

GUSTOS, USOS Y EFECTOS: LA RISA Y EL HUMOR EN LA EDUCACIÓN

Tastes, uses, and effects:
laughter and humor in education

Anna María Fernández Poncela¹

Resumen

El humor y la risa son importantes en la vida en general, y para la salud y la educación de manera particular. Uno de los ámbitos en los cuales tiene lugar y se desarrolla de modo consciente o inconsciente, con intención o espontáneamente, es en el espacio y el proceso educativo, con más o menos fortuna, conocimiento y diversidad de consecuencias, como se mostrará en este texto.

El *objetivo* de este trabajo es una breve reflexión general y un análisis detallado sobre algunos aspectos del humor y de la risa en el proceso de enseñanza-aprendizaje, tanto desde la teoría como a través de un estudio empírico. La metodología se focaliza en la aplicación y análisis de los resultados de un grupo de enfoque en la Universidad Autónoma Metropolitana, unidad Xochimilco, en el año 2024, el cual se profundiza en torno al empleo, gustos, efectos, emociones y consecuencias favorables y desfavorables del humor y la risa en el aula. El material empírico que se revisa consta de la participación en la discusión grupal a la cual se suma un cuestionario inicial.

Los resultados apuntan directamente a la utilización, el agrado y los beneficios y perjuicios en general de la risa y el humor, para la vida y la educación, ahondando en su utilización y función de forma casual muchas veces, y apreciando

1 Doctora en Antropología. Profesora de la Universidad Autónoma Metropolitana (UAM). Miembro del SNI, AMC de la UAM. fpam1721@correo.xoc.uam.mx. <https://orcid.org/0000-0003-3080-212X>

casi siempre el tono de ligereza que aporta en las clases y rutinas académicas, aunque con sus excepciones cuando este es inapropiado o se emplea de manera insensible, en general, por parte del profesorado hacia el estudiantado.

Palabras clave: efectos; empleo; gustos; humor; risa.

Abstract

Humor and laughter are important in life in general, and for health and education in particular. One of the areas in which they occur and develop, consciously or unconsciously, intentionally or spontaneously, is in the educational space and process with varying degrees of success, awareness, and diverse consequences as will be shown in this text.

The *objective* of this work is to offer a brief general reflection and a detailed analysis of some aspects of humor and laughter in the teaching and learning process, both from a theoretical perspective and through an empirical study. The methodology focuses on the application and analysis of the results of a focus group conducted at the Universidad Autónoma Metropolitana, unidad Xochimilco, in 2024. This study delves into the use, preferences, effects, emotions, and both favorable and unfavorable consequences of humor and laughter in the classroom. The empirical material reviewed consists of the group discussion participants' contributions, supplemented by an initial questionnaire.

The results point directly to the use, enjoyment, and general benefits and harms of laughter and humor, both for life and for education. They delve into their use and function often casually, and almost always appreciate the lighthearted tone they bring to classrooms and academic routines, although with exceptions when this is inappropriate or used insensitively, generally by teachers toward students.

Keywords: effects; humor; laughter; tastes; use.

Introducción

El humor es actitud humana (Torres, 2006), rasgo psicológico y también posición ante la vida (Vigara, 1994), además de ser parte del discursar social y cultural (Checa, 1992). Es también una suerte de paradigma en el aprendizaje, si bien ha de emplearse en el marco educativo solo si hay comodidad en su uso (Ziv, 1984). En general, bien implementado acerca a los protagonistas de la educación, y el aprendizaje se convierte en una iniciativa colaborativa eficaz y placentera (Sahin, 2021). La risa es una respuesta fisiológica, en general involuntaria, y comúnmente placentera ante un estímulo; en este caso, algo humorístico relaja tensiones físicas, incluso alivia presiones psicológicas, mejora la vida y aligera el alma (Rodríguez, 2008).

El humor y la risa en ocasiones son utilizados en la educación con más o menos fortuna; en general, suele agradar a los actores protagónicos de la misma, sin embargo, los efectos son variados, siendo los beneficios los que se consideran como mayoritarios, y señalándose en alguna ocasión también perjuicios (Fernández, 2016). El *objetivo* de este trabajo es una revisión y análisis sobre los usos de la risa y del humor, las prácticas de los mismos, los gustos sobre ello, los juicios de su función, y en concreto y más ampliamente, las consecuencias benéficas y los efectos contraproducentes que tienen.

Sobre la estructura del texto, para empezar se presentan los objetivos de la investigación en la parte introductoria. A continuación, se explica la estrategia metodológica. Acto seguido se expone en un apartado el marco teórico, se toman algunas obras que ilustran sobre el uso y efectos del humor y la risa en general, y de forma particular en el espacio educativo, con lo cual se cuenta con bibliografía sobre el tema que enmarca la investigación y que, a la vez, es parte de la misma. Enseguida, se analiza el grupo focal realizado con objeto de alcanzar los objetivos, a través de un estudio de caso; en este punto se presentan los datos del cuestionario que marcan tendencias de percepción, experiencia y valoración, únicamente a modo de ilustración; toda vez que se categorizan y clasifican campos temáticos que aportan testimonios cualitativos ahondando y enriqueciendo la explicación, según las participaciones llevadas a cabo en el grupo, que ciertamente pareció animado y motivado por el tema propuesto. El último punto son algunas conclusiones generales sobre el trabajo.

Estrategia metodológica

En primer lugar, se revisó literatura sobre el tema, como se dijo, con énfasis en los objetivos formulados y a modo de contexto. En segundo lugar, para llevar a cabo la parte empírica de esta investigación, se optó por la realización de un grupo focal (Rodas y Pacheco, 2020; Benavides *et al.*, 2022) en la Universidad Autónoma Metropolitana, unidad Xochimilco, en la Ciudad de México (CDMX), en el año 2024. En el análisis se toma en cuenta la transcripción de testimonios de la participación en el mismo, así como datos de un cuestionario anterior a su realización. Ambas fuentes aportan desde tendencias de opinión —presentadas en tablas elaboradas sobre preguntas cerradas o abiertas, estas últimas cerradas *a posteriori*— en el seno del grupo hasta el significado denso y riqueza en las creencias compartidas y las experiencias expresadas, narradas como testimonios en primera persona en el colectivo.

En concreto, el grupo focal tuvo lugar en el salón de clases y contó con la participación de diecisiete personas, conformado por cuatro hombres y trece mujeres, cuyas edades iban de diecinueve a veintidós años, siendo estudiantes de licenciaturas de ciencias sociales en sus primeros trimestres lectivos; la mayoría eran de la CDMX y no trabajaban, autorreportándose con nivel de ingreso medio la práctica totalidad de ellos. Con los datos y la información, se llevó a cabo

un análisis temático semántico, buscando patrones de significado y bajo la guía del objetivo de investigación, para lo que se procedió a generar categorías, revisarlas, relacionarlas, compararlas y estructurar los hallazgos fundamentalmente, según los datos e información recabados (Rodas y Pacheco, 2020; Benavides *et al.*, 2022) y bajo la inspiración de los enfoques de la literatura sobre el tema que se presenta en el siguiente apartado.

Revisión teórica y conceptual

En general, hay quien ha estudiado y definido una serie de funcionamientos del humor, como los trabajos de Ellis (1981) o los de Ziv (1984), en el sentido de qué hace y para qué sirve. Como se observa en la tabla 1, esto se compone de aspectos de diversa índole; sin embargo, si se decide clasificarlos como aquí se ha hecho, tanto estos como los presentados con posterioridad y los surgidos de la propia investigación, es posible dilucidar tres ámbitos principales, que son los aspectos intelectuales, afectivos y sociales, que son los que se obtuvieron desde la revisión bibliográfica en general hasta el estudio del caso concreto, y que se muestran a continuación reordenando las definiciones de algunos autores.

El humor y la risa en la educación

La educación, en la sociedad actual, es necesario concebirla como un todo, de forma que posibilite el aprender a ser, a conocer, a convivir y a participar juntos, y aprender a hacer, para que cada persona, durante toda su vida, pueda aprovechar al máximo un contexto educativo que se enriquece constantemente (González, 2009, p. 1).

La educación está en un contexto de cambios sociales, ideológicos, económicos y tecnológicos importantes en todo el mundo; de hecho, en la actualidad estos no cesan y en el futuro se considera que la educación durará toda la vida por dichos motivos. Desde hace algunos años, se han hecho aproximaciones teóricas y estudios empíricos sobre el uso práctico, esto es, la aplicación del humor y la risa en las clases y la educación en general. Tal vez hoy, más que nunca, ante los mencionados cambios que se avecinan, este fenómeno de estudio es más que importante, fundamental para adaptarse y seguir adelante; es más, y como se muestra en el caso trabajado, al parecer es algo deseado y solicitado, como se manifiesta de forma explícita y que más adelante se ampliará.

“El por qué y para qué el sentido del humor en la educación”, se interroga Fernández Solís (2003, p. 144), un estudioso y especialista sobre el tema. Y se responde, entre otras cosas, de su necesidad ante una sociedad desencantada, apática y pesimista; además, porque es un elemento de comprensión de la realidad, genera un estilo de enseñanza-aprendizaje, pues ayuda a pensar y estimula la creatividad. También se pregunta: ¿para qué el humor?, y considera que

Tabla 1. Aspectos intelectuales, afectivos y sociales de la risa y el humor

Intelectual • Juego intelectual y creatividad fuera del pensamiento lógico. Afectivo • Válvula de escape para la expresión de tabús sociales —sexo, violencia—. • Defensa contra el miedo y la ansiedad. Social • Crítica social hacia ciertos sectores y grupos sociales —apoyo a lo presente o en busca del cambio en el sistema—. • Consolidación de pertenencia endogrupal compartiendo actitudes o validando hostilidades (Ziv, 1984).	Intelectual • Suministran nuevos datos y latentemente mejores resultados. • Detienen dramática y duramente algunas formas de pensar y de comportarse irracionales facilitando la adquisición de otras nuevas. • Enseñan a las personas a pensar paradójicamente y a actuar de forma contraria a lo que suelen hacer. Afectivo y social • Posibilitan a la gente a reírse de ellos mismos y a autoaceptarse con sus puntos débiles. • Ayudan a esclarecer las conductas autodestructivas de forma afable y sugestiva. • Disipan la monotonía y la excesiva seriedad de muchos temas repetitivos. • Favorecen el distanciamiento objetivo de la persona al introducirlo en una atmósfera humorística. • Se utilizan como método de evasión que, al menos, suspende de forma temporal sus ideas autodestructivas. • Ponen en evidencia a la persona lo importante y lo agradable que es pasarlo bien en la vida. • Deshinchan de forma efectiva y contundente la grandiosidad humana (Ellis, 1981).
---	--

Fuente: elaboración propia con base en Ziv (1984) y Ellis (1981).

la cuestión concierne al educador y al educando, y en relación con el primero apunta a su autoconcepto —conocimiento de sí—, autoestima —conformidad consigo mismo— y autocomportamiento —control de uno mismo—. Añade que el humor lubrica los canales de la comunicación y las relaciones, y que se enfrentan mejor los problemas grupales, se genera un estilo de ayuda y cooperación, y se colabora para superar contratiempos y dificultades. Sobre los educandos, les enseña a ser más humildes, ya que fomenta la autoaceptación y el antiperfeccionismo, además de que relativiza la realidad y la perspectiva hacia los problemas. A continuación, la enumeración de las funciones del humor en la enseñanza-aprendizaje, según este autor, que definen intenciones y estilos, y que orientan resultados positivos o no tanto. Y que aquí se reestructuran, según lo enunciado con anterioridad, en aspectos intelectuales, afectivos y sociales (tabla 2).

Tabla 2. *Funciones de la risa y el humor en la educación*

Intelectual	Emocional	Social
• <i>Función intelectual.</i> La utilización del humor en la educación hace desarrollar el componente cognitivo y racional de los sujetos. • <i>Función creativa.</i> El humor estimula el pensamiento lateral o divergente. • <i>Función pedagógica.</i> Ante la pedantería del mérito, el sentido del humor aplicado al campo educativo consigue que se mejoren y agilicen los procesos de enseñanza-aprendizaje.	• <i>Función motivadora.</i> El sentido del humor consigue despertar el interés y el entusiasmo por la temática en la que se esté trabajando. • <i>Función terapéutica.</i> El humor ayuda a restablecer y ejercitar técnicas para la resolución de problemas o conflictos. • <i>Función de distensión.</i> El humor y la risa funcionan como válvula de escape ante situaciones imprevistas o conflictivas. Ayudan a liberar la tensión acumulada. • <i>Función de diversión.</i> Se experimentan sensaciones de alegría y de estar contento.	• <i>Función de camaradería y amistad.</i> Ayuda a establecer sanas y correctas interacciones entre los sujetos; suele decirse que la risa es la distancia más corta entre dos personas. • <i>Función agresiva.</i> Por medio del humor también se puede arremeter contra los iguales y superiores. • <i>Función defensiva.</i> En otras ocasiones el humor se utiliza para defenderse de sus adversarios. • <i>Función transformadora.</i> La transformación creadora es posible en un mundo que tenga por bandera el sentido del humor (Fernández Solís, 2003, pp. 146-147).

Fuente: elaboración propia con base en Fernández Solís (2003), pp. 146-147.

Algo a destacar es el impacto de lo emocional en la educación, y obviamente la risa y el humor tienen que ver con ello (Anzelin, Marín-Gutiérrez y Chocontá, 2020). Con objeto de ampliar y diversificar la mirada, se comparten otros acercamientos al tema, en general sobre condiciones y afectaciones beneficiosas, para el aprendizaje a la hora de emplear el humor y la risa, en la educación y en el aula de forma saludable, así como condiciones y afectaciones contraproducentes con el uso de un humor hostil y agresivo, según estudios realizados sobre el tema.

Condiciones y consecuencias benéficas

Para empezar, el humor ha de ser adecuado al contexto en el que se comparte, además de reunir las condiciones para ser eficaz y, por supuesto, pertinente e inteligible, expresado por un sujeto con cierta gracia y disposición.

- Debe ser pertinente y relativo a cada contexto y ocasión, adecuado a las circunstancias en todo momento y lugar.
- Es eficaz si resalta un punto determinado, refuerza algo, lo señala e ilumina.

- El docente ha de tener una relación positiva con el alumnado en la clase, y personal, afectiva y social en general.
- El docente ha de tener interés en el empleo del humor como herramienta de aprendizaje y disfrute centrado en lo primero (González, 2009).

Para continuar, si todo va bien, el humor produce una serie de efectos positivos, agradables y saludables en la educación, que van desde cuestiones intelectuales, afectivas y sociales, que ya se anunciaron con anterioridad y se reiterarán a lo largo de estas páginas. Lo cual resulta de la revisión de las enumeraciones de autores en sus investigaciones (tabla 3) y que aquí se retoman como efectos deseables y benéficos; aunque cada quien pone el énfasis en determinadas cuestiones, todo hay que decirlo.

Tabla 3. Efectos benéficos y positivos de la risa y el humor en la educación

Intelectual • Amplían la capacidad mental. • Estimulan la atención. • Favorecen la motivación, el interés y la disposición a aprender. • Estimulan la memoria. • Desarrollan la comprensión y el entendimiento. • Aumentan la creatividad. • Favorecen la participación. Afectivo • Reducen tensiones y ansiedad. • Generan emociones positivas. • Motivan risas y diversión. • Todo es más placentero. Social • Crean un ambiente relajado y positivo. • Reducen la distancia social. • Fomentan la autoconfianza. • Favorecen la comunicación positiva (Sahin, 2021).	Intelectual • Un aumento en el aprendizaje. • Un aumento en la automotivación. • Un aumento en la asistencia a clases. • Un aumento en el rendimiento de las pruebas. • Un aumento del pensamiento divergente. • Un aumento del interés por aprender. Afectivo • Una reducción de la ansiedad y el estrés al tratar con material difícil. Social • La creación de un ambiente de aprendizaje social y emocional positivo. • La creación de un vínculo psicológico común entre estudiantes y profesores (Appleby, 2018, p. 1).	Intelectual • Aumentan la agilidad de la mente y la despejan. • Tiene lugar un mayor y mejor aprendizaje. • Hay más atención y concentración. • Mejoran la memoria. • Hay más comprensión afectiva y efectiva. • Son positivos para la creatividad, la imaginación y el intercambio de ideas. • Mejoran la flexibilidad mental, aportando soluciones creativas. • Favorecen el estar presente, aquí y ahora. • Hacen pasar el tiempo de forma más rápida y agradable, pues las clases parecen más cortas y las tareas menos monótonas, pesadas o aburridas. Afectivo • Elevan la autoestima. • Reducen el estrés y la ansiedad. • Reducen la depresión y los temores. • Aminoran conflictos, tensiones, hostilidad, ira, etcétera. • Amplifican la relajación, pues liberan y tranquilizan. • Distraen la incomodidad y el dolor. Social • Benefician la comunicación y la cohesión. • Favorecen la confianza y la afectividad, la relación y la expresión. • Motivan, identifican, unen, conectan, vinculan (Tamblyn, 2007).
--	--	--

Fuente: elaboración propia con base en Sahin (2021); Appleby (2018) y Tamblyn (2007).

Consecuencias poco favorables y contraproducentes

Por otra parte, el humor contraproducente suele resultar ineficaz en el ámbito escolar, ya sea porque no se adecua y relaciona con el tema tratado en el aula, porque se presenta de manera torpe o porque no se entiende, simplemente. Hay que añadir a esto el humor agresivo y perturbador, cuyos efectos en general no son positivos, aunque esto depende también de los actores y espacios en los que tiene lugar, pero obviamente en el salón de clases es controvertido y, en general, puede ser considerado dañino. Así, y en resumen, lo perjudicial del humor parece tener que ver con dos cuestiones principales: el inadecuado o mal expresado, por una parte, y el directamente hostil. Los efectos o consecuencias son que no logra motivar e interesar intelectualmente, perjudica la confianza, crea insatisfacción y emociones negativas a nivel afectivo, con lo cual el clima en el aula no es el más propicio para la convivencia y la enseñanza-aprendizaje (tabla 4).

Tabla 4. *Efectos negativos de la risa y el humor en la educación*

Intelectual • Humor que los estudiantes no “entienden”, porque carecen de los conocimientos previos necesarios para comprenderlo. • Humor que no tiene relación con el tema que se enseña. • Humor que no logra ser humorístico, porque se presenta de manera torpe, ensayada o vergonzosa. Afectivo • Humor negativo que implica degradar o avergonzar a los estudiantes. • Humor que incluye contenido perturbador, violento o sexual, o referencias a grupos minoritarios (Appleby, 2018, p. 1).	Intelectual • Humor negativo, poco saludable o agresivo que erosiona la motivación. • Disminuyen el interés. • Reducen el compromiso. Afectivo • Erosionan la confianza. • Producen frustración e insatisfacción. • Desarrollan emociones negativas (Sahin, 2021).
---	--

Fuente: elaboración propia con base en Appleby (2018) y Sahin (2021).

Todo lo anterior tiene en parte cierta relación con el humor hostil, que explica Freud (2008), y con la risa utilizada como arma agresiva, según Berger (1999). Tras estos acercamientos generales como antecedentes y contexto sobre el tema, se desea pasar al estudio de caso con el objeto de contrastar las miradas anteriores con los resultados de la presente investigación, y ahondar sobre el uso, gustos y efectos del empleo de la risa y el humor en el aula y en la educación.

Resultados

Estudio de caso: El humor y la risa en el salón de clases: usos, gustos y efectos

Según lo que apareció en la participación grupal, y el dato exacto del cuestionario inicial, la presencia de la risa y el humor en la universidad es considerada “Regular”, y en el caso de la primera está seguida por “Mucho”. Se dice que el humor se practica en general “Regular”, lo mismo que el ejercicio de la risa también “Regular”, y en segundo lugar, en este caso “Mucho”, como para el caso del primero con “Poco”. En general, se afirma que gusta “Mucho” o gusta “Regular” y “Mucho”, pues únicamente una joven dijo que “Poco” (tabla 5).

Tabla 5. Usos y gustos

	Humor	M	R	P	N	T	Risa	M	R	P	N	T
En la UAM hay...	H	1	3				H	1	3			
	M	2	9	2			M	5	7	1		
	T	3	12	2		17	T	6	10	1		17
	Humor	M	R	P	N	T	Risa	M	R	P	N	T
¿Practicar el humor?, ¿tú te ríes?	H		3	1			H	1	3			
	M	4	5	4			M	4	5	3		
	T	4	8	5		17	T	5	8	3	1	17
	Humor	M	R	P	N	T	Risa	M	R	P	N	T
¿Te gusta que haya...?	H	2	2				H		4			
	M	11	2				M	8	4	1		
	T	13	4			17	T	8	8	1		17

H = Hombre; M = Mujer; T = Total; M = Mucho; R = Regular; P = Poco; N = Nada.

Fuente: elaboración propia con base en los grupos focales.

Otra cuestión que surgió en la expresión oral, y que se concreta numéricamente en el cuestionario, son los efectos. En concreto, si la risa y el humor “sirven para aprender”, la respuesta mayoritaria en los dos casos es “Mucho”, seguida de “Regular” (tabla 6).

Tabla 6. Efectos funcionales

	Humor	M	R	P	N	T	Risa	M	R	P	N	T
¿Te sirve para aprender?	H	2	2				H	2	2			
	M	11	2				M	9	4			
	T	13	4			17	T	11	6			17

H = Hombre; M = Mujer; T = Total; M = Mucho; R = Regular; P = Poco; N = Nada.

Fuente: elaboración propia con base en los grupos focales.

Así que, en resumen, la risa y el humor se emplean “Regular” en la universidad, se practican personalmente por quien se expresa “Regular”, gustan “Mucho” o “Regular” y sirven “Mucho” para la enseñanza-aprendizaje. Además, se considera que debería emplearse más por parte del equipo docente, justo por los efectos benéficos que trae para el estudiantado, tales como la atención y la motivación, como queda asentado en la transcripción que se presenta a continuación, y que más adelante se ampliará. Aquí se concatena la experiencia vivida con la expectativa proyectada y deseada.

Sí me beneficia mucho implementar humor o risa, o alguna situación humorística en las clases, y en lo general creo que en la UAM sí se llega a implementar un poco más, no tanto que sea como qué risa, sino que los maestros se volvieran más dinámicos o vieran que también eso ayuda a los alumnos; sería como el beneficio para que todos los alumnos, como han dicho, sea la clase mejor, motivados o atentos hacia el tema.
(Mujer)

Además de preguntar si la risa y el humor servían como herramienta didáctica para el aprendizaje, también se interrogó lo mismo, pero en el espacio de los afectos, y al parecer, según se dijo, les hace sentir en general “Muy bien”. Por lo que se emplea “Regular”, “Gusta mucho”, “Sirve mucho”, pues se anhela se amplíe su uso y, además, les hace sentir bien (tabla 7). Un panorama a todas luces positivo y benéfico, como es posible observar.

Tabla 7. Efectos afectivos

	Humor	MB	B	AM	M	T	Risa	MB	B	AM	M	T
¿Cómo te hace sentir?	H	2	2				H	2	2			
	M	9	4				M	8	5			
	T	11	6			17	T	10	7			17

H = Hombre; M = Mujer; T = Total; MB = Muy bien; B = Bien; AM = Algo mal; M = Mal.

Fuente: elaboración propia con base en los grupos focales.

En general, las expresiones fueron favorables sobre sentirse bien, pues según se dice hace las clases más agradables y el tiempo pasa más rápido. Algunas de las características positivas, se verán en su momento de forma más amplia.

¿Cómo te hace sentir? Creo que a mí me hace sentir bastante bien, se me hacen menos largas las clases y son más agradables. (Hombre)

Beneficios o perjuicios

También hubo preguntas sobre si beneficiaba o perjudicaba su empleo, ya fuera este de carácter general o se tratara de algo directo y personal hacia el estudiante en cuestión. Según se observa, se considera que la risa y el humor beneficia para la enseñanza-aprendizaje como creencia en abstracto; asimismo, en cuanto a experiencia individual también favorece, y a todo mundo, según las respuestas obtenidas (tabla 8).

Tabla 8. Beneficios en general y en particular

	Humor	B	P	T	Risa	B	P	T
¿Consideras que beneficia	H	4			H	4		
o perjudica en general	M	11			M	13		
en la enseñanza-apren-	T	15		15	T	17		17
dizaje?								
	Humor	B	P	T	Risa	B	P	T
¿A ti te beneficia o perju-	H	4			H	4		
dica en particular?	M	13			M	13		
	T	17		17	T	17		17

H = Hombre; M = Mujer; T = Total; B = Beneficia; P = Perjudica.

*Este punto no fue respondido por todos los participantes.

Fuente: elaboración propia con base en los grupos focales.

Bueno, yo siento que sirve, bueno para mí, personalmente, para mí me sirve más el humor en el aula, porque siento que algunos comentarios los pueden hacer los profesores, así como que algo complicado que no entendamos, lo pueden modificar a algo que hemos vivido en, no sé, en la vida cotidiana, lo pueden hacer un chiste... que a lo mejor nosotros nos vamos a acordar de ese chiste, aunque suene tonto, pero ya sabemos cómo elaborarlo de mejor forma. (Mujer)

Siguiendo con el tema, y al profundizar, también se interrogó en el sentido de cuánto beneficiaba, esto es, una cosa es sí o no y otra, la valoración de la intensidad del beneficio, o perjuicio, en su caso. Sobre lo primero, la risa y el humor benefician “Mucho”, y respecto a lo segundo, “Nada” perjudican, siguiendo la mayoría de las respuestas dadas en el cuestionario y que se corroboran a la hora de las diversas intervenciones y narraciones orales en el ejercicio grupal, y viceversa (tabla 9).

Tabla 9. *¿Cuánto beneficia y cuánto perjudica?*

	Humor	M	R	P	N	T	Risa	M	R	P	N	T
¿Te beneficia en la enseñanza-aprendizaje?	H	2	2				H	3	1			
	M	9	4				M	10	3			
	T	11	6			17	T	13	4			17
	Humor	M	R	P	N	T	Risa	M	R	P	N	T
¿Te perjudica la enseñanza-aprendizaje?	H		1		3		H	1			3	
	M	1		1	10		M			1	12	
	T	1	1	1	13	16	T	1		1	15	17

H = Hombre; M = Mujer; T = Total; M = Mucho; R = Regular; P = Poco; N = Nada.

*Este punto no fue respondido por todos los participantes.

Fuente: elaboración propia con base en los grupos focales.

A la hora de compartir vivencias, si bien la mayoría expuso ejemplos sobre los beneficios, también hubo algunas intervenciones que muestran perjuicios, o quienes apuntan en ambas direcciones, como el testimonio siguiente:

Un profesor que trata sus comentarios no gratos, en vez de darnos confianza nos causan incomodidad, porque no es como que sea agradable. (Mujer)

Pues sí, el humor y la risa son capacidades sociales e intelectuales, las cuales, empleadas de una manera correcta, nos sirven para muchas cosas... ciertos tecnicismos por parte de los profesores, los cuales no entendemos o son difíciles de digerir, y pues con un chiste y con palabras más llanas es como uno lo entiende... si se ocupan en desmedida generan un cierto ambiente hasta cierto punto de faltar al respeto... como interrumpir la clase por cualquier cosa. (Hombre)

Consecuencias favorables y beneficios

Con el objeto de seguir ahondando en las explicaciones, así como categorizando las expresiones, se preguntó directamente por los efectos benéficos que la risa y el humor provocan. Parece claro cómo la cuestión intelectual del humor destaca en primer lugar como consecuencia favorable y efecto benéfico. Sin embargo, en lo afectivo es la risa la que parece mostrar mejores resultados. En lo social parece favorecido tanto por el fenómeno del humor como por su respuesta, la risa, hacia este (tabla 10).

Tabla 10. Consecuencias favorables y beneficios

Humor	Risa	Humor	Risa	Humor	Risa
Intelectual (F motivadora, intelectual, creativa, pedagógica)		Afectivo (F distensión, diversión, terapéutica)		Social (F compañerismo, distensión, diversión, transformadora)	
• Memoria, retención 5	• Aprender 2	• Desestresa, relaja 5	• Desestresa, relaja, calma, alivia, tranquilidad 9	• Mejor ambiente 5	• Convivencia 3
• Atención 4	• Comprensión 3	• Confianza 4	• Diversión, entretenida 6	• Dinámicas 3	• Colaboración, compañerismo, vínculos 3
• Aprendizaje 3	• Didáctica	• Ameno, no te aburres 3	• Agradable, amena, estabilidad, comodidad 6	• Interactividad, participación 3	• Participación 2
• Comprensión, entender 2	• Motivación	• Buen humor	• Activa, despierta el cerebro 2	• Proactivo	• Libertad
• Interés		• Entretiene	• Felicidad 2	• Respetuoso	• Mejor ambiente
• Receptividad		• Felicidad	• Emoción	• Energía social	• Relaciones sociales
16	7	19	28	15	11

F = Funciones.

Fuente: elaboración propia con base en los grupos focales.

Como se puede ver, el humor favorece la atención, la memoria, la comprensión, todo ello relacionado directamente con el proceso de enseñanza-aprendizaje (Fernández Solís, 2003; Sahin, 2021, Appleby, 2018). La risa tiene un papel fundamental en la relajación y tranquilidad, pues desestresa por una parte, de otra parte hace la clase amena y el aprendizaje agradable, crea confianza, produce felicidad (Fernández Solís, 2003; Appleby, 2018; Sahin, 2021). Ambas cuestiones, intelectual y afectiva, se reúnen para fomentar relaciones, interac-

ciones y convivencia en un buen ambiente (Fernández Solís, 2003; Sahin, 2021; Appleby, 2018).

Los testimonios ofrecidos y transcritos son ejemplo de la importancia de los efectos benéficos intelectuales y afectivos, afectivos y sociales, e incluso una suma de los tres.

Ayuda mucho para que entre la interacción entre los docentes con los estudiantes, porque puede hacer más amenas las clases y pongamos más como que atención. (Mujer)

Y creo que, si en la clase se implementara un momento de poner algo chistoso o decirlo de otra manera, más divertido, haría que los alumnos no se sintieran tan presionados, o sería un ambiente más confiable, y de hecho sería un ambiente donde todos participemos y no nos sintamos como que: “ay, si lo digo qué va a pasar”, o va a haber más confianza entre la relación maestro-alumno y entre nosotros mismos. (Mujer)

Tiene muchos beneficios, como ya lo comentaban, reduce el estrés, pero también hace que el ambiente sea más tranquilo, en donde todos se pueden adaptar mejor. (Mujer)

A veces uno tiene opiniones que pueden ser juzgadas, pero yo creo que igual se abre a que, con el humor y la risa, te rías un poquito más y pierdas como el miedo a la participación, al aprendizaje; precisamente, que se te queden más las cosas y no que te quedes con el “tal vez lo dije mal”, “tal vez no estoy bien” o “tal vez mi opinión no es como la de los demás”. (Mujer)

Perjuicios y consecuencias desfavorables

Lo propio se hizo sobre los perjuicios, que aunque menos numerosos no dejan de estar presentes. Lo que sorprendió, y se desea mencionar y subrayar, es que en preguntas abiertas y generales, se insistía en los beneficios de la risa y el humor, pero ante preguntas directas y específicas en el cuestionario y en la participación grupal en torno a los perjuicios, emerge en cierto número y con cierta intensidad, el contenido y la forma de lo inapropiado y contraproducente, e incluso dañino de la risa y el humor (tabla 11).

Tabla 11. Perjuicios y consecuencias desfavorables

Humor	Risa	Humor	Risa	Humor	Risa
Intelectual (H no relación con tema, no inteligible)		Afectivo (H no logra ser humorístico, no pertinente)			
• Distracción 4 • Desvío del tema • Menos enfoque • Ineficiente	• Distracción, poca atención, desconcentración 12 • Improductiva, sin desempeño 3 • Desinterés • Desvío del tema	• Excesivo 2 • Ansiedad • Desconfianza • Descontrol • Falta de humor • No humor	• Excesiva, inmoderada, llamativa 4 • Descontrol, no hay seriedad 2 • Incómoda • Frívola	• Informal, no formal 4 • Grosero 2 • Burlas 2 • Sarcasmo 2 • Irrespetuoso 2 • Incomprensible • No moderado • Mal uso • Ofensa • Antipático • Bromas • Ridiculiza • Chistes • Discriminatorio • Segregacionista • Insensible • Malentendidos • Pérdida de tiempo	• Burla 5 • Irrespetuosa 2 • Grosera • Humillante • Ofender • Discriminatoria • Mala intención
7	17	7	8	25	12

H = Humor.

Fuente: elaboración propia con base en los grupos focales.

En el ámbito de lo intelectual prima la risa como consecuencia negativa para el aprendizaje, porque sobre todo distrae la atención e interrumpe la concentración (Appleby, 2018; Sahin, 2021). En el espacio afectivo, la risa y el humor no parecen perjudicar tanto; no obstante, no son pertinentes, son excesivos y provocan descontrol en ocasiones. Finalmente, en lo social, el humor sobresale con mucho como afectación negativa de la educación y, como se puede observar, en general se trata de un humor agresivo, que perturba, daña y duele (Fernández Solís, 2003; Sahin, 2021; Appleby, 2018).

Existe un humor negativo que parte del profesorado hacia el alumnado en general, aunque también se reconoce que es utilizado por los alumnos y entre ellos; no obstante y según los testimonios prima el primero.

Hay profesores que sí usan humor en clases, pero muy mal direccionado, o sea, no un humor que puede ser sano para los demás compañeros, sino para humillar o para hacer quedar mal al alumno y demostrar que es él, el que tiene como que control de absolutamente todo. (Mujer)

Los profesores, en este caso, son los que deberían de ser capaces de poder medir su humor... creo que sí deberíamos de moderar un poco el hecho de cómo expresarnos en ese tipo de humor. (Mujer)

Muchas veces no cuidamos lo que decimos y por más de que para nosotros, en nuestra perspectiva, sea un humor cotidiano o sano, puede que para otra persona no; entonces creo que sí tenemos que ser más selectivos con los comentarios o chistes. (Mujer)

En este punto se observa introspección y reflexión, crítica y autocrítica muy sentida y sensible sobre el humor agresivo y la risa irrespetuosa, para tomar en cuenta con el objeto de pervenir, detectar y no participar cuando se detecta y tiene lugar.

Consideraciones finales

Ahora, ¿se pueden ver las cosas más serias con humor? Dicen que Tomás Moro era conducido al patíbulo (en 1535) para su ejecución y que, al llegar a las escaleras, dijo al verdugo: “¡Ayúdame a subir, hijo, que para bajar ya me arreglo solo!”. ¿Es posible aprender a ver la vida y los más pequeños acontecimientos que nos enfadan con humor? Freud (2008) relacionaba el humor con el trauma. El humor, para este autor, consiste en que ante una situación cuyo desenlace produciría intensos sentimientos o emociones (dolor, susto, terror, ira, disgusto, desagrado, desesperación, seriedad, entre otros), el humorista hace un chiste. También decía Platón siguiendo la misma idea: “Muchas veces ayudó una broma, donde la seriedad solía oponer resistencia” (González, 2009, p. 5).

Se cierra este trabajo con la idea confirmada de la importancia del uso y efectos de la risa y el humor en el proceso de enseñanza-aprendizaje, en el sentido de consecuencias beneficiosas en lo intelectual, afectivo y social, fruto de la revisión y aporte de algunos estudios —obras y autores(as)—, y muy particularmente como resultado de la presente investigación centrada en el tema, a través de un estudio de caso concreto sobre el mismo. Eso sí, la risa y el humor deben desarrollarse en ciertos contextos con cierta eficacia, y lo más importante, desterrando el humor agresivo, que no solo no sirve, sino que más bien daña no solo el proceso educativo, sino a las personas y colectivos sociales.

Un resumen de hallazgos en relación con el objetivo inicial, que es el análisis y reflexión sobre la risa y el humor en la educación, es que la risa y el humor se emplean “Regular” en el aula en la UAM/X y se practican también “Regular”, según los participantes en el grupo focal; sin embargo, su uso “Gusta mucho” y sirve mucho para el proceso de enseñanza-aprendizaje, además de que les hace sentir “Muy bien”.

Ante este marco de fondo favorable, cuantitativa y cualitativamente, se erigen los efectos benéficos y las consecuencias perjudiciales. Sobre los primeros, se afirma que benefician en general y así acontece a quien esto expresa; además, benefician mucho y no perjudican nada en el ámbito educativo. Se ahonda sobre las consecuencias favorables y estas pueden organizarse en aspectos intelectuales, afectivos y sociales, que también aparecen en la literatura consultada, como se ha mostrado. Los beneficios intelectuales del humor son considerables, así como los beneficios afectivos de la risa, cuestiones que destacan y dan de qué pensar. Se trata, pues, del desarrollo didáctico y pedagógico del humor como estrategia y herramienta en el salón de clases, que beneficia el proceso educativo. Y se trata también de los aspectos afectivos que produce la risa desde lo biológico hasta lo social, pasando por lo psicológico, que también benefician al aprendizaje. El humor se relaciona así directamente con lo cognitivo y didáctico, y la risa se liga más bien a lo emocional y valorativo. A lo cual hay que sumar todas las cuestiones favorables del clima social.

En cuanto a los perjuicios, como se dijo, van en dos sentidos: cuando el humor no aplica —no se entiende, es descontextualizado, sin sentido— y cuando es contraproducente —agresivo y dañino—. En el segundo caso, se señalan experiencias de humor humillante del profesorado hacia el alumnado como un ejemplo de lo que se vive en las aulas. Cabe añadir que en últimas fechas este tema es muy sensible en muchos aspectos, desde humillaciones reales, pasando por malos entendidos, hasta el empleo acusatorio por razones de otra índole, que no es momento y lugar para ahondar, y que sin duda son motivo para seguir investigando.

En fin, la risa y el humor utilizados de manera eficaz y saludable no solo son benéficos para el aspecto cognitivo y el aprendizaje, sino también para el mundo emocional y social del alumnado y el clima en los salones de clases, pues se aprecian y disfrutan, y como se dijo en más de una ocasión, se han de aplicar más sin desconocer que también siempre hay alguna persona que considera que distraen. Esto es muestra de la diversidad de personalidades y sensibilidades que conviven en el espacio educativo, y cuyas opiniones y experiencias han intentado reflejarse a lo largo de estas páginas.

Referencias

- Anzelin, I., Marín-Gutiérrez A., y Chocontá J. (2020). Relación entre la emoción y los procesos de enseñanza-aprendizaje. *Sophia*, 16(1), 48-64. <https://doi.org/10.18634/sophiaj.16v.1i.1007>
- Appleby, D. C. (2018). Using Humor in the College Classroom: The Pros and the Cons. *Psychology Teacher Network*, February. <https://www.apa.org/ed/precollege/ptn/2018/02/humor-college-classroom>
- Benavides, M., Pompa, M., Agüero, M., Sánchez, M. y Rendón, V. (2022). Los grupos focales como estrategia de investigación en educación: algunas lecciones desde su diseño, puesta en marcha, transcripción y moderación. *CPU-e*, 34. <https://cpue.uv.mx/index.php/cpue/article/view/2793/4610>
- Berger, P. (1999). *La risa redentora*. Kairós.
- Checa, F. (1992). El humor andaluz: ¿identidad de un pueblo? *Folklore Andaluz*, 8, 55-84. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2693296>
- Ellis, A. (1981). *Manual de terapia racional emotiva*. DDB.
- Fernández Poncela, A. (2016). *Humor en el aula*. Trillas.
- Fernández Solís, J. D. (2003). El sentido del humor como recurso pedagógico: hacia una didáctica de las didácticas. *Pulso*, 26, 143-157. <https://revistas.cardenalcisneros.es/article/view/4912>
- Freud, S. (2008). *El chiste y su relación con lo inconsciente*. Alianza Editorial.
- González, F. A. (2009). Escuelas con humor. *Revista Iberoamericana de Educación*, 50, 1-6. <https://rieoei.org/RIE/article/view/1906/2932>
- Rodas, F. D. y Pachecho, V. G. (2020). Grupos focales: marco de referencia para su implementación. *Innova Research Journal*, 5(3), 182-195. <https://revistas.uide.edu.ec/index.php/innova/article/view/1401>
- Rodríguez Cabezas, Á. (2008) Efectos del humor: consideraciones médicas. En Á. Rodríguez Idígoras (Ed.), *El valor terapéutico del humor*. Desclée De Brouwer.
- Sahin, A. (2021). Humor in School Settings: The Perceptions of Teachers. *Sage Open*, 11(2), 1-16. <https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/21582440211022691>
- Tamblyn, D. (2007). *Reír y aprender. 95 técnicas para emplear el humor en la formación*. Desclée de Brouwer.
- Torres, M. (2006). El sentido del humor como un reforzador motivacional. *CICAG*, 4(1), 57-68. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3218332>
- Vigara, A. M. (1994). *El chiste y la comunicación lúdica: lenguaje y praxis*. Ediciones Libertarias.
- Ziv, A. (1984). *Personality and Sense of Humor*. Springer Pub Co.