en general se ríen consecuencia física del humor en un momento dado.

En últimas fechas se ha añadido a las bondades del humor en la educación, la relación de éste con la conciencia y con el ser, y cómo esta posición ante la vida es un modelo que el profesor o profesora puede llegar a promover:

[...] cuando el maestro elige adoptar el sentido del humor como un valor en su vida, se convierte en una persona que decide mostrar su lado amable, en una persona cercana y sensible a las necesidades personales y académicas de su alumnado. Es una persona que intenta disfrutar de lo que hace, que comparte el humor en el aula con sus estudiantes, favorece la creatividad, transmite ilusión por el aprendizaje, muestra su sonrisa más honesta y sincera, decide fomentar del mejor modo que sabe un buen ambiente en el aula, se prepara a fondo su materia y facilita su comprensión de forma amena[...] y, todo ello, con independencia de sus circunstancias personales y profesionales (Perandones *et al.*, 2013: 183).

Dejamos aquí los estudios y propuestas de la importancia del humor en clase y en la educación para el profesorado según algunos estudios y proseguimos con la mirada del estudiantado sobre la utilización del mismo entre estos a través de una investigación concreta en la UAM-X.

Para iniciar con los resultados de la encuesta presentamos una batería de interrogantes cerrados, más de la mitad de la población consultada (57.21%) considera que el profesorado de la UAM-X emplea a veces el humor y la risa en clase, 30.57% afirma que lo utiliza y 12.01% que no lo emplea (Cuadro 2). Con lo cual la mayoría opina que lo usan a veces o siempre (87.78%), pero sí lo usan.

Cuadro 2. ¿Las y los profesores de la UAM utilizan el humor y la risa en clase?

Respuesta	Porcentaje (%)
A veces	57.21
Sí	30.57
No	12.00
No contestó	0.22
Total	100.00

Fuente: Encuesta risa, UAM-X, 2018.

Para proseguir, sobre quiénes de los profesores lo hacen, la mayoría (88.06%) afirman que algunos, 11.69% que todos, esto es, son algunos componentes del equipo docente de esta institución universitaria quienes emplean el humor y la risa en clase (Cuadro 3), como se vio anteriormente, en ocasiones o usualmente.

Cuadro 3. ¿Quiénes lo hacen?\*

Respuesta	Porcentaje (%)
Algunos	88.06
Todos	11.69
Ninguno o no contestó	0.25
Total	100.00

Fuente: Encuesta risa, UAM-X, 2018 (\*a esta pregunta hubo quien respondió más de una opción).

Insistiendo sobre el tema y concretamente cuándo lo emplean, la mayoría (85.82%) afirma que a veces, mientras 10.20% señala que siempre (Cuadro 4). Por lo que si bien algunos profesores son quienes usan el humor y la risa en clase, lo hacen además en ocasiones, esto es, todo es relativo y matizado, reiteramos, algunos y a veces, son las respuestas más comunes obtenidas en esta encuesta.

Cuadro 4. ¿Cuándo lo hacen?\*

Respuesta	Porcentaje (%)
A veces	85.82
Siempre	10.20
Nunca y no contestó	3.98
Total	100.00

Fuente: Encuesta risa, UAM-X, 2018 (\*a esta pregunta hubo quien respondió más de una opción).

Para qué lo utilizan es otro interrogante y la opción más señalada (41.79%) es que lo usan como técnica o medio para mejorar el aprendizaje, lo señalado con anterioridad de la pedagogía y la didáctica (Fernández Solís, 2003). En segundo lugar, con 34.83% de las y los encuestados, se dice que así son, como característica de personalidad del profesor en cuestión (Cuadro 5). Con lo cual quienes usan el humor tienen una intención clara al hacerlo, si bien algunos es porque así son como personas, simplemente.

Cuadro 5. ¿Para qué lo hacen?

Respuesta	Porcentaje (%)
Como técnica o medio para mejorar el aprendizaje	41.79
Así son	34.83
No sé	13.93
Para matar el tiempo	8.70
No lo hacen y no contestó	0.75
Total	100.00

Fuente: Encuesta risa, UAM-X, 2018.

Respecto a cómo lo utilizan en el sentido de por qué medio lo emplean, más de un tercio (34.94%) aluden a comentarios humorísticos, 29.80% apuntan al relato de anécdotas, y en tercer lugar (14.69%) refieren chistes blancos (Cuadro 6). Por lo que los comentarios y las anécdotas son lo numéricamente más reportado. Le siguen juegos, burlas y chistes tendenciosos, pero en menor medida.

Cuadro 6. Las y los profesores que sí utilizan el humor y la risa ¿cómo lo hacen?\*

Respuesta	Porcentaje (%)
Comentarios humorísticos	34.94
Contando anécdotas	29.80
Chistes blancos	14.69
Juegos	6.72
Burlas	5.98
Chistes tendenciosos	5.88
Otro	1.89
No contestó	0.10
Total	100.00

Fuente: Encuesta risa, UAM-X, 2018 (\*a esta pregunta hubo quien respondió más de una opción).

*Grosso modo*, y según lo visto hasta aquí, el humor es parte de la pedagogía y didáctica del profesorado en el aula a la hora de impartir clase, según algunas obras y autores (Fernández y Solís, 2003), y para el caso específico aquí estudiado, sí se usa el humor en el aula, todos o algunos profesores lo usan, esto lo hacen a veces y con un propósito educativo, en general con comentarios humorísticos y contando anécdotas. También aparecen las burlas y chistes tendenciosos, como vimos, que aunque en menor medida hay que tomarlos en cuenta, sobre ello volveremos concretamente en otro apartado de este artículo.

### Los relatos sobre el profesorado y la risa en clase

Ahondando en el tema del humor del personal docente, traemos a estas páginas la transcripción de parte de las narraciones sobre un momento humorístico en la universidad que provocó el profesor o la profesora que tuvieron lugar en el 2017, y aparecieron cosas tales como: “el profesor ejemplificó la lectura con una metáfora graciosa y ayudó a despejar el tedio” (hombre); “un profesor en su clase siempre estaba trabajando, pero con lapsos de comedia y relajación, ayudó a que se entendiera más su clase, así como una mejor experiencia en cuanto a la calidad de profesor” (hombre); “el profesor detuvo mi exposición y dijo que alguien contara un chiste para que me relajara, y así fue, gracias al chiste terminé mi exposición

con más seguridad, pues de alguna forma el reírme hizo que me relajara. Ante esta situación me sentí muy bien, muy cómoda, y sin duda alguna es un momento que siempre voy a recordar, siento que hacer de un momento feo algo más relajado sin disminuir su importancia hace que el aprendizaje sea mejor, que la clase sea más amena y que el alumno o alumna se sienta con más ganas de aprender” (mujer), “el profesor utilizó el humor con la finalidad de hacernos reflexionar... me hizo sentir gracia y me ayudó a encontrar el razonamiento de las cosas” (hombre); “cuando explica algún tema siempre cuenta una pequeña historia divertida que contextualiza lo que se ve en clase... sirve para reflexionar y hace que la clase sea entretenida y nada tediosa... el humor es sano... mejoras en la retención de lo aprendido de forma grata” (hombre). Así el humor es importante en varias cuestiones cognitivas, emocionales y sociales, sobre todo su empleo didáctico y pedagógico (Fernández Solís, 2003), como venimos reiterando en estas páginas.

Y es que “la risa provocada por parte de los profesores... aligera la tensión y hace que nos quitemos barreras para abundar en la participación” (hombre). “La maestra comenzó a reír en el salón... sirvió para crear mejor ambiente, ya que después de eso todos nos expresábamos con mayor comodidad” (hombre); “las clases con la maestra se me hicieron muy relajadas en cuanto a la forma de impartir sus conocimientos y al hecho de que no me sentí juzgada por ninguna pregunta que hice, hacía chistes y permitía que mis compañeros de igual forma hicieran... apoya a sus alumnos y tiene vocación a su trabajo” (mujer); “fue importante que la maestra... de manera muy chistosa... nos demostrara que no pasaba nada si hacíamos el ridículo o no, lo importante era que nos divirtiéramos en esa actividad y aprendiéramos” (mujer).

Eso sí, también aparecieron signos de humor discriminatorio e incluso violento que lejos de apoyar la educación, crea un ambiente tenso, desagradable, e incluso perjudicial y doloroso en algunos casos: “el profesor al cuestionar acerca de una lectura a un alumno, éste no supo contestar y comenzó a burlarse de su aspecto... a cuestionar a otros alumnos... sus mofas provocaron risas, burlarse y ridiculizar al alumno y compararlo con personas que trabajan haciendo el aseo de una escuela, considero que no es de un profesor para exhortar a los alumnos a qué deben leer” (mujer); “un profesor tiene un humor irónico, sarcástico y verde... a la mayoría nos hacía reír... su intención era despertar nuestro interés... hacía bromas a una compañera” (mujer); “un profesor muy pesado... creía que sus chistes y comentarios subidos de tono o groseros eran divertidos... les dijo ‘están bien pendejos’ y comenzó a burlarse... se me hizo una falta de respeto, normalmente el humor de los profesores no es el indicado, sirvió para que nadie se animara a hablar nuevamente” (mujer). En este caso es humor agresivo

(Fernández Solís, 2003) y, por supuesto, contraproducente a efectos de potenciar o mejorar el aprendizaje.

Para resumir: “en mi opinión está bien que los profes implementen el humor dentro de sus clases, normalmente cuando son muy tediosas el alumno deja de poner atención e interés y creo que es una buena estrategia de los docentes, ya que hacen sentir al estudiante en confianza y cómodo” (hombre), porque el hecho de “que las clases tengan momentos de aprendizaje y humor, que iniciaba el profesor la mayoría de las veces, involucró al grupo de manera positiva y era una de mis clases favoritas” (mujer), lo afectivo es importante “es la primera vez que tengo una maestra que cuenta chistes en clase, es muy divertido y esa clase me gusta mucho, me siento en confianza y con tranquilidad”, y es que dicen “aparte de que me hace reír, me hace sentir en confianza, me hizo sentir que la UAM no era un lugar raro, sino un lugar donde pertenecía, y donde iba casi a vivir por los próximos cuatro años de mi vida” (hombre).

### El alumnado y su evaluación de beneficios y perjuicios

El uso adecuado del humor en el aula, para crear un clima positivo y divertido en el que la equivocación no implica rechazo, en el que las tensiones interpersonales se resuelven con ingenio, y en el que predominan las emociones positivas, sin duda contribuirá a fomentar la salud mental de todos los participantes en el proceso docente. Y más allá de esta visión puramente “terapéutica”, el humor puede también servir para motivar el esfuerzo educativo tanto para profesores como para alumnos. Una clase en la que prolifera la risa y las emociones positivas es un lugar en el que apetece estar, aprender y prestar atención o, en el caso del profesor, de trabajar y enseñar (Jáuregui Narváez y Fernández Solís, 2009).

Para iniciar este apartado, algunos datos generales sobre el alumnado y la risa. En primer lugar, cuántas veces se ríe al día —fue una pregunta cerrada de opción múltiple de gradación— y la respuesta de la encuesta fue de 42.36% de 11 a 50 veces, seguida de los que dicen se ríen de 51 a 100 (25.33%), si bien 13.97% dijo reírse de una a cien veces, y 15.28% que lo hace más de cien (Cuadro 7).

Al respecto hay quien afirma que reímos poco, algunos datos señalan que las personas adultas se ríen entre 100 y 14 veces al día, mientras en la infancia lo hace unas 300, por lo menos hasta los 6 años (Villa, 2009), por lo que los universitarios consultados están más o menos en dicho rango. Las causas que se aducen para la progresiva disminución de la risa son la educación, la cultura, la personalidad, sobre todo los contextos en los cuales crece y se desarrolla el ser humano que van mermando las circunstancias y capacidad de expresión de reír.

Cuadro 7. Al día yo me río...

Respuesta	Porcentaje (%)
De 11 a 50 veces	42.36
De 51 a 100 veces	25.33
Más de 100 veces	15.28
1 a 10 veces	13.97
No contestó	3.06
Total	100.00

Fuente: Encuesta risa, UAM-X, 2018.

En segundo lugar, además de las veces que se ríe, se interrogó sobre lo que les provoca más risa —con pregunta también de opción múltiple de abanico— y las respuestas como se observa estuvieron muy divididas entre las diversas propuestas, aunque primero aparecieron las frases ingeniosas y graciosas (16.50%), seguidas de los chistes (13.82%), las películas cómicas (12.40%) y las caídas (10.69%), por citar las cuatro más numerosas (Cuadro 8).

Cuadro 8. ¿Qué es lo que te provoca más risa? \*

Respuesta	Porcentaje (%)
Frases ingeniosas y graciosas	16.50
Chistes	13.81
Películas cómicas	12.40
Caídas	10.69
Comediantes profesionales	9.59
Caricaturas	9.40
Burlas	8.85
Programas de TV	7.24
Otro	5.35
Tiras cómicas	3.31
Cartones periodísticos	2.63
No contestó	0.23
Total	100.00

Fuente: Encuesta risa, UAM-X, 2018 (\*a esta pregunta hubo quien respondió más de una opción).

Con relación al humor en clase encontramos que la mayoría de la muestra encuestada (91.48%) consideró que tiene efectos benéficos para el aprendizaje en general. Sin dejar de ver el 8.52% que piensa que no tiene efectos benéficos (Cuadro 9). Advertir que siempre hay cierto porcentaje que considera que el humor y la risa les distrae o estorba para el satisfactorio desarrollo del proceso de enseñanza-aprendizaje. Subrayar el amplio porcentaje que lo califica de benéfico y que se reitera en todos los estudios al respecto y el número, que aunque menor, hay que tomar en cuenta, qué siente y qué lo perjudica (Fernández Poncela, 2016).

Cuadro 9. Cuando estoy en clase siento que el buen humor y la risa son positivos y benéficos para mi aprendizaje en general

Respuesta	Porcentaje (%)
Sí	91.48
No	8.52
Total	100.00

Fuente: Encuesta risa, UAM-X, 2018.

Como se dijo, las investigaciones sobre el tema apuntan con énfasis a la importancia de los efectos favorables y positivos del humor en la vida, la salud, los grupos y, muy especialmente, al tema que aquí nos interesa y ocupa: la educación (Ziv, 1988; García, 2002; Ruiz *et al.*, 2005; Tamblyn, 2007; Fernández Solís, 2003, 2008, 2009; Hurren, 2006; García Larrauri, 2006, 2016; Isen, 2008; Villa, 2009; Galarza, 2010; Jaúregui, 2012). Remarcar la flexibilidad mental, el rendimiento en las tareas, la atención, las capacidades y la toma de decisiones, todo ello mejora notablemente en una clase con humor (Isen, 2008), incluso hay quien habla de incremento en las calificaciones (Ziv, 1988). Para puntualizar un poco más, señalamos las funciones del humor en la educación de Fernández Solís (2009): motivadora, camaradería y amistad, distensión, defensiva, intelectual, creativa, terapéutica, social, pedagógica y didáctica, además de la agresiva que también existe. Sobre la penúltima y su destacado papel, ya ha sido descrita en una cita anterior, únicamente reiterar su importancia en agilizar los procesos mentales del alumnado en un ambiente ligero, donde prima la satisfactoria comunicación, motivación, colaboración entre los agentes implicados en el proceso enseñanza-aprendizaje, y, en el caso particular que estamos analizando, las sensaciones, percepciones, cogniciones y emociones del alumnado al respecto.

Por otra parte, se interrogó también sobre los que consideraban al humor y la risa como benéficos, por qué motivo lo hacían, y aquellos que no, también el

por qué. Sobre lo primero hacemos una reelaboración resumida que va de los beneficios en el estado emocional hasta los satisfactores en la cuestión intelectual, inspirada en la propuesta de Tamblyn (2007), sobre el tema: reduce el estrés, la ansiedad, las amenazas; acerca a las personas; une y vincula afectivamente; crea confianza; favorece la cohesión; aumenta la comprensión humana; potencia la relación y la expresión; beneficia la comunicación; amplía la relajación y tranquiliza; airea y libera; aminorar o reduce conflictos o agiliza su resolución; reduce tensiones, hostilidad, enojo; decrece miedos; reduce depresión; eleva la autoestima; activa las emociones; colabora con la memoria; favorece el estar presente; descansa el cerebro y despeja la mente; potencia la atención y la concentración; discrimina la información; aumenta el entendimiento intelectual; motiva; en una palabra y por todo lo anterior, mejora el estado de ánimo y, por supuesto, el aprendizaje.

En el caso que nos ocupa vemos reflejados varios de los motivos que se han enumerado anteriormente según otros autores. En concreto, las razones de los beneficios son diversas y coincidentes con tendencias de respuestas presentadas con anterioridad. Por ejemplo, se dice que disminuye el estrés (15.83%), hace la

Cuadro 10. Los que sí consideran que el humor y la risa son positivos y benéficos para el aprendizaje. ¿Por qué motivo? \*

Respuesta	Porcentaje (%)
Disminuye mi estrés, temor o ansiedad.	15.83
Me hace la clase más amena	13.83
Crea confianza, comunicación y cohesión grupal	13.53
Reduce tensiones, conflictos u hostilidades	10.33
Despeja y agiliza mi mente	8.45
Mejora mi atención	7.81
Expande mi creatividad e imaginación	6.79
Optimiza el intercambio de ideas	6.79
Mejora mi memoria	6.02
Me motiva e interesa	5.63
Mejora mi comprensión	4.95
Otra	0.04
Total	100.00

Fuente: Encuesta risa, UAM-X, 2018 (\*a esta pregunta hubo quien respondió más de una opción).

Cuadro 11. Los que no consideran que el humor y la risa son positivos y benéficos para el aprendizaje. ¿Por qué motivo?\*

Respuesta	Porcentaje (%)
Distrae mi atención	35.42
Es poco serio utilizar el humor para aprender	22.92
No me permite recordar	12.50
No contestó ninguna opción	10.42
Es incómodo	10.42
Otro	8.33
Total	100.00

Fuente: Encuesta risa, UAM-X, 2018 (\*a esta pregunta hubo quien respondió más de una opción).

clase más amena (13.83%), crea confianza (13.53%), reduce tensiones (10.33%), despeja y agiliza la mente (8.45%) y mejora la atención (7.81%), entre otras cosas, como es posible leer en el Cuadro 10. Por ello, mejora el aprendizaje gracias a la contribución en la didáctica del mismo que pasa desde el relajamiento emocional del estudiante hasta la motivación académica para el mismo (Fernández Solís, 2003).

Entre quienes consideraron que el humor y la risa no son positivos ni benéficos, que recordemos fue el 8.52% de la encuesta, destaca el que distrae la atención (35.42%) y que es poco serio utilizar el humor para aprender (22.92%) (Cuadro 11). Como ya se dijo, siempre hay cierto porcentaje de población estudiantil que considera que el humor distrae y no beneficia (Fernández Poncela, 2016). Sin desestimar los motivos aducidos, hay personas que consideran que la seriedad en la educación se contraponen al humor y viceversa, en el sentido de falta de madurez, pérdida de tiempo, y falta de seriedad y eficacia (Fernández Solís, 2003, 2008; García Larrauri, 2006). Además, no se puede descartar que se tengan experiencias humorísticas negativas que no sólo no ayuden en el aprendizaje, sino que dañen la personalidad del alumno o alumna en cuestión, como ya se expresó en testimonios estudiantiles y se volverá a ver posteriormente.

El humor ayuda en el aprendizaje, aunque a veces no tanto

Sobre el último punto, aunque por la pregunta y respuesta cuantitativa de la encuesta abordada no es posible dar cabal interpretación, se podría pensar que, en ocasio-

nes, no ayude en el proceso educativo si el tipo de humor empleado es negativo en el sentido de violento y agresivo. Como se vio en el Cuadro anterior que presentaba los datos sobre cómo emplea el profesorado el humor en clase, aparecen las burlas y los chistes tendenciosos. Como se sabe también, a veces el humor daña más de lo que ayuda, distrae más que colaborar en centrar la atención y fijar la memoria. Para profundizar este punto se solicitó una narración de experiencias humorísticas en clase que fueran ejemplo de humor negativo, esto se realizó hacia el final de la encuesta en cuestión (2018).

El relato presenta algunas experiencias a modo de ilustración sobre el tema, con el objetivo de hacer asequible el análisis de los testimonios recabados, los cuales se presentarán por campos semánticos y por medio de breves transcripciones<sup>2</sup>. *Grosso modo* es posible establecer cinco campos semánticos generales. En primer lugar, el que tiene que ver con incomodidades en general, esto es, el humor por alguna razón hace que las personas no se sientan a gusto en el salón de clase, ya sea por un chiste no entendido del profesor, sobre alguna mala interpretación o algún incidente coyuntural como la típica caída que hace reír, o cosas por el estilo.

- “La profesora dijo un chiste sin sentido y solo ella lo entendió, fue incómodo” h CBS
- “Los pésimos chistes del profesor, nadie se reía ni por compromiso” h CBS
- “Un chiste fuera del tema de clase” h CBS
- “Cuando se rompió la silla donde me senté y todos se rieron” h CSH
- “Cuando se cayó un compañero de su silla y todos nos reímos, pero él después sufrió de estrés postraumático debido a que nos reímos” m CSH

En segundo lugar, el humor se considera negativo, más que por el humor mismo, por las consecuencias que produjo, como expulsiones de clase por reírse.

- “Cuando me reí porque un compañero se cayó en el salón, me sacaron” CBS
- “Cuando te ríes de un amigo y te sacan de clase” CBS
- “Cuando teníamos un chiste local referente a un tema y no podíamos parar de reír y nos sacaron de clase” m CBS
- “Unos compañeros contaban chistes mientras el profesor explicaba, nos escuchó reír y nos sacó del salón” h CYAD

Tras estas dos razones que tal vez no son tan importantes en sí y pudieran considerarse incluso anecdóticas, hay otras dos o tres que sí son destacadas para reflexionar en torno a las mismas. Las burlas, primeramente, entre el alumnado y, en segundo lugar, del profesorado al mismo, son más usuales de lo que se pensaría. En algún caso excepcional también del alumnado al profesorado, aunque seguramente por ciertas razones esto no fue casi mencionado, no implica que no exista. En este caso, sí hay que decir que se trata de un humor negativo, violento y agresivo, que duele, ya sea de forma consciente o inconsciente por quien lo emite y la intensidad también influye por parte de quién lo recibe. Fernández Solís (2003:147) habla por ejemplo de la función agresiva del humor en educación “se puede arremeter contra iguales y superiores”, a lo cual cabría añadir subordinados o en condiciones inferiores de poder, aquí se piensa concretamente en el estudiantado que como se verá a continuación expone varios casos de humor violento hacia ellos, y es que:

no todos los tipos de humor son igualmente ‘sanos’ o ‘motivadores’. Por ejemplo, en el *bullying*[...] el humor es muy habitual, pero evidentemente se trata de un humor agresivo y destructivo que puede tener efectos muy nocivos sobre la salud mental. Lo mismo podría decirse del uso por parte del profesor de la burla para castigar a un estudiante o poner en evidencia su error (Jáuregui y Fernández Solís, 2009:209).

- “Cuando compañeros se burlan de la forma de hablar o apariencia de otros” h CBS
- “Cuando un compañero se burla de una discapacidad como el síndrome de Down” h CBS
- “Un compañero hizo un comentario gracioso sobre veganos sin saber que una compañera es vegana” h CBS
- “Cuando el humor se hace con defectos o errores de las personas” h CBS
- “Cuando me equivoco en algo se ríen de mí” h CBS
- “Se burlaron de un compañero que tiene una discapacidad” m CBS
- “Se prestó para acosar a una compañera, utilizando como broma un termómetro” m CBS
- “En ocasiones se presta para el *bullying*” m CBS
- “Estaba exponiendo y me puso muy nerviosa ver que todos se reían, sabía que había dicho algo gracioso y en otras circunstancias me hubiera causado risa a mí también” m CBS
- “Tengo un compañero que busca llamar la atención a como dé lugar, en ocasiones hace chistes misóginos, e incluso estúpidos, que lejos de ser graciosos son ofensivos” m CBS

- “Cuando nos reíamos de algo que había hecho un compañero y éste se sintió mal al considerar que nos reíamos de él” m CBS
- “Cuando se ríen mis compañeros de mí por algún error” h CSH
- “Cuando no respetan las opiniones de alguien y se burlan” m CSH
- “Cuando un compañero cuenta chistes que nada tienen que ver con el módulo e incluso llegan a ser discriminatorios y misóginos” m CSH
- “Una humillación en tono de burla hacia las compañeras” m CSH
- “Un compañero tenía una duda y todos se burlaron de él” m CSH
- “Nos burlamos de la voz de un compañero sin saber que era por problemas” h CyAD
- “Pasar a exponer y que se burlen” h CyAD
- “El humor con alburas ha sido negativo, tienes que cuidar lo que dices” m CyAD
- “Cuando expones y te equivocas y se ríen, la risa interrumpe el tren de pensamiento y es difícil regresar a tener concentración” m CyAD
- “Cuando se burlan muy groseramente de alguien” m CyAD

Como hemos mencionado, puede ocurrir entre compañeros, pero también del profesorado al alumnado, como se verá, y en algún caso a la inversa.

- “El profesor hizo un chiste referido a la alimentación de un compañero vegetariano” h CBS
- “Un médico utilizó de referencia a un compañero humilde en el tono de piel como ejemplo de lavaderos de piedra indígena” h CBS
- “Cuando un profesor quiere humillar a alguien” h CBS
- “Cuando el profe insinuó que yo era borracho” h CBS
- “La maestra hizo un comentario gracioso y discriminatorio a los homosexuales y a los médicos” h CBS
- “Cuando el profe se burló de nosotros por no saber responder correctamente el examen” m CBS
- “Una vez choqué con la combi y mi profesora no me dejó hacer el examen y era algo razonable, pero cuando fui a la enfermería me hizo *bullying* y ahora lo sigue haciendo” m CBS
- “Cuando un profesor hace comentarios y chistes homofóbicos” m CBS
- “En ocasiones la maestra utiliza comentarios de burla en contra de algún compañero o compañera” m CBS
- “Cuando una profesora contó un chiste racista en extremo” h CSH

- “Tenía un profe que se la pasaba contando su vida, era gracioso, pero no aprendíamos” h CSH
- “Cuando la maestra se burló de mi tos” h CSH
- “El profe se burló del color de cabello de mi compañero y eso provocó que sufriera *bullying*” m CSH
- “Cuando los maestros hacen comentarios chistosos para nosotros, como ponerle sobrenombres a los alumnos” m CSH
- “Un profesor se burló de quienes sentían mucho miedo en los temblores y como yo entro en este grupo de personas, me sentí muy mal” m CSH
- “Cuando un compañero hizo un meme de Marx y el profesor se molestó” m CSH
- “Un compañero contó un chiste a cerca de la historia de México y el profesor tomó una actitud agresiva hacia él” m CSH
- “Una vez un profesor reprobó a todo el salón y él se ríó. No fue chistoso” m CSH
- “Cuando estás en clase a las 7 am y el profesor se pone a hacer chistes sobre su vida” m CSH
- “El profe creyó que decir que él sí había ido al Louvre y veía difícil que nosotros fuéramos iba a ser gracioso” h CyAD
- “El profe se burló de un compañero y todos se rieron de él y eso lo hizo sentir mal” m CyDA
- “Un compañero dijo a otro ‘mira esa lonjita’ y estaba la maestra y se le veía su lonja” h CyAD
- “Chistes racistas o machistas... se usan para ridiculizar a una persona o grupo de personas por discriminación y sexismo... o chistes clasistas para mostrarse superiores” h CBS
- “Cuando hacen chistes que estigmatizan o discriminan a algún grupo social” m CBS

Finalmente, destacamos la consideración del humor perjudicial como parte de la enseñanza-aprendizaje por algunos individuos o grupos de estudiantes, desde cuando éste llega a causar descontrol y dificulta el proceso educativo de una forma clara y evidente, hasta las creencias e ideología sobre el mismo que configuran una personalidad en el sentido que les distrae y no les beneficia en nada, o consideración que es poco seria para la educación con humor. En este sentido, se detectan ciertas barreras para emplear el humor en los grupos, tales como el que es entendido como signo de inmadurez, pérdida de tiempo, y falta de seriedad y eficacia (Fernández Solís y García, 2010).

- “Cuando el humor se descontrola y evita seriedad en clase y dificulta aprender” h CBS
- “La profesora utiliza de modo exagerado la risa de modo que la clase pierde seriedad” h CSH
- “El chiste se salió de control y ya sólo reíamos sin poner atención en la clase” h CBS
- “Se crea desorden en clase” h CBS
- “No me permitió poner atención durante la clase” m CBS
- “En un examen te pone más de nervios” m CSH
- “Cuando me río con mis compañeros no pongo atención en clase” h CyAD
- “Unas niñas riéndose no dejaban escuchar al profe” h CYAD
- “Durante un examen se empezó a bromear tanto que distrajo mucho de responder las preguntas” m CyAD
- “El profesor a cada rato hace algún comentario gracioso o burlón y los alumnos hacen bulla, lo cual hace perder el tiempo en clase” m CyAD

Todo este último apartado es advertencia para tener sensibilidad y cuidado de las circunstancias y el tipo de humor empleado. Ya se sabe que la risa se puede usar como arma (Berger, 1999), y que la burla señala superioridad, así como los chistes agresivos conllevan desprecio y falta de humanidad (Filliozat, 2007). Por otra parte, merecen respeto quienes consideran que el humor perjudica, que los distrae o es una pérdida de tiempo para ellos.

### Breves recomendaciones

Con objeto de responder la típica pregunta que mucha gente y profesores se hacen sobre si existe una técnica para emplear el humor en clase, hay publicaciones que dan pistas sobre el asunto, si bien hay toda una corriente que considera que más que una técnica se trata de una posición ante la vida (Vigara, 1994), adecuada aquí a una posición en el aula. No obstante, para medianamente responder la interrogante que puede rondar la mente de algunas personas o lectores, proponemos una enumeración de varios expertos sobre el tema (García Larrauri, 2006; 2010; Hurren, 2006; Ziv, 1988):

- Ambientar el aula con motivos de humor. Usar humor verbal e icónico.
- Iniciar las sesiones con una historia divertida, anécdota o chiste.
- Emplear herramientas motivadoras que despierten atención e interés.

- Generar atención, interés, curiosidad y creatividad.
- Promover un estado de ánimo positivo en el grupo, la sonrisa y la risa compartida.
- Generar un clima de confianza de confianza mutua y comunicación positiva y respetuosa, para la libre y sana participación e intercambio de ideas en el aprendizaje.
- Enseñar técnicas de relajación para reflexionar los aprendizajes y prevenir el estrés.
- Aumentar la diversión en el estudio dentro y fuera del aula, disfrutar el aprendizaje.
- Generar una interrelación más personal y afectiva profesorado-alumnado.
- Facilitar la expresión emocional y necesidades adecuadamente.
- Mejorar la autoestima social y emocional estudiantil. Disminuir la timidez y retraimiento.
- Conjugar la exigencia y seriedad con lo lúdico y festivo en su justa medida.
- Estimular el esfuerzo.
- Aprender la importancia de los errores, tolerar contratiempos, aprender a afrontarlos con buen ánimo.
- Favorecer el trabajo en equipo.
- Prevenir o reducir los comportamientos disruptivos y los conflictos en el grupo.
- Relacionado con el contenido para tener un papel importante en el aprendizaje.
- Tener en cuenta el humor a la hora de exponer contenidos y en las pruebas inclusive.
- Conocimiento de las características grupales para saber cómo introducir el humor en el grupo.
- Su empleo ha de ser positivo para el desarrollo de un aprendizaje constructivo y adecuado al alumnado en cuestión. Evitar el humor ofensivo.
- Su uso ha de ser limitado y contextualizado, sin abusar de él.

Eso sí, ante todo y como todo, “el docente debe tener interés en usar el humor, disfrutarlo y creer que esta herramienta favorecerá el aprendizaje” (Madrid, 2015:52). Además de, y como ya se espera haber dejado claro, el humor ha de tener relación con el tema o las clases, aplicarlo en las circunstancias y medida oportunas, con cierta moderación, y no usar cualquier tipo de humor que pueda molestar o violentar, y ser incluso contraproducente.

## Conclusiones

En primer lugar, la presente investigación centrada en una encuesta representativa en una entidad de educación superior en México refirma todos los estudios anteriores sobre el tema en los últimos años y en varias latitudes, constituyendo una aportación más de la importancia benéfica del humor en la educación, desde el punto de vista del educando, salvo algunas excepciones que también fueron señaladas. Además de la riqueza significativa de las narraciones que amplían y profundizan el asunto.

En segundo lugar, y a modo de resumen, tras la revisión y análisis de la información cualitativa y datos cuantitativos recabados en este estudio de caso es posible afirmar que el personal docente de la UAM-X emplea el humor en el aula, por lo menos algunos y a veces, y que lo hacen con la intención de mejorar el aprendizaje, según afirman sus estudiantes, a través de comentarios humorísticos, anécdotas o chistes. El alumnado lo considera mayoritariamente positivo y benéfico, porque disminuye el estrés, ameniza la clase, crea confianza, reduce conflictos, despeja la mente, agiliza la atención, refuerza la creatividad, la participación y la memoria, entre otras cosas. Si bien, hay a quien le perjudica porque distrae, es poco serio o no permite recordar y es incómodo.

Además, y como se vio, el humor ayuda en el aprendizaje, pero hay tipos de humor violentos y discriminatorios que van de lo incómodo a la distracción o lo descontrolado, hasta lo doloroso, como las burlas entre compañeros, o las de los mismos profesores a sus estudiantes, ejemplo del humor y la risa agresivos (Berger, 1999), que más allá de lo poco sensible o políticamente incorrecto, es perjudicial y muy dañino hablando en términos emocionales para la persona y grupo a quien va destinado.

Concluimos con las palabras de Martín (2008) en el sentido de que el humor y la risa mejoran el estado de ánimo, el interés en el aprendizaje, la esperanza en la vida; pasando por las ideas de Tallón (2007) de que la escuela puede ser divertida, la risa es parte de un trabajo interior y de conciencia que facilita el estar bien en el mundo, la convivencia y la educación, y el profesorado puede ser modelo para ello más allá de su función en la enseñanza-aprendizaje. En este sentido, Perandones *et al.* aportan algo clave:

Es conveniente hacer referencia a que no sólo es importante enseñar con humor sino también enseñar el humor. Es decir, el humor también ha de ser objeto de aprendizaje, se puede enseñar el humor reforzando positivamente su uso y aceptando que la risa es expresión de libertad y que libera la conciencia, el pensamiento y la imaginación humanas, quedando así disponibles para el desarrollo de nuevas posibilidades [y añaden] la letra con risa entra (2013: 179).

Para finalizar retomamos lo dicho por Tamblin (2006) cuando afirma que el humor es fácil y además no cuesta nada por lo que, en principio, está al alcance de todos y todas, añadimos aquí: probémoslo.

## Notas

1. Se decidió dejar para cada apartado la exposición de enfoques y de estudios teóricos realizados sobre cada tema que enmarcan la investigación empírica retomada en este artículo.
2. Para poner el sexo de quien narra, h=hombre, m=mujer, y la división a continuación CBS=Ciencias Biológicas y de la Salud, CSH=Ciencias Sociales y Humanidades, CyAD=Ciencias y Artes para el Diseño.

## Referencias

- Aguerrondo, I. (1999). *El Nuevo Paradigma de la Educación para el siglo XXI*. Organización de Estados Iberoamericanos [Página web]. Recuperado de: <http://www.oei.es/administracion/aguerrondo.htm>
- Bain, K. (2007). *Lo que hacen los mejores profesores de universidad*. Valencia: Universitat.
- Berger, P. (1999). *La risa redentora. La dimensión cómica de la experiencia humana*. Barcelona: Kairós.
- Bizquera, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis.
- Bruner, J. S. (1991). *Actos de significado: más allá de la revolución cognitiva*. Madrid: Alianza.
- Fernández Poncela, A.M. (2016). *Humor en el aula*. México: Trillas.
- Fernández Solís, J. D. (2003). El sentido del humor como recurso pedagógico: Hacia una didáctica de las didácticas. *Pulso*, 26, pp. 143-157.
- , (2008). Pedagogía del humor. En Rodríguez, I. (Ed.) *El valor terapéutico del humor*. Bilbao: Desclée De Brouwer.
- , (2009). El valor pedagógico del humor. *Revista Trimestral de la Asociación Proyecto Hombre*, 44, pp. 27-38. Recuperado de: [www.proyectohombre.es](http://www.proyectohombre.es)
- Fernández Solís, J. D. y García Cerrada, J. (2010). *El valor pedagógico del humor en la educación social*. Bilbao: Desclée.
- Filliozat, I. (2007). *El corazón tiene sus razones. Conocer el lenguaje de las emociones*. Barcelona: Urano.
- Galarza Vásquez, K. (2010). *Risaterapia* [Sitio web]. Salud y medicinas. Recuperado de: [www.saludymedicinas.com.mx](http://www.saludymedicinas.com.mx)

- Garanto, J. (1983). *Psicología del humor*. Barcelona: Herder.
- García Walker, D. (2002). *Los efectos terapéuticos del humor y de la risa*. Málaga: Sirio.
- García Larrauri, B. (2006). *Programa para mejorar el sentido del humor*. Madrid: Pirámide.
- , (2010). Una ventana abierta al sentido del humor en el aula. *Tándem*, 32, año XI, pp. 1-13. Recuperado de: <https://studylib.es/doc/6582824/una-ventana-abierta-al-sentido-del-humor-ene-el-aula>
- , (2016). El buen humor al igual que el mal humor se contagia... ¿Qué vas a elegir tú?, en *Fundación Botín*. Recuperado de: <http://www.fundacionbotin.org/post-plataforma/el-buen-humor-al-igual-que-el-mal-humor-se-contagia-que-vas-a-elegir-tu.html>
- Hurren, B. L. (2006). The effects of principals' humor on teachers' job satisfaction. *Educational Studies*, 32, pp. 373-385.
- Castillo, R. (2009, marzo 9). Qué es la risoterapia. [Blog]. Instituto Geloterapeutico de México. Recuperado de: <http://opublica-humor.blogspot.com>.
- Isen, A.M. (2008). Some Ways in Which Positive Affect Influences Decision Making and Problem Solving. En Lewis, M.; Haviland-Jones, J.M. y Feldman Barrett, L. (Eds). *Handbook of Emotions*. New York: Guilford.
- Jáuregui Narváez, E. (2012). *El sentido del humor. Manual de instrucciones*. Barcelona: RBA.
- Jáuregui Narváez, E. y Fernández Solís, J. D. (2009). Risa y aprendizaje: el papel del humor en la labor docente. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 66 (23,3): 203-215.
- Kanovich, S. (2007). El uso del humor en la enseñanza universitaria. *Cuadernos de Investigación Educativa*, 2(15): 71-90. Recuperado de: <https://revistas.ort.edu.uy/cuadernos-de-investigacion-educativa/article/view/2733/2710>
- Longworth, N. (2005). *El aprendizaje a lo largo de la vida en la práctica. Transformar la educación del siglo XX*. Barcelona: Paidós.
- Madrid, J. (2015). Papel de la risa y el humor en la enseñanza y aprendizaje: Explicaciones neurofisiológicas. *Revista Apuntes Universitarios*, V(2): 41-55. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/4676/467646280003.pdf>
- Martin, R. (2008). *La psicología del humor*. Madrid: Orión.
- Jáuregui Narvaez, E. y Fernández Solís, J.D. (2009). Risa y aprendizaje: el papel del humor en la labor docente. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 2(3): 203-2015.
- Perandones, T. M.; Lledó, A. y Herrera, L. (2013). ¡Sonría maestro! Aprendizaje sentido. Con humor la letra entra mejor. *Dedica Revista de Educação e Humanidades*, 4, 175-186.

- Perret Erhard, R. (2013). *El gran maestro* [Página web]. México. Recuperado de: <http://www.ricardoperret.com/libros/2015/4/7/el-gran-maestro>
- Rúiz Gómez, M. C.; Rojo, C.; Ferrer, M.A.; Jiménez, L. y Ballesteros, M. (2005). Terapias complementarias en los cuidados. Humor y risoterapia, *Index de Enfermería*, 14 (48-49): 37-41.
- Smorti, A. (2001). *El pensamiento narrativo. Construcción de historias y desarrollo del conocimiento social*. Sevilla: Mergablum.
- Tallón, M. J. (2007). La escuela, un lugar para convivir, aprender y divertirse. *Cuadernos de Pedagogía*, 364, pp. 74-77.
- Tamblyn, D. (2007). *Reír y aprender. 95 técnicas para emplear el humor en la formación*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Vigara, A.M. (1994). *El chiste y la comunicación lúdica: lenguaje y praxis*. Madrid: Ediciones Libertarias.
- Villa Abrille, M. E. (2009). *La risa y el humor, como técnicas antiestrés* [Página web]. Recuperado de: <http://www.sexovida.com>
- Ziv, A. (1988). Teaching and Learning with Humor: Experiment and Replication, *The Journal and Experimental Education*, 57(1): 4-15.