

## HUMOR EN EL AULA

### HUMOR IN THE CLASSROOM

María Antonieta Covarrubias Terán

*Universidad Nacional Autónoma de México, México*

marianct9@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-8151-5510>

#### RESUMEN

*Reseña de un libro: Fernández Poncela, A. M. (2016). Humor en el aula. Trillas.*

*Palabras clave:* humor, aula, ambientes de aprendizaje

#### ABSTRACT

*Book review: Fernández Poncela, A. M. (2016). Humor en el aula. Trillas.*

*Keywords:* humor, classroom, learning environments

El libro *Humor en el aula*, escrito por la Dra. Anna María Fernández Poncela, es una obra original, novedosa y ampliamente documentada. Un libro actual, sin duda alguna, que reanima y aporta al lector una estrategia útil en la enseñanza-aprendizaje; y por qué no, en la vida misma, como la misma autora cita, es una obra seria de un tema relajante: la risa.

El libro inicia con el esclarecimiento de conceptos interrelacionados en torno de la risa, como el humor, lo cómico, el chiste, así como el papel de las emociones y sentimientos, para después hacer un recorrido y análisis semiótico desde la filosofía hasta el abordaje de las concepciones actuales.

De manera atinada el libro plantea las respuestas fisiológicas de la risa y sus beneficios a nivel físico, recordándonos que la risa es una productora natural de endorfinas, que beneficia al sistema inmunológico: baja niveles de cortisol,

aumenta anticuerpos, previene cáncer y regula la presión, por citar algunos. Asimismo, señala diversos estudios científicos que demuestran los beneficios que trae consigo el acto de reír para todos los sistemas biológicos —musculatorio, respiratorio, nervioso, circulatorio y digestivo—, de tal manera que el lector queda sorprendido del bienestar general que las personas pueden experimentar de algo accesible, sencillo, simple, cotidiano o circunstancial, como es el hecho de reír.

Si bien la risa contribuye a la salud física, también brinda beneficios psicológicos, ya que propicia la reducción de la tensión y el estrés, conecta con el niño interno —con el placer y con el juego—, toda vez que se producen químicos cerebrales que participan para sentirse bien física y emocionalmente. Por tanto, la autora plantea el humor y la risa como una poderosa herramienta para utilizar en el aula. De ahí el título de la obra: *El humor en el aula*.

Al abordar el tema del humor, el libro constata que la risa agiliza el proceso de enseñanza-aprendizaje, mejora la relación profesor-estudiante, favorece la capacidad de pensar de manera flexible y aumenta la relación, la claridad y la productividad. Y, como coloquialmente se dice, “para muestra un botón”, la autora cita chistes a lo largo de la obra, que dan una entrada divertida al tema abordado.

Pero, ¿para qué aplicar el sentido del humor y la risa? Algunos autores citados refieren que

aplicar el sentido del humor en la educación nos ayuda a superar las frustraciones, a relativizar los fracasos, a sobrellevar los desencantos, a desterrar los momentos de apatía y desánimo con el objetivo de establecer una buena comunicación con nosotros mismos y con el entorno en donde realizamos nuestra labor educativa (Fernández Solís, 2002, p.66).

El humor facilita la comunicación, la recepción positiva de ideas, persuade su aceptación, relaja la tensión, amortigua la hostilidad, reduce la distancia entre personas, facilita la respuesta, crea confianza y encuentro, desestresa y es grato. “El humor agiliza los procesos de aprendizaje y mejora la relación profesor-alumno” (Ruiz Gómez et al., 2005, citados en Fernández Poncela, 2016, p. 73). Ayuda a soportar contratiempos, colabora en estar despierto, abre la mente, genera un estilo de enseñanza, estimula la creación de materiales educativos, el reciclaje y autoanálisis del rol del educador.

En concreto, el humor favorece el nivel cognitivo, emotivo y conductual.

En respuesta a la pregunta ¿para qué

utilizar el humor y la risa en el proceso educativo en el aprendizaje?, la autora señala que es un elemento de comprensión de la realidad, genera un estilo de relación y comunicación, nos ayuda a pensar y estimular la creatividad, es un recurso pedagógico y didáctico que enriquece y agiliza los procesos y el desarrollo de la enseñanza- aprendizaje. A través de sus propias experiencias en el aula, la autora concluye que la risa sirve tanto para el educador como para el educando para desestresarse, alegrarse y expresarse; esto es, soltar la tensión, fluir, ser flexible y creativo. Por ello, considera que es tiempo de insertar el humor y risa dentro de las competencias educativas, porque la risa es algo serio en el espacio, la relación y el proceso de enseñanza-aprendizaje. Ella misma retoma un planteamiento que nos hemos hecho en algún momento: ¿quién no recuerda una materia o clase porque era ligera y divertida?

La información que se plantea en esta obra sorprende y anima al lector a adentrarse en el uso del humor como un recurso, como aderezo o complemento de estrategias didácticas de transmisión de conocimientos o como una estrategia que interrumpe y complementa una intervención terapéutica aligerando un momento de angustia, de dolor o incertidumbre. A cualquier lector le surgiría la duda de cómo desarrollar habilidades para ser simpático o divertido durante una clase o una terapia.

La misma autora da respuesta a este planteamiento e inquiriere: ¿las emociones se aprenden? ¿El sentido del humor se puede aprender o es un don genético o espiritual? Contrastando con interrogantes como ¿la reflexión se hereda? o ¿la racionalidad es adquirida?, invita al lector a que responda si se nace con sen-

tido del humor o si este se adquiere o se aprende.

En el reconocimiento de que no todos los profesores ni terapeutas son graciosos, simpáticos o divertidos, debemos recordar que todo comportamiento es aprendido. La interrelación con los *otros* y su gama de emociones experimentadas en estas, son también aprendidas. Por lo tanto, se tendrán que desarrollar características divertidas del lenguaje, como énfasis, entonaciones, rapidez, silencios y volumen, acompañados por gestos y posturas corporales para transmitir una situación jocosa por ser absurda o increíble. De manera complementaria, es importante ser sensible para saber cuándo aplicar el humor, sea al inicio, durante o al final de una actividad. A los profesores se les deja la decisión de si quieren complementar sus clases con una estrategia donde se incluya un comentario simpático, un chiste o una broma que amenice la actividad.

Para finalizar, la obra nos recrea con una caracterización en torno de los

chistes, pues como enfatiza la autora, “hubiera sido poco serio un libro sobre la risa que no invitara a sonreír y reír” (p.105). Por lo que, si se quiere conocer el origen de los chistes, su definición, tipos, estrategias discursivas, funciones sociales e intenciones, el lector encontrará y ampliará su acervo por lo que al chiste respecta.

En síntesis, el humor es importante en la vida para la salud, la educación, la terapia y la vida laboral. El humor puede estar presente en todo, es de todos y para todo el mundo. Los beneficios son fisiológicos, psicológicos y sociales, optimizando la actitud positiva y con ello emociones, energía y bienestar en general, que redundan en la interrelación con los otros, facilitando su cercanía y afecto.

Retomando el estilo y frases utilizadas en esta obra, cierro esta reseña con las siguientes expresiones:

“La risa es un antídoto para todos los males” (Patch Adams).

“La vida es demasiado importante como para tomárselo en serio” (Oscar Wilde).

### Referencias

- Fernández Poncela, A. H. (2016). *Humor en el aula*. Trillas.
- Fernández Solís, J. D. (2002). Pedagogía del humor. En A. Rodríguez Irigora (Coord.), *El valor terapéutico del humor* (2ª ed., pp. 65-90). Desclée de Brouwer.
- Ruiz Gómez, M. C., Rojo Pascual, C., Ferrer Pascual, M. A., Jiménez Navascués, L. y Ballesteros García, M. (2005). Terapias complementarias en los cuidados: humor y risoterapia. *Index de Enfermería*, 14(48-49), 37-41. [http://www.index-f.com/index-enfermeria/48-49revista/r48-49\\_articulo\\_37-41.php](http://www.index-f.com/index-enfermeria/48-49revista/r48-49_articulo_37-41.php)

Recibido: 31 de mayo de 2020

Revisado: 4 de junio de 2020

Aceptado: 6 de julio de 2020