



# Revista de Artes Performativas, Educación y Sociedad

Número

2

Volumen 1

2019

Número especial con recopilación  
de comunicaciones del  
**I CONGRESO INTERNACIONAL DE  
EXPRESIÓN CORPORAL, TEATRO Y  
DRAMA EN EDUCACIÓN**  
Oviedo, 14 - 16 de noviembre de 2018

# Revista de Artes Performativas, Educación y Sociedad

## Revista APES

Volumen 1, Número 2, 2019

### Equipo editorial

#### Personas editoras

- Dr. Emilio Méndez Martínez. Investigador independiente (España)
- Dra. Esther Uria Iriarte. Universidad del País Vasco (España)
- D. Koldobika Gotzon Vío Domínguez. Teatropedagogo y director teatral independiente (España/Grecia)

#### Consejo Científico

- Dña. Patrice Baldwin. Drama for Learning and Creativity (Reino Unido)
- Dra. Marta Domínguez Escribano. Universidad de Córdoba (España)
- Dra. Alicia Gómez-Linares. Universidad de Cantabria y Escuela Superior de Arte Dramático y Danza de Euskadi, Dantzerti (España)
- Dra. Martha Katsaridou. Universidad Aristóteles de Salónica (Grecia)
- Dra. Mercé Mateu Serra. INEFC-Barcelona (España)
- Dr. Emilio Méndez Martínez. Investigador independiente (España)
- Dra. Mar Montávez Martín. Universidad de Córdoba (España)
- Dr. Tomás Motos Teruel. Universidad de Valencia (España)
- Dra. Rosario Navarro Solano. Universidad de Sevilla (España)
- Dra. Monica Prendergast. Universidad de Victoria (Canadá)
- Dra. Rosario Romero Martín. Universidad de Zaragoza (España)
- Dra. Beatriz Sánchez Martínez. Universidad de Oviedo (España)
- Dra. Ester Trozzo. Universidad Nacional de Cuyo (Argentina)
- Dra. Esther Uria Iriarte. Universidad del País Vasco (España)
- D. Koldobika Gotzon Vío Domínguez. Teatropedagogo y director teatral independiente (España/Grecia)
- Dña. Cristina Yarto López. Universidad de Barcelona (España)

#### Personas evaluadoras externas

- Dra. Soraya Calvo González. Universidad de Oviedo (España)
- Dr. Alejandro Carriedo Cayón. Universidad de Oviedo (España)
- Dr. Javier Fernández-Río. Universidad de Oviedo (España)
- Dr. José Ignacio Menéndez Santurio. Universidad Isabel I (España)

ISSN 2659-594X

Editado en Gijón, Asturias, España

por Emilio Méndez Martínez, Esther Uria Iriarte y Koldobika Gotzon Vío Domínguez  
2019

<https://www.congresoexctd.com/revista>

Dirección de contacto: [revistaAPES@gmail.com](mailto:revistaAPES@gmail.com)

## Sumario

Editorial. Revista APES nº 2 .....	5
Proexdra: treinta años de Escuelas de Verano de Expresión en Viznar (Granada). <i>Alfredo Mantovani</i> .....	7
El humor como valor y estrategia en teatro y educación. <i>Koldobika G. Vío Domínguez</i> .....	15
La diversidad a escena: estudio sobre una experiencia de teatro inclusivo. <i>Belén Massó Guijarro</i> .....	29
El clown en la formación del profesorado. Enamorarse o morir. <i>Beatriz Sánchez Martínez, Alejandro Carriedo Cayón y M<sup>a</sup> Teresa Gómez Alonso</i> .....	43
El teatro pedagógico para personas con síndrome de down. <i>Natalia González Martínez, José Jesús Morín Montes de Oca y José M<sup>a</sup> del Castillo-Olivares</i> .....	51
Estimulación temprana con música, movimiento y recursos teatrales. Una magia revolucionaria en la educación. <i>Isabel Mochales Modroño, Covadonga López Bernardo y Antia Seijas Vieites</i> .....	59
Contact improvisation. Viajando a <i>leviathan center</i> en busca del origen y desarrollo de los patrones de interacción de contacto corporal. <i>Sebastián Gómez-Lozano, Alfonso Vargas-Macías, Kiko Francisco León Guzmán y Jose Ignacio Riesgo García</i> .....	63
La doble mirada de una máscara. Una búsqueda filosófica de una metodología docente contemporánea de la mano de las herramientas teatrales. <i>Manuel Valiente Artidiello</i> .....	71
Teatrearte: un proyecto teatral educativo y social. <i>Lorena Casal Valdés</i> .....	77
Col-legi Sant Vicenç, una experiencia teatral en la escuela. <i>Manel Vidal Portillo</i> .....	85
Proyecto #accionesenlauni: transformando las acciones vitales desde el ARTE DE ACCIÓN. <i>Marta Arévalo Baeza, Clara Megías Martínez, Ana Hernández Gándara y Pablo Sotoca Orgaz</i> .....	93
Investigación y experimentación sobre teatro, educación y neurociencia en la Universidad de la Laguna. <i>José M<sup>a</sup> del Castillo-Olivares, Natalia González Martínez y José Jesús Morín Montes de Oca</i> .....	107
<i>Escape Room</i> educativo: gamificación para el aprendizaje de obras de arte. <i>Nuria González-Nuevo Vázquez y Covadonga González-Nuevo Vázquez</i> .....	117
El <i>lipdub</i> como propuesta de enseñanza en la titulación del grado en maestro en educación infantil. <i>Alejandro Carriedo, Beatriz Sánchez Martínez y Inés López Manrique</i> .....	123
La Creación Corporal en la asignatura Expresión Corporal y Danza del Grado de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte de la Universidad de León. <i>M<sup>a</sup> Teresa Gómez-Alonso, M<sup>a</sup> Paz Brozas Polo, Carlos Gutiérrez-García</i> .....	131
Entrevista a Jorge Holovatuck .....	139
Catalunya: el primer node / Cataluña: el primer nodo. <i>Manel Vidal Portillo</i> .....	143

## El humor como valor y estrategia en teatro y educación

### Humor as value and strategy in theatre and education

**Koldobika Gotzon Vío Domínguez**

Teatropedagogo y director teatral independiente, España/Grecia

urratxa@yahoo.es

**Para referenciar:** Vío Domínguez, Koldobika Gotzon. (2019). El humor como valor y estrategia en teatro y educación. *Revista de Artes Performativas, Educación y Sociedad*, 1(2), 15-28.

**RESUMEN:** En este artículo se comparten algunas reflexiones en torno al papel del humor en la educación, así como en el teatro en la educación y el mismo teatro. Se trata de reconocerlo como una emoción positiva que puede ayudar a crear climas positivos en la educación y remarcar su función pedagógica. Se aportan varias claves de la pedagogía del humor, su enfoque y aspectos a tener en cuenta en la práctica educativa. Para terminar, se hace un análisis de la comedia y sus mecanismos, para resaltar sus posibilidades como herramienta de intervención socioeducativa.

**ABSTRACT:** In this article some reflections are shared about the role of humor in education, as well as in theater in education and in the theater itself. It is about recognizing it as a positive emotion that can help create positive climates in education and emphasize its pedagogical function. Several keys to the pedagogy of humor are provided, its approach and some aspects to be taken into account in educational practice. Finally, an analysis of comedy and its mechanisms is made, to highlight its possibilities as a tool for socioeducational intervention.

## Introducción: un lugar llamado “escuela”

Permítanme comenzar estas reflexiones navegando por internet. Al realizar una simple búsqueda en *Google* de “escuela dibujo” y seleccionar “imágenes”, me he encontrado, hasta donde he sido capaz de bajar y seguir mirando, un collage de bellas imágenes que muestran un hermoso lugar al que todo el mundo quisiera ir, hasta los adultos. He repetido la operación en inglés y el resultado ha sido el mismo. Más allá de si es consecuencia de un algoritmo neutro o de humanas manos con agendas ocultas, lo que se puede decir es que la representación de la escuela en *Google* es dulce, colorida y feliz. Y digo “representación” un tanto a propósito, porque un dibujo es una representación a través de un lenguaje expresivo de un concepto o realidad después de pasar e impregnarse por nuestro mundo interior. Según Laferrière y Motos: “el sujeto pone en acción sus imágenes interiores, las elabora a partir de un estímulo y comunica su mundo interior” (Laferrière y Motos, 2003, p.92).

Sin embargo, estas idílicas imágenes que representan experiencias personales, poco coinciden con lo que encuentro cuando haciendo talleres o intervenciones similares, y usando el *teatro imagen*, pido una imagen de la escuela, a chavales, principalmente cuando se trata de adolescentes, o a los maestros o a cualquier otro colectivo

implicado en proyectos socioeducativos. En este otro collage de “estatuas” construidas por múltiples y diversos participantes se vienen a reflejar otras cosas: pupitres y horas de lecciones, aburrimiento, *bullying*, violencia escolar, cuadrillas y pandas, inclusión–exclusión, madrugones cotidianos, pesadas mochilas cargadas de libros, deberes en casa, exámenes, normas y prohibiciones, baños llenos de grafitis, vallas y muros, enormes patios de cemento vacíos y rincones para esconderse... Más bien parece que las representaciones del mundo interior de los distintos miembros de la comunidad educativa en referencia a la escuela reflejan una amalgama de matices mucho más sombríos que las imágenes de *Google*.

Me atrevería a plantear una hipótesis: entre las imágenes que guardamos en nuestro inconsciente de la escuela, ya sea como algo que es ya pasado, o que es presente cotidiano, si bien es seguro que hay muchas positivas, bullen también un sinnúmero de recuerdos y experiencias negativas. Si tenemos todas estas imágenes en nuestra “mochila”, a mucha gente le puede vencer el peso. También, por supuesto, hay personas que pueden llevar bien este mismo peso, pero a menudo ocurre que viendo a su alrededor a los que no lo aguantan y no están bien, tampoco se sienten tan bien en la escuela.

Esta es la pregunta que cabe hacerse: cómo nos sentimos, alumnado y profesorado, como consecuencia de todas estas

experiencias de la escuela, qué vivencia y huella emocional nos deja impresa en nuestro mundo interior y condiciona nuestra relación con la institución y práctica educativa. Pienso que las “estatuas” expresadas reflejan experiencias que generan respuestas emocionales tales como: impotencia, cólera, malhumor, agresividad, aburrimiento, desilusión, desencanto, pena, depresión, pánico, fobia o temor.

Estas emociones de acuerdo con Rafael Bisquerra (2015) en su libro *Universo de emociones*, se agrupan en torno a la familia de tres emociones principales: ira, tristeza y miedo, que constituyen las emociones negativas principales. Debemos recordar que para Bisquerra “emociones negativas no significa emociones malas. (...) Todas las emociones son buenas. El problema está en qué hacemos con las emociones. Cómo las gestionamos determina los efectos que van a tener sobre nuestro bienestar y el de los demás” (2015, p.46-47). “Las emociones positivasson las que aportan bienestar” y “las emociones negativas son las que tienen ausencia de bienestar, y sobre todo presencia de malestar” (Bisquerra, 2016, p.79).

Por tanto nuestra experiencia emocional en la escuela se mueve muy a menudo dentro de este triángulo de las emociones negativas, con todo lo que esto significa de malestar y no estar en positivo ante nuestra cotidianidad en la vida escolar, o en otros casos, como un recuerdo de la experiencia vivida que puede marcar y ensombrecer la idea de una institución a la que enviar diariamente a un hijo o una hija.

Estas ideas van acordes a la línea de pensamiento de María Acaso, que señala que “mientras la pedagogía tradicional se ha centrado en el trabajo de lo visible, la recuperación del inconsciente nos lleva a considerar lo invisible al mismo nivel de importancia” (Acaso, 2013, p.40). Esta autora propone como línea de trabajo las pedagogías invisibles, que define como “el conjunto infinito e incontable de microdiscursos que suceden y/o que no suceden a la vez en un acto pedagógico, que acontecen en un segundo plano (latente e inconsciente) dirigidos hacia un destinatario ideal y que transforman el cuerpo y la mente de los participantes del acto pedagógico en cuestión” (Acaso, 2012, p.105). Por tanto, pensamos que, ante un tejido de imágenes y

estímulos invisibles negativos, se debe optar por ponerse en acción pedagógica tejiendo un entramado de imágenes inconscientes y experiencias emocionales positivas, en definitiva, propuestas invisibles positivas.

Asumiendo de esta manera que es una necesidad urgente ampliar las experiencias de los miembros del acto educativo para que activen respuestas emocionales positivas, vamos a volver nuestra mirada hacia ellas. Siempre de acuerdo con Bisquerra, las emociones principales positivas, en torno a las cuales se agrupan el resto, “son alegría, amor y felicidad” (2015, p.47). Y entre las emociones dentro de la familia de la alegría nos vamos a encontrar una emoción llamada “humor”, el objeto de nuestra reflexión. En esta familia encontramos también, y cercanas al humor, otras emociones tales como la diversión, el placer o la ilusión. También debemos señalar que hay una emoción muy importante en todo lo que tiene que ver con artes en educación y que no se agrupa en ninguna de las seis grandes familias, pero que está considerada entre las positivas, y conocida como “emociones estéticas”, que “son las que se experimentan ante las obras de arte o ante la belleza” (Bisquerra, 2016, p.79). En la representación gráfica de Bisquerra (2015) del *Universo de emociones*, hermoso mapa de estrellas y constelaciones, curiosamente esta emoción ha quedado ubicada en un lugar equidistante entre el humor y la ternura. No vamos a entrar en este artículo a reflexionar sobre estas otras emociones, ya que nos vamos a centrar en el humor, pero era necesario hacer esta pequeña mención a modo orientativo.

## El humor, una emoción positiva

Intentemos definir el humor. En realidad, hay muchas definiciones, las cuales podríamos agrupar en dos categorías. Por un lado, tenemos las de los humoristas, que no vienen a decir nada muy concreto, pero que son las más claras porque en ellas respira la propia locura del humor. Por ejemplo, para Groucho Marx el humor “es posiblemente una palabra; la uso constantemente y estoy loco por ella. Algún día averiguaré su significado” (Siniak, 2008, p.65). Antonio Fraguas de Pablo, más conocido como

Forges decía que el “humor es todo aquello agradable que no cotiza a Hacienda” (Rodríguez Idígoras, 2002, p.17). Y Miguel Gila también nos obliga a reflexionar al definir el humor como “la maldad de los hombres dicha con ingenuidad de niño, un espejo en el que se refleja la infinita estupidez del ser humano” (Gila y de Cascante, 2019).

En la otra categoría se encuentran las definiciones académicas, donde según el prisma de la disciplina del autor, se van poniendo el acento en unas u otras cualidades del humor. Pero también es bueno recordar, a modo de gafas protectoras, lo que se dice en un ensayo, precisamente académico, en que se analiza el papel del humor a través la historia de la humanidad: “Horror. La universidad ha decidido esudiar el humor”. Así se titula uno de los capítulos del libro del historiador José María Peceval (2015) donde nos explica que:

Las tesis comenzaron en ambiente hostil. Por pura lógica institucional, la univesidad tiene alergia al humor, ya que es una institución jerárquica muy reglamentada aunque lo practique ampliamente en los pasillos. Los congresos sobre el humor son mortalmente aburridos y los chistecitos de los académicos son monstruosos. Es difícil encontrar humor y teoría tratados al mismo nivel. (p.208-209)

En las primeras páginas de su obra Peceval (2015) nos orienta en su visión del humor afirmando:

Conjuntamente con el pensamiento científico es la herramienta más importante de tratamiento de la realidad, de aceptación de lo conocido y de admisión de lo desconocido que pueda sobrevenir. Asimismo, es una herramienta de afirmación del grupo tanto como de separación de otros grupos y personas. (p.14-15):

Volveremos más adelante sobre estos aspectos sociales y de qué papel juega el humor en las relaciones grupales y sociales. Continuemos aún en el ámbito de las emociones, donde Bisquerra entendiéndolo como una emoción más, define humor como “propensión más o menos duradera a mostrarse alegre y complaciente. Jovialidad, agudeza de espíritu” (2016, p.96). Y resalta las siguientes características (2015):

El humor se refiere a un modo de presenciar la realidad, enjuiciarla o comentarla, resaltando el lado cómico, risueño o ridículo de las cosas. El humor a veces consiste simplemente en tratar a la ligera las cosas graves, y gravemente las cosas ligeras.

El humor y la risa contrarrestan las experiencias de emociones negativas; intensifican la confianza entre las personas; preparan al organismo para experimentar placer sensorial; amortiguan el estrés, reducen el malestar y el dolor; bajan la tensión. (p.87)

He aquí una justificación clara y suficiente para el uso y fomento del humor en educación. Pero antes de profundizar en ello intentemos exponer más pormenorizados los beneficios del humor. Según Bisquerra (2015):

El humor y la risa son altamente beneficiosos para la salud mental y física. La creencia de que el humor y la hilaridad son beneficiosos está documentada en refranes, proverbios y cultura popular. La investigación científica ha confirmado estos beneficios potenciales. (p.87)

En esta línea de investigaciones vamos a acercarnos ahora a la visión del humor desde el campo de la medicina y psicología. En el libro *El valor terapéutico del humor* Ángel Rodríguez Cabezas recoge relaciones entre el humor y la medicina desde la antigua Grecia, y Carlos Alemany y Raúl Cabestrero recogen a su vez las relaciones con la psicoterapia (Rodríguez Idígoras, 2002, p.43-62, p.111-184). Pero la anécdota que mejor ilustra dicha función terapéutica del humor y su reconocimiento tal vez sea la siguiente:

Estoy seguro de que casi todos habrán oído contar la historia del hombre que, desesperadamente enfermo, va a un psicoanalista y le explica que ha perdido el deseo de vivir y que piensa seriamente en el suicidio. El doctor escucha su relato melancólico y luego dice al paciente que lo que necesita es poder reírse a gusto. Aconseja al infeliz que vaya aquella noche al circo y que pase la velada riéndose con Grock, el payaso más divertido del mundo. El doctor resume:

–Después de que haya visto a Grock, estoy seguro de que se sentirá mucho más feliz.

El paciente se pone en pie, mira tristemente al doctor, da media vuelta y se tambalea hacia la puerta. Cuando empieza a abrirla, el doctor dice:

–A propósito, ¿cómo se llama usted?

El hombre se vuelve y mira al psicoanalista con ojos apesadumbrados:

–Soy Grock (Marx, 1995, p.84)

El psicólogo Francesc Abella, como muchos otros en diferentes obras, nos referencia en el libro “Risas y humor” los efectos beneficiosos de la risa para la salud y en los que coinciden la mayoría de autores por él consultados (AA. VV., 2006):

- Cinco minutos de buena risa, a carcajadas, equivale a 45 minutos de ejercicio físico.
- Las auténticas risas (explosivas) movilizan a 400 músculos de todo el cuerpo, activan el sistema inmunológico y oxigenan los tejidos.
- Desde que nacemos hasta los seis años, nos reímos, aproximadamente unas 300 veces al día. Ya de adultos, los que más lo hacen, llegan a unas 100 veces al día, y los que menos 15 o ninguna.
- Las personas que ríen poco o tienen poco sentido del humor, son más propensas a sufrir enfermedades.

Más adelante el mismo autor enumera una serie de lo que él llama barreras a las dificultades, que entiende como sinónimo de defensa, de remedio, de ayuda, de freno, de tratamiento, de apoyo, de protección, de bienestar... Algunas de estas barreras señala Abella que también han sido descritas por diversos estudiosos del tema (AA. VV., 2006):

- Liberación de endorfinas, neurohormonas relacionadas con los estados de bienestar, placer y anestesia del dolor. Su estructura química es semejante a los derivados opiáceos, fármacos utilizados inicialmente para el tratamiento del dolor. Su efecto analgésico es comparable al de ciertas drogas.
- Los pulmones se llenan de más aire, con el consiguiente aumento del aporte de oxígeno en todo el cuerpo, especialmente en el cerebro. Recordemos que muchas técnicas conductuales de relajación tienen como objetivo principal conseguir los mismos efectos: relajación muscular,

máxima oxigenación y concentración en un tema, como eje conductor del tratamiento de estados ansiosos, fóbicos y evitativos.

- También relacionado con la capacidad respiratoria, ésta es estimulada, así como las funciones circulatorias. El diafragma se contrae violentamente y provoca una inspiración profunda, que va seguida de una serie de aspiraciones cortas y rápidas. Los pulmones movilizan 12 litros de aire, en lugar de los 6 habituales.
- Generación de estados de ánimo diferentes y que influyen en la relación con uno mismo y con los demás.
- Activación del sistema inmunológico, por el aumento de determinados anticuerpos, una reducción de hormonas específicas implicadas en la tensión y un aumento de la tolerancia al dolor.
- Protector de trastornos cardiovasculares. Según un estudio de la Universidad de Maryland, los sujetos con patología cardiovascular, se ríen un 40% menos que las personas sanas ante las mismas situaciones. Según estos autores, la risa podría añadirse así a otros factores protectores.
- Potenciación de la creatividad y facilitación del enfrentamiento ante las frustraciones. En este sentido, utilizar la risa ante ciertas patologías, como la depresión, tiene como objetivo relajar a los pacientes y establecer un clima tranquilo y sosegado, que permita analizar con mayor profundidad la personalidad y estado del paciente.
- Otras características atribuibles a la conducta de reír y reírse, hacen referencia a:
  - Facilita la digestión, al hacer vibrar el hígado.
  - Evita el estreñimiento.
  - Mejora la eliminación de la bilis.
  - Estimula el bazo.
  - Mejora la hipertensión aumentando el riego sanguíneo.
  - Tonifica los músculos del rostro, ya que una carcajada continuada activa casi la totalidad de ellos.

- Las carcajadas generan una sana fatiga que elimina el insomnio.

Nos hemos detenido en los efectos del humor en salud y en salud mental, en un intento de poner en perspectiva su relevante importancia. Si atendemos a la máxima *Mens sana in corpore sano* todo parece indicar que el humor tiene mucho que aportar.

Ya estamos viendo desde las características del humor señaladas por Bisquerra (2015), que encontramos en él una poderosa herramienta para contrarrestar emociones negativas, y por tanto nuestras experiencias e imágenes negativas de la escuela, ésas con las que hemos empezado nuestra reflexión. Podemos considerar el humor como una herramienta para “sanar” y generar “barreras”, “invisibles”, frente a los malestares de la escuela y la educación. En pura lógica: a mayor número de experiencias e imágenes positivas menos peso tendrán las negativas. Y en consecuencia una educación preocupada por aumentar un clima emocional positivo puede revalorizarse y aumentar su impacto pedagógico. El humor es un camino para trabajar en esta dirección, es una emoción a activar en la búsqueda de este clima positivo y de un bienestar en la escuela. Y parafraseando la definición Moncho Goicoechea (AA. VV., 2006) sobre el humor, podríamos decir que “el humor puede ser una herramienta que, como cualquier otra, pero que más agradablemente que otras, ayuda a transformar la realidad que nos rodea”. Hay muchas cosas que cambiar y caminos que recorrer, pero el humor es uno agradable y poderoso.

Creo que debemos caminar con un objetivo en el horizonte, generar bienestar en la escuela. Según Bisquerra y Laymuns (2016) bienestar es una emoción que se define como “sentirse bien. Hay diversos tipos de bienestar que conviene especificar al utilizar esta palabra: bienestar material, físico, social, profesional, emocional, subjetivo, objetivo, psicológico hedónico, eudemónico...” (p.55). Bienestar como emoción se sitúa en la familia de la emoción principal de la felicidad, si bien “en literatura científica muchas veces se prefiere utilizar *bienestar* en lugar de *felicidad*” (Bisquerra y Laymuns, 2016, p.56). Bisquerra (2015) hace la siguiente reflexión sobre la felicidad:

¿Es posible la felicidad en este mundo? Lo primero que hay que decir es que la felicidad no se rige por la ley del “todo o nada”, o soy siempre totalmente feliz, o no puedo ser feliz. Si fuese así, nadie podría ser feliz, ya que no podemos ser “siempre totalmente felices”. (p.95)

Y es importante esta perspectiva en cuanto nos coloca la felicidad, al igual que el bienestar, en una escala de camino o progresión con variaciones de intensidad. Como afirma Bisquerra (2015):

La felicidad es más de una actitud y predisposición interior que el resultado de las circunstancias materiales que nos rodean. Cada uno va construyendo su propia felicidad y contribuye a la felicidad de los demás con sus actitudes, sentimientos, pensamientos y acciones. Aunque no siempre somos conscientes de ello. (p.96)

En el libro *Cuestiones sobre bienestar* Bisquerra (2013) analiza extensamente felicidad y bienestar, y en el capítulo sobre el bienestar emocional explica que:

Las personas tienen una “*cronometría afectiva*” donde la experiencia afectiva de cada momento va oscilando en función de una serie de variables (reactividad emocional, intensidad, frecuencia). La cronometría afectiva se puede representar mediante una gráfica donde la línea de base emocional se relaciona con el rasgo. (...) En el eje de ordenadas está el nivel de bienestar subjetivo. (...) En el eje de abscisas está el paso del tiempo. (...) La línea continua representa las oscilaciones del estado de ánimo. (p.106-107)

Quedan representadas así las variaciones de alturas que representan ese nivel de bienestar subjetivo y se dibuja el perfil personal de la persona analizada. Ahora bien, se representa aquí también una línea base que refleja los promedios de oscilaciones y que se relaciona con el rasgo. Esta línea puede ser estable, o “presentar dos posibles tendencias (ascendente o descendente)” (Bisquerra, 2013, p.108).

A partir de aquí Bisquerra defiende la posibilidad de intervenir y producir mejoras en el nivel de bienestar y más adelante recoge “una relación de propuestas que contribuyen significativamente al bienestar psicológico y al bienestar emocional en

general, y que son susceptibles de ser aprendidos” (Bisquerra, 2013, p.121). Entre ellos señala el “sentido del humor” y “reír” (p.123).

En esta misma línea Bisquerra y Hernández (2017) nos sitúan el humor dentro de la psicología positiva, que:

Se propone como pilares básicos de estudio e investigación de las emociones positivas, los rasgos individuales positivos (virtudes y fortalezas), las instituciones positivas que facilitan su desarrollo y los programas que ayudan a mejorar la calidad de vida de las personas y previenen la incidencia de psicopatologías. (p.59)

Según Bisquerra y Hernández (2017) “uno de los aspectos clave de la psicología positiva es concretamente el estudio de las fortalezas humanas, que se sitúa dentro de la *teoría de rasgos* y enlaza con la idea de *buen carácter*” (p.62). Estos autores nos explican que la investigación sobre los rasgos positivos de la personalidad ha originado una elaborada teoría en torno a las llamadas fortalezas personales desarrollada por Seligman y Peterson, y que:

Estos creado y validado un modelo descriptivo de la personalidad basado en las fortalezas personales, entendidas como rasgos positivos universales, medibles y educables. (...) Un equipo de profesionales liderado por Peterson y Seligman, tras años de investigación, identificó 24 fortalezas personales, agrupadas en torno a seis virtudes generales. (p.62)

Entre las fortalezas personales encontramos el sentido del humor, y también la creatividad y la apreciación de la belleza que son de capital relevancia en las artes en educación (Bisquerra y Hernández, 2017, p.62). Y es necesario subrayar que los autores consideran estas fortalezas, como hemos dicho, educables.

Por contra, en una mirada a la literatura podemos ver cómo el humor no es un valor que se representa en los arquetipos y en los héroes. Por ejemplo mirando el mundo de los cómics podemos ver cómo no es Tintín ni el Capitán Trueno el personaje que lleva la carga del humor, sino el personaje secundario o acompañante. Ni siquiera en Astérix que es una tira cómica, el gran peso cómico no recae en el protagonista, sino en su compañero Obélix. Son los secundarios

aquellos que recogen el humor, y no se ha podido ver héroes con humor integrado en sus cualidades hasta tiempos muy recientes, reforzando modelos de persona donde aún no se valora el humor. Hablaremos de comedia más adelante, pero precisamente encontramos en la definición de Patrice Pavis (1998) que “sus personajes son de condición modesta” (p.72) Definición que creemos que refuerza esta idea invisible de que el humor no es una cualidad de los héroes a imitar, luego es algo a tener en proporciones limitadas.

Sin embargo y buscando un nuevo modelo de persona, vemos en todas estas apreciaciones del humor que hemos venido citando que es una fortaleza de la persona, educable, y con un carácter preventivo a nivel de salud y social. Por tanto, urge adentrarnos en el mundo de la pedagogía del humor con el fin de ordenar las claves de cómo aprender humor y cómo utilizarlo en educación, de cómo otorgarle valor y modelos referenciales en educación.

Antes de entrar en el claro espacio de la pedagogía, cerremos este apartado recordando que Pablo Cueva, psicólogo promotor del proyecto *entrenando emociones* nos dice que no solo “las emociones positivas se pueden entrenar” (Cueva y Vío, 2012, p.3) sino que además responde afirmativamente a la pregunta sobre si se pueden contagiar. Y nos propone un método que es pensar en ellas como una wifi emocional. Debemos estar con ella abierta, recoger de quienes tienen mucha a nuestro alrededor, y por supuesto también compartir nuestra propia wifi (Cueva, 2014). El humor es un transmisor potente, que como hemos visto ayuda a toda la familia de emociones entroncadas en la alegría y la felicidad, y en general de todas las positivas. Es importante transmitir en clave de humor y estar abierto al buen humor de los demás, en la vida y la educación.

## La pedagogía del humor

A la hora de hablar de pedagogía del humor para mi hay una referencia a la que respeto y en cuyas reflexiones me baso desde hace años: Jesús Damián Fernández Solís. Compartiré algunas de sus reflexiones a continuación. Si bien están planteadas desde la educación social pienso que son

totalmente aplicables en educación formal y por tanto utilizaré el término educación de forma genérica.

Fernández Solís (1999) se cuestiona el porqué del humor en educación y da cuatro razones (p.10-11):

- *Porque es necesario dar una respuesta afirmativa.* En una sociedad como la nuestra donde el pesimismo, el desencanto y la pasividad brillan con luz propia es necesario lanzar mensajes esperanzados y realistas que vayan en beneficio de la población con la que trabajamos y que en la mayoría de los casos se encuentran en situaciones difíciles o problemáticas. Por consiguiente, los educadores debemos servir de modelos de personas esperanzadas, positivas, alegres y con sentido del humor que trabajan por una sociedad más justa y solidaria.
- *Porque es un elemento de comprensión de la realidad.* El sentido del humor nos ayuda a comprender el mundo que nos rodea. Nos hace ver la realidad desde diferentes puntos de vista. Permite contemplar y entender la existencia desde nuevas claves. También nos ofrece nuevas perspectivas de interpretar la realidad.
- *Porque genera un estilo.* Genera una manera de tomarse la vida y de enfrentarse a los acontecimientos cotidianos. Nos sirve de ayuda como educadores para controlar los conflictos y aliviar tensiones que se generan cotidianamente.
- *Porque nos ayuda y estimula a crear.* Es preciso rescatar nuestra condición de creadores e inventores de nuestra realidad presente y de nuestro futuro. Desde un plano educativo tenemos un largo camino por recorrer: creando materiales didácticos, innovando metodologías, proponiendo diferentes y creativas estrategias de intervención...

La primera y la tercera entroncan con todo lo que hemos estado analizando en referencia a las emociones. Se trata de generar un modelo de educador y de educación en positivo que ofrecer a los educandos, abrir una wifi emocional positiva en la educación.

Sin embargo la segunda y la cuarta razón hacen referencia a cómo nos ayuda a percibir el mundo, y luego a expresarnos creativamente. El humor necesita de "otra mirada" de la realidad que nos rodea para

poder generar un discurso cómico en cuanto que "dice" las cosas de otra manera. El humor por tanto es un ejercicio y aprendizaje de observación, escucha, imaginación y creación. Observar y escuchar los detalles, reimaginar y crear nuevos discursos asimétricos que generan premisas cómicas.

Fernández Solís (1999) se interroga también sobre el para qué del humor en educación y lo responde en dos planos (p.11):

- En relación con el educador:
  - Autoconcepto. Facilita al educador un mejor conocimiento de sí mismo (nivel cognitivo).
  - Autoestima. Favorece la conformidad consigo mismo (nivel afectivo).
  - Autocontrol. Posibilita el control de uno mismo. Le invita a desarrollar determinadas acciones (nivel conductual).
- En relación con los demás:
  - Enseña a las personas a ser más humildes frente a la arrogancia, más próxima frente al aislamiento y menos vergonzosa al poder reírse de uno mismo sin tomarse demasiado en serio.
  - Fomenta en las personas la auto-aceptación y anti-perfeccionismo. Impulsa la tolerancia a la frustración.
  - Relativiza la realidad. Modifica la perspectiva de un problema. Sitúa las cosas desde su justa perspectiva.
  - Restablece las verdaderas dimensiones de lo humano. Aplaca nuestro orgullo y alivia nuestra destemplanza.
  - Ayuda a solucionar problemas de la vida cotidiana. Busca nuevas soluciones que tengan como fundamento procesos creativos. Ayuda a adaptarse al cambio con rapidez e ingenio.
  - Sirve como recurso pedagógico y didáctico. Agiliza los procesos de aprendizaje. Facilita los espacios de enseñanza. Mejora la relación educador - educando. Proporciona nuevos contenidos. Genera nuevos y originales materiales educativos.

De nuevo observamos cómo el ejercicio de relectura creativa de la realidad que supone el humor ayuda a situarse como

persona más abierta y flexible. Y de la misma manera estar en disposición abierta y flexible para las relaciones con los demás y la sociedad. También Fernández Solís vemos que lee el humor en clave creativa, en cuanto que ayuda a buscar soluciones diferentes. Y por último recalca el valor del humor como catalizador didáctico, y en la relación educativa en cuanto al clima positivo que genera.

Más adelante Fernández Solís (1999) también nos habla de los obstáculos del humor en educación (p.11-12):

- El sentido del ridículo. Se da un desajuste entre el mundo de las creencias y optimismo frente al de la realidad. Aparecen sentimientos de vergüenza. Aumenta el nivel de ansiedad general. Se vive la situación con sentimiento de posibles rechazos. Para superar esta circunstancia tendremos que desarrollar una autocrítica sana, desarrollando el autorridículo. Básicamente la autocrítica sana consiste en *distanciarse de uno mismo* y tener la capacidad de vernos desde fuera y observar las propias faltas, de *reírse de sí mismo* y de *percatarse de la propia pequeñez*.
- La ambición del yo. Creerse más de lo que realmente uno es. Darse más importancia de la que uno tiene. (...) Cuando se comienza a trabajar como educador se corre el peligro de creerse un ser superior
- El fanatismo. El fanatismo es contrario al humor. Consigue dar culto y poner en un altar a una idea que está por encima de todo y de todos. La razón es negada por la emoción que se engaña a sí mismo.
- La focalización de la realidad. Observar la realidad exclusivamente desde una perspectiva empobrece, reduce y filtra dicha realidad.
- Barreras para emplear el humor en grupos.
  - El humor entendido como sinónimo de inmadurez.
  - El humor entendido como pérdida de tiempo.
  - El humor entendido como falta de seriedad y de eficacia.

Se observa que el humor tiene como obstáculo precisamente las visiones deformadas, egocentristas y sectaristas de uno mismo y de los y lo que le rodea. Pero a su vez trabajar el humor ayuda a mejorar todas esas perspectivas, a ponernos en nuestro humilde lugar. Aprender y aceptar con gusto que se rían de mí porque no soy tan perfecto, claro que sí. Y aprender a reírme con el otro y eso es compartir experiencia emocional como trataremos de explicar más adelante.

Sin embargo hay una serie de prejuicios sobre la inmadurez, ineficacia o poca seriedad del humor, que colocan cualquier intento de trabajo en educación desde y para el humor en una posición de autojustificación continua. Sin lugar a dudas todo este artículo es un buen ejemplo de ello.

Por último presentaremos las funciones del humor según Fernández Solís (1999) donde hay elementos de suma importancia para la pedagogía del humor (p.12):

- Función Fisiológica. Sin lugar a dudas el humor dentro de nuestro organismo es muy positivo facilitando la salud y el bienestar del mismo.
- Función placentera. Mediante esta función el sentido del humor experimenta sensaciones de alegría.
- Función de camaradería y amistad. Gracias al sentido del humor se genera un clima de confianza y camaradería. Favorece la relación positiva entre los miembros de un grupo. Ayuda la cohesión grupal. Crea y refuerza los vínculos. Desdramatiza conflictos.
- Función de lucidez. El humor ayuda al ser humano a estar despierto y por lo tanto a ser más inteligente. Esto refuerza el sentido crítico. Los educadores debemos ser personas sagaces y despiertas que sepan observar la realidad.
- Función agresiva. El humor puede emplearse como herramienta de ataque y de agresión entre iguales y para con los superiores. Como educadores debemos ser muy cuidadosos en los grupos sobre el tipo de humor que se genera y potencia intentando que en todo momento sean los criterios educativos los que se cultiven en el grupo.

- **Función social.** Aparece principalmente como corrector social. Actúa contra la rigidez, la falta de flexibilidad, lo mecánico y lo aislado.
- **Función defensiva.** Descarga y desahogo de la tensión. Mediante esta función se experimenta placer al liberar la energía acumulada de malestar y de tensión. En este apartado en donde hallamos el componente del humor negro.
- **Función intelectual.** El sentido del humor sirve para abandonar los pensamientos deformados y las creencias irracionales. Nos ayuda a descodificar y analizar la realidad desde otros puntos de vista.
- **Función transformadora.** La transformación creadora es posible en un mundo que tenga por bandera el sentido del humor. Como educadores debemos incorporar a los valores con los que trabajamos (solidaridad, justicia, cooperación, paz, creatividad...) el sentido del humor como herramienta para conseguir el deseado cambio de la sociedad.
- **Función pedagógica.** Mediante esta función se agiliza y enriquecen los procesos de enseñanza y aprendizaje. En los procesos de enseñanza el humor es un componente que introduce nuevas variables en la elaboración y transmisión de información. En los procesos de aprendizaje el sentido del humor ayuda a mejorar la calidad y el rendimiento de las tareas. Genera una actitud positiva ante la ocupación. Ayuda a desarrollar la memoria y los procesos cognitivos. Favorece la atención. Aumenta la motivación. Ayuda a mejorar la relación educador - educando.

La mayoría de estas funciones han ido quedando suficientemente explicadas a lo largo de este artículo, pero entre ellas también aparece un binomio de fuerzas que ya anunciaron Gila y José María Perceval en sus definiciones de humor que señalamos más arriba. Nos encontramos ante el espacio de relación social en el que el humor se mueve en un difícil equilibrio entre las funciones de camaradería/amistad y social, y las agresiva y defensiva. Porque por ejemplo, “el humor satírico y sarcástico

son una buena muestra del humor destructivo que no se conforma solamente con derribar al oponente sino que puede llegar a intentar entre muecas agresivas y sentencias punzantes desgarrarlo y herirlo” (Fernández, 1999, p.13). La reflexión de Perceval (2015) que hay que descubrir ahora al completo es la siguiente:

Asimismo, es una herramienta de afirmación del grupo tanto como de separación de otros grupos y personas, de marginación, de eliminación incluso de las ideas del “otro”. En definitiva, supone la mejor arma para excluir utilizando el ridículo. (p.15)

Más adelante Perceval (2015) afirma que “el humor es un instrumento, tan necesario a la vida humana, tan útil en las relaciones sociales como peligroso para las mismas” (p.33). Sí, es demasiado fácil caer deslumbrado por las ricas cualidades o excelencias del humor, como también es fácil criticarlo con esas simplezas de la inmadurez o la ineficacia, pero quien quiera trabajar con el humor ya sea en pedagogía o en arte debe ser muy consciente de este punto de encuentro entre estas fuerzas opuestas y tener una posición clara. Por supuesto no estamos ahora desvalorizando nada de lo dicho hasta aquí sino que llamamos la atención sobre un espacio de riesgo.

En un lenguaje muy simplista nos encontramos ante el popular interrogante de “reírse del” o “con el otro”. E insisto que esto también es muy importante tenerlo en cuenta desde el arte. Mi manera de responder a esto es recordando unos versos de una canción de Luís Pastor (1996):

*Puedes olvidar  
con quién has reído  
pero nunca olvidarás  
con quien has llorado.*

Una primera lectura de este poema desde una “ambición del yo”-fanático por el humor, nos inquieta en nuestra sobrevaloración de las fuerzas del humor. Sin embargo, se puede interpretar que una experiencia intensa emocional es lo que más une con otra persona. La risa es una manifestación en respuesta a las emociones de alegría, pero será muy importante la intensidad de experiencia emocional compartida para que realmente

marque. Véase las alusiones de Bisquerra (2013) sobre intensidad y su influencia en la "*cronometría afectiva*" (p.106-107). No basta con reír por reír, hay que ir más lejos: hay que emocionarse juntos, compartir, encontrar en la risa una intensa experiencia emocional compartida. Además placenteramente podemos asumir que sea también frecuente, que es otro factor importante en la "*cronometría afectiva*". El humor que nos puede hacer compartir juntos, emocionarnos intensamente juntos, es lo que pasa por reírse "con" y no "de".

A modo de metáfora todo esto se podría representar como olas que van llegando. Una primera es humor que me hace sentir mejor desde sus funciones placenteras, una segunda es humor que me ayuda a releer la realidad, y una tercera es la ola en que el humor me hace compartir con el otro. La "tercera ola", según la sabiduría popular es, de una serie de olas en el mar, siempre la más fuerte.

Al igual que no hablamos de emociones malas sino negativas, no cabría señalar funciones malas del humor sino funciones, también absolutamente necesarias, que no aportan tanto bienestar, o al menos no fácilmente un bienestar común y compartido. Funciones en las que es necesario ser mucho más diestro en su utilización.

Por todo esto hay que recuperar el humor en la educación como algo que hay que aprender a usar (didáctica), a apreciar (estética) y a compartir (ética). Hay que combatir un humor maleducado que florece incontrolado y sin metro, y que se reproduce como único "modelo". Del humor puro del niño pequeño, esa mirada que los payasos intentan recuperar con empeño profesional (Jara, 2000, p.52-54, Moreira, 2016, p.33, 42, 65, AA, VV., 2018, p.53), se crece y sin referencias se cae en un humor cargado de adjetivos negativos (García y Vío, 2005, 17-20). Nos dice Pepe Viyuela (AA. VV., 2006):

Los niños suelen reír mucho y no les confiamos tareas "serias" hasta que no han empezado a crecer y ya los hemos mutilado lo suficiente de su capacidad para ser frescos y espontáneos, como para poder confiarles esas "responsabilidades" de adultos. Es entonces cuando creemos

que podemos confiar en ellos, cuando la domesticación social los ha llevado a parecerse al resto de la sociedad adulta.

Hasta que pierden gran parte de su humor. Y aquí está tal vez la verdad primordial en humor en educación, sobre todo en referencia a niños y niñas pequeños. No les vamos a dar nada que no tengan. Nuestro trabajo como educadores en este campo, no puede partir de concepciones de instrucción. "El humor tiene muchos espacios y recovecos que ayudar a desarrollar, construir, acompañar, hacer surgir, y que necesita de nuevos referentes" (García y Vío, 2005, p.19). Es necesaria la intervención pedagógica pero los adultos debemos acercarnos al mundo del humor infantil con bastante humildad y muchas ganas de aprender.

Nuestra labor desde la educación se puede enfocar desde tres planos. En primer lugar como un estilo o estrategia en la relación educativa. Se trata en consecuencia de todo lo que hemos visto hasta ahora, de usar el humor en nuestra manera de relacionarnos en la cotidianidad didáctica, de aceptar el humor de los alumnos y de crear climas de humor. No significa hacer chistes, posiblemente sin gracia. Hay que cultivar el humor en nosotros como cualidad, como fortaleza y modo de relacionarnos con el mundo, y ponerlo en juego en nuestra práctica profesional, sin forzarlo, de forma natural.

Un segundo nivel que queremos plantear es convertir el humor en materia escolar, y más importante aún, en valor como parte del modelo de persona que buscamos educar. Es el humor como objetivo curricular. Aprender cómo funciona el humor, aprender a apreciar humor, aprender a usar humor. Como hemos expuesto más arriba jugamos un papel importante en evitar que el humor se adultere a medida que los niños y niñas van creciendo, y en poder ayudarlo a desarrollarse en todas sus dimensiones y fortalezas, como una cualidad más de persona.

Por último creemos que hay que llevar el humor también al teatro en la educación. Esto significa revalorizarlo en todas los espacios y visiones con las que se desarrolla el teatro en educación, así como en particular a la hora de hacer obras de teatro.

## Comedia. Al borde del abismo

Si queremos mezclar teatro y humor en un escenario debemos mirar hacia la comedia. Patrice Pavis (1998) nos dice que “tradicionalmente, la comedia ha sido definida según tres criterios que la oponen a la tragedia: sus personajes son de condición modesta, el desenlace es feliz y su finalidad es desencadenar las risas del espectador” (p.73). Hacer comedia en la escuela es un territorio farragoso del que muchos educadores huyen. Ya hay muchos que piensan que la comedia no es “teatro de primera”, ya se sabe que el humor tiene esa mala fama de lo no serio. Pero otro factor de mucho peso para este alejamiento de la comedia en la escuela es que resulta demasiado fácil que los chavales usen un humor agresivo y cargado de clichés en el que un educador se siente incómodo jugando entre equilibrios del qué se dice, qué mensaje transmite realmente, no ofender a nadie, ser políticamente correcto, y a la vez realmente hacer gracia, cuando ves que los participantes y el público se ríen de lo que el educador quiere evitar. Y ya no digamos cuando se deja espacio de libre creación, donde la parodia suele ser uno de los pocos recursos cómicos conocidos y usados, y cuántos malos ratos con una falsa sonrisa pasan los profesores, sobre todo cuando ellos son el objeto de la pieza.

Sin embargo la comedia es un espacio que la gente del teatro respeta y considera difícil. Valga como ejemplo ilustrador las razones que Theo Angelopoulos da para la elección del actor cómico Thanassis Vengos en un papel de profunda carga dramática en la película “La mirada de Ulises” (Horton, 2001):

Siempre he pensado que los grandes actores cómicos destacan más que los que sólo se especializan en papeles dramáticos. Creo que, después de todo, hay algo profundamente dramático dentro de cada cómico y eso es totalmente cierto en Vengos. (p.158)

Sin dejar de ser una conjetura vamos a intentar encontrar este mágico punto donde lo dramático habita en lo cómico, que creo que es precisamente en lo que se conoce como premisa cómica.

En la introducción al volumen recopilatorio de todos los cómics de “Umpa-pá” se resalta un mecanismo de humor utilizado por su creador, el gran Gosciny, quien ya después dejaría para la historia su “Astérix” donde también lo utilizaría de forma magistral. Se trata de la situación cómica basada en una oposición entre dos culturas, una la “moderna” y otra anclada en otras tradiciones y que se resiste a adaptarse al “canon civilizado o de mayorías”. (Gosciny y Uderzo, 2012, p.28). John Vorhaus (2005) define la premisa cómica como “el abismo que se abre entre la realidad cómica y la realidad de verdad” (p.45). Según el autor “cada vez que una voz, personaje o un mundo cómico se asoma a las situaciones desde su perspectiva sesgada se abre un abismo entre las realidades. La comedia existe en esa intersección” (p.45). Como lo vemos ejemplizado en Gosciny que desarrolla con maestría el encuentro y choque entre dos maneras de ver el mundo, que es caldo de cultivo para la situación cómica. Una “voz”, o dígame mejor una “mirada” diferente ante una realidad normal y consensuada para una mayoría puede generar humor y risa. Entre una colectividad de iguales el diferente, el venido de lejos, o del pueblo o ciudad según el caso, el inocente, el niño o el payaso... han generado comedias que nos han hecho disfrutar o son origen de chistes de uso cotidiano.

Pavis (1998) nos dice que “la situación cómica proviene de un *obstáculo* dramático con el cual chocan los personajes conscientemente o incluso sin darse cuenta” (p.81). Cuando se ve diferente se choca con los demás y con el canon social, y esto es lo que hace profundamente dramática la comedia.

Pero Vorhaus (2005) utiliza la palabra “abismo” para referirse a la distancia entre dos visiones del mundo, y en nuestras sociedades mirar a ese abismo suele producir pánico, miedo al otro, separaciones, marginación, racismo... Y sin embargo el humor en ese abismo encuentra una oportunidad de generar comedia y reírse. Si como en las olas que explicábamos anteriormente gracias al humor podemos mirar a ese abismo y primero sentirnos mejor porque el humor nos ayuda a desdramatizar y relajarnos ante la situación de riesgo... Si en una segunda ola el humor puede ayudar a releer la

realidad, porque para hacer comedia debo conocer y entender la mirada del otro, por tanto, conoceré mejor al otro... Y si en una tercera ola se puede llegar a reír con el otro, a compartir experiencia emocional... así se diría que está pasando otra cosa, se diría que en cada uno de estos pasos la brecha se estrecha.

Victor Borge era una persona con formación en música clásica y que supo presentarla en clave de humor. Podemos decir que fue un artista que integró dos alejados lenguajes expresivos, dos miradas al mundo diferentes, y con extraordinarios resultados. Él nos dejó una recordada frase (Loomans y Kolberg, 2002):

La risa es la distancia más corta entre dos personas. (p.79)

Creo que esta afirmación se hace verdad cuando el humor y la comedia se ponen en educación al servicio de conocer, comprender y acercarse al otro, al diferente. Se trata de crear comedia e interpretar con humor para combinar mundos e ideas diferentes y crear/alcanzar nuevos horizontes. Ver la diferencia como algo rico que nos permite una experiencia emocional y creativa positiva. Hablamos de humor que no destruye, ataca o humilla, sino que disfruta, entiende y comparte, es decir, tiende puentes sobre el abismo de la diferencia. Es una apuesta por un trabajo hecho con conocimiento, analizar detalles, saber recursos de comedia, aplicarlos con esmero y técnica, y crear con la libertad que da una base segura. No vale todo, no se puede dejar la comedia a la intuición porque se puede volver contra quien la usa, cuando sin embargo con ella se pueden tejer puentes de entendimiento con el diferente, con el que ve diferente a uno mismo.

## A modo de conclusión

Parecería absolutamente normal concluir reivindicando que eduquemos más el humor de las personas, que lo convirtamos en una fortaleza personal y social, que valoricemos más la risa, que pongamos humor también en nuestro teatro, tanto en procesos como en productos, que cultivemos miradas y respuestas en clave de humor... porque es evidente que estaremos ayudando a avanzar hacia una persona y una sociedad más positiva, justa y feliz.

Sin embargo, creo que hay que concluir con otra reflexión. Jesús Damián Fernández Solís escribe (Rodríguez Idígoras, 2002):

El humor es un tema demasiado serio para tomárselo a risa. (p.66)

Estoy totalmente de acuerdo con ello, y también con la afirmación de Janner (1985):

Para utilizar el humor se deberá creer en él.

Y en base a estas dos afirmaciones concluyo expresando que no se debe usar el humor por moda. Hay muchos más caminos educativos para conseguir los mismos objetivos. Quien quiera usar el humor debe sentirlo como un vestido que "le queda bien". Es una herramienta y un camino que no se puede recorrer sintiéndose incómodo o ridículo, sólo con conocimiento y seguridad, con cariño y pasión.

## Referencias

- AA.VV. (2006) *Risas y humor*. Lérida: Artes gráficas de la Diputación de Lérida.
- AA.VV. (2018). *La rialla és el camí més curt entre tu i nosaltres. Recopilació de textos al voltant de la mostra i dels pallassos i pallasses*. Xirivella: Ajuntament de Xirivella.
- Acaso, M. (2012) *Pedagogías invisibles. El espacio del aula como discurso*. Madrid: Los Libros de la Catarata.
- Acaso, M. (2013) *rEDUvolution*. Barcelona: Paidós.
- Bisquerra, R. (2013). *Cuestiones sobre bienestar*. Madrid: Síntesis.
- Bisquerra, R. (2015). *Universo de las emociones*. Valencia: PalauGea.
- Bisquerra, R. y Laymuns, G. (2016). *Diccionario de emociones y fenómenos afectivos*. Valencia: PalauGea.
- Bisquerra, R. y Hernández, S. (2017). Psicología positiva, educación emocional y el programa aulas felices, *Papeles del Psicólogo*, 38(1), 58-65.
- Cueva, P. y Vío, K. G. (2012). "Entrenando emociones un método de desarrollo humano a través del fortalecimiento de la ilusión" *Comunicación en el foro OcioGune 2012* recuperado de <http://www.slideshare.net/entrenandoe>

- [mociones/entrenando-emociones-cueva-p-y-vio-k](#)
- Cueva, P., (2014). "Contagiando emociones positivas" *Presentación charla FNAC* recuperado de <https://es.slideshare.net/entrenandoemociones/contagiando-emociones-positivas>
- Fernández, J. D. (1999). Hacia una pedagogía del humor", *Ñaque: teatro, expresión educación*, 9, 10-16.
- García, J. y Vío, K. G. (2005) *El humor en el aula (y fuera de ella)*. Madrid: ICCE.
- Gila, M. y de Cascante, J. (2019). *El libro de Gila: antología tragicómica de obra y vida*. Barcelona: Blackie Books.
- Gosciny, R. y Uderzo, A. (2012). *Todo Umpapá*. Madrid: Bruño-Salvat.
- Horton, A. (2001). *El cine de Theo Angelopoulos. Imageny contemplación*. Madrid: Akal.
- Jara, J. (2000). *El clown, un navegante de las emociones*. Morón de la Frontera: Proexdra.
- Janner, G. (1985). *Cómo presentar con éxito nuestras ideas a los demás*. Bilbao: Deusto.
- Laferrière, G. y Motos, T. (2003). *Palabras para la acción*. Ciudad Real: Ñaque.
- Loomans, D. y Kolberg, K. (2002). *The laughing classroom*. Tiburón: HJ Kramer.
- Marx, G. (1995). *Groucho y yo*. Barcelona: Tusquets.
- Moreira, C. (2016). *Técnicas de clown : una propuesta emancipadora*. Buenos Aires: Intrateatro.
- Pastor, L. (1996). *Diario de a bordo*. Madrid: El Europeo.
- Pavis, P. (1998). *Diccionario de teatro*. Barcelona: Paidós.
- Perceval, J. M. (2015). *El humor y sus límites. ¿De qué se ha reído la humanidad?*. Madrid: Cátedra.
- Rodríguez Idígoras, A. (Ed.) (2002). *El valor terapéutico del humor*. Bilbao: Desclée.
- Siniak, M. (2008). *Lo dijo un judío*. LibrosEnRed.
- Vorhaus, J. (2005). *Cómo orquestar una comedia*. Barcelona: Alba.