

**FACULTAD DE HUMANIDADES**

Escuela Académico Profesional de Psicología

Tesis

**Sentido del humor y resiliencia en estudiantes  
durante COVID-19 - Tarma 2021**

Leslie Elizabeth Rosales Matos  
Cecilia Jhessica Barreto Palomino

Para optar el Título Profesional de  
Licenciada en Psicología

Huancayo, 2021

Repositorio Institucional Continental  
Tesis digital



Esta obra está bajo una Licencia "Creative Commons Atribución 4.0 Internacional" .

## **DEDICATORIA**

Al maravilloso director creativo que preside nuestros actos desde el cielo.

A nuestros padres, Elizabeth y Julio, César y Felicia, por su colaboración constante.

A nuestros hermanos Nathaly, César y Katterine, por su apoyo y alegría que  
iluminaron nuestros días.

## AGRADECIMIENTOS

A Dios, por guiar nuestro camino.

A nuestra hermosa familia, por su gran apoyo que hizo que cada paso dado sea muy contundente y lleno de dicha.

Mi sincero agradecimiento a la Mg. Masha Isabel Gálvez Vigo, por su paciencia al brindarnos sus valiosas enseñanzas y permitirnos comprender cada paso de nuestro trabajo de investigación.

Al Lic. Daniel Edgar Ameri Santos, director de la Institución Educativa del Distrito de Acobamba - Tarma, por su calidez y disposición al brindarnos todas las facilidades para realizar nuestra investigación con los alumnos del nivel secundario.

A los alumnos que fueron parte fundamental para nuestra investigación, por su entusiasmo y colaboración.

A nuestros docentes, amigos y amigas, por su comprensión y palabras de aliento para consolidar la carrera que tanto nos gusta, siempre aportaron para estar en constante crecimiento.

## ÍNDICE DE CONTENIDO

DEDICATORIA .....	ii
AGRADECIMIENTOS .....	iii
ÍNDICE DE CONTENIDO .....	iv
ÍNDICE DE TABLAS .....	vi
ÍNDICE DE FIGURAS.....	viii
RESUMEN .....	ix
ABSTRACT.....	x
INTRODUCCIÓN .....	xi
CAPÍTULO I .....	1
PLANTEAMIENTO DEL ESTUDIO.....	1
1.1 Planteamiento y formulación del problema.....	1
1.2 Objetivos .....	7
1.3 Justificación e importancia.....	8
1.4 Hipótesis y descripción de variables .....	10
CAPÍTULO II.....	12
MARCO TEÓRICO.....	12
2.1 Antecedentes del problema / Estado del arte.....	12
2.2 Bases teóricas .....	18
2.3 Definición de términos básicos .....	42

CAPÍTULO III.....	45
DISEÑO METODOLÓGICO.....	45
3.1 Método y alcance de la investigación.....	45
3.2 Diseño de la investigación.....	46
3.3 Población y muestra (criterios de inclusión /criterios de exclusión).....	46
3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	49
CAPÍTULO IV.....	64
RESULTADOS Y DISCUSIÓN .....	64
4.1 Análisis descriptivo .....	64
4.2. Análisis inferencial.....	70
4.3 Discusión.....	80
CONCLUSIONES .....	90
RECOMENDACIONES.....	92
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	93
ANEXOS .....	109

## ÍNDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1.</b> Distribución de la población por edad, sexo y grado de estudio .....	47
<b>Tabla 2.</b> Ficha técnica del instrumento para la variable sentido del humor.....	50
<b>Tabla 3.</b> Relación de ítems con cada dimensión .....	52
<b>Tabla 4.</b> Baremos por dimensiones .....	53
<b>Tabla 5.</b> Análisis de la confiabilidad de la Escala del sentido del humor.....	54
<b>Tabla 6.</b> Ficha técnica del instrumento para la variable resiliencia .....	55
<b>Tabla 7.</b> Relación de ítems con cada dimensión .....	57
<b>Tabla 8.</b> Punto de cortes por dimensión.....	57
<b>Tabla 9.</b> Análisis de la confiabilidad de la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young	59
<b>Tabla 10.</b> Niveles del sentido del humor en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021 .....	64
<b>Tabla 11.</b> Niveles de las dimensiones (estilos) de la variable sentido del humor en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021 .....	65
<b>Tabla 12.</b> Niveles de la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021	67
<b>Tabla 13.</b> Niveles de las dimensiones de la variable resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021.....	68
<b>Tabla 14.</b> Evaluación de la normalidad de las variables a través de la prueba de Kolmogorov-Smirnov (K-S).....	70
<b>Tabla 15.</b> Interpretación del coeficiente de correlación.....	71
<b>Tabla 16.</b> Relación entre las dimensiones de la variable estilo de humor y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021 .....	71

<b>Tabla 17.</b> Prueba U de Mann-Whitney y regla de decisión para las variables sentido del humor y resiliencia, y sus dimensiones, por sexo.....	75
<b>Tabla 18.</b> Variables sentido del humor y resiliencia, y sus dimensiones, por sexo....	76
<b>Tabla 19.</b> Prueba H de Krushall-Wallis y regla de decisión para las variables sentido del humor y resiliencia, y sus dimensiones, por grado de estudios. ....	77
<b>Tabla 20.</b> Variables sentido del humor y resiliencia, y sus dimensiones, por grado de estudios. ....	78
<b>Tabla 21.</b> Relación entre el sentido del humor y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021.....	80
<b>Tabla 22.</b> Operacionalización de la variable sentido del humor.....	113
<b>Tabla 23.</b> Operacionalización de la variable resiliencia. ....	114
<b>Tabla 24.</b> Evaluación del criterio de jueces para validación del instrumento Escala del sentido del humor por ítem.....	123
<b>Tabla 25.</b> Evaluación del criterio de jueces para validación del instrumento Escala del sentido del humor.....	124
<b>Tabla 26.</b> Evaluación del criterio de jueces para validación del instrumento Escala de resiliencia por ítem.....	125
<b>Tabla 27.</b> Evaluación del criterio de jueces para validación del instrumento Escala de resiliencia.....	126



## ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Diseño transeccional tipo correlacional-causal. ....	46
Figura 2. Niveles del sentido del humor en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021 (porcentajes).....	64
Figura 3. Niveles de las dimensiones (estilos) de la variable sentido del humor en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021 (porcentajes).....	66
Figura 4. Niveles de la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021 (porcentajes).....	68
Figura 5. Niveles de las dimensiones de la variable resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021 (porcentajes).....	69

## RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre sentido del humor y resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021. Para ello, se realizó un estudio donde se aplicó el método hipotético deductivo, de tipo básico, nivel correlacional y diseño no experimental - transversal, con una población total de 185 estudiantes de una institución del distrito de Acobamba, ciudad de Tarma - 2021, con edades comprendidas entre los 14 y 18 años; cursantes de tercer, cuarto grado y quinto grado del nivel secundario. Así, se determinó una muestra de 126 sujetos, a quienes se les aplicó como cuestionarios la Escala del sentido del humor (HSQ) y la Escala de resiliencia de Wagnild y Young (ER), los cuales fueron validados a través de juicio de expertos y mediante la prueba W de Kendall; además, tuvieron niveles de confiabilidad aceptables. Los niveles globales obtenidos en la encuesta para el sentido del humor, según la escala general de elaboración propia que se estableció, fueron: 35.7% (bajo), 49.2% (medio) y 15.1% (alto); en cuanto a los niveles de los estilos del sentido del humor, según los baremos que establece el instrumento aplicado, prevalecen el estilo de humor afiliativo: 57.9% (alto) y el estilo de humor autodescalificador: 69.9% (alto); mientras que en la resiliencia: 27.0% (bajo) y 73.0% (alto). Además, se obtuvo una relación significativa, positiva y débil entre la resiliencia y las dimensiones del sentido del humor: afiliativo ( $\rho = 0.428$ ,  $p < 0.05$ ), automejoramiento ( $\rho = 0.313$ ,  $p < 0.05$ ) y autodescalificador ( $\rho = 0.324$ ,  $p < 0.05$ ), pero negativa con el agresivo ( $\rho = -0.314$ ,  $p < 0.05$ ). Se concluye que existe una relación significativa, positiva y débil entre las variables de estudio con  $\rho = 0.408$  y  $p < 0.05$ .

**Palabras claves:** sentido del humor, resiliencia, COVID-19.

## ABSTRACT

The objective of this research was to determine the relationship between sense of humor and resilience in secondary school students during Covid-19 - Tarma 2021. For this, a study was carried out where the hypothetical-deductive method was applied, basic type, correlational level and non-experimental design - cross-sectional, with a total population of 185 students from an institution in the Acobamba district, Tarma city - 2021, aged 14 to 18 years; students of third grade, fourth grade and fifth grade, of the secondary level. Thus, a sample of 126 subjects was determined, to whom the Sense of Humor Scale (HSQ) and the Wagnild and Young Resilience Scale (ER) were applied as questionnaires, which were validated through expert judgment, and, through Kendall's W test, they also had acceptable levels of reliability. The global levels obtained in the survey for the sense of humor, according to the general scale of own elaboration that was established, were: 35.7% low, 49.2% medium and 15.1% high; as for the levels of sense of humor styles, according to the scales established by the applied instrument, the affiliative humor style prevails: 57.9% high and the self-disqualifying humor style: 69.9% high; while in resilience: 27.0% low and 73.0% high. In addition, a significant, positive and weak relationship was obtained between resilience and the dimensions of sense of humor: affiliative ( $\rho = 0.428$ ,  $p < 0.05$ ), self-improvement ( $\rho = 0.313$ ,  $p < 0.05$ ) and self-disqualifying ( $\rho = 0.324$ ,  $p < 0.05$ ), but negative with the aggressive ( $\rho = - 0.314$ ,  $p < 0.05$ ). It is concluded that there is a significant, positive and weak relationship between the study variables with  $\rho = 0.408$  and  $p < 0.05$ .

**Keywords:** sense of humor, resilience, COVID-19.

## INTRODUCCIÓN

La humanidad ha experimentado un cambio sustancial en los últimos dos años, producto de la pandemia que sin distinción alguna ha afectado a todos los países del mundo; tal ha sido dicho cambio, que se habla de una nueva normalidad, ya que si bien es cierto que en los últimos meses se han disminuido y flexibilizado las limitaciones impuestas al principio, nunca volverá a ser como antes, ya que el virus no se ha extinguido y a pesar de que ha mutado y ha disminuido sus mortales efectos del inicio, producto de la vacunación masiva y el cumplimiento de las normas de bioseguridad, todavía no se puede vivir tal como hace tres años.

En vista de todos estos cambios, es imperativo adaptarse de la mejor manera posible a los mismos, y aceptar el curso de la realidad; para ello se debe estar fortalecido en el aspecto emocional y psicológico. Es en este momento donde todos deben sacar a flote la resiliencia, hoy mucho más que antes, así como también hacer uso del buen humor. Ambos conceptos deberían ser accesibles a todos, conocerse bien y trabajarse internamente para fortalecerlos, conociendo también cómo se relacionan. Y este aprendizaje debe ser llevado a cabo por todos, pero en especial por la población adolescente, que se encuentra en una de las etapas más difíciles en el crecimiento y desarrollo del ser humano, en medio de todo el caos, anormalidad, restricciones y cambios que conlleva la pandemia.

En este escenario se planteó la presente investigación, donde se empleó el método hipotético deductivo, de tipo básico, nivel correlacional y diseño no experimental – transversal; se centró en determinar la relación entre sentido del humor y resiliencia en una muestra compuesta por 126 estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de Acobamba, ciudad de Tarma - 2021, con edades comprendidas entre los 14 y 18 años; cursantes de tercero, cuarto y quinto grado. Para ello se aplicaron dos instrumentos: la Escala del sentido del humor (HSQ) y la Escala de resiliencia de Wagnild y Young (ER).

La investigación se estructuró en cuatro capítulos, a saber: Capítulo I, denominado “Planteamiento del problema”, donde se expone la situación problemática y se formulan los problemas, objetivos e hipótesis, tanto generales como específicos. De igual modo, se detalla la justificación e importancia del estudio.

Capítulo II, referido al marco teórico, el cual contiene los antecedentes nacionales e internacionales que constituyen referencias del trabajo de investigación desarrollado, y las bases teóricas y los conceptos de los términos empleados. El Capítulo III: Diseño Metodológico, comprende una revisión del método, tipo, nivel y diseño de la investigación, así como de la población y muestra; también de las técnicas de recolección de datos, del procesamiento de la información y de las consideraciones éticas del estudio.

El último capítulo comprende los resultados y discusión de los mismos, los cuales se presentan en función de los objetivos. Finalmente, se presentan las conclusiones y recomendaciones del estudio. Así, esta investigación tiene como alcance la comprensión de la relación entre sentido del humor y resiliencia en adolescentes en el contexto del Covid-19 en un instituto de Acobamba - Tarma.

## CAPÍTULO I

### PLANTEAMIENTO DEL ESTUDIO

#### 1.1 Planteamiento y formulación del problema

El desarrollo de la pandemia significó cambios importantes en el estilo de vida del mundo entero, debido a las medidas sanitarias adoptadas para contener la propagación del virus, entre las cuales se encuentran el distanciamiento físico y el cierre de espacios públicos, lo cual incluyó a las instituciones educativas y el aislamiento en los hogares. Desde el punto de vista psicológico y social, esta situación incrementó la presencia de mayor exposición a estresores, tales como miedo a la enfermedad, soledad, incertidumbre, inactividad física, paralización de actividades cotidianas, situaciones adversas en los hogares, excesiva o inadecuada información, que han influido en el estado de ánimo de los adolescentes, quienes durante esta etapa se encuentran en proceso de construcción de la personalidad, habilidades de afrontamiento, sentido del humor y resiliencia (Instituto de Neurociencias y Políticas Públicas [Ineco], 2021).

La crisis del Covid-19 ha sido muy compleja; las familias están convulsionadas, ya que se debe llevar un proceso escolar en línea y, en muchas ocasiones, tanto los padres como los hijos se muestran fastidiados y con mal humor, lo que indudablemente afecta el proceso de enseñanza-aprendizaje (Ceberio, 2020). Debido a esto, la metodología de aprender desde casa no es la de mayor equidad, principalmente por las condiciones de cada hogar, donde la dinámica no se ha tornado de manera serena; al contrario, ha afectado la enseñanza (De la Cruz, 2020).

En el contexto de esta pandemia, Rodríguez (2021) explicó que el humor en el confinamiento es necesario para contrarrestar la crisis sanitaria. Sin embargo, los psicólogos

han tenido un arduo trabajo para evitar o minimizar climas conflictivos entre las personas, tratando de encontrar puntos en común entre ellas, procurando así disminuir la angustia, incertidumbre, ansiedad y agresividad que el aislamiento social pudiera ocasionar. En este lapso, la humanidad viene librando varias batallas, y una de ellas es la escolaridad en línea, a la que se suman problemas económicos. Todo esto ha elevado el malhumor en las familias. Estas sensaciones alteran la convivencia; de allí que los especialistas en esta área buscan empoderar a las personas desarrollando su autoestima, así como mayor solvencia afectiva y la resiliencia necesaria para afrontar la crisis.

Al respecto, se ha reportado mediante un diagnóstico dirigido a 8,444 adolescentes y jóvenes de 13 a 29 años pertenecientes a nueve países y territorios de América Latina y el Caribe, que el 27% de los jóvenes experimentaban ansiedad, 15% depresión, 46% mostró menor motivación para realizar actividades que normalmente disfrutaban, 36% se sentían desmotivados para realizar actividades habituales y el 73% ha sentido la necesidad de solicitar ayuda referente con su bienestar físico y mental, situación que genera alarma, debido a que los estudiantes de secundaria se han visto seriamente afectados, por lo que se requiere abordar aspectos relacionados con el humor que les permitan o sirvan de apoyo en su desenvolvimiento cotidiano y, al mismo tiempo, mantener buenas y mejores relaciones con su entorno (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [Unicef], 2020).

En consecuencia, el humor se considera un recurso de alto valor en todos los niveles de la educación, ya que contribuye tanto en lo cognitivo como en lo afectivo. Históricamente, los educadores han marcado significativas experiencias gracias al empleo reiterado del humor. Asimismo, sirve para disminuir la ansiedad y hacer frente a alguna situación incómoda o de tensión durante la clase y así, los estudiantes pueden retener más información de lo que se aborde, ya que el humor sirve de estímulo en la capacidad mental y al generar un ambiente relajado beneficia los aprendizajes (Ortiz, 2018).

Aunado a lo anterior, tal como lo expresaron Ruvalcaba et al. (2018), durante la etapa de la adolescencia se desarrollan estilos positivos de humor, ya que en ella se pueden identificar y tomar algunos elementos que se consideran entretenidos, lo que la lleva a desarrollar una mayor cohesión social, bienestar y autoestima. El humor genera bienestar social en el corto plazo cuando logra el estímulo de la alegría en las personas, lo que les permite tomarse algún problema ligeramente, reírse de sí mismas o bromear demasiado. En el campo educativo, se ha evidenciado que como ha logrado potenciar el aspecto comunicativo, promueve la generosidad, al punto que se está considerando al humor como un valor educativo (Herrera y Perandones, 2017). Asimismo, Salavera y Usán (2017) recalcaron la relevancia que ha cobrado el uso del humor en el ser humano, ya que le permite el cumplimiento de tareas psicológicas tanto individuales como con otras personas, lo cual le generan variados beneficios.

En el contexto del Covid-19, una situación que se ha suscitado en el ámbito educativo es la deserción estudiantil, originada, entre otros, por los siguientes factores: (a) problemas familiares, (b) problemas económicos, (c) incursión en el área laboral, (d) desinterés y desmotivación, y (e) acceso desigual a plataformas digitales. Esta situación ha conllevado a que haya una deserción mundial de estudiantes matriculados en el nivel preescolar (5'000.000), es decir, 2.8% de niños escolarizados, y en los niveles de primaria y secundaria (5'200,000 mujeres y 5'700,000 varones), lo que representa 0.27% de estudiantes de primaria y 1.48% de estudiantes de secundaria (Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura [Unesco], 2020). Incluso, aproximadamente 888'000.000 de niños de todo el mundo siguen experimentando interrupciones en su educación, a causa del cierre parcial o total de las instituciones (Unicef, 2021).

En América Latina, antes de la pandemia existían brechas educativas, las cuales se han potenciado; por ejemplo, en México, 2.3 millones de personas (entre 3 y 29 años) no se



encuentran inscritas en el ciclo escolar vigente (2020-2021) a causa de la pandemia, mientras que 2.9 millones, se debe a falta de dinero o recursos económicos (Instituto Nacional de Estadística y Geografía [Inegi], 2021). En Colombia, han reportado que 43.801 estudiantes han desertado tanto de instituciones educativas privadas como públicas (“Deserción escolar, ¿realmente cuántos niños han dejado el colegio?”, 2021), mientras que en Chile, 39.498 niños y niñas no se matricularon para el nuevo año escolar, presentando el índice más alto con 7.048 casos (Ministerio de Educación de Chile [Mineduc], 2021). En cuanto a Perú, la matrícula para la Educación Básica Regular del año 2020 fue de 7.834.543 estudiantes, inferior al 2019, en el cual se matricularon 8.024.672 escolares, lo que ha representado un incremento en la deserción escolar tanto en primaria (de 1.3% a 3.5%) como en secundaria (3.5% a 4%) (Ministerio de Educación[Minedu], 2020).

En consecuencia, la promoción de la resiliencia es recomendable, debido al gran impacto que la pandemia está teniendo en la sociedad, ante todos los cambios adversos que ha provocado; de manera que la resiliencia es considerada un enfoque positivo, que se adopta para un manejo correcto de las emociones y la búsqueda del bienestar. Asimismo, en el contexto educativo, se debe efectuar una dinámica en la que participen los miembros de la institución educativa y los padres, en la que se comprometan a desarrollar la resiliencia en los alumnos, donde la ayuda psicológica siempre esté presente para poder contrarrestar el pesimismo (pensamientos negativos) que los estudiantes puedan tener ante la situación de pandemia que están atravesando (Castagnola et al., 2021).

Los años de la adolescencia, cuando se cursan los estudios de secundaria o bachillerato, son una etapa en el desarrollo psicológico en la que puede presentarse algún riesgo en lo que al aprendizaje se refiere, motivado por las situaciones propias de la edad. También se considera que el estudio en esta etapa no es compatible con otro tipo de

actividades que ganan el interés de los adolescentes como las relaciones interpersonales o actividades deportivas o recreativas con las amistades (Gaxiola y González, 2019).

Para Unicef (2017), la adolescencia es la etapa que abarca mayores desafíos a la hora de promover la resiliencia; en ello interfieren los retos que los adolescentes se trazan, por lo que el rescate emocional les devuelve esa mirada digna, para que se perciban como seres valiosos y capaces. Por esta razón, los adolescentes necesitan la ayuda en los momentos traumáticos donde se sientan desprotegidos.

Ante la nueva realidad a la que se enfrenta la educación en todo el planeta, Camacho et al. (2020) manifestaron que el panorama es de desafíos, principalmente ante los avances tecnológicos, lo que está generando un “tsunami educativo” que conlleva a los docentes en los tiempos de confinamiento a la promoción de la resiliencia en su accionar pedagógico, con lo que podrían promover un mejor clima emocional y, así, el proceso de los aprendizajes resulte novedoso. En función de ello, Macías-Valadez et al. (2020) realizaron un recorrido por distintos lugares y momentos en los cuales la humanidad ha sido afectada por pandemias, lo que ha dejado grandes aprendizajes como la necesidad de recuperación e innovación para afrontar la crisis y salir adelante; en otras palabras, ser resilientes.

En el caso del Perú, el Ministerio de Salud y Unicef revelaron que tres de cada diez niños y adolescentes (entre 6 y 17 años) exteriorizaron ciertos problemas de salud mental en el contexto de la pandemia; internos 43.9%, déficit de atención 25.2% y externos 9.8%, entre los cuales se hicieron presentes conflictos con familiares, incumplimiento de reglas, incapacidad de comprender los sentimientos de los demás y burlas (Chávez, 2021).

De manera más concreta, tales problemas se presentaron también en la institución educativa ubicada en el distrito de Acobamba, ciudad de Tarma, donde los estudiantes no están exentos de esta realidad. En ellos pueden observarse cambios en sus estados de ánimo

de manera continua, se mantienen malhumorados, estresados, ansiosos, se aprecia su falta de optimismo y pensamiento positivo ante las adversidades, no desarrollan habilidades para afrontar las situaciones a las que se exponen.

Cabe destacar que el sentido del humor es uno de los potenciadores de la resiliencia, ya que las personas al generar emociones positivas podrían mejorar su calidad de vida (Losada & Lacasta, 2019). Al respecto, se destaca que una persona resiliente está en capacidad de normalizar su vida, aunque se encuentre en condiciones desfavorables generadas en el contexto en el que se desenvuelve (Flórez & Sánchez, 2019).

Por tal motivo, la presente investigación busca establecer la relación entre el sentido del humor y la resiliencia en este grupo de estudiantes, para saber en qué medida coadyuvan al restablecimiento de las relaciones personales, así como a afrontar de una mejor manera la dura situación que la pandemia ha dejado en los estudiantes y la sociedad en la que se desenvuelven.

### **Problema general**

¿Cuál es la relación entre el sentido del humor y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021?

### **Problemas específicos**

PE1: ¿Cuáles son los niveles de los estilos del sentido del humor en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021?

PE2: ¿Cuáles son los niveles de resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021?

PE3: ¿Cuál es la relación entre el estilo de humor afiliativo y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021?

PE4: ¿Cuál es la relación entre el estilo de humor de automejoramiento personal y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021?

PE5: ¿Cuál es la relación entre el estilo de humor agresivo y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021?

PE6: ¿Cuál es la relación entre el estilo de humor autodescalificador y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021?

PE7: ¿Cuál es la diferencia entre los estilos del sentido del humor y la resiliencia, según el sexo y grado de estudios, en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021?

## **1.2 Objetivos**

### **Objetivo general**

Determinar la relación entre el sentido del humor y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021.

### **Objetivos específicos**

1. Identificar los niveles de los estilos del sentido del humor en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021.
2. Identificar los niveles de resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021.
3. Identificar la relación entre el estilo de humor afiliativo y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021.
4. Identificar la relación entre el estilo de humor de automejoramiento personal y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021.

5. Identificar la relación entre el estilo de humor agresivo y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021.
6. Identificar la relación entre el estilo de humor autodescalificador y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 – Tarma 2021.
7. Identificar la diferencia entre los estilos del sentido del humor y la resiliencia, según el sexo y grado de estudios, en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021.

### **1.3 Justificación e importancia**

En este contexto, con las condiciones actuales, esta investigación resulta conveniente visto que permite a los docentes y autoridades de la institución educativa conocer la relación que existe entre los estilos del sentido del humor y la resiliencia de sus estudiantes. De esta manera, les posibilita identificar estrategias que puedan mejorar las condiciones de este grupo, en función de complementar el método de enseñanza empleado, basado en gran medida en la educación a distancia.

El presente trabajo de investigación se justifica desde el aspecto teórico, por cuanto el estudio por realizar se fundamenta mediante aplicaciones teóricas y conceptos básicos que sustentan la relación entre los estilos del sentido del humor y la resiliencia en estudiantes de una institución educativa. De esto se desprende que por intermedio de diversas definiciones conceptuales se puede profundizar en el tema, para sumar esfuerzos que permitan superar las deficiencias que presenten los estudiantes, que deriven en su bienestar; sirviendo de referencia sobre cómo afrontar las adversidades a través de los estilos del sentido del humor y la resiliencia, en las particularidades de la etapa que viven y al mismo tiempo como consecuencias de la crisis sanitaria. De esta manera, el estudio proporciona un aporte teórico para las investigaciones en el área de la psicología educativa, al generar un debate académico,

práctico y científico, en torno principalmente a la relevancia de ambas variables, cuyos resultados al ser sistematizados podrán ser incorporados como contribución al estado del arte del área en estudio, en el marco de unas condiciones que han significado grandes cambios en la dinámica de los adolescentes, lo cual ya empieza a cobrar relevancia en la literatura especializada.

En cuanto a la justificación práctica, ejecutar el presente trabajo contribuirá a saber los puntos claves de fortalezas y amenazas que existen sobre los estilos del sentido del humor y la resiliencia en adolescentes; además, permitirá determinar si la relación que guardan ambas es estrecha, con lo que se generaría una información de gran utilidad para el tratamiento psicológico tanto en grupos grandes como a través de programas personalizados. También, para la formulación de proyectos de intervención que puedan aplicarse en la población escogida. Igualmente, serviría de guía a los psicólogos educativos para diseñar estrategias que guarden relación con los estilos del sentido del humor o al acompañamiento en la adaptación a los cambios en la formación académica de estudiantes.

Por otra parte, presenta relevancia social al contribuir en la resolución de una problemática psicológica educativa, lo que permitirá disponer de un marco referencial sobre el uso del humor y la resiliencia en adolescentes, tanto en el contexto de la pandemia de Covid-19 como para futuras situaciones adversas, beneficiando a los estudiantes de Tarma 2021, principalmente, y de manera extensiva a los de otras poblaciones. En cuanto a la importancia que el estudio guarda para la sociedad está la necesidad de impulsar las capacidades resilientes en la población, para hacer frente y promover soluciones ante situaciones adversas, valiéndose entre otros aspectos de los estilos del sentido del humor, principalmente en los espacios educativos, donde el desarrollo de los estudiantes reclama más allá de lo académico, lo socioemocional en su proceso formativo. Hechas las consideraciones anteriores, esta investigación resulta conveniente al contribuir a la formación de los

adolescentes a través de procesos que desarrollen sus potencialidades y creen una cultura para su práctica a lo largo de toda la vida.

## **1.4 Hipótesis y descripción de variables**

### **1.4.1 Hipótesis general**

Existe relación significativa entre el sentido del humor y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021.

### **1.4.2 Hipótesis específicos**

- Los niveles de los estilos del sentido del humor son altos en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021.
- Los niveles de resiliencia son altos en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021.
- Existe relación significativa entre el estilo de humor afiliativo y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021.
- Existe relación significativa entre el estilo de humor de automejoramiento personal y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021.
- Existe relación significativa entre el estilo de humor agresivo y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021.
- Existe relación significativa entre el estilo de humor autodescalificador y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021.
- Existe diferencia significativa entre los estilos del sentido del humor y la resiliencia, según sexo y grado de estudios, en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021.

### **1.3.3 Variables**

**Variable 1:** Sentido del humor

**Variable 2:** Resiliencia

En los Anexos 2 y 3 se puede consultar la matriz de operacionalización de las variables sentido del humor y resiliencia, respectivamente.



## CAPÍTULO II

### MARCO TEÓRICO

#### 2.1 Antecedentes del problema

##### 2.1.1 Antecedentes internacionales

Salavera y Usán (2018), en su artículo académico titulado: “Uso del humor e inteligencia emocional en estudiantes de secundaria”, analizaron la relación entre uso del humor e inteligencia emocional en 1,304 estudiantes de secundaria de la provincia de Zaragoza, España (637 varones y 667 mujeres) con edades comprendidas entre 14 y 18 años, a quienes les administraron el cuestionario de estilos de humor (HSQ) y el TMMS-24. Los resultados demostraron que los adolescentes presentaron bajos niveles del uso del humor (68.02%). Además, el humor contraproducente exhibió un efecto indirecto y significativo con la comprensión de las emociones ( $\beta=0.22$ ,  $p<0.05$ ); a su vez, el humor de automejora reveló un efecto directo y significativo con la regulación de las emociones ( $B=0.53$ ,  $p<0.01$ ;  $R^2=44.5\%$ ). Por lo tanto, concluyeron que ambas variables están relacionadas, de modo que una mayor regulación de las emociones en los estudiantes de secundaria resulta de un mayor uso del humor, tanto en sus estilos positivos (afiliativo y automejora) como negativos (agresivo y autodestructivo).

Moore y Woodcock (2017), en su artículo académico “Resilience, bullying, and mental health: factors associated with improved outcomes”, examinaron las experiencias de resiliencia y acoso escolar en 52 estudiantes de secundaria (10 a 14 años), en Nueva Gales del Sur, Australia, mediante una investigación cuantitativa transversal, en la cual aplicaron la Escala de resiliencia para niños y adolescentes (RSCA, Prince-Embury, 2007), que consta de 64 ítems. Los resultados evidenciaron que los estudiantes con niveles más bajos de depresión [ $F(df)=8.57(1.103)$ ,  $p<0.01$ ] y ansiedad [ $F(df)=9.00(1.104)$ ,  $p<0.01$ ] presentaban más

subfactores de resiliencia —optimismo, adaptabilidad y confianza— que los participantes con niveles más altos. Por lo cual concluyeron que la presencia de subfactores de resiliencia era un elemento protector con respecto a la depresión y la ansiedad; de manera que los estudiantes con niveles más bajos de resiliencia tenían más probabilidades de ser víctimas de acoso escolar y comportamientos de intimidación; además, el género no parecía ser una variable influyente con respecto a la resiliencia.

Salavera y Usán (2017), en su artículo “Relación entre los estilos del humor y la satisfacción con la vida en estudiantes de secundaria”, analizaron la relación entre los estilos del humor y la satisfacción con la vida en estudiantes de secundaria de 12 a 17 años de la provincia de Zaragoza, España. La investigación fue de tipo correlacional retrospectivo *ex post facto*, cuya muestra estuvo constituida por 647 varones y 657 mujeres, a quienes les destinaron la escala de estilo de humor (HSQ) y la escala de satisfacción con la vida. Los resultados indicaron que los adolescentes hacen un mayor uso de los estilos de humor positivos, como lo son el humor afiliativo ( $\chi=31.81$ ;  $s=4.45$ ) y el humor de automejora ( $\chi=26.38$ ;  $s=5.10$ ), cuyos valores superan los estilos de humor negativos, siendo estos el humor agresivo ( $\chi=18.98$ ;  $s=3.93$ ) y humor contraproducente ( $\chi=16.99$ ;  $s=4.56$ ). Aunado a ello, la satisfacción con la vida presentó una correlación significativa con los estilos positivos del humor: afiliativo ( $r=0.180$ ;  $p<0.05$ ) y automejora ( $r=0.215$ ;  $p<0.05$ ) y de manera inversa con el humor agresivo ( $r=-0.199$ ;  $p<0.05$ ). De manera que concluyeron que el uso de los estilos de humor positivos (afiliativo y de automejora) y un bajo uso del humor agresivo influyen en la satisfacción con la vida de los estudiantes de secundaria, es decir, los usos cotidianos de los estilos de humor positivos pueden servir para tener una mejor percepción de la satisfacción con la vida.

Rodríguez et al. (2016), en su artículo “Resiliencia e implicación escolar en función del sexo y del nivel educativo en educación secundaria”, realizaron en la Comunidad del País

Vasco, un análisis sobre las relaciones entre la resiliencia y los componentes conductual, emocional y cognitivo de la implicación escolar de 1,250 estudiantes de secundaria con edades comprendidas entre 12 y 15 años. La investigación contó con un enfoque cuantitativo, correlacional, transversal, con el empleo de la técnica de la encuesta mediante la Escala de resiliencia Connor-Davidson, contentiva de 25 ítems con escala Likert. Los resultados evidenciaron correlaciones estadísticamente significativas entre la resiliencia y la implicación emocional ( $r = 0.354$ ,  $p < 0.01$ ), la implicación conductual ( $r = 0.260$ ,  $p < 0.01$ ) e implicación cognitiva ( $r = 0.300$ ,  $p < 0.01$ ). Concluyeron que los adolescentes más resilientes se encuentran escolarmente implicados, es decir, los estudiantes resilientes se sienten identificados con la institución, invierten en su aprendizaje y son más participativos; en consecuencia, la relevancia de la resiliencia en el adolescente radica en que es un factor trascendental para su desarrollo.

Edwards et al. (2016), en su artículo “Identifying predictors of resilience in students”, a través de un estudio cuantitativo, descriptivo, correlacional, transversal, identificaron si la exposición a experiencias adversas, el locus de control (LOC), el retraso académico de la gratificación y la edad podrían predecir la resiliencia en 161 estudiantes (127 mujeres y 34 hombres) de edades de entre 16 y 21 años; a quienes les aplicaron la escala de resiliencia de Connor-Davidson (CD-RISC-25; Connor y Davidson, 2003), la cual presenta escala Likert. Los resultados demostraron correlaciones negativas, estadísticamente significativas, entre la resiliencia y la cantidad de adversidad en la relación padre/tutor ( $r = -0.344$ ,  $N = 161$ ,  $p < 0.001$ ). Por su parte, los acontecimientos estresantes estaban positivamente correlacionados con las experiencias adversas ( $r = 0.452$ ,  $N = 161$ ,  $p < 0.001$ ), el entorno familiar ( $r = 0.401$ ,  $N = 161$ ,  $p < 0.001$ ) y la relación con padres/tutores ( $r = 0.295$ ,  $N = 161$ ,  $p < 0.001$ ). De modo que concluyeron que los niveles más altos de adversidad dentro de la relación de un individuo con

sus padres/tutores estaban relacionados con niveles más bajos de resiliencia; en consecuencia, la resiliencia en los estudiantes es promovida por las buenas relaciones.

### **2.1.2 Antecedentes nacionales**

Capcha (2020) llevó a cabo su tesis *Resiliencia en adolescentes de un centro de educación básica alternativa en el Distrito de El Tambo-2019*, con la finalidad de identificar el nivel de resiliencia en adolescentes de un centro de educación básica alternativa en el distrito de El Tambo-2019 Huancayo. El estudio fue básico, descriptivo, no experimental; se seleccionó una muestra probabilística de 153 estudiantes (75 mujeres y 78 varones) con edades comprendidas entre 14 y 22 años, para quienes dispuso la Escala de resiliencia de Wagnild y Young. Los resultados evidenciaron que los adolescentes mostraron niveles de resiliencia moderados en un 40.5%, bajo en un 37.9% y alto en un 21.6%. Con respecto a la ecuanimidad, presentaron un nivel bajo (52.3%); en la perseverancia, nivel moderado (41.8%); respecto a la confianza en sí mismo un nivel bajo (37.3%); satisfacción personal con un nivel bajo (50.0%) y sentirse bien solo con un nivel bajo (43.8%). Por lo cual, concluyó que a los estudiantes se les dificultó adaptarse, carecen de perseverancia, sin confianza en sí mismos, manifestaron insatisfacción personal, sienten miedo a la soledad y a hacerle frente a experiencias nuevas y adversas.

Ñahuin y Rojo (2019), en su tesis *Sentido del humor y resiliencia en adolescentes de nivel secundario en una institución educativa pública de Arequipa, 2019*, realizaron una investigación descriptiva, correlacional, con diseño no experimental transversal, con el fin de determinar la relación entre el sentido del humor y la resiliencia en adolescentes de una institución pública de Arequipa. La muestra la conformaron 360 estudiantes (140 mujeres y 220 varones), con edades comprendidas entre los 11 y 17 años, los cuales fueron abordados con el Cuestionario de estilos de humor (CEH) (HSQ, por sus siglas en inglés) y la Escala de resiliencia (ER) de Wagnild & Young. Los resultados arrojaron una relación estadísticamente

significativa y directa entre el humor afiliativo ( $r=0.302$ ;  $p<0.01$ ) y el humor de automejoramiento ( $r=0.443$ ;  $p<0.01$ ) con la resiliencia; por su parte, el humor agresivo presentó una relación inversa con la resiliencia ( $r=-0.250$ ;  $p<0.001$ ). No obstante, no encontraron ninguna relación significativa entre el humor autodescalificador y la resiliencia ( $r=-0.057$ ;  $p>0.001$ ). De modo que concluyeron que el humor afiliativo y de automejoramiento se asocia con una mayor resiliencia; mientras que un mayor humor agresivo se asocia con una menor resiliencia, y no hay relación significativa con el humor autodescalificador.

Romero (2019), en su tesis *Estilos del sentido del humor en adolescentes de una institución educativa del Callao, 2017*, describió los estilos predominantes del sentido de humor en 160 adolescentes (90 mujeres y 70 varones) con edades de entre 12 y 15 años, de una institución educativa del Callao; la investigación fue descriptiva, transversal y empleó la Escala de estilos del sentido de humor (HSQ). Los resultados evidenciaron que existe diferencia estadísticamente significativa en los estilos de humor predominante en los estudiantes: afiliativo ( $t=-1.773$ ;  $p=0.04$ ), mejoramiento ( $t=4.337$ ,  $p=0.000$ ), agresión ( $t=5.240$ ;  $p=0.000$ ) y descalificador ( $t=-1.773$ ;  $p=0.04$ ). En el caso de los varones, registraron niveles más altos que las mujeres en los estilos autodescalificador, automejoramiento y agresión; en tanto que ellas obtuvieron un nivel mayor en afiliación. Entre sus conclusiones, menciona que los varones en comparación con las mujeres, poseen menos habilidades para las relaciones interpersonales utilizando la agresión hacia sus pares y para sí mismos, mientras que bromear y reír con los demás, facilitando la reducción de tensiones y sin recurrir a la agresividad u hostilidad, es una tendencia mayor en las mujeres.

Bouroncle (2018) en su tesis *Los estilos de humor como factor predictor del bienestar psicológico en adolescentes escolares de Lima*, se enfocó en determinar, mediante una investigación cuantitativa y de tipo descriptiva, si los estilos de humor son predictores del

bienestar psicológico y sus dimensiones, en 933 adolescentes limeños escolares de entre 14 y 18 años (31.5% varones y 68.5% mujeres), a quienes les aplicó el cuestionario de bienestar adolescente y de estilos de humor. Los resultados demostraron la existencia de una relación positiva significativa entre el bienestar psicológico con el estilo de humor afiliativo ( $r = 0.34$ ,  $p < 0.01$ ) y con el estilo de humor orientado al mejoramiento personal ( $r = 0.48$ ,  $p < 0.01$ ), asimismo, se encontró una relación indirecta con los estilos de humor agresivo ( $r = -0.17$ ,  $p < 0.01$ ) y humor autodescalificador ( $r = -0.35$ ,  $p < 0.01$ ). De acuerdo con ello, concluye que los estilos de humor son factores predictores del bienestar psicológico y sus dimensiones en adolescentes limeños escolares, debido a la ocurrencia positiva del humor afiliativo y conducente al mejoramiento personal, y negativa con el humor agresivo y autodescalificador.

Chauca (2018), en su tesis *Agresividad y resiliencia en adolescentes de una institución educativa secundaria nacional del distrito de Los Olivos 2018*, determinó la relación entre las variables mencionadas en un colegio estatal. Para ello, el trabajo se enmarcó en una investigación básica, descriptiva, correlacional no experimental de corte transversal; la muestra la integraron 293 estudiantes adolescentes (170 varones y 123 mujeres) de edades comprendidas entre los 11 y 17 años, a quienes les aplicaron el cuestionario de agresión (AQ) y la escala de resiliencia (ER) de Wagnild y Young. Los resultados demostraron que los adolescentes tanto varones (32.8%) como mujeres (17.1%) presentaron un nivel medio de resiliencia. Además, se comprobó la existencia de una relación significativa negativa débil ( $r = -0.192$ ;  $p = 0.001 < 0.05$ ) entre ambas variables. Por lo que concluyó que mientras mayor sea la agresividad de los adolescentes, menor será su nivel de resiliencia o viceversa.

## 2.2 Bases teóricas

### 2.2.1 Sentido del humor

**2.2.1.1 Origen del humor.** Etimológicamente, el término humor deriva del latín *humoris*, que significa líquido o humedad; vocablo asociado por los antiguos griegos para referirse a los cuatro líquidos que posee el cuerpo humano en relación con los cuatro elementos de la naturaleza. De esta manera, la sangre se asociaba con el aire, la bilis amarilla con el fuego, la bilis negra con la tierra y la flema con el agua (Ñahuín y Rojo, 2019); de modo que los galenos griegos hipocráticos del IV y III a. C. desarrollaron una proposición terapéutica fundamentada en comprender el cuerpo humano sobre la base de estos cuatro líquidos reguladores básicos, los cuales, al presentar un balance entre ellos, producían que la persona estuviese de buen humor; por ende, tenían buena salud, es decir, presentaban una mezcla equilibrada de los cuatro humores, al manifestar tener una relación personal de agrado incluso con las demás personas (De los Reyes, 2013).

En este sentido, el vocablo fue acoplado por otras disciplinas del conocimiento, considerando el humor como un elemento que predisponía un estado afectivo general, es decir, una tendencia a la afectividad positiva o negativa de un individuo. Es hasta el siglo XVII que comienza a vincularse con la risa, comportamientos cómicos, reírse de sí mismo, sarcasmos, ironía e incluso con el ridículo, apareciendo términos como hombres de humor, humoristas o cómicos. A finales del siglo, se cuestiona sobre el uso adecuado del humor, en atención a normas sociales y religiosas, bajo las cuales se establecieron restricciones para su uso, ubicándolo como buen y mal humor. Entonces, desde ese siglo hasta la actualidad, el humor se ha asociado a una disposición afectiva, a lo gracioso y divertido, que puede tener una connotación positiva o negativa (Carretero, 2005).

**2.2.1.2 Definiciones de humor.** El término humor ha sufrido varios cambios de significado y ha evolucionado desde una cualidad fisiológica a una mental. Por lo cual, su definición es múltiple, es decir, tiene características multidimensionales; en consecuencia, se puede considerar como un rasgo individual o una actividad comunicativa con reacciones emocionales positivas, como el sentido del humor o la alegría en la psicología de la personalidad (Scheel & Gockel, 2017). En este sentido, Salavera y Usán (2017) mencionaron que el humor posee un papel importante en las relaciones interpersonales, visto que implica tareas psicológicas complejas e importantes, que ocasionan beneficios sociales, cognitivos y del comportamiento.

Para otros autores, el humor es un término amplio y multifacético que representa cualquier cosa que las personas dicen o hacen, que resulta divertido y que tiende a hacer reír a los demás. Esta percepción de ese estímulo divertido ocasiona respuesta emocional de alegría, lo que implica el disfrute del mismo (Martin & Ford, 2018). Significa entonces que el humor es un elemento importante de la cultura y forma parte de la estructura normativa de una sociedad, porque en su configuración se hacen referencias explícitas a las creencias, valores, gustos y normas compartidas por la mayoría de los individuos, las cuales tienen como fin provocar la risa o la diversión en otros.

De este modo, el humor incluiría a todos aquellos estímulos potenciales de la risa (Veira, 2018). Visto así, el sentido del humor es considerado como un rasgo de la personalidad referido a una sensación de regocijo, a una conducta (risa) y a un sentido estético (apreciación del humor); además, implica tanto componentes positivos como también negativos, por lo que resulta diferente en cada persona (Martin, 2003). Es precisamente bajo este concepto que en el siguiente apartado se profundiza la perspectiva del sentido del humor que se empleó en la presente investigación.



**2.2.1.3 Definiciones del sentido del humor.** Hay diversas definiciones que se otorgan al sentido del humor; sin embargo, en la presente investigación se tomó como base a aquella que lo refiere como rasgo de la personalidad, pues nace del humor; por ello es visto como rasgo; de manera que el sentido que cada persona le da al humor y el estilo que tiene de expresarlo positivo (humor afiliativo y de automejora) y negativo (humor agresivo y autodescalificador) son particulares del individuo, razones que motivan y conducen la investigación. Al respecto, se asume la perspectiva de Carbelo y Jáuregui (2006), los cuales expresan que el sentido del humor es una capacidad única del ser humano, como rasgo de la personalidad, que hace que sea valorada en todas las culturas, como una fortaleza del individuo que permite estimular la risa propia o en otros sujetos.

De modo que es una construcción propia, con base en la personalidad, experiencia de vida, el contexto social y cultural en donde se desenvuelve el individuo; la cual posee tres aspectos: (a) cognitivo, alusivo a los conocimientos, (b) afectivo, concerniente a las emociones, y (c) conativo, relativo a la expresión externa y la motivación (Labarca, 2012). En tanto, es un estado de ánimo persistente, que se agudiza con los años, al requerir madurez personal para críticamente referirse a experiencias eufóricas o depresivas, incorporando elementos propios para enfocar un estado de ánimo o la forma de ver la vida (Benavent, 2008).

Incluso se puede distinguir un sentido del humor positivo, cuando la intencionalidad es causar la risa tanto propia como en otras personas, sin que implique algún tipo de ofensa; no obstante, cuando el propósito es estimular la risa sin considerar a las demás personas, entonces se está en presencia de un sentido del humor negativo (Carbelo & Jáuregui, 2006). Por tanto, es ineludible emplear las fortalezas y virtudes como aspectos estables y variables de la personalidad, a fin de utilizar mejor el sentido del humor como un rasgo duradero y particular, que puede mejorar la calidad de vida (Lillo, 2007). En consecuencia, el sentido del

humor, es considerado como una facultad para percibir y disfrutar de lo cómico o divertido, es decir, un conducta graciosa, simpática o juguetona por medio de la cual se puede expresar un estado de ánimo, al facilitar el contacto emocional al expresar con creatividad factores personales y sociales (Zicavo & Vera, 2011).

**2.2.1.4 Estilos del sentido del humor.** A continuación, de acuerdo con Martin (2003), existen cuatro estilos de humor, que se vinculan de forma distinta en cada individuo y que se definirán a continuación.

1. Humor afiliativo: hace referencia a los sujetos que tienden a ser graciosos, mencionando cosas sin sentido con el fin de hacer reír a los demás. En consecuencia, a través de él, los individuos tratan de que sus relaciones sociales sean más llevaderas al crear un ambiente de armonía, por lo que suelen ser más valorados por la sociedad al desarrollar este estilo de humor (Gamarra, 2020). Se trata de un estilo esencialmente desprovisto de hostilidad (Losada y Lacasta, 2019) e incluye la disposición a compartir con otros, narrar chistes e historias divertidas, disfrutar de la risa con los familiares, amigos y compañeros (López, 2019). Motivado por ello, aumenta la simpatía, fomenta la cohesión del grupo y la percepción no amenazante entre las personas, facilita la socialización, reduce el estrés y alivia la tensión de los acontecimientos estresantes (Tüzgen, 2020).
2. Humor de automejoramiento personal: consiste en mantener el sentido del humor positivo y sobreponerse a situaciones adversas, considerando las circunstancias de manera graciosa; es decir, al tomar las adversidades desde esta perspectiva, se crea una habilidad positiva que contribuye a la aceptación de la propia personalidad (Gamarra, 2020). Asimismo, implica como estrategia de afrontamiento el uso del humor para el control de las emociones, aunque se esté a solas (Romero, 2019),

por lo que se genera la autoaceptación; así como la disminución del estrés, ansiedad, temor y desesperanza (Ñahuin & Rojo, 2019).

3. Humor agresivo: este estilo de humor disminuye la calidad de las relaciones interpersonales; bajo esta dimensión se reconocen solo los aspectos negativos de las demás personas, sin considerar positivamente sus opiniones, por lo cual, al expresarlo, se lo hace de manera sarcástica y despectiva, estando implícito el menosprecio y la burla (Gamarra, 2020). En ocasiones, puede ser utilizado para insultar verbalmente a otros individuos y en estudiantes suele relacionarse con episodios de acoso escolar, potencialmente ofensivo, lo que genera deterioro de las relaciones interpersonales y es expresado de manera compulsiva e incluso en ocasiones inapropiadas (Ñahuin & Rojo, 2019).
4. Humor autodescalificador: consiste en emplear el humor con el fin de ser aceptado y reconocido por otros sujetos, aunque implique ocultar sentimientos negativos sobre sí mismo, ridiculizarse o exponerse como objeto de burla (Gamarra, 2020). Se refiere al autodesprecio o menosprecio de forma excesiva con la finalidad de ganar aprobación (Romero, 2019) y se asocia con individuos depresivos, ansiosos, angustiados y de baja autoestima (Ñahuin & Rojo, 2019). En muchas ocasiones, quienes lo emplean poseen una preferencia hacia un aspecto agresivo, ya sea explícita o tácitamente, por lo que no favorece la salud (Tüzgen, 2020).

**2.2.1.5 Fundamentos psicológicos relacionados con el sentido del humor.** En este punto, se planteará una revisión general de los más resaltantes fundamentos psicológicos que exponen sus enfoques orientados al sentido del humor, para resaltar los que actualmente se encuentran con más frecuencia empleados en las investigaciones.

El humor tiene muchas consideraciones que pueden ser efectivas en la psicología, por lo que es abordado desde distintas áreas como las siguientes: (a) psicología cognitiva, busca

explicar los esquemas que se presentan al escuchar un chiste, tanto al inicio como cuando finaliza; (b) psicología social, reconoce que el humor es un mecanismo de aceptación o aprobación social utilizado para evadir situaciones incómodas o amenazadoras, así como explorar opiniones de temas controversiales, que incluso pueden ir acompañados por sarcasmos e ironías; (c) psicología biológica, se interesa por la aparición de la risa como manifestación de la alegría, inclusive en otras especies distinta al hombre; (d) psicología de la personalidad, relaciona al humor con la creatividad, inteligencia y simpatía de un individuo; también con funciones positivas (humor afiliativo y de mejoramiento personal) y negativas (agresivo y de descalificación personal); (e) psicología del desarrollo, estudia cómo se aprende, desarrolla y se interpreta el humor, de manera que se identifique lo que es divertido (Martin, 2008; Reyes, 2010).

Los fundamentos psicológicos con enfoques orientados al sentido del humor que actualmente se encuentran con más frecuencia empleados en las investigaciones, son los que se exponen a continuación.

*2.2.2.5.1 Psicología positiva.* La psicología positiva se encarga de estudiar de manera científica los aspectos que son valorados como aquellos que hacen que la vida valga la pena; por ello, promueve investigaciones y la práctica psicológica en áreas con rasgos de la personalidad y emociones consideradas moralmente de forma positiva por su contribución al bienestar. En este contexto, dentro de los rasgos básicos de personalidad, el sentido del humor puede ser una variable moderadora importante para las intervenciones basadas en el humor (Wellenzohn et al., 2018).

Es por ello que, en la psicología positiva, el humor se ha identificado como una de las 24 fortalezas del carácter que se consideran importantes para el desarrollo humano. No obstante, se adicionó de forma tardía al sistema de clasificación y su estatus como fortaleza sigue siendo algo controvertido. Aunque se reconoce que el sentido de humor permite a los

individuos iniciar y mantener relaciones interpersonales satisfactorias; además, afrontar directamente las adversidades; es por ello que se distingue como un rasgo de personalidad inherentemente positivo (Edwards & Martin, 2014).

Al respecto, se establece que el sentido del humor, desde su función positiva, facilita la condición humana al mantener el buen ánimo frente a la desesperación, construir lazos e interacciones sociales, apoyar el bienestar y permitir calidad de vida, es decir, los aspectos del sentido del humor favorables sostienen las emociones positivas del sujeto y su entorno, son beneficiosos para percibir los problemas menos amenazantes, lo que facilita afrontarlos, aunque existen manifestaciones negativas del humor (Radomska, 2011).

*2.2.2.5.2 Teoría psicoanalítica.* El humor fue un tema que atrajo a Sigmund Freud, tanto al principio como al final de su carrera, está profundamente entrelazado con el carácter, la creatividad, con la teoría y práctica de la terapia psicoanalítica, por lo cual dio paso a una consideración amplia y equilibrada del papel del humor en la psicología. Desde una perspectiva posmoderna el humor se centra en las propiedades cognitivas y afectivas (Barron, 1999). Incluso para autores como Martin (2008), el humor es una fortaleza del individuo que permite experimentar o estimular la risa, lo que genera un estado de ánimo positivo. En este sentido, bajo esta corriente, el humor tiene como finalidad liberar la tensión nerviosa acumulada y en exceso, de manera admisible en la sociedad (Reyes, 2010).

Significa entonces que el humor reconoce la existencia del afecto amenazante y lo transforma a través de los mecanismos y herramientas psíquicas de condensación, desplazamiento y la representación indirecta en afecto placentero; pues los chistes parecen llegar a su creador completo, en un período momentáneo de oscuridad; de forma similar como ocurre con los sueños, en la mente inconsciente; por ello, Freud declaró que el humor,

como la represión, es un proceso defensivo (Christoff & Dauphin, 2017). Asimismo, Freud planteó que el chiste da origen y desarrollo a fenómenos mentales, es decir, la psicogénesis representa su parte analítica; así como también, reconoció su valor social y los cambios que generaba, desde la parte sintética; finalmente, estableció que una manifestación que refleja el deseo de exteriorizar el inconsciente se hace a través de los chistes y del sueño (Ñahuin & Rojo, 2019).

*2.2.2.5.3 Conductismo operante.* Fue acuñado por el conductista B.F. Skinner, consiste en establecer una asociación entre un comportamiento y su consecuencia; se basa en una premisa bastante sencilla: las acciones que van seguidas de refuerzo se verán fortificadas y será más probable que se repitan en el futuro; bajo este principio, las acciones que van seguidas de resultados deseables tienen más probabilidades de ocurrencia que las indeseables. Por ejemplo, si se cuenta una historia divertida en clase y todo el mundo se ríe, es más factible que se vuelva a contar en el futuro o al levantar la mano para hacer una pregunta y el profesor elogia ese comportamiento, es más probable que se vuelva a intervenir en el caso de tener una pregunta o un comentario (Cherry, 2019). Del mismo modo, Skinner mencionó que las personas pueden reír o divertirse cuando un estímulo verbal complementa una conducta verbal débil, pues se enlazaba con el desarrollo del sentido del humor; ocasionando reacciones en la boca, ojos y expresión facial, como parte de acercamiento social, aspecto especialmente notable y de aprobación (Epstein & Joker, 2007).

*2.2.2.5.4 Cognitivo conductual.* El cognitivismo en el transcurso de los años mediante el abordaje de conceptos clásicos de psicología se ha enfocado en la noción de aparato mental, su funcionamiento, incorporando la emoción y las diferentes estructuras neurológicas

involucradas; además, es importante precisar que el afecto, el pensamiento y la acción conforman la cognición. Todo lo antes mencionado, hacen que la visión del individuo sea más compleja (Spinetto, 2010).

En el contexto de la presente investigación, el humor puede servir para varias funciones terapéuticas; en primer lugar, puede desafiar el esquema cognitivo existente y cambiar la perspectiva particularmente cognitivo-conductual. En segundo lugar, el humor puede ayudar a construir la relación terapéutica, especialmente con adolescentes. Además, aumenta la excitación emocional, se puede utilizar en la reestructuración cognitiva, lo que facilita el cambio emotivo y conductual. De hecho, puede ser particularmente apropiado, especialmente para ciertas patologías, al considerar el humor y el juego como ingredientes de la felicidad, buena vida y la salud mental, incluso física (Epstein, 1996).

*2.2.2.5.5 Humanismo.* Abraham Harold Maslow se convirtió en el líder de la escuela humanista de psicología que surgió en las décadas del cincuenta y sesenta; sobre sus postulados, es una perspectiva poderosa dirigida al crecimiento del ser humano. Sugiere que las personas tienen un fuerte deseo de realizar todo su potencial, alcanzar su autorrealización y encontrar sentido a la vida, por lo cual jerarquizó las necesidades humanas (Louca et al., 2021). En este contexto, el humor se considera una forma de comunicación verbal o no verbal que desempeña un papel importante para mejorar la cohesión grupal, al generar sentimientos positivos entre las personas que interactúan, facilita las relaciones sociales y reduce la tensión (Saipol et al., 2020). En consecuencia, Maslow planteó que un individuo con sentido del humor hacía uso de sus potencialidades, era seguro de sí mismo y con poca ansiedad; en tanto que poseía una buena salud psicológica (Ñahuin & Rojo, 2019).

Con base en estas consideraciones, la presente investigación se cimienta sobre los fundamentos de la teoría psicoanalítica y la psicología positiva, al relacionarse como eje central con el sentido del humor, el cual puede ser asumido desde dos perspectivas diferentes: una positiva, donde se visualiza de una forma nueva y diferente una situación (humor afiliativo, humor de automejoramiento), o, por el contrario, una negativa como mecanismo de defensa y protección ante un problema (humor agresivo, humor autodescalificador). Del mismo modo, ambas teorías han permitido sustentar la elaboración de la Escala de estilos de humor, instrumento de recolección de datos que se empleará en este estudio.

**2.2.1.6 Teorías del sentido del humor.** Son distintas las teorías que abordan los estilos de humor. Entre ellas, destacan las siguientes.

1. Teoría de la superioridad: se fundamenta en el surgimiento de la risa mediante las desdichas o adversidades que les suceden a otras personas, con lo cual se refleja el humor (Carbelo, 2005). Se trata de sentirse superior ante los demás, para lo cual se desprecia al semejante y sus padecimientos son motivos de burlas (Gamarra, 2020). El origen de esta teoría se encuentra en los antiguos griegos y se acerca a una concepción del humor como reflejo de las relaciones sociales, bajo la premisa de que la risa se presenta al percibir las condiciones de inferioridad del otro sujeto (Veira, 2018).
2. Teoría de la liberación: fue postulada por Sigmund Freud, quien sentó las bases de los fundamentos teóricos que influenciaron al sentido del humor en la primera mitad del siglo XX (Romero, 2019). Con base en sus postulados, el disfrute del humor surge desde los conocimientos no conscientes, exhibe el requerimiento de liberar energía hostil reprimida; en este caso se podrían emplear chistes (Carbelo, 2005). De esta



manera, expresarse mediante manifestaciones humorísticas es una condición socialmente aceptada, las cuales contendrían información sobre aquella situación que les reprime y no se atreven a mencionar (Gamarra, 2020).

3. Teoría de la incongruencia: tiene su cimiento sobre la ruptura de las normas establecidas; además, se sustenta en la mejora de las relaciones interpersonales, en la necesidad de alejarse de lo que hace daño y en la consolidación de las relaciones interpersonales (Carbelo, 2005). Asimismo, hace énfasis en los aspectos cognitivos del humor, estableciendo asociaciones con la inteligencia y creatividad, al cambiar las expectativas por la risa (Gamarra, 2020). Es probablemente la teoría más instruida en la actualidad y la que mejor refleja el presente y sostiene la idea de que las incongruencias e incoherencias, así como las contradicciones y las insuficiencias son elementos que conforman el humor, es decir, la risa es provocada por estas circunstancias; por lo que aquellos aspectos que requieren formalidad y seriedad se observan de las incongruencia o inadecuación para estimular la risa (Veira, 2018). Cabe destacar que la presente investigación se enmarca bajo los principios de esta teoría, al considerar el sentido del humor como rasgo de la personalidad, el cual se presenta para estimular la risa como parte de las relaciones interpersonales asociadas a los atributos personales; inclusive, la elaboración de la escala de estilos de humor se realizó con base en los fundamentos de esta teoría. Estas consideraciones permiten precisar su referencia y aporte a la investigación.

4. Teoría de la excitación: está referida a cómo desde un aspecto fisiológico, el humor ocasiona estímulos de excitación placentera o de gozo, que resulta en la presencia de la risa; el nivel alto de exaltación ocurre en el momento en que aparece un chiste o situación graciosa y se establece la conexión con las variables concernientes al goce

estético y va disminuyendo con el desenlace; en ese periodo, el individuo experimenta la sensación de disfrute (Martin, 2008; Reyes, 2010).

5. Teoría de la inversión: sustenta que el humor procede de una actividad lúdica, donde el sujeto recrea un mundo imaginario que lo aleje de la realidad, al evadir la cotidianidad, es decir, un espacio para el disfrute, la motivación, no asumir las cosas con seriedad, y sin un objetivo en particular, para sentirse parte de un juego (Martin, 2008; Reyes, 2010).

**2.2.1.7 Beneficios del sentido del humor.** Al sentido del humor se le atribuyen diversos beneficios: (a) psicológicos: alegría, bienestar, satisfacción, reducción del estrés y prevención de la depresión; (b) físicos: accionar del sistema inmunológico, mejoría en el sistema cardiovascular, estímulo para una mejor respiración, relajación muscular y tolerancia al dolor; (c) sociales: motivación, comunicación, orden y armonía social (Carbelo & Jáuregui, 2006). En consecuencia, puede llegar a ser un factor protector de la salud que facilita el disfrute de la risa con efecto multiplicador en otros individuos y de forma personal; en tanto, puede ser un mecanismo para liberar tensiones, relajarse y disipar preocupaciones (Labarca, 2012).

Aunado a ello, favorece la comunicación, estabiliza el estado de ánimo, fomenta la creatividad, aumento de la memoria, coopera al tener esperanza, permite presentar con ingenio situaciones adversas al ver la realidad de otra manera (Benavent, 2008). También, se puede distinguir como una habilidad social al impulsar relaciones duraderas sobre la base de emociones positivas; incluso, se considera como un componente de la resiliencia; dentro del contexto psicoterapéutico inspira el *insight* (darse cuenta de algo) en el paciente (Ovejero,

2012). No obstante, en el humor puede haber particularidades negativas, como el uso de sarcasmo para avergonzar e importunar a otros o para menospreciarse a sí mismo (Palomar et al., 2011).

**2.2.1.8 El sentido del humor en la educación.** En el campo de la pedagogía, mediante diferentes investigaciones se ha incursionado en su integración a la práctica educativa, debido a que es una metodología que se ajusta a la forma natural de aprender (Carbelo & Jáuregui, 2006). De esta manera, el sentido del humor se ha utilizado como elemento pedagógico que permite explicar una realidad circundante; se puede emplear para caracterizar personas, situaciones o conceptos, como un medio amable para manifestar un escenario social, en donde se evite lo tosco y se intervenga con inteligencia (Martínez, 2014).

En este sentido, se requiere que en el sistema educativo predomine el buen humor en la praxis educativa, al considerar la risa como un elemento esencial para la enseñanza, porque al armonizar el sentido del humor con el aprendizaje, los estudiantes se divierten mientras aprenden, en tanto que su experiencia se vuelve placentera, lo que estimulará el interés de probar nuevamente el goce de un aprendizaje significativo. Cabe anotar que le corresponde al docente identificar los momentos oportunos en los que se pueda usar el humor en clases, de manera que se mantenga un ambiente escolar agradable, sin que esto implique que este tenga que asumir un rol de bufón y se desvirtúe el propósito del proceso de enseñanza y aprendizaje, que conlleve al desorden (González, 2011).

Aunado a ello, el sentido del humor desempeña una función importante dentro del aula, al generar emociones positivas, favorecer un clima agradable, mejorar las relaciones interpersonales y el trabajo en equipo; además, habilita a que los estudiantes dominen mejor la información, capten los contenidos y, en consecuencia, aumenten su rendimiento

académico. Es por ello que el humor debe estar íntimamente relacionado con los contenidos, siempre usarse de forma positiva y con control para evitar excesos (Santos, 2017). Asimismo, el sentido del humor crea un disfrute en el entorno educativo, al emplearse como un medio didáctico, con un objetivo curricular para el desarrollo integral; pues los estudiantes prefieren ir a clases con docentes divertidos, de modo que se crean vínculos, flexibiliza el ambiente, estimula una buena disposición de ánimo, una trama afectiva positiva contagiosa; en consecuencia, su adecuación es importante en la praxis pedagógica (Fernández, 2017).

## **2.2.2 Resiliencia**

**2.2.2.1 Definiciones de resiliencia.** Rutter, en 1992, acuñó el término resiliencia por primera vez en ciencias sociales, al referirla como la capacidad humana para desenvolverse de forma psicológica y social dentro de contextos de riesgo o experiencias traumáticas; es decir, es un proceso de adaptación positiva ante hechos contraproducentes (Castilla et al., 2016). Como mencionaron Herman et al. (2011), la definición ha evolucionado con el tiempo y en la actualidad, fundamentalmente, se concibe que la resiliencia representa la adaptabilidad positiva, la capacidad de conservar o recobrar la salud mental, indiferentemente de las experiencias adversas. Para la comprensión de este fenómeno, se consideran las fuentes personales, biológicas y ambientales o sistémicas de resiliencia y su interacción.

Para Wagnild y Young (1993, como se citó en Chauca, 2018), la resiliencia es una competencia de la personalidad que demuestran los individuos para sobrellevar y soportar la presión e inconvenientes y, aun así, realizar las actividades correctamente cuando todo pareciera ser fatal y desfavorable. En este sentido, se asume como una habilidad que tienen las personas, cuyo propósito es reanimarse y adaptarse ante determinadas condiciones

adversas; sin embargo, se ha demostrado que en las poblaciones más jóvenes es poca esta capacidad de seguir adelante a pesar de la adversidad (Chauca, 2018).

Por su parte, García (2020) planteó que la resiliencia es una característica que forma parte de la personalidad, modera tanto el efecto negativo del estrés como el fomento de la adaptación. En consecuencia, denota vigor o fibra emocional que se utiliza para describir a personas que muestran valentía y adaptabilidad ante los infortunios de la vida. En efecto, es un constructo dinámico que se refiere a la adaptación positiva ante la adversidad y facilita que los individuos tengan mejores resultados de desarrollo (Gökmen, 2019).

Así, se asume que la resiliencia como capacidad para afrontar, resistir flexiblemente adversidades y salir vigorosos de ella es esencial para fortalecer el aprendizaje, soportar presiones, presentar resultados positivos y acrecentar la habilidad de recuperarse. El individuo que desarrolla la actitud de resiliencia o la aprende, refuerza su habilidad para amoldarse nuevamente a cada obstáculo y genera cambios, con la finalidad de mantener las competencias necesarias ante situaciones amenazantes e imprevisibles (Pinel et al., 2019).

**2.2.2.2 Desarrollo histórico de la resiliencia.** Con base en las definiciones anteriores, se puede apreciar cómo el término de resiliencia ha presentado una evolución en el tiempo para su concepción hasta la actualidad. Inicialmente se usó en la investigación física, como propiedades de los materiales; posteriormente fue adecuado al campo de la psicología acercándose a la postura de adaptación ante las adversidades, lo cual surgió como resultado de nuevos estudios que respondían a la necesidad de promover sus efectos positivos en la vida (Jiménez, 2018). Hecha estas consideraciones, se puede mencionar tres etapas o generaciones por las que se ha concebido la resiliencia (López-Cortón, 2015):

1. Resiliencia como cualidad, primera generación: constituida por investigaciones dirigidas a poblaciones infantiles que habían sufrido situaciones traumáticas

(pobreza, enfermedad mental de sus padres) como parte de ensayos para comprender las causas y evolución de las psicopatologías. De manera que en los años ochenta, Emma Werme hace uso de la resiliencia interesándose en los casos de aquellos individuos que, adaptados de manera positiva, llegaron a convertirse en adultos con una vida equilibrada y competente. En consecuencia, en este período se destaca el estudio de las cualidades y valores personales, que coadyuvan a permanecer en circunstancias adversas, como lo es la resiliencia.

2. Resiliencia como proceso, segunda generación: surge a mediados de los noventa como evolución de los postulados de la primera generación, basada en los resultados obtenidos; en esta etapa, los estudios se dirigieron a descubrir las dinámicas presentes en el proceso de resiliencia, a fin de ser replicables en contextos equivalentes.
3. Construcción de la resiliencia, tercera generación: aparece desde el año 2000, ocupándose en el esclarecimiento de la construcción de la resiliencia como una consecuencia de las adversidades, la cual es particular del individuo y su fuerza interior; incluso se la comienza a asociar con prevención. De modo que la noción de resiliencia pasó a ser un constructor de interacción con el entorno, que se construye en el transcurso de cada etapa de la vida y supera el principio de ser estático. Hechas estas consideraciones, la presente investigación se ajusta a la tercera generación de la resiliencia, tomando como base sus fundamentos y la noción que se le otorga a la resiliencia en el contexto actual.

#### ***2.2.2.3 Modelo teórico empleado en la presente investigación.***

*Modelo teórico de los rasgos de Wagnild y Young.* Se basa en los postulados de Wagnild y Young (1993), quienes concibieron la resiliencia como una cualidad positiva

de la personalidad, que faculta al individuo a tolerar y resistir la presión, superar adversidades, frustraciones y obstáculos que lo conlleven a actuar correctamente, superarse, transformarse y salir fortalecido en el proceso. En este contexto, plantearon dos factores sobre la resiliencia: (a) factor I, designado competencia personal, que se compone de la autoconfianza, la perseverancia, el poderío, la invencibilidad y el ingenio; y (b) factor II, asumido como aceptación de uno mismo y de la vida, expresa una visión de vida estable, que proyecta equilibrio, adaptación, flexibilidad y aceptación; aunque se presenten las adversidades se asume bajo un sentimiento de paz. Cabe anotar que la interacción de estos elementos facilita la tipología de las dimensiones (Ñahuin & Rojo, 2019).

*Dimensiones de la resiliencia según Wagnild y Young.* Con base en el modelo teórico de Wagnild y Young (1993), la resiliencia posee cinco componentes, que representan las dimensiones del estudio (Ávila, 2017):

1. Satisfacción personal: consiste en la comprensión del sentido de la vida y descubrir la contribución que de manera personal se debe hacer en esta.
2. Ecuanimidad: característica individual que permite mantenerse en calma frente a situaciones adversas.
3. Perseverancia: se trata de mostrarse firme y constante a resistir frente a situaciones difíciles manteniendo la idea de superación.
4. Confianza en sí mismo: referido a la creencia personal sobre las potencialidades que se poseen.
5. Sentirse bien solo: se basa en apreciar las particularidades que permiten al individuo ser irreplicable, de manera que esto le proporciona el sentido de la libertad y armonía consigo mismo.

#### ***2.2.2.4 Factores que intervienen en los procesos resilientes.***

*Factores personales.* Fueron desarrollados en el Inventario de factores personales de resiliencia, elaborado en el año 2005 por Salgado en Perú, quien destacó que los factores personales que intervienen en la resiliencia son cinco: autoestima, empatía, autonomía, humor y creatividad (Salgado, 2005).

- Autoestima: valoración que se otorga un individuo a sí mismo al asumir confianza en sus propias facultades de pensar y de enfrentar los desafíos de la vida, en ser feliz, digno, y disfrutar de los resultados de sus esfuerzos como un derecho (Gallegos et al., 2020).
- Empatía: capacidad de acoger la perspectiva de otra persona sobre la manera de entender sus pensamientos y sentimientos, lo que implica un proceso de compartir afectivamente emociones similares (Lasota et al., 2020).
- Autonomía: capacidad individual de valerse por sí mismo, relacionada con llevar una vida independiente, tomar sus propias decisiones y mantener una participación e inclusión en la sociedad (Campos & Kam, 2020).
- Humor: rasgo individual o una actividad comunicativa con reacciones emocionales positivas, como el sentido del humor o la alegría en la psicología de la personalidad (Scheel & Gockel, 2017).
- Creatividad: expresión de pensar, que conduce a resultados novedosos y de valor, un proceso genuino de crear, es decir, la creación implica obtener un producto (Penagos, 2020).

*Factores que condicionan la resiliencia.* Estos fueron establecidos por Edith Henderson, en el año 2006, en su libro *La resiliencia en el mundo de hoy*, en el cual



manifestó que sobre la base de seis factores se construye la resiliencia en la escuela: (a) ofrecer afecto, apoyo, respaldo y aliento categórico, los cuales serán los cimientos para lograr el éxito académico; (b) instaurar y propagar posibilidades sensatas que funcionen como motivadores eficaces del éxito en los estudiantes; (c) proporcionar situaciones de intervención demostrativa en la planificación, resolución de problemas, establecimiento de metas y toma de decisiones; (d) acrecentar los vínculos sociales, a través del enlace familia-institución, como objetivo de la comunidad educativa; (e) brindar adiestramiento al personal, que involucre estrategias y políticas académicas que trasciendan la noción de la disciplina como propósito en sí mismo; y (f) educar para la vida, ofrecer herramientas para el desarrollo de habilidades comunicativas de cooperación, resolución de conflictos, resolución problemas y toma de decisiones (Ñahuin & Rojo, 2019).

**2.2.2.5 Fundamentos psicológicos relacionados con la resiliencia.** En este punto se plantea una revisión general de los más resaltantes fundamentos psicológicos que exponen sus enfoques orientados a la resiliencia, para resaltar los que actualmente se encuentran empleados con más frecuencia en las investigaciones.

*Psicología positiva.* Desde la visión de la psicología positiva, se contempla que la resiliencia es un esquema integral para comprender en qué consiste una buena vida, mediante experiencias subjetivas como la plenitud, felicidad, armonía y rasgos individuales positivos que fortalecen el carácter, las destrezas y habilidades, sin que esto conlleve a deslindarse de aspectos desafortunados, ni omitir el sufrimiento que se pueda suscitar (Herrera, 2020).

Es de hacer notar, que la psicología positiva se orienta a la mejora de la calidad de vida de los individuos, conduce esfuerzos para prevenir trastornos mentales mediante estudios

científicos dirigidos a la comprensión de características positivas que presenta un sujeto y los procesos que conllevan, los cuales son de utilidad en psicopatología, más allá de un enfoque de prevención de los aspectos negativos. En este contexto, un proceso resiliente ayuda a la persona a alcanzar un equilibrio, manteniendo un desempeño adecuado en su vida cotidiana, de manera que da continuidad mientras atraviesa una experiencia dolorosa y se recupera de esta. Significa, entonces, que la contribución más apreciable de la psicología positiva para la teoría de la resiliencia reside en el cambio de visión sobre el individuo, en el reconocimiento de la coexistencia de sus aspectos positivos y negativos que despliegan resiliencia, al pretender reemplazar el enfoque pesimista sobre el trauma de modo, de asociarlo con un proceso de crecimiento y aprendizaje interior que es altamente beneficioso (Fraga, 2015). De esto se desprende que la resiliencia como constructo tiene su fundamento teórico sobre la psicología positiva, consideración que dirige la presente investigación, en la cual se asume la resiliencia como una competencia de un individuo para sobrellevar situaciones desfavorables y aun así actuar correctamente.

*Psicopatología del desarrollo.* Sobre la base de la psicopatología del desarrollo, la resiliencia ha introducido una perspectiva distinta al fiarse de la fortaleza de los individuos y sus posibilidades de llevar a cabo cambios positivos, aun cuando las condiciones sean desfavorables (Uriarte, 2005). De acuerdo con esta corriente psicológica, una vida sin circunstancias adversas resulta difícil de concebir, por cuanto un sujeto, dentro de sus posibilidades, busca bienestar y la resolución de problemas a medida que transcurre la vida. Es por ello que la resiliencia se admite como una cualidad que se aprende, se perfecciona, se enriquece y se logra la superación (Fraga, 2015).

*Psicopatología evolutiva.* Desde esta perspectiva, la resiliencia se ha fortalecido desde los estudios longitudinales que explican los cambios intra e interindividuales, para develar los

factores de riesgo que afectan el desarrollo normal y coloca al sujeto en situación de vulnerabilidad, mientras busca su felicidad, bienestar, previene los riesgos, como parte de sus necesidades evolutivas y un desarrollo óptimo, los cuales atañen a la resiliencia (Uriarte, 2005). En síntesis, se le reconoce como un sistema dinámico evolutivo, complejo, circular e integrativo, que concierne a la superación de los escenarios adversos al emplear tanto los recursos internos como externos del individuo (Fraga, 2015).

*Psicoanálisis.* Esta corriente destaca en la teoría de la resiliencia que el hombre contemporáneo asume, dentro de sus posibilidades, afrontar la vulnerabilidad de las adversidades que le ocasionan malestar; es allí que reside la relevancia del proceso resiliente. Incluso Freud se interesó por el sufrimiento que proviene de los desasosiegos asociados con el propio cuerpo, el vínculo con otras personas y el mundo externo; lo que deriva en una multiplicidad de factores que intervienen en el estado anímico de un individuo. De modo que el psicoanálisis sugiere una noción dinámica e integradora del ser, en la cual los factores internos, externos, particulares o sociales se vinculan con la resiliencia, debido a un proceso de cambio, de desarrollo del potencial transformador ante las vulnerabilidades y adversidades (Fraga, 2015).

Otro autor que se interesó por la resiliencia fue Boris Cyrulnik; centró su postura en el desarrollo del proceso resiliente como parte de la condición personal. Más allá de ser innata, propuso una perspectiva psicoanalítica de la resiliencia sobre la base de tres conceptos: (a) oxímoron, expresa un antagonismo o coexistencia que no es ambivalente, por lo que apunta a la noción de escisión formulada por Freud y estudiada por el psicoanálisis y psiquiatría bajo distintos matices; en este escenario, el contraste se basa en la presencia de la adversidad, que mientras ocurre genera una adaptación; (b) metamorfosis, se vincula con la fluidez o plasticidad de los procesos psíquicos; y (c) tutor de resiliencia, sujeto, lugar, circunstancia,

que estimula la renovación del desarrollo psicológico tras el trauma (Zukerfeld & Zonis, 2017).

De esto se desprende que la resiliencia se esboza como un aspecto que contribuye a que el individuo logre mantener su energía, se encuentre apto para sobrellevar las situaciones adversas y alcance a resguardarse de estas, al estar estrechamente vinculada con los mecanismos de defensa para superar traumas, angustias, vulnerabilidad, afrontamiento, como parte fundamental de los estudios psicoanalistas (Fraga, 2015).

Posterior a estas precisiones, se destaca que la presente investigación se sustenta sobre los fundamentos de la psicología positiva, al encontrarse relacionada como punto teórico principal, que se orienta en la mejora de la calidad de vida de los individuos y conduce esfuerzos para prevenir trastornos mentales; por tanto, la resiliencia se ajusta a este esquema integral. También, esta teoría se consideró como base principal de la Escala de resiliencia, instrumento por aplicar en el presente estudio.

**2.2.2.6 Resiliencia en adolescentes.** La adolescencia es una de las etapas más complejas en el desarrollo humano. Sobre este particular, Piaget estableció aspectos característicos: (a) los adolescentes se consideran adultos; por ello pueden imitarlos o contradecirlos, de manera que se pueden encontrar jóvenes muy obedientes o muy rebeldes; (b) viven momentos que definen su vida profesional desde que estudian la secundaria, mediante proyectos a mediano o largo plazo; (c) definen sus aspectos emocionales, (d) tienden a adaptar la realidad de acuerdo con su conveniencia; y (e) desde los 11 o 12 años ocurren transformaciones cognitivas y afectivas que manifiestan en el comportamiento (Pérez, 2017).

Incluso, durante la adolescencia, diversos factores comunes que originan sentimientos de inseguridad e incertidumbre se hacen presentes, al ser una etapa donde la emotividad alcanza su punto máximo como respuesta a factores ambientales y sociales (relaciones familiares y amistosas desfavorables, adaptación a nuevos lugares y personas del sexo opuesto, cuestionamientos religiosos y vocacional, entre otros), así como también patrones emocionales (miedo, preocupación, ira, frustraciones, celos, alegría, placer) que subyacen en la acentuación de la emotividad del joven (Ñahuin & Rojo, 2019).

En este sentido, la resiliencia es fundamental para comprender los caminos de desarrollo que conlleven a la adaptación o no durante la adolescencia, al informar las intervenciones para fortalecer aquellos aspectos que estén en mayor riesgo, dentro de los procesos biológicos, familiares y psicológicos que comienzan en la niñez y continúan en esta etapa (Compas & Reeslund, 2009). Significa, entonces, que durante la adolescencia se presenta una personalidad resiliente cambiante, no definitiva (Uriarte, 2005). En consecuencia, la posibilidad de fomentar la resiliencia desde la educación se vuelve un eje central, de manera que el adolescente se pueda insertar socialmente, resistir adversidades y enfrentar de forma favorable su desarrollo (Worthington, 2004).

### **2.2.3 Bases epistemológicas**

**2.2.3.1 Psicología positiva.** La psicología positiva es apreciada como una nueva corriente en la psicología, debido a que plantea una cosmovisión distinta del hombre, por lo cual tiene delimitada un objetivo particular de estudio sobre la base de una metodología nueva. Se enfoca en los componentes positivos que intervienen en la actuación humana, tales como los valores, emociones positivas, virtudes, fortalezas y creencias. Aunque filósofos, psicólogos, teólogos, antiguos y contemporáneos se han interesado por estos aspectos, no representaban el centro de sus teorías, sus evidencias fueron aisladas y en épocas diferentes. Efectivamente, existe semejanza con la psicología humanista acerca de cómo el hombre es

concebido; no obstante, sus métodos y rigor científico marcan una diferencia. Además, los fundamentos de los humanistas se orientaron a la psicoterapia, autorrealización, trabajo clínico, con criterios ideográficos. Mientras que, en la psicología positiva, los fundamentos abarcan estudios empíricos, de carácter psicométricos, longitudinales y experimental, con énfasis en la felicidad, sabiduría, espiritualidad, civismo, esperanza, entre otros, en función del modelo nomotético de la ciencia (Arias, 2016; Brown et al., 2017).

En las raíces de la psicología positiva, hay que destacar que lo positivo de los seres humanos —virtudes humanas, objetivos personales y expresiones personales— también constituyen las ideas que concuerdan con la corriente principal de la psicología. En cuanto a la metodología general, también presenta conexión con la psicología cognitiva e incluso con el conductismo, razones que la conducen a mantener un enfoque positivista. De manera que la psicología positiva está revitalizando el modelo aristotélico de una naturaleza humana virtuosa. En el transcurso de la última década, la teoría ética se ha centrado cada vez más en el supuesto del individuo con motivos virtuosos. Ante ello, la tarea más importante de la psicología positiva hasta ahora ha sido argumentar a favor de legitimar en la psicología la idea misma del ser humano moral y bueno, por los rasgos de carácter positivos o las virtudes en particular. Esto implica un cambio imperativo en el sesgo predominantemente negativo de la psicología hacia una ciencia de experiencias subjetivas positivas, rasgos individuales positivos e instituciones y valores sociales positivos (Jørgensen & Nafstad, 2012; Lomas et al., 2021).

**2.2.3.2 Psicoanálisis.** El psicoanálisis nació dentro de las intenciones de Freud como teoría científica, una teoría de la conducta humana basada en el funcionamiento de los sistemas neuronales; se originó en una posición epistemológica con algunos desacuerdos con disciplinas afines como la psicología y la psiquiatría. Aunque esta visión era imposible de realizar, la aspiración de Freud no decayó. Después de su muerte, Heinz Hartmann lideró el

movimiento psicoanalítico hacia la prevalencia global; este realizó un enorme esfuerzo para demostrar su carácter científico; sin embargo, tras críticas epistemológicas significativas, se abrió camino a la versión hermenéutica del psicoanálisis. Este ha mantenido su valor heurístico en su respectivo campo de aplicación, donde dentro de sus objetivos psicoanalíticos residen el cambio en la personalidad más que en el simple alivio de los síntomas individuales. Esto significa que el psicoanálisis necesita una fuerte actitud teórica y, por tanto, una estructura científica (Innamorati et al., 2018; Stänicke et al., 2020).

Posteriormente, el psicoanálisis se realizó en el marco de una epistemología neopositivista lógica, con un modelo hacia el conocimiento empírico, concepción útil hasta los actuales días. Por lo cual, en la interpretación psicoanalítica se superponen tres fenómenos que siempre existen en ella. El primero es epistemológico, se relaciona con el tipo de conocimiento que ofrece, la interpretación es una especie de teoría en miniatura sobre lo que subyace a un fenómeno manifiesto, es decir, interpretar implica producir un modelo o una hipótesis, lo que conlleva a un efecto. La segunda faceta está ligada al fenómeno semiótico, la interpretación tiene que ver con los significados. El tercer aspecto es instrumental y quizás, en algún sentido, terapéutico. En otras palabras, la interpretación psicoanalítica es una acción; dicho ello, los psicoanalistas consideran que el conocimiento sobre el mundo exterior e interior está mediado por representaciones en las que los seres humanos tienen inversiones apasionadas (Klimovsky, 2018; Stänicke et al., 2020).

### **2.3 Definición de términos básicos**

**Adolescencia:** etapa de cambios a nivel físico, cognitivo, emocional y social, que ocurren de manera vertiginosa; durante este periodo se presentan importantes soportes

sociales como familia, escuela y sociedad, forman parte del proceso de su desarrollo (Sosa & Salas, 2020).

**Autonomía:** competencia para tomar decisiones, con sentido de identidad propia y actuación independiente. Además, incluye la autorregulación de emociones, reconocimiento personal, cuidar de sí y valorar a los demás (Meza et al., 2020).

**Confianza en sí mismo:** capacidad para creer en sí mismo al ser consciente de las fortalezas, debilidades y limitaciones propias (Gamarra, 2020).

**Creatividad:** capacidad de inventar nuevas propuestas; comprende la destreza para pensar de modo flexible, posibilitando dar soluciones nuevas ante problemas de distinta índole (Meza et al., 2020).

**Ecuanimidad:** perspectiva equilibrada, es decir, la capacidad para asumir los sucesos con calma, lo que ayuda a moderar las respuestas frente a las adversidades (Gamarra, 2020).

**Habilidades sociales:** conjunto de respuestas tanto verbales como no verbales aprendidas, expresada por un individuo para emitir sentimientos, opiniones, deseos y actitudes o ejercer sus derechos, de modo pertinente y adecuado al contexto (Sosa & Salas, 2020).

**Humor:** recurso que permite reducir la percepción negativa de las emociones, el nivel de estrés, desasosiego, entre otros. Ayuda al sujeto a superar dificultades de manera aceptable, las cuales son provocadas por situaciones conflictivas (Meza et al., 2020).

**Perseverancia:** permite ser constante en la continuidad de las actividades, al manifestar una fuerte convicción para superar hechos adversos (Gamarra, 2020).

**Resiliencia:** competencia personal que favorece el funcionamiento vital, estable y saludable de un individuo, aunque se enfrente a circunstancias adversas que amenacen su adaptación y desarrollo (Simón et al., 2018).



**Satisfacción personal:** referida al propósito de vida individual dirigido hacia el logro de un objetivo, que comprende el mantenimiento del bienestar general (Gamarra, 2020).

**Sentirse bien solo:** corresponde a la comprensión de las experiencias que se irán presentado; no todas serán compartidas con otras personas. Es decir, muchas de ellas se tienen que afrontar de forma personal, con un sentimiento de libertad y no dependencia (Gamarra, 2020).

## CAPÍTULO III

### DISEÑO METODOLÓGICO

#### 3.1 Método y alcance de la investigación

**Método:** Hipotético deductivo, consiste en un proceso secuencial y probatorio, en donde se emplea la medición numérica y el análisis estadístico derivados de la recolección de los datos para comprobar una hipótesis, cuyo propósito es establecer pautas de comportamiento y probar teorías (Hernández et al., 2014). Por su parte, Bernal (2016) expuso que está sustentado en la medición de las características de los fenómenos sociales, en la cual, a partir de la identificación de un problema, se construye un marco conceptual para expresar el fundamento de la variable y generalizar con base en los resultados y las conclusiones.

**Tipo:** Básica, pues se busca contribuir con fundamentos teóricos y conocimientos de las variables como aporte al estudio del arte. Es por ello que se considera también como fundamental al estar destinada al estudio de un problema para su progreso, poder ampliar conocimientos y acrecentar los acontecimientos teóricos, sin que esto implique directamente posibles aplicaciones o consecuencias prácticas (Tamayo, 2012). Visto así, se profundizó en el conocimiento de la variable y su relación; en especial, en el contexto de la educación a distancia como resultado de la pandemia del Covid-19.

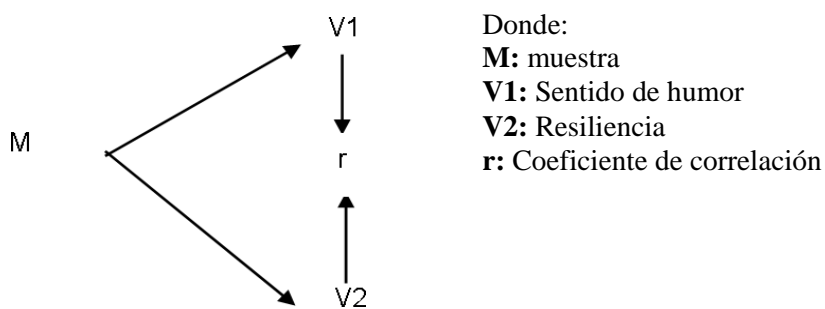
**Nivel:** Correlacional, de manera que se buscaron correspondencias estadísticas entre las variables; en efecto, mide el grado de asociación o relación existente entre variables significativas de la población estudiada (Bernal, 2016). En este caso, se estudió la asociación o relación entre el sentido de humor y resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021.

### 3.2 Diseño de la investigación

**Diseño:** No experimental, de modo que el diseño de la investigación hace alusión a la estrategia global utilizada por el investigador para acercarse al fenómeno u objeto de análisis, obtener la información necesaria para el estudio y responder a las preguntas planteadas (Arias, 2012; Hernández et al., 2014). Por ello, este estudio adoptó este tipo de diseño, debido a que el investigador no intervino de forma directa sobre el objeto de estudio; en tanto, la información recogida de las variables sentido de humor y resiliencia se procesó sin manejo por parte del investigador, es decir, sin manipulación deliberada de ninguna variable, de los hechos y/o fenómenos objeto de estudio, por cuanto se observaron en su estado natural; asimismo, fue de carácter transversal o transeccional, debido a que en un periodo único de tiempo se recogieron los datos (Palella & Martins, 2012), por lo cual siguió el esquema que se muestra en la Figura 1.

**Figura 1**

*Diseño transeccional tipo correlacional-causal.*



*Nota.* Adaptado de Hernández et al. (2014).

### 3.3 Población y muestra (criterios de inclusión /criterios de exclusión)

Una población de investigación es un conjunto finito o infinito de unidades o elementos con características comunes para la obtención de información, hallazgos y conclusiones (Arias, 2012; Palella & Martins, 2012). En la presente investigación, estuvo

integrada por 185 estudiantes de una institución educativa de Acobamba, ciudad de Tarma - 2021, cuya composición se muestra en la Tabla 1.

**Tabla 1**

*Distribución de la población por edad, sexo y grado de estudio*

Características	N	%
Edad		
14	6	3.2
15	58	31.7
16	117	63.5
17	2	0.8
18	2	0.8
Sexo		
Femenino	96	52.0
Masculino	89	48.0
Grado		
Tercero	60	32.4
Cuarto	83	44.9
Quinto	42	22.7
Totales	185	100.0

*Nota.* Descripción de la población del estudio.

Para delimitar a la población considerada como elegible, se establecieron los siguientes criterios de selección:

#### **Criterios de inclusión**

- Estudiantes de ambos sexos.
- Edades comprendidas de 14 a 18 años.
- Estudiantes que cursan el tercer, cuarto o quinto grado de nivel secundario, de una institución educativa del distrito de Acobamba, ciudad de Tarma - 2021.

#### **Criterios de exclusión**

- Estudiantes que recién se matricularon en la institución educativa del distrito

de Acobamba, Tarma - 2021.

- Estudiantes que se reincorporaron a la institución educativa del distrito de Acobamba, Tarma - 2021.

Una muestra es un subconjunto representativo y limitado extraído de una población disponible (Arias, 2012). Para la determinación de la muestra se empleó el muestreo probabilístico de tipo aleatorio simple, el cual se suele aplicar cuando la población no tiene un tamaño muy grande (finita y homogénea) y es factible identificar fácilmente a los elementos que la componen, en este caso, se dispone del listado de estudiantes inscritos; además, en este tipo de muestreo todos los sujetos tienen la misma probabilidad de ser escogidos (Bernal, 2016). Para la realización de ello, se procedió a registrar a cada estudiante con un código en el programa SPSS V.25.0 y se empleó la opción “Muestra aleatoria de casos”, con la cual el propio programa eligió al azar a la cantidad de elementos que compusieron la muestra.

Para la determinación del tamaño de la muestra, se partió de la fórmula de tamaño poblacional finito (menor a 100,000 elementos).

- $N = 185$
- $p = 0.50$  (50%) de calificación de acierto de la población.
- $1-p = 0.50$  (50%) de calificación desacierto de la población.
- $e = 5\%$  error muestral.
- $Z = 1.96$  nivel de confianza (El valor  $Z$  se obtiene en la tabla de distribución normal estandarizada).

$$n = \frac{Z^2 * p * (1 - p) * N}{e^2 * (N - 1) + Z^2 * p * (1 - p)}$$

$$n = \frac{1.96^2 * 0.5 * (1 - 0.5) * 186}{0.05^2 * (186 - 1) + 1.96^2 * 0.5 * (1 - 0.5)} = 125.54 \approx 126$$

De esta manera, la muestra está compuesta por 126 estudiantes.

### **3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

Una técnica de recolección de datos es un procedimiento o una forma específica de obtener datos o información (Arias, 2012). En este contexto, se aplicó la encuesta, método cuantitativo que recoge datos de un grupo de personas a través de una serie de preguntas, su alcance puede ser descriptivo o correlacional/causal (Hernández et al., 2014).

#### **3.4.1 Instrumentos**

Por su parte, un instrumento de recolección de datos es un recurso, dispositivo o formato (papel o digital) utilizado para recoger, registrar y almacenar información (Arias, 2012). En este estudio se utilizaron dos cuestionarios, los cuales están diseñados como una serie de preguntas sobre una o más variables que se van a medir (Hernández et al., 2014).

**3.4.1.1 Escala del sentido del humor (HSQ, por sus siglas en inglés).** En la Tabla 2 se detalla la ficha técnica con todas las características esenciales (nombre, autores, procedencia, tiempo de aplicación, ámbito, objetivo, dimensiones y número de ítems) del instrumento que se empleó para medir la variable del sentido del humor.

**Tabla 2**

*Ficha técnica del instrumento para la variable sentido del humor*

Nombre del instrumento:	Escala del sentido del humor
Autores:	Martin, Puhlik, Larse, Gray y Weir (2003).
Procedencia:	Canadá.
Adaptación peruana:	Carrillo (2017).
Tiempo de aplicación:	10 a 15 minutos aproximadamente.
Tipo de aplicación:	Individual o colectiva.
Ámbito de aplicación:	Adolescentes
Objetivo:	Evaluar los estilos del sentido del humor.
Dimensiones:	Humor afiliativo, humor de automejoramiento, humor agresivo y humor autodescalificador.
Número de ítems	27.

*Nota.* Ficha del instrumento utilizado para medir la variable sentido del humor.

### **- Descripción**

Fue elaborado por Martin, Puhlik, Larse, Gray y Weir (2003) de Canadá y posteriormente adaptado por (Carrillo, 2017); consta de 27 ítems (ver Tabla 4), del tipo ordinal, con una escala tipo Likert de 7 puntos, donde 1 es en desacuerdo y un máximo de

acuerdo es 7. Es de hacer notar que este instrumento no presenta una calificación total (ver Anexo 2).

### **- Reseña de instrumento del sentido del humor**

La Escala del sentido del humor (HSQ, por sus siglas en inglés), que será utilizada en este estudio, fue elaborada por Martin, Puhlik, Larse, Gray y Weir (2003) en Canadá y se ha traducido a más de 25 idiomas diferentes; corresponde a una medida de autoinforme ampliamente empleada, de un enfoque multidimensional del sentido del humor y con origen en la teoría de la incongruencia,. Se trata de una evaluación de 32 ítems de las diferencias individuales en cuatro estilos distintos de humor; es psicométricamente sólido, con niveles adecuados de fiabilidad y validez. Las investigaciones realizadas en varios países documentan esta estructura de cuatro factores del HSQ, correspondientes a los estilos de humor del modelo (humor afiliativo, mejoramiento personal o automejoramiento, agresivo y de descalificación personal o autodescalificador). Hasta ahora, más de 150 estudios han utilizado este instrumento para la investigación en los ámbitos de la personalidad, social, clínico, industrial-organizativo y del desarrollo de la psicología (Kuiper, 2020). Es de hacer notar que los autores del cuestionario han considerado los aportes de teorías como la psicoanalítica, superioridad, excitación, incongruencia e inversión para explicar el humor (Martin, 2008; Reyes, 2010).

Para el año 2002, en Bélgica, los autores Saroglou y Scariot estudiaron las propiedades psicométricas del instrumento, dirigido a estudiantes adolescentes escolares y universitarios. En el año 2004, en Líbano, Kazarian y Martin analizaron la estructura del instrumento; un año después en Argentina, Cayssials y Pérez, estudiaron su funcionamiento



con 800 adultos de la ciudad de Buenos Aires y el Conurbano; seguidamente, en el 2006 se evaluó su funcionamiento en la provincia de Entre Ríos. Por su parte, en Norteamérica, Erickson y Feldstein en el año 2007 analizaron las propiedades psicométricas del instrumento y las relacionaron con medidas de los cuatro estilos de humor en adolescentes de entre 12 y 15 años; en ese mismo año en China, Chen y Martin lo emplearon en estudiantes para comprobar su eficacia. Posteriormente, en el año 2009, en Venezuela, se estaba aplicando en el campo laboral en trabajadores de la salud, resultados expuestos en la investigación de Rodríguez y Feldmad (Cassaretto & Martínez, 2009).

En el contexto peruano, los estudios con el enfoque de la psicología positiva recién comenzaron a tener un lugar importante en la investigación psicológica el año 2009. Por ello, Cassaretto y Martínez diseñaron un estudio para realizar la adaptación peruana del HSQ; consecutivamente Carrillo (2017) determinó las propiedades psicométricas de la escala en 375 adolescentes, de ambos sexos, con edades comprendidas entre 11 y 17 años.

En la Tabla 3 se observan las diferentes dimensiones (estilos del sentido del humor) y la relación (directa o indirecta) que guardan con cada ítem que comprende el instrumento empleado.

**Tabla 3**

*Relación de ítems con cada dimensión*

<b>Estilos</b>	<b>Ítems</b>
Humor afiliativo	1(I), 4, 8(I), 12, 15(I), 18, 21(I) y 24(I)
Humor de automejoramiento	2 ,5 ,9 ,13 ,16 ,22 y 25
Humor agresivo	6(I), 10, 14(I), 19(I) y 26(I)
Humor autodescalificador	3, 7, 11, 17, 20, 23 y 27

*Nota.* Los ítems señalados con (I) son de calificación inversa.

En la Tabla 4 se muestran los baremos establecidos para cada dimensión del instrumento del sentido del humor, los cuales están fijados por los niveles bajo, medio y alto.

**Tabla 4**

*Baremos por dimensiones*

<b>Estilos</b>	<b>Niveles</b>
Humor afiliativo	Bajo: Hasta 31 Medio: 32 – 43 Alto: 44 a más
Humor de automejoramiento	Bajo: Hasta 32 Medio: 33 – 42 Alto: 43 a más
Humor agresivo	Bajo: Hasta 27 (Hombre) Hasta 25 (Mujeres) Medio: 28-35 (Hombre) 26-33 (Mujeres) Alto: 36 a más (Hombre) 33 a más (Mujeres)
Humor autodescalificador	Bajo: Hasta 22 Medio: 23 – 32 Alto: 33 – más
Escala general	Bajo: Hasta 125 Medio: 126 – 153 Alto: 153 - más

*Nota.* Tomado de Carrillo (2017) y Ñahuin y Rojo (2019).

#### **- Validez**

En cuanto a la validez, fue determinada en el año 2017, a través de la correlación ítem-test (0.257 y 0.418), lo que demostró que los ítems se relacionaban correctamente con el total de la escala; además, el análisis factorial para evaluar la validez de constructo reveló mediante el test de esfericidad de Bartlett (0.00) y el test KMO de adecuación a la muestra, un resultado  $> 0.70$ , por lo cual presentó una validez alta (Carrillo, 2017).

### - Confiabilidad

En el caso de la confiabilidad, originalmente en el año 2003, el instrumento estaba conformado por 111 ítems y estaba dirigido a una muestra de 258 estudiantes; subsiguientemente, en el año 2009, disminuyó a 60 ítems y la muestra fue de 485 participantes, que, finalmente, se redujo a 32 ítems, con un coeficiente de confiabilidad de alfa de Cronbach de 0.77 a 0.81 (Ñahuin y Rojo, 2019).

Para el año 2017, Carrillo (2017) realizó una adaptación al cuestionario en el contexto peruano, con una muestra de 375 adolescentes entre las edades de 11 y 17 años, de ambos sexos, de tres instituciones educativas representativas en el distrito de Los Olivos. Los resultados arrojaron un coeficiente alfa de Cronbach de 0.73; con respecto a las dimensiones obtuvo: humor afiliativo (0.678), de mejoramiento personal (0.693), agresivo (0.620) y descalificación personal (0.649), lo que indicó que la escala es confiable.

En la presente investigación, la Tabla 5 precisa el análisis de confiabilidad del ítem total con el alfa de Cronbach, dando un valor de 0.857 para la Escala del sentido del humor, que consta de 27 ítems para la aplicación en los estudiantes, lo cual significa que el instrumento es confiable para desarrollar la investigación.

**Tabla 5**

*Análisis de la confiabilidad de la Escala del sentido del humor*

Alfa de Cronbach	N de ítems
,857	27

**3.4.1.2 Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (ER).** En la Tabla 6 se detalla la ficha técnica con todas las características esenciales (nombre, autores, procedencia, tiempo de aplicación, ámbito, objetivo, dimensiones y número de ítems) del instrumento empleado para medir la variable de la resiliencia.

**Tabla 6**

*Ficha técnica del instrumento para la variable resiliencia*

Nombre del instrumento:	Escala de resiliencia.
Autores:	Gail Wagnild y Heather Young (1993)
Procedencia:	Estados Unidos
Adaptación peruana:	Novella (2002)
Validación peruana:	Ávila (2017)
Fijación de puntos de corte:	Bajo, medio, alto
Tiempo de aplicación:	25 a 30 minutos aproximadamente
Tipo de aplicación:	Individual y colectiva
Ámbito de aplicación:	Adolescentes
Objetivo:	Evaluar el nivel de resiliencia.
Dimensiones:	Satisfacción personal. Ecuanimidad. Sentirse bien solo. Confianza en sí mismo. Perseverancia
Número de ítems	25

### **- Descripción**

Fue diseñada en el año 1988 por Wagnild y Young, pero fue hasta 1993 que es revisada por ellos para establecer la versión actual, conformada por 25 ítems (ver Tabla 7), con una escala tipo Likert de 7 puntos, donde 1 es en desacuerdo y un máximo de acuerdo es 7. Los rangos de puntuación van de 25 a 175, correspondientes a: nivel bajo (menos de 114)

nivel medio (115 a 135) y nivel alto (136 a 175). Cabe destacar que este instrumento presenta una calificación total (ver Anexo 3).

#### **- Reseña de instrumento de resiliencia**

La Escala de Resiliencia (ER) que será empleada en esta investigación fue diseñada en el año 1988 por Wagnild y Young; sin embargo, es hasta 1993 que es revisada por ellos para establecer la versión actual. El propósito de su diseño estaba orientado a identificar cualidades personales que beneficien la adaptación individual resiliente (partiendo de la visión de la psicología positiva). Su elaboración la hicieron sobre la base de 24 relatos de mujeres estadounidenses, quienes después de atravesar situaciones en su vida las habían superado de manera favorable; así, una vez diseñada la versión original fue aplicada a 1,500 personas. Para el año 2003, Heilemann, Lee & Kury realizaron la versión española de la ER, para el análisis de sus propiedades psicométricas la destinaron a 315 mujeres; posteriormente, en el 2005 en Brasil, Pesce, Assis, Avanci, Santos, Malaquias y Carvalhaes realizaron la traducción y adaptación al idioma portugués, incluso modificaron los ítems 7, 11, y 12 para facilitar su comprensión, todo ello dirigido a estudiantes brasileños. Consecutivamente, en Estados Unidos para el año 2007, Lundman, Standberg, Eisemann, Gustafson y Brulin estudiaron las propiedades psicométricas de la ER, administrada a 1719 personas de edades comprendidas entre los 19 y 103 años (Rodríguez et al., 2009). Adicionalmente, ha sido traducida al idioma ruso en el año 1997, al sueco en 2004, al alemán en 2005 y al italiano en 2010 (Sánchez & Robles, 2015).

En el escenario de Perú, Novella (2002) adaptó y tradujo la Escala original de resiliencia; para el análisis psicométrico empleó una muestra de 324 estudiantes (14 a 17 años) pertenecientes al Colegio Nacional de Mujeres Teresa Gonzales de Fanning, de la ciudad de Lima. Posteriormente, Ávila (2017) efectuó una adaptación de la escala original de resiliencia con el propósito de validar y determinar su confiabilidad, la cual fue dirigida a 364

estudiantes (189 hombres y 175 mujeres) del tercero hasta el quinto grado de secundaria del distrito de Santiago de Cao.

En la Tabla 7 se observan las diferentes dimensiones y la relación que guardan con cada uno de los ítems que comprende el instrumento empleado.

**Tabla 7**

*Relación de ítems con cada dimensión*

<b>Dimensiones</b>	<b>Ítems</b>
Satisfacción personal	16, 21, 22, 25
Ecuanimidad	7, 8, 11, 12
Sentirse bien solo	5, 3, 19
Confianza en sí mismo	6, 9, 10, 13, 17, 18, 24
Perseverancia	1, 2, 4, 14, 15, 20, 23

*Nota.* Ítems del instrumento por medición.

En la Tabla 8 se muestran los puntos de corte establecidos para cada una de las dimensiones del instrumento de la resiliencia, los cuales están fijados por los niveles bajo, medio y alto.

**Tabla 8**

*Punto de cortes por dimensión*

<b>Dimensiones</b>	<b>PD</b>	<b>Pc</b>	<b>Nivel</b>
Satisfacción personal	< 18	1 - 25	Bajo
	19 – 24	26 – 75	Medio
	25 <	75 – 99	Alto
Ecuanimidad	< 17	1 - 25	Bajo
	18 – 23	26 – 75	Medio
	24 <	75 – 99	Alto
Sentirse bien solo	< 13	1 - 25	Bajo
	14 – 18	26 – 75	Medio

	19 <	75 – 99	Alto
Confianza en sí mismo	< 34	1 - 25	Bajo
	35 – 43	26 – 75	Medio
	44 <	75 – 99	Alto
Perseverancia	< 31	1 - 25	Bajo
	32 – 39	26 – 75	Medio
	40 <	75 – 99	Alto
Escala general	< 116	1 - 25	Bajo
	117 – 142	26 – 75	Medio
	143 <	75 – 99	Alto

*Nota.* Tomado de Ávila (2017).

### - Validez

En cuanto a la validez de constructo, fue determinada a través del análisis factorial confirmatorio, lo que arrojó como índice de ajuste global ( $X^2/gl$ ) un valor de 2.55, que representó una correlación entre los ítems en cada factor. Asimismo, se reportó un índice de bollen (0.897), índice de ajuste comparativo (0.810) e índice de bondad de ajuste (0.861), con un error cuadrático adecuado ( $\leq .05$ ); lo que permitió afirmar que el instrumento es aceptable, presentando ajuste entre el modelo estimado y el modelo teórico (Ávila, 2017).

### - Confiabilidad

En este caso, se obtuvo aplicando la consistencia interna del coeficiente de Omega, el cual demostró índice de fiabilidad para cada dimensión: satisfacción personal (0.300 omega), ecuanimidad (0.426 omega), sentirse bien solo (0.519 omega), confianza en sí mismo (0.742 omega), perseverancia (0.706 omega) y la escala general (0.877 omega). En consecuencia, estos índices oscilan en los valores aceptables similares a la fiabilidad reportada en el instrumento original. Significa, entonces, que el instrumento es confiable y se puede aplicar a población adolescente (Ávila, 2017).

En la presente investigación, la Tabla 9 indica el análisis de confiabilidad del ítem total con el alfa de Cronbach, con un valor de 0.902 para la Escala de resiliencia de Wagnild

y Young, que consta de 25 ítems para la aplicación en los estudiantes, el cual denota que el instrumento es confiable para desarrollar la investigación.

**Tabla 9**

*Análisis de la confiabilidad de la Escala de resiliencia de Wagnild y Young*

Alfa de Cronbach	N de ítems
,902	25

**- Validez de contenido de los instrumentos por juicio de expertos**

Por medio del método de juicio de expertos (ver Anexo 9), en la presente investigación se realizó la validez de contenido de los instrumentos con cada uno de sus ítems que lo conforman. Después de obtener el criterio de jueces, los resultados fueron procesados mediante el grado de concordancia de las respuestas de los expertos, determinado a través de la prueba W de Kendall, la cual arrojó el valor de 1.00 para cada instrumento.

**- Validez y confiabilidad de los instrumentos en una muestra piloto**

Teniendo presente la validez y confiabilidad de los instrumentos originales y las adaptaciones en el país, resulta importante y necesario corroborar que ambos instrumentos son válidos y confiables en la realidad de la investigación; debido a ello, se procederá a hallar la validez y confiabilidad de la Escala del sentido del humor (HSQ) de Martin, Puhlik, Larse, Gray y Weir, adaptación peruana de Carrillo (2017) —27 ítems— y la Escala de resiliencia (ER) de Wagnild y Young, validación peruana de Ávila (2017) —25 ítems—, en una muestra piloto de 50 estudiantes adolescentes de una institución educativa del distrito de Acobamba, ciudad de Tarma - 2021, de 14 a 16 años de edad entre varones y mujeres que cursan los grados de tercero, cuarto y quinto de secundaria. Para determinar este tamaño, se ha seguido



la recomendación de Díaz-Muñoz (2020), quien señaló que se puede usar la misma fórmula que para el tamaño de la muestra, pero elevando la significancia estadística y reducir la potencia de la prueba; así, se han usado  $e = 10\%$  y  $Z = 1.65$ , en la fórmula:

$$n = \frac{1.65^2 * 0.5 * (1 - 0.5) * 186}{0.10^2 * (186 - 1) + 1.65^2 * 0.5 * (1 - 0.5)} = 50.02 \approx 50$$

En el caso de la prueba piloto, el índice de alfa de Cronbach arrojó los valores de 0.879 y 0.905 para los instrumentos de sentido del humor y resiliencia, respectivamente. Al ser ambos mayores de 0.700, se les considera confiables.

Se evaluó la confiabilidad de cada instrumento y de sus subescalas a través del coeficiente estadístico alfa de Cronbach, el cual debe superar el valor mínimo de 0.700 para ser aceptable (Hernández et al., 2014). Este arrojó los valores de 0.857 y 0.912, para los instrumentos de sentido del humor y resiliencia, respectivamente. Al ser ambos mayores de 0.700, se consideraron confiables.

Se aplicó la prueba W de Kendall para medir el grado de concordancia de los expertos que evaluaron el contenido de los instrumentos (Hernández et al., 2014); para ello se construyeron las siguientes hipótesis:

$H_0$  = Los rangos son independientes, no concuerdan.

$H_1$  = Hay concordancia significativa entre los rangos.

Nivel de significancia = 5% (0.05).

Regla de decisión: si p-valor de la prueba está por debajo del nivel de significancia, entonces se acepta la hipótesis alternativa, hay concordancia en las respuestas de los expertos y se garantiza la validez del instrumento.

En este caso, este estadístico arrojó el valor de 1 para ambos instrumentos con  $p < 0.05$ , por lo que se acepta la hipótesis alternativa y se concluye que hay concordancia entre los rangos.

Se realizó el análisis descriptivo de las variables y sus subescalas o dimensiones, para lo cual se evaluaron medidas de tendencia central: media (posibilita obtener el promedio de una muestra), mediana (establece el valor medianero o central de un grupo de datos), moda (corresponde al valor que más se repite de un grupo de datos), desviación estándar (indica la dispersión de los datos), valor máximo - valor mínimo (representan los valores superior e inferior de los datos), rango (intervalo que representa la diferencia entre el máximo y mínimo valor), asimetría (especifica si la cantidad de datos a cada lado de la media son iguales) y curtosis (detalla la concentración de los datos).

Para cumplir con los dos primeros objetivos específicos, se evaluó la frecuencia (absoluta y porcentual), y se emplearon los baremos de cada variable definidos en las Tablas 4 y 8.

Previo a la evaluación de los siguientes objetivos, los cuales requieren análisis inferencial, se empleó la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov (K-S), para identificar si se utilizarían pruebas paramétricas o no paramétricas; cabe destacar que esta prueba es recomendada para estudios de muestra grande (Hernández et al., 2014). De esta manera, se construyeron las siguientes hipótesis estadísticas:

$H_0$  = La variable no sigue una distribución normal.

$H_1$  = La variable sigue una distribución normal.

Nivel de significancia = 5% (0.05).

Regla de decisión: si p-valor de la prueba está por encima del nivel de significancia, entonces se acepta la hipótesis alternativa, la variable se distribuye como una normal.

Se comprobó que las variables y sus dimensiones no se distribuyen como una normal; entonces para la evaluación de los objetivos específicos N.º 3, 4, 5 y 6 y el objetivo general, se empleó la prueba de significancia del coeficiente de correlación de Spearman (Hernández et al., 2014), la cual parte de lo siguiente:

$H_0$  = El coeficiente de correlación no es significativo (no hay correlación entre las variables).

$H_1$  = El coeficiente de correlación es significativo (hay correlación entre las variables).

Nivel de significancia = 5% (0.05).

Regla de decisión: si p-valor de la prueba está por debajo del nivel de significancia, entonces se acepta la hipótesis alternativa, las variables se relacionan entre sí.

Se empleó la prueba de comparación de medias: U de Mann Whitney (sexo) y H de Krushall-Wallis (grado de estudios) (Hernández et al., 2014), para comprobar el objetivo N.º

7. Ambas pruebas parten de lo siguiente:

$H_0$  = No hay diferencias entre grupos.

$H_1$  = Hay diferencias entre grupos.

Nivel de significancia = 5% (0.05).

Regla de decisión: si p-valor de la prueba está por debajo del nivel de significancia, entonces se acepta la hipótesis alternativa, hay diferencias en la media de las variables según sexo o grupo de estudios.

Para la presente investigación se tuvieron en cuenta los siguientes aspectos éticos (Carrasco, 2017):

- **Respeto a la dignidad humana:** se evitará daños a la integridad de los sujetos de estudio, los cuales no serán expuestos a peligros ni tomados por obligación.
- **Comunicación:** se dirigió al director de la institución educativa una correspondencia (solicitud) ingresada por mesa de partes, por medio de la cual se le precisa el estudio por realizar dentro de la institución educativa que él preside; así mismo, se pide su autorización para la aplicación de los instrumentos de la investigación en los alumnos de tercer año, cuarto año y

quinto año del nivel secundario (ver Anexo 5). Posteriormente, se recibió de parte del director de la institución educativa, la respuesta correspondiente, dando su consentimiento mediante una carta de autorización para la aplicación de los instrumentos (ver Anexo 7).

- **Consentimiento informado:** se dirigió a los padres o apoderados de los estudiantes, a fin de obtener la disposición consensuada de participar en la investigación, garantizando la confidencialidad y resguardo de la información. Este documento fue firmado tanto por el apoderado como por el estudiante (ver Anexo 8).
- **Veracidad:** en todo momento se informó el propósito de la investigación.
- **Confidencialidad:** se salvaguardó la información personal (anonimato) de los datos de los participantes, los cuales fueron empleados solo con fines académicos.
- **Acceso de información:** se empleó la herramienta de Google Forms a través de la cual se aplicaron ambos instrumentos de investigación, dirigidos a la muestra de estudio. Es decir, la aplicación de ambos instrumentos fue de modo virtual, puesto que los estudiantes siguen recibiendo clases de manera remota.  
Link de acceso a los instrumentos de aplicación:  
- Escala del sentido del humor (HSQ) y Escala de resiliencia (ER):  
<https://forms.gle/azrMkqVzHjk56oiD7>
- **Validez científica:** toda la información externa y de otro autor posee las fuentes correspondientes, de tal forma que la validez teórica es correcta, sin alterar datos pertenecientes al autor original.

## CAPÍTULO IV

### RESULTADOS Y DISCUSIÓN

En este capítulo se presenta el estudio cuantitativo de la presente investigación y los resultados del análisis de los datos obtenidos. Comprende dos partes: en la primera se da a conocer tanto el análisis descriptivo como el análisis inferencial (contraste de resultados), los cuales son desarrollados partiendo de cada una de las hipótesis específicas planteadas y culminando en la hipótesis general; en la segunda parte, se expone la discusión de los resultados.

#### 4.1 Análisis descriptivo

**Hipótesis específica 1:** En lo que respecta a la primera hipótesis específica, los niveles de los estilos del sentido del humor son altos en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021.

**Tabla 10**

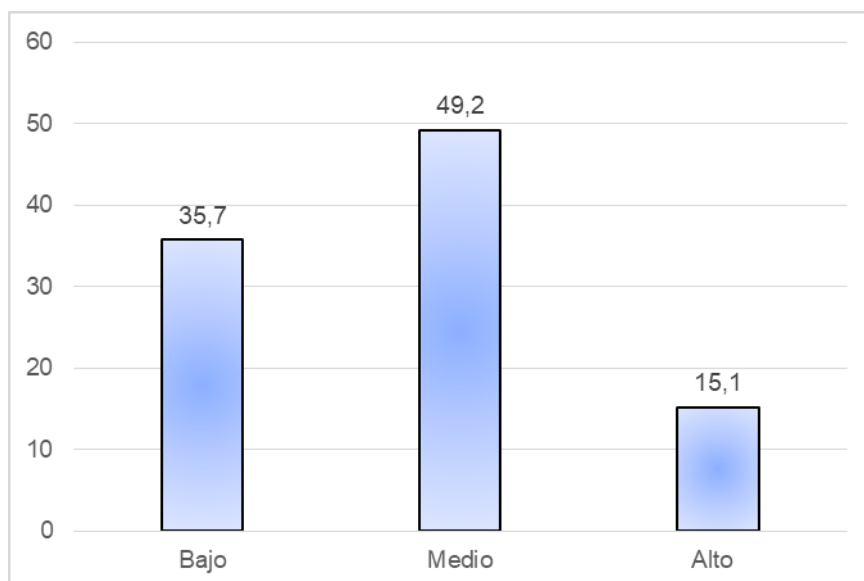
*Niveles del sentido del humor en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Bajo	45	35.7	35.7
Medio	62	49.2	84.9
Alto	19	15.1	100.0
Total	126	100.0	100.0

*Nota.* Niveles del sentido del humor en los estudiantes, según la escala general realizada luego de la aplicación del instrumento.

**Figura 2**

*Niveles del sentido del humor en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021*  
(porcentajes)



En la Tabla 10 y la Figura 2, se aprecia que el 35.7% ( $n = 45$ ) de los estudiantes presenta bajo nivel del sentido del humor, mientras que el 49.2% ( $n = 62$ ) medio. Por otra parte, el 15.1% ( $n = 19$ ) tiene un nivel alto. Se desprende de estos resultados que la mayoría de los estudiantes se ubicó en el nivel medio, es decir, que expresaron tener una buena disposición a lo gracioso y divertido, ya sea que pueda tener una connotación positiva y/o negativa. Para llegar a una mayor especificidad, se empleó la baremación del instrumento que lo mide por escalas de los estilos de humor.

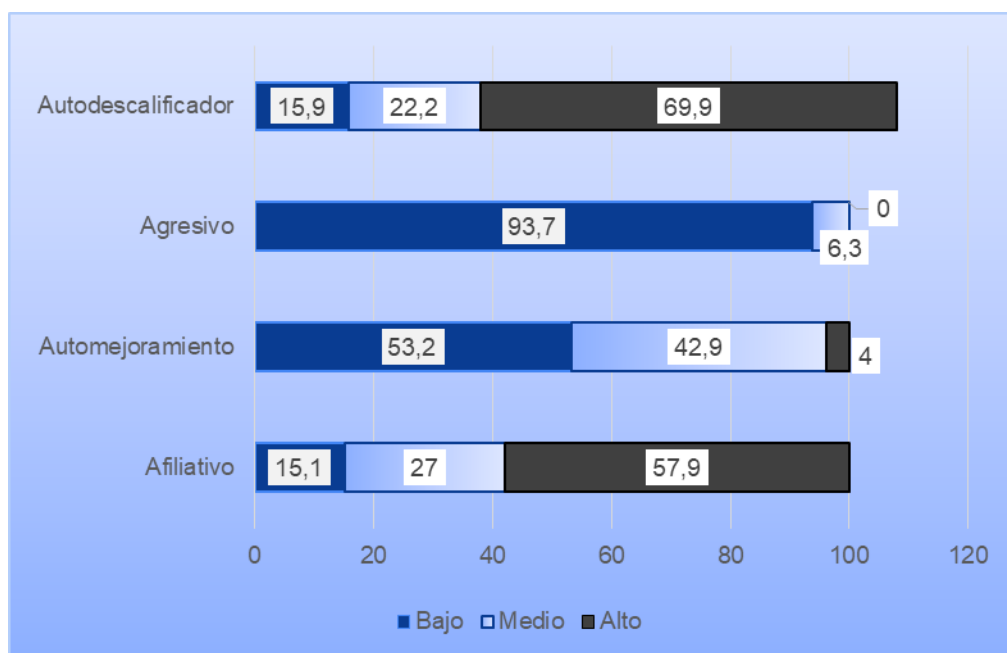
**Tabla 11**

*Niveles de las dimensiones (estilos) de la variable sentido del humor en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021*

Nivel	Dimensiones							
	Afiliativo		Automejoramiento		Agresivo		Autodescalificador	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Bajo	19	15.1	67	53.2	118	93.7	20	15.9
Medio	34	27.0	54	42.9	8	6.3	28	22.2
Alto	73	57.9	5	4.0	0	0	78	69.9
Total	126	100.0	126	100	126	100	126	100

### Figura 3

*Niveles de las dimensiones (estilos) de la variable sentido del humor en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021 (porcentajes)*



Tal como se desprende de la Tabla 11 y la Figura 3, en la dimensión humor afiliativo: el 15.1% (n = 19) estuvo en nivel bajo, el 27.0% (n = 34) medio y 57.9% (n = 73) alto; en la dimensión humor de automejoramiento: 53.2% (n = 67) calificó en el nivel bajo, el 42.9% (n = 54) medio y 4.0% (n = 5) alto; en la dimensión humor agresivo: 93.7% (n = 118) bajo y 6.3% (n = 8) medio, ninguno calificó alto en esta dimensión; y, por último, la dimensión humor autodescalificador: el 15.9% (n = 20) calificó en un nivel bajo, 22.2% (n = 28) medio y 69.9% (n = 78) alto. La dimensión con el porcentaje de calificación más bajo fue humor agresivo, lo que indica que solo una minoría utiliza el sentido del humor de manera sarcástica y despectiva, para menospreciar y burlarse de otros, y la que obtuvo el porcentaje más alto fue el humor autodescalificador, lo que quiere decir que la mayoría emplea el humor para ser aceptado por otros, aun cuando esto implique ridiculizarse o exponerse frente a los demás. Cabe destacar que en segundo lugar, con mayor porcentaje estuvo el humor afiliativo (57.9%,

n = 73), lo que implica que un gran número de los sujetos son graciosos, con un estilo desprovisto de hostilidad, solo con el fin de reír y compartir historias divertidas con los demás. Por lo tanto, no se pudo comprobar la hipótesis del estudio, ya que los niveles de los estilos del sentido del humor son altos solo en un porcentaje de la muestra, lo que corresponde a los estilos de humor autodescalificador y afiliativo, ya que fueron los estilos que presentaron los niveles de calificación alto con un porcentaje importante.

**Hipótesis específica 2:** En lo que respecta a la segunda hipótesis específica, los niveles de resiliencia son altos en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021.

**Tabla 12**

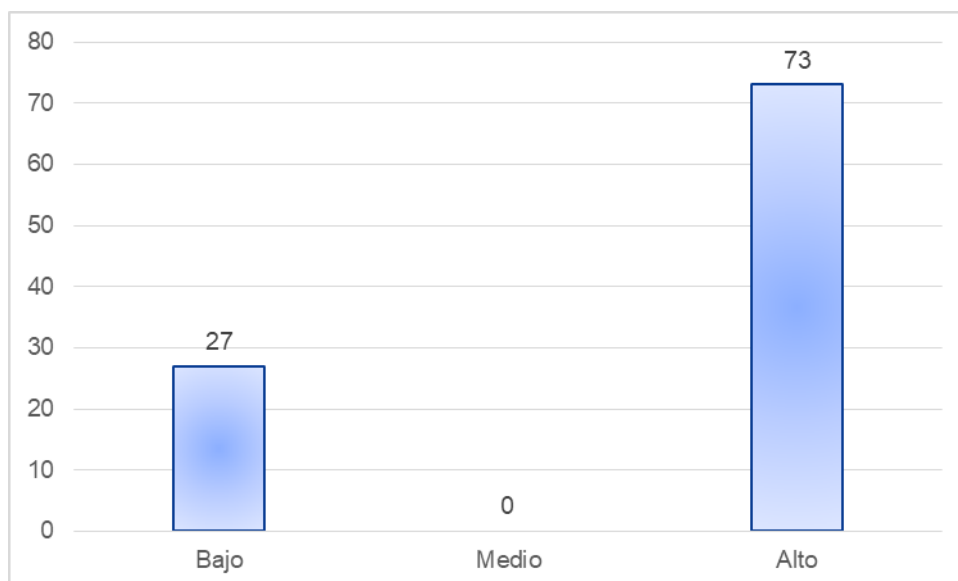
*Niveles de la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Bajo	34	27.0	27.0
Medio	0	0.0	27.0
Alto	92	73.0	100.0
Total	126	100.0	100.0



**Figura 4**

*Niveles de la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021 (porcentajes)*



Como se puede observar en la Tabla 12 y la Figura 4, el 27.0% de los encuestados calificó en un nivel bajo la resiliencia, ninguno la evaluó en nivel medio y el 73.0% en un nivel alto. En otras palabras, la mayoría se considera con alto grado de resiliencia, es decir, se siente con capacidad de adaptarse a eventos adversos, afrontarlos con humor y tomando las situaciones con optimismo. Se cumple la hipótesis del estudio, ya que la mayoría evaluó alto su nivel de resiliencia.

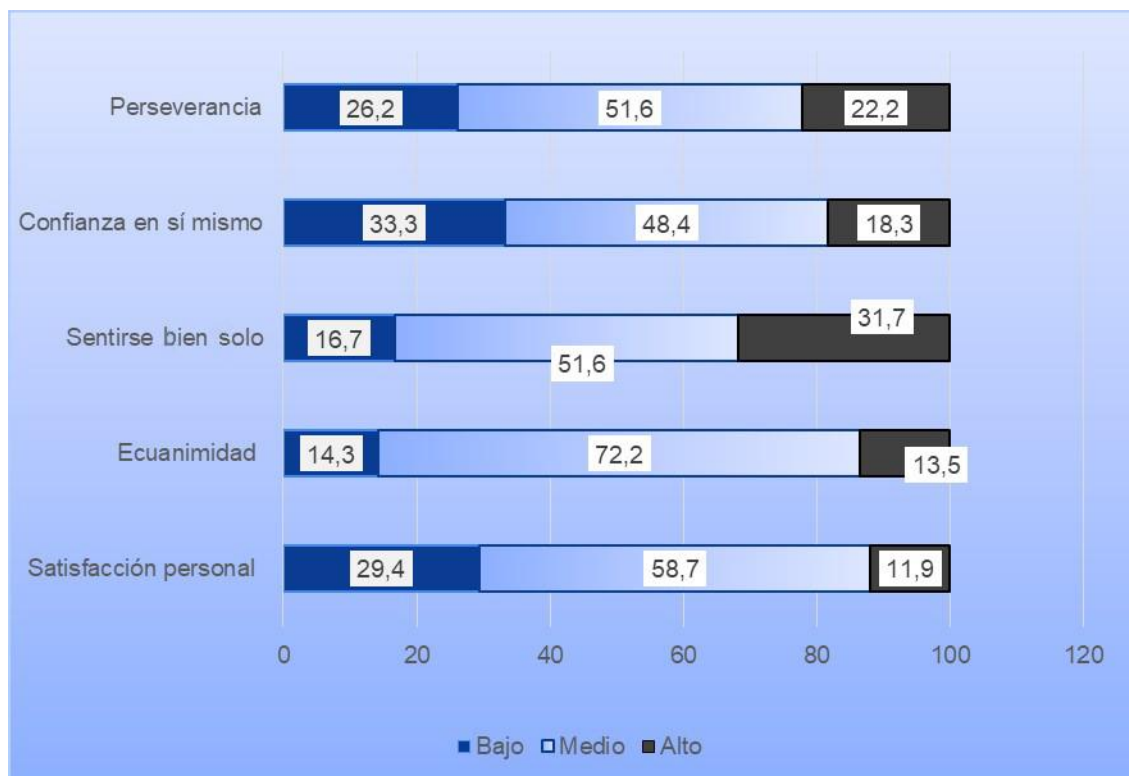
**Tabla 13**

*Niveles de las dimensiones de la variable resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021*

Nivel	Dimensiones									
	Satisfacción personal		Ecuanimidad		Sentirse bien solo		Confianza en sí mismo		Perseverancia	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Bajo	37	29.4	18	14.3	21	16.7	42	33.3	33	26.2
Medio	74	58.7	91	72.2	65	51.6	61	48.4	65	51.6
Alto	15	11.9	17	13.5	40	31.7	23	18.3	28	22.2
Total	126	100.0	126	100	126	100	126	100	126	100

### Figura 5

*Niveles de las dimensiones de la variable resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021 (porcentajes)*



Tal como se desprende de la Tabla 13 y la Figura 5, en la dimensión satisfacción personal se obtuvieron los siguientes niveles: el 29.4% (n = 37) bajo, 58.7% (n = 74) medio y 11.9% (n = 15) alto; en la dimensión ecuanimidad: 14.3% (n = 18) bajo, 72.2% (n = 91) medio y 13.5% (n = 17) alto; en la dimensión sentirse bien solo: 16.7% (n = 21) bajo, 51.6% (n = 65) medio y 31.7% (n = 40) alto; en la dimensión confianza en sí mismo: 33.3% (n = 42) bajo, 48.4% (n = 61) medio y 18.3% (n = 23) alto; y, por último, la dimensión perseverancia, donde el 26.2% (n = 33) calificó bajo, 51.6% (n = 65) medio y 22.2% (n = 28) alto. La dimensión que concentró el mayor porcentaje en la calificación más baja fue confianza en sí mismo y la que la concentró en la más alta fue sentirse bien solo.

## 4.2. Análisis inferencial

Para evaluar la normalidad de las variables del estudio, se utilizó la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov, debido a que esta prueba se utiliza para muestras superiores a 70, como es el caso de este estudio, cuya muestra es de 126 estudiantes. La prueba de normalidad permitirá definir el tipo de análisis que se realizará, el cual será paramétrico si la distribución poblacional de la variable es normal o no paramétrico en caso contrario. Si se determina que la distribución es normal se realizará análisis paramétrico para establecer la existencia de correlación entre las variables, a través de la prueba de correlación de Pearson; si no son normales se aplica el análisis no paramétrico, utilizando la prueba de correlación de Spearman (Hernández et al., 2014). Para ello, se parte de lo siguiente:

$H_0$  = La variable seleccionada no tiene una distribución normal.

$H_a$  = La variable seleccionada tiene una distribución normal.

Nivel de significancia = 5% (0.05).

Regla de decisión = Si el p obtenido se encuentra por debajo del 5% establecido, entonces se procede a aceptar la hipótesis nula ( $H_0$ ), por lo que la variable no se distribuye normalmente. En caso contrario, si se constata que  $p > 0.05$ , entonces se rechazará  $H_0$ , o lo que es igual, se acepta la hipótesis alternativa ( $H_a$ ); así la variable se distribuye como una normal.

**Tabla 14**

*Evaluación de la normalidad de las variables a través de la prueba de Kolmogorov-Smirnov (K-S)*

Variable	Estadístico K-S	p-valor	Criterio de aceptación $H_0$
Sentido del humor	0.160	0.000	p-valor < 0.05
Resiliencia	0.057	0.200	p-valor > 0.05

En la Tabla 14, se aprecia que la variable sentido del humor no se distribuye como una normal dado que  $p\text{-valor} < 0.05$ , para la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov. Visto este resultado, se aplicará la prueba de significancia de correlación de Spearman, para comprobar las hipótesis del estudio, ya que esta acepta distribuciones no normales (Hernández et al., 2014).

Para evaluar los niveles de correlación resultantes de la prueba de coeficiente de correlación de Spearman, se utilizó la siguiente tabla de interpretación:

**Tabla 15**

*Interpretación del coeficiente de correlación*

Valor del coeficiente	Interpretación
-1	Correlación negativa perfecta
-0.90	Correlación negativa muy fuerte
-0.75	Correlación negativa considerable
-0.50	Correlación negativa media
-0.10	Correlación negativa débil
0.00	No existe correlación alguna entre las variables
+0.10	Correlación positiva débil
+0.50	Correlación positiva media
+0.75	Correlación positiva considerable
+0.90	Correlación positiva muy fuerte
+1.00	Correlación positiva perfecta

*Nota.* Tomado de Hernández et al. (2014)

**Tabla 16**

*Relación entre las dimensiones de la variable estilo de humor y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021*

Variable	Rho	p	Hipótesis
Humor afiliativo	0.428	0.000	Tercera
Automejoramiento personal	0.313	0.000	Cuarta
Humor agresivo	-0.314	0.000	Quinta
Humor autodescalificador	0.324	0.000	Sexta

*Nota.* Resultados de la prueba de correlación de Spearman para las hipótesis específicas del estudio.

**Hipótesis específica 3:** Con respecto a la tercera hipótesis específica, se parte de las siguientes hipótesis estadísticas:

$H_0$  = El coeficiente de correlación de Spearman no es significativo. No existe una relación significativa entre el estilo de humor afiliativo y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021.

$H_a$  = El coeficiente de correlación de Spearman es significativo. Existe una relación significativa entre el estilo de humor afiliativo y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021.

Nivel de significancia = 5% (0.05).

Regla de decisión = Si el valor obtenido de  $p$  está por debajo del 5% de significancia, entonces se rechaza la hipótesis nula ( $H_0$ ), por lo que las variables indicadas se relacionan significativamente; por el contrario, si se observa que  $p > 0.05$ , entonces se rechazará la hipótesis alternativa ( $H_a$ ) de la existencia de una asociación entre las variables.

En la Tabla 16, se confirma la existencia de una relación significativa entre la dimensión humor afiliativo y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021, visto que  $p < 0.05$ . En este caso, se obtuvo un  $\rho = 0.428$ , el cual evidencia una relación positiva y débil entre las variables; en otras palabras, si una aumenta la otra también y viceversa.

**Hipótesis específica 4:** En cuanto a la cuarta hipótesis específica, se tiene lo siguiente:

$H_0$  = El coeficiente de correlación de Spearman no es significativo. No existe una relación significativa entre el estilo de humor de automejoramiento personal y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021.

$H_a$  = El coeficiente de correlación de Spearman es significativo. Existe una relación significativa entre el estilo de humor de automejoramiento personal y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021

Nivel de significancia = 5% (0.05).

Regla de decisión = Si el valor obtenido de  $p$  está por debajo del 5% de significancia, entonces se rechaza la hipótesis nula ( $H_0$ ), por lo que las variables indicadas se relacionan significativamente; por el contrario, si se observa que  $p > 0.05$ , entonces se rechazará la hipótesis alternativa ( $H_a$ ) de la existencia de una asociación entre las variables.

En la Tabla 16 se confirma la existencia de una relación significativa entre el humor de automejoramiento personal y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021, visto que  $p < 0.05$ . En este caso, se obtuvo un  $\rho = 0.313$ , el cual evidencia una relación positiva y débil entre las variables, lo que significa que si una aumenta, la otra también y viceversa.

**Hipótesis específica 5:** En lo que respecta a la quinta hipótesis específica, se tiene lo siguiente:

$H_0$  = El coeficiente de correlación de Spearman no es significativo. No existe una relación significativa entre el estilo de humor agresivo y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021.

$H_a$  = El coeficiente de correlación de Spearman es significativo. Existe una relación significativa entre el estilo de humor agresivo y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021.

Nivel de significancia = 5% (0.05).

Regla de decisión = Si el valor obtenido de  $p$  está por debajo del 5% de significancia, entonces se rechaza la hipótesis nula ( $H_0$ ), por lo que las variables indicadas se relacionan

significativamente; por el contrario, si se observa que  $p > 0.05$ , entonces se rechazará la hipótesis alternativa ( $H_a$ ) de la existencia de una asociación entre las variables.

En la Tabla 16 se confirma la existencia de una relación significativa entre el humor agresivo y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021, visto que  $p < 0.05$ . En este caso, se obtuvo un  $\rho = -0.314$ , el cual evidencia una relación negativa y débil entre las variables, lo que significa que si una aumenta, la otra disminuye y viceversa.

**Hipótesis específica 6:** En lo que respecta a la sexta hipótesis específica, se tiene lo siguiente:

$H_0$  = El coeficiente de correlación de Spearman no es significativo. No existe una relación significativa entre el estilo de humor autodescalificador y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021.

$H_a$  = El coeficiente de correlación de Spearman es significativo. Existe una relación significativa entre el estilo de humor autodescalificador y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021.

Nivel de significancia = 5% (0.05).

Regla de decisión = Si el valor obtenido de  $p$  está por debajo del 5% de significancia, entonces se rechaza la hipótesis nula ( $H_0$ ), por lo que las variables indicadas se relacionan significativamente; por el contrario, si se observa que  $p > 0.05$ , entonces se rechazará la hipótesis alternativa ( $H_a$ ) de la existencia de una asociación entre las variables.

En la Tabla 16 se confirma la existencia de una relación significativa entre el humor autodescalificador y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021, visto que  $p < 0.05$ . En este caso, se obtuvo un  $\rho = 0.324$ , el cual evidencia una relación positiva y débil entre las variables, lo que significa que si una aumenta, la otra también y viceversa.

**Hipótesis específica 7:** En lo que concierne a la séptima hipótesis específica, existe diferencia significativa entre los estilos del sentido del humor y la resiliencia, según sexo y grado de estudios. Así, se tiene lo siguiente:

Visto que las variables no tienen una distribución normal, se emplearon las pruebas U de Mann Whitney (sexo) y H de Krushall-Wallis (grado de estudios), partiendo de las siguientes hipótesis:

$H_0$  = No hay diferencias entre grupos

$H_1$  = Hay diferencias entre grupos.

Nivel de significancia = 5% (0.05).

Regla de decisión: si p-valor de la prueba está por debajo del nivel de significancia, entonces se acepta la hipótesis alternativa, hay diferencias en la media de las variables según sexo o grupo de estudios.

**Tabla 17**

*Prueba U de Mann-Whitney y regla de decisión para las variables sentido del humor y resiliencia, y sus dimensiones, por sexo*

<b>Variable</b>	<b>Estadístico U de M-W</b>	<b>p-valor</b>	<b>Decisión</b>
<b>Sentido del humor</b>	1674.500	0.130	Se acepta la hipótesis nula
Humor afiliativo	1875.500	0.594	Se acepta la hipótesis nula
Humor de automejoramiento	1863.500	0.554	Se acepta la hipótesis nula
Humor agresivo	1806.500	0.384	Se acepta la hipótesis nula
Humor autodescalificador	1793.500	0.335	Se acepta la hipótesis nula
<b>Resiliencia</b>	1784.500	0.329	Se acepta la hipótesis nula
Satisfacción personal	1902.500	0.686	Se acepta la hipótesis nula
Ecuanimidad	1863.500	0.552	Se acepta la hipótesis nula
Sentirse bien solo	1632.500	0.084	Se acepta la hipótesis nula
Confianza en sí mismo	1673.000	0.128	Se acepta la hipótesis nula
Perseverancia	1763.000	0.279	Se acepta la hipótesis nula



**Tabla 18***Variables sentido del humor y resiliencia, y sus dimensiones, por sexo*

Variable	Sexo	N	Rango promedio	Estadístico U de M-W	Z	Sig.
<b>Sentido del humor</b>	Femenino	63	58.58	1674.500	-1.513	0.130
	Masculino	63	68.42			
	Total	126				
Humor afiliativo	Femenino	63	61.77	1875.500	-0.534	0.594
	Masculino	63	65.23			
	Total	126				
Humor de automejoramiento	Femenino	63	61.58	1863.500	-0.591	0.554
	Masculino	63	65.42			
	Total	126				
Humor agresivo	Femenino	63	60.67	1806.500	-0.871	0.384
	Masculino	63	66.33			
	Total	126				
Humor autodescalificador	Femenino	63	60.46	1793.500	-0.964	0.335
	Masculino	63	66.54			
	Total	126				
<b>Resiliencia</b>	Femenino	63	66.67	1784.500	-0.976	0.329
	Masculino	63	60.33			
	Total	126				
Satisfacción personal	Femenino	63	62.19	1902.000	-0.404	0.686
	Masculino	63	64.81			
	Total	126				
Ecuanimidad	Femenino	63	65.42	1863.500	-0.594	0.552
	Masculino	63	61.58			
	Total	126				
Sentirse bien solo	Femenino	63	69.09	1632.500	-1.729	0.084
	Masculino	63	57.91			
	Total	126				
Confianza en sí mismo	Femenino	63	68.44	1673.000	-1.522	0.128
	Masculino	63	58.56			
	Total	126				
Perseverancia	Femenino	63	67.02	1763.000	-1.083	0.279
	Masculino	63	59.98			
	Total	126				

*Nota.* Resultados de la prueba U de Mann-Whitney.

Se puede observar en las Tablas 17 y 18 que no existen diferencias significativas entre grupos por sexo ni en la variable sentido del humor ni en sus dimensiones, visto que  $p > 0.05$  en todos los casos.

Así mismo, se muestra en las Tablas 17 y 18 que no existen diferencias significativas entre grupos tomando en cuenta el sexo, ni en la variable resiliencia ni en sus dimensiones, visto que  $p > 0.05$  en todos los casos.

Para aplicar la prueba H de Krushall-Wallis (grado de estudios) se parte de las siguientes hipótesis:

$H_0$  = No hay diferencias significativas entre grupos

$H_1$  = Hay diferencias significativas entre grupos

Nivel de significancia = 5% (0.05).

Regla de decisión: si p-valor de la prueba está por debajo del nivel de significancia, entonces se acepta la hipótesis alternativa, hay diferencias en la media de las variables según sexo o grupo de estudios.

### Tabla 19

*Prueba H de Krushall-Wallis y regla de decisión para las variables sentido del humor y resiliencia, y sus dimensiones, por grado de estudios*

Variable	Estadístico H	p-valor	Decisión
<b>Sentido del humor</b>	3.294	0.193	Aceptar hipótesis nula
Humor afiliativo	3.319	0.190	Aceptar hipótesis nula
Humor de automejoramiento	5.509	0.064	Aceptar hipótesis nula
Humor agresivo	6.357	0.042	Rechazar hipótesis nula
Humor autodescalificador	3.996	0.136	Aceptar hipótesis nula
<b>Resiliencia</b>	6.227	0.044	Rechazar hipótesis nula
Satisfacción personal	6.693	0.035	Rechazar hipótesis nula
Ecuanimidad	0.502	0.778	Aceptar hipótesis nula
Sentirse bien solo	15.317	0.000	Rechazar hipótesis nula
Confianza en sí mismo	4.505	0.105	Aceptar hipótesis nula
Perseverancia	4.585	0.101	Aceptar hipótesis nula

**Tabla 20***Variables sentido del humor y resiliencia, y sus dimensiones, por grado de estudios*

<b>Variable</b>	<b>Grado</b>	<b>n</b>	<b>Rango promedio</b>	<b>Estadístico H</b>	<b>Sig.</b>
<b>Sentido del humor</b>	3.º	26	59.75	3.294	0.193
	4.º	47	57.82		
	5.º	53	70.28		
	Total	126			
Humor afiliativo	3.º	26	57.17	3.319	0.190
	4.º	47	59.24		
	5.º	53	70.38		
	Total	126			
Humor de automejoramiento	3.º	26	77.94	5.509	0.064
	4.º	47	57.38		
	5.º	53	61.84		
	Total	126			
Humor agresivo	3.º	26	52.00	6.357	0.042
	4.º	47	73.29		
	5.º	53	60.46		
	Total	126			
Humor autodescalificador	3.º	26	57.92	3.996	0.136
	4.º	47	58.24		
	5.º	53	70.90		
	Total	126			
<b>Resiliencia</b>	3.º	26	59.02	6.227	0.044
	4.º	47	55.38		
	5.º	53	72.90		
	Total	126			
Satisfacción personal	3.º	26	73.35	6.693	0.035
	4.º	47	52.95		
	5.º	53	68.03		
	Total	126			
Ecuanimidad	3.º	26	61.52	0.502	0.778
	4.º	47	61.56		
	5.º	53	66.19		
	Total	126			
Sentirse bien solo	3.º	26	56.88	15.317	0.000
	4.º	47	50.69		
	5.º	53	78.10		
	Total	126			
Confianza en sí mismo	3.º	26	53.02	4.505	0.105
	4.º	47	61.03		
	5.º	53	70.83		
	Total	126			
Perseverancia	3.º	26	62.73	4.585	0.101
	4.º	47	55.43		

5.º	53	71.04
Total	126	

---

Tal como se desprende de las Tablas 19 y 20, solo en el caso de humor agresivo, resiliencia, satisfacción personal y sentirse bien solo se comprobó que existen diferencias significativas entre los grupos por grado, visto que  $p$  es menor que 0.05 en estos casos. En el caso del humor agresivo, la mayor diferencia estuvo entre 3.º y 4.º grado, favorable a este último. Para la resiliencia, la mayor diferencia estuvo entre 4.º y 5.º grado, favorable al 5.º grado. En el caso de la dimensión satisfacción personal, la mayor diferencia la presentaron en 5.º grado y en sentirse bien solo la mayor diferencia estuvo entre 4.º y 5.º grado, favorable al 5.º grado.

**Hipótesis general:** Para la evaluación de la hipótesis general del estudio, se parte de las siguientes hipótesis estadísticas:

$H_0$  = El coeficiente de correlación de Spearman no es significativo. No existe relación significativa entre el sentido del humor y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021.

$H_a$  = El coeficiente de correlación de Spearman es significativo. Existe relación significativa entre el sentido del humor y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021.

Nivel de significancia = 5% (0.05).

Regla de decisión = Si el valor obtenido de  $p$  está por debajo del 5% de significancia, entonces se rechaza la hipótesis nula ( $H_0$ ), por lo que las variables indicadas se relacionan significativamente; por el contrario, si se observa que  $p > 0.05$ , entonces se rechazará la hipótesis alternativa ( $H_a$ ) de la existencia de una asociación entre las variables.

**Tabla 21**

*Relación entre el sentido del humor y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021*

<b>Variable</b>	<b>Estadístico</b>	<b>Resiliencia</b>
	N	126
Sentido del humor	Rho	0.408
	P	0.000

*Nota.* Prueba de correlación entre las variables del estudio.

En la Tabla 21 se confirma la existencia de una relación significativa entre las variables sentido del humor y resiliencia, en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021, visto que  $p < 0.05$ . En este caso, se obtuvo un  $\rho = 0.408$ , el cual evidencia una relación positiva y débil entre las variables, es decir, si una aumenta, la otra también y viceversa.

### **4.3 Discusión**

En el presente estudio se determinó que la variable sentido del humor fue calificada según la escala general de elaboración propia que se estableció a partir de la aplicación del instrumento (escala del sentido del humor) a toda la muestra de alumnos; de acuerdo con ello, los niveles globales obtenidos fueron: como bajo 35.7% ( $n = 45$ ), medio por el 49.2% ( $n = 62$ ) y alto por el 15.1% ( $n = 19$ ), lo que quiere decir que la mayoría de los estudiantes se ubicó en el nivel medio (promedio), es decir, que expresaron tener una buena disposición a lo gracioso y divertido, ya sea que puedan tener una connotación positiva y/o negativa. En lo que respecta a los niveles de los estilos del sentido del humor, según los baremos que establece el instrumento aplicado, dentro de lo que se ha considerado los estilos de humor positivos, prevalece el estilo de humor afiliativo alto 57.9% ( $n = 73$ ), lo que implica que un gran número de los sujetos son graciosos, con un estilo desprovisto de hostilidad, solo con el fin de reír y compartir historias divertidas con los demás. En el caso contrario, en lo que se ha considerado los estilos de humor negativos, prevalece el estilo de humor autodescalificador

alto 69.9% (n = 78), lo que quiere decir que la mayoría emplea el humor para ser aceptado por los demás, aun cuando esto implique ridiculizarse o exponerse frente a otros.

La variable resiliencia fue calificada como baja por el 27.0% (n = 34) y alta por el 73.0% (n = 92), lo que permite afirmar que tienen una resiliencia alta o, lo que es lo mismo, poseen en gran medida las competencias personales que les permiten sobrellevar y soportar las presiones, cambios e inconvenientes que se les presentan.

En lo que concierne al primer objetivo específico, identificar los niveles de los estilos del sentido del humor en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021, se determinó que la valoración media de la variable sentido del humor fue 1.79, que la puntuación que más se repitió fue el nivel medio (49.2%, n = 62), que la variable tiene una distribución asimétrica positiva y una baja concentración de los datos. En lo que respecta a sus dimensiones, las que obtuvieron las calificaciones más altas fueron: humor afiliativo (nivel alto, 57.9%, n = 73) y humor descalificador (nivel alto, 69.9%, n = 78), mientras que las más bajas las tuvieron el agresivo (nivel bajo, 93.7%, n = 118) y el de automejoramiento (53.2%, n = 67), lo que quiere decir que, de los estilos de humor positivos, los encuestados realizan más acciones de humor afiliativo que las de automejoramiento; y en el caso de las negativas, ponen más que práctica el humor descalificador que el agresivo.

Este resultado se asemeja en parte al obtenido por Salavera y Usán (2017), quienes indicaron que los adolescentes hacen un mayor uso de los estilos de humor positivo: humor afiliativo ( $\chi=31.81$ ;  $s=4.45$ ) y humor de automejora ( $\chi=26.38$ ;  $s=5.10$ ), mientras que usan menos los estilos de humor negativos: humor agresivo ( $\chi=18.98$ ;  $s=3.93$ ) y humor contraproducente ( $\chi=16.99$ ;  $s=4.56$ ). Por lo que coincide con este estudio en el caso del alto uso del humor afiliativo y poco uso del humor agresivo, y contrasta en la frecuencia de uso del humor de automejora y contraproducente o descalificador.

También, Romero (2019) describió los estilos predominantes del sentido del humor en adolescentes, donde determinó que existe diferencia estadísticamente significativa en los estilos de humor que resaltan en los estudiantes: afiliativo ( $t=-1.773$ ;  $p=0.04$ ), mejoramiento ( $t=4.337$ ,  $p=0.000$ ), agresión ( $t=5.240$ ;  $p=0.000$ ) y descalificador ( $t=-1.773$ ;  $p=0.04$ ). Concluyó que los varones registraron niveles más altos de humor: autodescalificador, automejoramiento y agresivo, en comparación con las mujeres.

Respecto al segundo objetivo específico, identificar los niveles de resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021, se determinó que la media de esta variable es 2.46, siendo el nivel alto el que más se repite ( $n = 92$ , 73.0%), la distribución es asimétrica negativa y con baja concentración de los datos alrededor de la media. No obtuvo ninguna calificación en el nivel medio. En cuanto a sus dimensiones, los niveles más altos las obtuvieron: sentirse bien solo (31.7%,  $n = 40$ ) y perseverancia (22.2%,  $n = 28$ ) y los más bajos: confianza en sí mismo (33.3%,  $n = 42$ ) y satisfacción personal (29.4%,  $n = 37$ ). Todas las dimensiones concentraron sus datos en el nivel medio.

En el estudio de Capcha (2020), se encontró que los adolescentes mostraron niveles de resiliencia moderados en un 40.5%, bajos en un 37.9% y altos en un 21.6%. Estos resultados difieren de los encontrados en esta investigación. En su caso, las dimensiones con más baja puntuación fueron: ecuanimidad (52.3%), confianza en sí mismo (37.3%), satisfacción personal (50.0%) y sentirse bien solo (43.8%), en tanto que en el presente trabajo las dimensiones concentraron el mayor porcentaje en el nivel medio.

En lo referente al tercer objetivo específico, identificar la relación entre el estilo de humor afiliativo y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021, se determinó que existe una relación significativa entre la dimensión humor afiliativo y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021, visto que  $p < 0.05$  y se obtuvo

un  $\rho = 0.428$ , el cual evidencia una relación positiva y débil entre las variables; en otras palabras, si una aumenta, la otra también y viceversa.

Salavera y Usán (2018) demostraron que el control de las emociones influye en el uso del humor afiliativo de manera positiva. Estos mismos autores, en su investigación del 2017, comprobaron que los adolescentes hacen un mayor uso del humor afiliativo ( $\chi=31.81$ ;  $s=4.45$ ), en comparación con el uso del resto de los estilos, y demostraron también la existencia de una correlación positiva entre el humor afiliativo y la satisfacción con la vida ( $r=0.180$ ;  $p<0.05$ ), dimensión que se asemeja a la dimensión satisfacción personal de la resiliencia en el presente estudio.

Asimismo, Ñahuin y Rojo (2019) determinaron la existencia de una relación estadísticamente significativa y directa entre el humor afiliativo y la resiliencia ( $r=0.302$ ;  $p<0.01$ ), por lo que concluyeron que un mayor humor afiliativo se asocia con una mayor resiliencia. Adicionalmente, Bouroncle (2018) demostró la existencia de una relación positiva significativa entre el bienestar psicológico y el humor afiliativo ( $r =0.34$ ,  $p<0.01$ ), considerando que el bienestar psicológico contiene a las dimensiones satisfacción personal, ecuanimidad y confianza en sí mismo de la resiliencia.

En lo referente al cuarto objetivo específico, identificar la relación entre el estilo de humor de automejoramiento personal y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021, se demostró que sí existe una relación significativa entre el humor de automejoramiento personal y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021, visto que  $p < 0.05$ . En este caso, se obtuvo un  $\rho = 0.313$ , el cual evidencia una relación positiva y débil entre las variables, lo que significa que si una aumenta, la otra también y viceversa.



Este resultado es similar al obtenido por Salavera y Usán (2018), quienes revelaron la existencia de un efecto indirecto y significativo del humor de automejora con la regulación de emociones ( $B=0.53$ ,  $p<0.01$ ;  $R^2=44.5\%$ ), lo que les permitió concluir que ambas variables están relacionadas en los estudiantes de secundaria, por lo que una mayor regulación de las emociones lleva a un mayor uso del humor de automejora. Estos mismos autores en su estudio del año 2017, no solo confirmaron un alto uso del estilo de humor de automejora, sino que también confirmaron la existencia de una correlación significativa entre este estilo de humor y la satisfacción con la vida ( $r=0.215$ ;  $p<0.05$ ); esta última se asemeja a la dimensión satisfacción personal de la variable resiliencia.

Por su parte, Ñahuin y Rojo (2019) comprobaron una relación significativa y directa entre el humor de automejoramiento y la resiliencia ( $r=0.443$ ;  $p<0.01$ ), por lo que concluyeron que un mayor humor de automejoramiento se asocia con una mayor resiliencia. Resultados que también coinciden con los obtenidos por Bouroncle (2018), pues demostró la existencia de una relación positiva significativa entre el bienestar psicológico (contenido en las dimensiones satisfacción personal, ecuanimidad y confianza en sí mismo de la variable resiliencia) y el estilo de humor orientado al mejoramiento personal ( $r =0.48$ ,  $p<0.01$ ), lo que le lleva a concluir que este estilo de humor es un factor predictor del bienestar psicológico.

Respecto al quinto objetivo específico, identificar la relación entre el estilo de humor agresivo y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021, se determinó la existencia de una relación significativa entre el humor agresivo y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021, visto que  $p < 0.05$ . En este caso, se obtuvo un  $\rho = -0.314$ , el cual evidencia una relación negativa y débil entre las variables, lo que significa que si una aumenta, la otra disminuye y viceversa.

Este resultado se asemeja al obtenido por Salavera y Usán (2018), quienes demostraron que existe una relación entre la regulación de las emociones y los estilos del

humor, concluyendo que una mayor regulación de las emociones resulta en un menor uso del humor agresivo ( $\beta=0.22$ ,  $p<0.05$ ). También, Salavera y Usán (2017) obtuvieron resultados similares al comprobar que la satisfacción con la vida (que se asemeja a la dimensión satisfacción personal de este estudio) presentó una correlación significativa inversa con el humor agresivo ( $r=-0.199$ ;  $p<0.05$ ), de lo que concluyeron que un bajo uso del humor agresivo influye en la satisfacción con la vida de los estudiantes de secundaria.

Adicionalmente, Ñahuin y Rojo (2019), en su estudio, encontraron que el humor agresivo presentó una relación inversa con la resiliencia ( $r=-0.250$ ;  $p<0.001$ ). También Bouroncle (2018) pudo comprobar una relación indirecta entre los estilos de humor agresivo ( $r=-0.17$ ,  $p<0.01$ ) y el bienestar psicológico, por lo que concluyó que este tipo de humor es un factor predictivo (negativo) del bienestar psicológico.

En lo concerniente al sexto objetivo específico, identificar la relación entre el estilo de humor autodescalificador y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021, se confirmó la existencia de una relación significativa entre el humor agresivo y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021, visto que  $p < 0.05$ . En este caso, se obtuvo un  $\rho = 0.324$ , el cual evidencia una relación positiva y débil entre las variables, lo que significa que si una cambia, la otra también y viceversa.

Tales resultados se asemejan a los obtenidos por Salavera y Usán (2018), donde se comprobó que el humor contraproducente exhibió un efecto indirecto y significativo con la comprensión de las emociones ( $\beta=0.22$ ,  $p<0.05$ ), de lo que se concluyó que una mayor regulación de las emociones resulta en un mayor uso de este estilo de humor. Por otra parte, Moore y Woodcock (2017) también demostraron una relación entre emociones negativas, semejantes al humor descalificador, como la depresión [ $F(df)=8.57(1.103)$ ,  $p<0.01$ ], la ansiedad [ $F(df)=9.00(1.104)$ ,  $p<0.01$ ] y la resiliencia, por lo que concluyeron que los

estudiantes con niveles más bajos de depresión y ansiedad presentaban más subfactores de resiliencia, como optimismo, adaptabilidad y confianza.

Otra investigación que aporta en este sentido es la realizada por Bouroncle (2018), donde se comprobó la existencia de una relación indirecta con el estilo de humor autodescalificador ( $r = -0.35$ ,  $p < 0.01$ ). De acuerdo con ello, concluyó que este estilo de humor es un factor predictor del bienestar psicológico, semejante al bienestar personal de la variable resiliencia, y sus dimensiones en adolescentes limeños escolares, debido a la ocurrencia negativa con el humor autodescalificador. En contraposición con todos los resultados expuestos de investigaciones similares, Ñahuin y Rojo (2019), en su estudio, no encontraron ninguna relación significativa entre el humor autodescalificador y la resiliencia ( $r = -0.057$ ;  $p > 0.001$ ).

En cuanto al sétimo objetivo, identificar la diferencia entre los estilos del sentido del humor y la resiliencia, según el sexo y grado de estudios en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021, se obtuvo que no existen diferencias significativas entre grupos por sexo, ni en la variable sentido del humor ( $U = 1674.500$ ,  $p = 0.130$ ) ni en sus dimensiones: humor afiliativo ( $U = 1875.500$ ,  $p = 0.594$ ), humor de automejoramiento ( $U = 1863.500$ ,  $p = 0.554$ ), humor agresivo ( $U = 1806.500$ ,  $p = 0.384$ ) y humor autodescalificador ( $U = 1793.500$ ,  $p = 0.335$ ), visto que  $p > 0.05$  en todos los casos. Tampoco se encontraron diferencias estadísticamente significativas en cuanto al sexo en la variable resiliencia ( $U = 1784.500$ ,  $p = 0.329$ ) ni en sus dimensiones: satisfacción personal ( $U = 1902.500$ ,  $p = 0.686$ ), ecuanimidad ( $U = 1863.500$ ,  $p = 0.552$ ), sentirse bien solo ( $U = 1632.500$ ,  $p = 0.084$ ), confianza en sí mismo ( $U = 1673.000$ ,  $p = 0.128$ ) y perseverancia ( $U = 1763.000$ ,  $p = 0.279$ ), visto que  $p > 0.05$  en todos los casos.

Este resultado se puede comparar al obtenido por Moore y Woodcock (2017), quienes no encontraron diferencias significativas en cuanto al género en la resiliencia, concluyendo

que el género no parecía ser una variable influyente con respecto a la resiliencia. Por otra parte, sobre el sentido del humor, Romero (2019) sí encontró diferencias estadísticamente significativas en los estilos de humor predominante en los estudiantes según el sexo: en el caso de los varones, se registraron niveles más alto que las mujeres en los estilos autodescalificador, automejoramiento y agresión; en tanto, ellas obtuvieron un nivel mayor en afiliación. Se concluyó que los varones, en comparación con las mujeres, poseen menos habilidades para las relaciones interpersonales utilizando la agresión hacia sus pares y para sí mismos, mientras que bromear y reír con los demás, reduciendo de esta manera las tensiones y sin recurrir a la agresividad u hostilidad, es una actitud más común en las mujeres. Cabe mencionar el estudio de Chauca (2018), quien obtuvo entre sus resultados que los adolescentes tanto varones (32.8%) como mujeres (17.1%) presentaron un nivel medio de resiliencia.

Respecto a identificar la diferencia entre los estilos del sentido del humor y la resiliencia, según el grado de estudios en alumnos, durante el Covid-19 - Tarma 2021, se determinó que solo existen diferencias significativas en el caso del humor agresivo ( $H = 6.357$ ,  $p = 0.042$ ), resiliencia ( $H = 6.227$ ,  $p = 0.044$ ), satisfacción personal ( $H = 6.693$ ,  $p = 0.035$ ) y sentirse bien solo ( $H = 15.317$ ,  $p = 0.000$ ); en el resto de los casos no se encontraron, puesto que  $p$  es mayor que 0.05.

En cuanto al objetivo general, determinar la relación entre el sentido del humor y resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021, se demostró la existencia de una relación significativa, positiva y débil entre la resiliencia y el sentido del humor, con  $p < 0.05$  y  $\rho = 0.408$ , lo que significa que, si aumenta una de las variables, la otra también. Estos resultados coinciden con los obtenidos por Ñahuin y Rojo (2019), quienes encontraron una relación estadísticamente significativa y directa entre el humor y la resiliencia, estudio que también fue realizado en adolescentes de entre 11 y 17 años.

En el estudio de Edwards et al. (2016), sus resultados encontraron correlaciones negativas y estadísticamente significativas entre la resiliencia y la cantidad de adversidad en la relación padre/tutor ( $r=-0.344$ ,  $N=161$ ,  $p<0.001$ ), donde concluyeron que altos niveles de adversidad estaban relacionados con niveles más bajos de resiliencia, es decir, se determinó una correlación negativa entre la resiliencia y una emoción negativa, lo que permite ilustrar la existencia de una relación entre resiliencia y una emoción negativa. En el caso de este estudio, se demostró la relación entre la resiliencia y una emoción, sentido del humor, que también tiene una parte positiva (afiliativo y automejoramiento) y negativa (agresivo y autodescalificador). Los hallazgos de Rodríguez et al. (2016), asimismo, son similares a los de esta investigación, ya que sus resultados evidenciaron correlaciones estadísticamente significativas entre la resiliencia y el componente emocional de la implicación escolar ( $r = 0.354$ ,  $p< 0.01$ ), por lo que concluyeron que los adolescentes con mayor resiliencia se encuentran más implicados en lo escolar y son más participativos; por lo tanto, la resiliencia es un factor trascendental en su desarrollo. En el caso del presente estudio, el sentido del humor se relaciona con la resiliencia, lo que también puede ser determinante en el desarrollo de las habilidades cognitivas y su capacidad de relacionarse adecuadamente con sus semejantes.

Cabe mencionar los resultados del estudio realizado por Salavera y Usán (2017), quienes comprobaron que la satisfacción por la vida, que tiene que ver con la dimensión satisfacción personal de la resiliencia en esta investigación, presentó una correlación con los estilos positivos del humor: afiliativo ( $r=0.180$ ;  $p<0.05$ ) y de automejora ( $r=0.215$ ;  $p<0.05$ ), y de manera inversa con el humor agresivo ( $r=-0.199$ ;  $p<0.05$ ); por lo que concluyen que el uso cotidiano del estilo del humor positivo puede servir para tener una mejor percepción de la satisfacción con la vida.

Los resultados del estudio de Moore y Woodcock (2017) refuerzan los de este trabajo, al encontrar que los estudiantes con más bajos niveles de depresión y ansiedad (estados de ánimos similares a los estilos de humor negativos y opuestos a los positivos) presentaban más subfactores de resiliencia —optimismo, adaptabilidad y confianza— que los participantes con niveles más altos; por lo que concluyeron que la presencia de subfactores de resiliencia era un elemento protector contra la depresión y la ansiedad.

Adicionalmente, los resultados de Salavera y Usán (2018) son semejantes a los de este estudio, ya que ellos demostraron la relación entre las emociones y dos estilos de humor: humor de automejora ( $B=0.53$ ,  $p<0.01$ ;  $R^2=44.5\%$ ) y humor contraproducente ( $\beta=0.22$ ,  $p<0.05$ ); por lo tanto, concluyeron que ambas variables están relacionadas, así que un mayor control en las emociones en estudiantes de secundaria resulta en un mayor uso del humor, tanto en sus estilos positivos (afiliativo y de automejora) como negativos (agresivo y autodestructivo).

## CONCLUSIONES

1. Se determinó en cuanto a los niveles globales establecidos, que el 35.7% ( $n = 45$ ) de los estudiantes presenta bajo nivel del sentido del humor, mientras que el 49.2% ( $n = 62$ ) medio. Por otra parte, el 15.1% ( $n = 19$ ) tienen un nivel alto. Con respecto a los niveles de los estilos del sentido del humor, prevalecen el humor afiliativo: alto 57.9% ( $n = 73$ ) y el estilo de humor autodescalificador: alto 69.9% ( $n = 78$ ).
2. Se determinó que el 27.0% de los encuestados calificó en un nivel bajo la resiliencia, ninguno la evaluó en nivel medio y el 73.0% en un nivel alto.
3. Se confirmó la existencia de una relación significativa, positiva y débil entre la dimensión humor afiliativo y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021 ( $\rho = 0.428$ ,  $p < 0.05$ ).
4. Se determinó la existencia de una relación significativa, positiva y débil entre el humor de automejoramiento personal y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021 ( $\rho = 0.313$ ,  $p < 0.05$ ).
5. Se comprobó la existencia de una relación significativa, negativa y débil entre el humor agresivo y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021 ( $\rho = -0.314$ ,  $p < 0.05$ ).
6. Se determinó la existencia de una relación significativa, positiva y débil entre el humor autodescalificador y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021 ( $\rho = 0.324$ ,  $p < 0.05$ ).
7. Se comprobó que no existen diferencias significativas entre grupos por sexo ni en la variable sentido del humor y sus dimensiones ni en la resiliencia y sus dimensiones,  $p > 0.05$  en todos los casos. En el caso de las diferencias por grado, se determinó que solo existen diferencias significativas en el caso del humor agresivo ( $H = 6.357$ ,  $p = 0.042$ ), resiliencia ( $H = 6.227$ ,  $p = 0.044$ ), satisfacción personal ( $H = 6.693$ ,  $p = 0.035$ ).

y sentirse bien solo ( $H = 15.317$ ,  $p = 0.000$ ); en el resto de los casos no, puesto que  $p$  es mayor que 0.05.

8. Se comprobó una relación significativa, positiva y débil entre las variables sentido del humor y resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021, con  $\rho = 0.408$  ( $p < 0.05$ ).



## RECOMENDACIONES

A la institución educativa:

1. Se recomienda realizar jornadas de enseñanza sobre la resiliencia y cómo mejorarla, dirigidas a los estudiantes de 3.º, 4.º y 5.º grado.
2. Se recomienda realizar charlas sobre el aumento de la autoestima y el fomento del buen humor y relaciones armónicas entre la comunidad estudiantil.
3. Se recomienda realizar talleres sobre el manejo y control de la ansiedad y la depresión en medio de la pandemia de Covid-19.
4. Se recomienda a los profesores realizar actividades en clase que fomenten el humor positivo.
5. Se recomienda realizar jornadas para los padres, representantes y profesores sobre la resiliencia, para que aprendan sobre ella y puedan brindar experiencias positivas a sus hijos, representados y alumnos, predicando con el ejemplo.

A los padres y representantes de los jóvenes de 3.º, 4.º y 5.º grado de la institución educativa:

1. Se recomienda conversar con sus hijos para que indaguen cómo se sienten y cómo son sus relaciones en el colegio con el resto de la comunidad escolar, con sus amigos y con su familia.
2. Se recomienda ser corresponsables con la institución educativa en la educación emocional y psicológica de sus hijos y representados.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arias, F. (2012). *El proyecto de investigación: introducción a la metodología científica* (6a ed.). Caracas: Episteme.
- Arias, W. (enero-diciembre de 2016). ¿Es la psicología positiva presentista? Breve revisión de las críticas a la psicología positiva a la luz de la historia de la psicología y la epistemología. *Revista Peruana de Historia de la Psicología*, 2, 93-110.  
<https://historiapsiperu.org.pe/wp-content/uploads/2021/08/6.-Es-la-psicologia-positiva-presentista.pdf>
- Ávila, I. (2017). *Propiedades psicométricas de la Escala de resiliencia (ER) en alumnos de secundaria del distrito de Santiago de Cao* (Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo, Facultad de Humanidades. Trujillo, Perú).  
<https://hdl.handle.net/20.500.12692/653>
- Barron, J. (1999). *Humor and Psyche*. New York: Routledge.
- Benavent, E. (2008). El sentido del humor, una necesidad vital también para la gente mayor. *Revista de Educación Social*, (8). <https://eduso.net/res/revista/8/la-intervencion-en-la-educacion-social/el-sentido-del-humor-una-necesidad-vital-tambien-para-la-gente-mayor>
- Bernal, C. (2016). *Metodología de la investigación*. Pearson Educación.
- Bouroncle, C. (2018). *Los estilos de humor como factor predictor del bienestar psicológico en adolescentes escolares de Lima* (Tesis de licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Perú, Facultad de Psicología. Lima).  
<http://hdl.handle.net/20.500.12404/12984>
- Brown, N., Lomas, T., & Eiroa, F. (2017). *The Routledge international handbook of critical positive psychology*. Routledge.

- Camacho, N., Cortez, C., & Carrillo, A. (2020). La docencia universitaria ante la educación confinada: oportunidades para la resiliencia. *Revista Educare*, 24(3), 418-437.  
<https://doi.org/10.46498/reduipb.v24i3.1402>
- Campos, K., & Kam, S. (2020). *Desarrollo de habilidades funcionales para la autonomía en niños de 8 años con síndrome de Down de Escuela Hogar Nazareth en Guayaquil* (Trabajo de titulación, Universidad de Guayaquil, Facultad de Ciencias Psicológicas. Ecuador). <http://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/50260>
- Capcha, E. (2020). *Resiliencia en adolescentes de un centro de educación básica alternativa en el distrito de El Tambo-2019* (Tesis de licenciatura, Universidad Peruana Los Andes, Facultad de Ciencias de la Salud. Huancayo, Perú).  
<https://repositorio.upla.edu.pe/handle/20.500.12848/1658>
- Carbelo, B. (2005). *El humor en la relación con el paciente: una guía para los profesionales de la salud*. Barcelona: Masson.
- Carbelo, B., & Jáuregui, E. (2006). Emociones positivas: humor positivo. *Papeles del Psicólogo*, 27(1), 18-30. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=77827104>
- Carrasco, S. (2017). *Metodología de la investigación científica: pautas metodológicas para diseñar y elaborar el proyecto de investigación*. Lima: San Marcos .
- Carretero, H. (2005). *Sentido del humor: construcción de la Escala de apreciación del humor (EAHU)* (Tesis de doctorado, Universidad de Granada, Facultad de Psicología. España). <http://hdl.handle.net/10481/656>
- Carrillo, D. (2017). *Adaptación de la escala del sentido del humor en adolescentes escolares de instituciones educativas públicas en el distrito de Los Olivos* (Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo, Facultad de Humanidades. Lima, Perú).  
<https://hdl.handle.net/20.500.12692/3204>

- Cassaretto, M., & Martínez, P. (2009). Validación de la Escala del sentido del humor en estudiantes universitarios. *Revista de Psicología*, 27(2), 287-309.  
<https://www.redalyc.org/pdf/3378/337829513005.pdf>
- Castagnola, C., Cotrina, J., & Aguinaga, D. (enero-abril de 2021). La resiliencia como factor fundamental en tiempos de Covid-19. *Propósitos y Representaciones*, 9(1).  
<http://dx.doi.org/10.20511/pyr2021.v9n1.1044>
- Castilla, H., Coronel, J., Bonilla, A., Mendoza, M., & Barboza, M. (2016). Validez y confiabilidad de la Escala de resiliencia (*Scale Resilience*) en una muestra de estudiantes y adultos de la ciudad de Lima. *Revista Peruana de Psicología y Trabajo Social*, 4(2), 121-136. <https://hdl.handle.net/11537/26829>
- Ceberio, M. (2020). Contexto y vulnerabilidad en la crisis del Covid-19: emociones y situaciones del durante e interrogantes acerca del después. *Ajayu*, 19(1), 90-126.  
[http://www.scielo.org.bo/pdf/rap/v19n1/v19n1\\_a04.pdf](http://www.scielo.org.bo/pdf/rap/v19n1/v19n1_a04.pdf)
- Chauca, M. (2018). *Agresividad y resiliencia en adolescentes de una institución educativa secundaria nacional del distrito de Los Olivos 2018* (Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo, Facultad de Humanidades. Lima, Perú).  
<https://hdl.handle.net/20.500.12692/25478>
- Chávez, C. (1 de abril de 2021). El 33% de niños y adolescentes tiene problemas de salud mental asociados a la pandemia. *Ojo Público*. <https://ojo-publico.com/2599/tres-de-cada-10-ninos-presentan-problemas-de-salud-mental-en-peru>
- Cherry, K. (2019). What is operant conditioning and how does it work. *Verywell Mind*.  
<https://www.verywellmind.com/operant-conditioning-a2-2794863>

- Christoff, M., & Dauphin, B. (2017). Freud's theory of humor. En V. Zeigler-Hill, T.K. Shackelford, *Encyclopedia of personality and individual differences* (pp. 1-3). Detroit: Springer International Publishing.
- ComexPerú. (2 de octubre de 2020). 230,000 estudiantes dejaron de ir al colegio en 2020. <https://www.comexperu.org.pe/articulo/230000-estudiantes-dejaron-de-ir-al-colegio-en-2020>
- Compas, B. & Reeslund, K. (2009). Processes of risk and resilience during adolescence. En R. Lerner y L. Steinberg, *Handbook of adolescent psychology: Individual bases of adolescent development* (pp. 561-588). John Wiley & Sons. <https://doi.org/10.1002/9780470479193.adlpsy001017>
- De la Cruz, G. (2020). El hogar y la escuela: lógicas en tensión ante la Covid-19. En H. Casanova (coord.), *Educación y pandemia: una visión académica* (pp. 39-46). México: Universidad Nacional Autónoma de México. [http://132.248.192.241:8080/jspui/handle/IISUE\\_UNAM/537](http://132.248.192.241:8080/jspui/handle/IISUE_UNAM/537)
- De los Reyes, D. (2013). Del humor y la risa en la filosofía griega antigua. *Revista Filosofía*, (24), 23-40. <http://bdigital.ula.ve/storage/pdf/filo/n24/art02.pdf>
- Deserción escolar, ¿realmente cuántos niños han dejado el colegio? (31 de mayo de 2021). *Semana*. <https://www.semana.com/educacion/articulo/desercion-escolar-realmente-cuantos-ninos-han-dejado-el-colegio/202123/>
- Díaz-Muñoz, G. (2020). Metodología del estudio piloto. *Revista Chilena de Radiología*, 26(3), 100-104. <https://doi.org/https://scielo.conicyt.cl/pdf/rchradiol/v26n3/0717-9308-rchradiol-26-03-100.pdf>

- Edwards, K., & Martin, R. (2014). The conceptualization, measurement, and role of humor as a character strength in positive psychology. *Europe's Journal of Psychology, 10*(3), 505-519. <https://doi.org/10.5964/ejop.v10i3.759>
- Edwards, T., Catling, J., & Parry, E. (2016). Identifying predictors of resilience in students. *Psychology Teaching Review, 22*(1), 26-34. <https://eric.ed.gov/?id=EJ1146583>
- Epstein, B. (1996). *The use of humor in cognitive-behavioral therapy with outpatient depressed male adolescents*. (Clinical dissertation, Alliant International University, California School of Professional Psychology. Alameda, USA).  
<https://www.proquest.com/openview/71e85b0d6b37403c8cc60d8ff6d6e475/1>
- Epstein, R., & Joker, V. (2007). A threshold theory of the humor response. *The Behavior Analyst, 30*(1), 49-58. <https://doi.org/10.1007/BF03392145>
- Fernández, A. (enero-junio de 2017). El recurso didáctico del humor. *Revista Educación, 41*(1), 1-16. <https://www.scielo.sa.cr/pdf/edu/v41n1/2215-2644-edu-41-01-00173.pdf>
- Flecha, A. (2019). Autoaceptación y sentido/propósito vital en personas mayores institucionalizadas. *Pedagogía Social, (33)*, 137-150.  
[https://doi.org/10.7179/PSRI\\_2019.33.10](https://doi.org/10.7179/PSRI_2019.33.10)
- Flórez, N., & Sánchez, R. (2019). Optimismo, resiliencia, sentido del humor y la salud de personas con pareja. *Pensando Psicología, 15*(26), 1-24.  
<https://doi.org/10.16925/2382-3984.2019.02.03>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (Unicef). (2 de marzo de 2021). Las escuelas de más de 168 millones de niños del mundo llevan casi un año entero cerradas por completo debido a la covid-19 [Comunicado de prensa]. *Unicef*.  
<https://www.unicef.org/es/comunicados-prensa/escuelas-168-millones-ninos-llevan-casi-ano-entero-cerradas-debido-covid19>

- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (Unicef). (2020). El impacto del Covid-19 en la salud mental de adolescentes y jóvenes. *Unicef*. <https://www.unicef.org/lac/el-impacto-del-covid-19-en-la-salud-mental-de-adolescentes-y-jovenes>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (Unicef). (2017). *Manual de actividades que propicien resiliencia*. México: Unicef.
- Fraga, G. (2015). *Resiliencia: un concepto que abre cuestionamientos sobre su construcción y desarrollo* (Tesis de licenciatura, Universidad de la República, Facultad de Psicología. Montevideo, Uruguay). <https://hdl.handle.net/20.500.12008/8602>
- Gallegos, A., Sandoval, A., Espín, M., & García, D. (2020). Autoestima y violencia psicológica contra mujeres universitarias en sus relaciones de pareja. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 2(1), 139-148.  
<https://revistacneip.org/index.php/cneip/article/view/97>
- Gamarra, J. (2020). *Estilos de humor y resiliencia en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo* (Tesis de licenciatura, Universidad Señor de Sipán, Facultad de Derecho y Humanidades. Pimentel, Perú). <https://hdl.handle.net/20.500.12802/7687>
- García, E. (2020). *Resiliencia en estudiantes de secundaria en dos instituciones educativas particulares de la ciudad de Huancavelica, 2020* (Tesis de licenciatura, Universidad Peruana de los Andes, Facultad de Ciencias de la Salud. Huancayo, Perú).  
<https://repositorio.upla.edu.pe/handle/20.500.12848/2220>
- García, M. & Domínguez, E. (enero-junio de 2013). Desarrollo teórico de la resiliencia y su aplicación en situaciones adversas: una revisión analítica. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 11(1), 63-77.  
<https://revistaumanizales.cinde.org.co/rlcsnj/index.php/Revista-Latinoamericana/article/view/833>

- Gaxiola, J., & González, S. (2019). Apoyo percibido, resiliencia, metas y aprendizaje autorregulado en bachilleres. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 21(e08), 1-10. <https://doi.org/10.24320/redie.2019.21.e08.1983>
- Gökmen, A. (2019). Mediating role of the self-esteem and resilience in the association between social exclusion and life satisfaction among adolescents. *Personality and Individual Differences*, 1(109514), 1-6. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.109514>
- Goleman, D. (2002). *La inteligencia emocional*. México: McGraw-Hill.
- González, F. (julio-diciembre de 2011). ¿El sentido del humor, tiene sentido en el aula? *Revista Electrónica Educare*, 15(2), 237-251. <https://www.redalyc.org/pdf/1941/194121566017.pdf>
- Herman, H., Stewart, D., Díaz, N., Berger, E., Jackson, B., & Yuen, T. (2011). What is Resilience? *The Canadian Journal of Psychiatry*, 56(5), 258-265. <https://doi.org/10.1177/070674371105600504>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6a ed.). México D.F.: McGraw-Hill.
- Herrera, L., & Perandones, T. (2017). Felicidad subjetiva, sentido del humor y personalidad en la docencia. *INFAD*, 3(1) 401-410. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2017.n1.v3.1008>
- Herrera, M. (2020). *La resiliencia y su relación con la agresividad en adolescentes infractores* (Tesis de licenciatura, Universidad Técnica de Ambato, Facultad de Ciencias de la Salud. Ecuador). <http://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/31382>
- Innamorati, M., Pergola, F., & Sarracino, D. (2018). Psychoanalysis and the demarcation criterion: Epistemological criticism revisited and new paradigm. *World Futures*, 74(5), 297-320. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/02604027.2018.1492292>



- Instituto de Neurociencias y Políticas Públicas (Ineco). (2021). *Adolescentes y Covid-19: pandemia, su impacto en la salud mental de los y las adolescentes y la necesidad de acción*. Buenos Aires: Fundación Ineco. <https://www.fundacionineco.org/wp-content/uploads/Informe-Salud-Emocional-Adolescentes.pdf>
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (Inegi). (23 de marzo de 2021). INEGI presenta resultados de la Encuesta para la Medición del Impacto Covid-19 en la Educación (Ecovid-ED) 2020 [Comunicado de prensa]. *Inegi* (México). <https://www.inegi.org.mx/app/saladeprensa/noticia.html?id=6427>
- Jiménez, D. (2018). *Resiliencia en adolescentes y jóvenes del programa de formación y empleo de la Fundación Forge Lima Norte, 2017* (Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Federico Villarreal, Facultad de Psicología. Lima, Perú). <http://repositorio.unfv.edu.pe/handle/UNFV/2624>
- Jørgensen, I., & Nafstad, H. (2012). Positive psychology: historical, philosophical, and epistemological perspectives. En P. Linley y S. Joseph (eds.), *Positive psychology in practice* (pp. 15-34). John Wiley & Sons. <https://psycnet.apa.org/record/2004-21028-003>
- Klimovsky, G. (2018). Epistemological aspects of psychoanalytic interpretation. En R. H. Etchegoyen (ed.), *The fundamentals of psychoanalytic technique* (pp. 479-501). Routledge.
- Kuiper, N. (2020). Humor Styles Questionnaire. En V. Zeigler-Hill & T. Shackelford (eds). *Encyclopedia of Personality and Individual Differences*. Springer, Cham. [https://doi.org/10.1007/978-3-319-24612-3\\_39](https://doi.org/10.1007/978-3-319-24612-3_39)
- Labarca, C. (2012). Sentido del humor en el adulto mayor. *Telos*, 14(3), 400-414. <http://ojs.urbe.edu/index.php/telos/article/view/2127/1989>

- Lasota, A., Tomaszek, K., & Bosacki, S. (octubre de 2020). Empathy, resilience, and gratitude - Does gender make a difference? *Anales de Psicología*, 36(3), 521-532.  
<https://doi.org/10.6018/analesps.391541>
- Lillo, P. (2007). Influencia de los estilos de humor sobre las estrategias de afrontamiento en Entre Ríos. *Psicodebate*, 7, 95-118. <https://doi.org/10.18682/pd.v7i0.430>
- Lomas, T., Waters, L., Williams, P., Oades, L. G., & Kern, M. (2021). Third wave positive psychology: broadening towards complexity. *The Journal of Positive Psychology*, 16(5), 660-674. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/17439760.2020.1805501>
- López-Cortón, A. (2015). *Factores predictores de procesos resilientes en jóvenes universitarios* (Tesis de doctorado, Universidade da Coruña, Departamento de Psicología. España). <http://hdl.handle.net/2183/15355>
- López, E. (2019). Distintos estilos del sentido del humor y su relación con las conductas agresivas físicas y verbales en adolescentes argentinos. *Interdisciplinaria*, 36(2), 69-78. <https://doi.org/10.16888/interd.2019.36.2.5>
- Losada, A., & Lacasta, M. (2019). Sentido del humor y sus beneficios en salud. *Calidad de Vida & Salud*, 12(1), 2-22.  
<http://revistacdvs.uflo.edu.ar/index.php/CdVUFLO/article/view/172>
- Louca, E., Esmailnia, S. & Thoma, N. (2021). A critical review of Maslow's Theory of Spirituality. *Journal of Spirituality in Mental Health*. 1-17  
<https://doi.org/10.1080/19349637.2021.1932694>
- Macías-Valadez, M., Gama, L., Zurita, M., & Rodríguez, F. (setiembre-diciembre de 2020). Una mirada a la historia para la resiliencia ante el Covid-19. *Kuxulkab'*, 26(56), 79-92. <https://doi.org/10.19136/kuxulkab.a26n56.3847>

- Martin, R. & Ford, T. (2018). *The psychology of humor: an integrative approach*. Academic Press.
- Martin, R. (2003). Sense of humor. En S. Lopez & C. Snyder (eds.), *Positive psychological assessment: A handbook of models and measures* (pp. 313-326). Washington, D.C.: American Psychological Association.
- Martin, R. (2008). *Psicología del humor: un enfoque integrador*. Madrid: Orión.
- Martínez, J. (2014). El humor en el artículo de opinión. *Feminismo/s*, (24), 117-141.  
<http://hdl.handle.net/10045/48160>
- Meza, L., Abuabara, N., Pontón, D., Ortega, F., & Mendoza, F. (enero-junio de 2020). Factores personales de la resiliencia y desempeño académico de escolares en un contexto de vulnerabilidad. *Búsqueda*, 7(24), 1-16.  
<https://doi.org/10.21892/01239813.491>
- Meza, W., & Ríos, E. (2020). *Estudio de un caso: felicidad y resiliencia en los jóvenes de la Casa de Acogida de Don Bosco* (Tesis de grado, Universidad Científica del Sur, Facultad de Ciencias de la Salud. Lima, Perú).  
<https://hdl.handle.net/20.500.12805/1300>
- Ministerio de Educación (Mineduc). (5 de abril de 2021). Mineduc entrega detalles de cifras de deserción escolar 2021. *Ministerio de Educación* (Chile).  
<https://www.mineduc.cl/mineduc-entrega-detalles-de-cifras-de-desercion-escolar-2021/>
- Ministerio de Salud (Minsa). (24 de junio de 2021). Minsa: Casos confirmados por coronavirus Covid-19 asciende a 2 040 186 en el Perú [Comunicado de prensa]. *Gob.pe*. <https://www.gob.pe/qu/institucion/minsa/noticias/502202-minsa-casos->

confirmados-por-coronavirus-covid-19-asciende-a-2-040-186-en-el-peru-comunicado-n-587

- Moore, B., & Woodcock, S. (2017). Resilience, bullying, and mental health: factors associated with improved outcomes. *Psychology in the Schools*, 54(7), 689-702. <https://doi.org/10.1002/pits.22028>
- Novella, A. (2002). *Incremento de la resiliencia luego de la aplicación de un programa de psicoterapia breve en madres adolescentes* (Tesis de maestría, , Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Facultad de Psicología. Lima, Perú).
- Ñahuin, A., & Rojo, K. (2019). *Sentido del humor y resiliencia en adolescentes de nivel secundario en una institución educativa pública de Arequipa, 2019* (Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa; Facultad de Psicología, Relaciones Industriales y Ciencias de la Comunicación. Arequipa, Perú). <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/10533>
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (Unesco). (6 de agosto de 2020). El secretario general de las Naciones Unidas advierte de que se avecina una catástrofe en la educación y cita la previsión de la Unesco de que 24 millones de alumnos podrían abandonar los estudios. *Unesco*. <https://es.unesco.org/news/secretario-general-naciones-unidas-advierte-que-se-avecina-catastrofe-educacion-y-cita>
- Ortiz, E. (setiembre-diciembre de 2018). Estudio exploratorio sobre la utilización del humor en el proceso de enseñanza aprendizaje universitario. *Transformación*, 14(3), 343-359. <http://scielo.sld.cu/pdf/trf/v14n3/2077-2955-trf-14-03-343.pdf>
- Ortiz, N., Noroña, D., García, L., Morillo, J., Contreras, F., García, G., & González, V. (diciembre de 2020). Riesgos psicosociales y estrés laboral en el personal de salud

- Hospital Básico "Asdrúbal de la Torre" - 2020. *LaUinvestiga*, 7(2)  
<http://revistasojs.utn.edu.ec/index.php/lauinvestiga/article/view/490>
- Ovejero, M. (10 de abril de 2012). El sentido del humor como fortaleza humana. *Positive Psychology News Daily*. <https://www.researchgate.net/publication/257512711>
- Parella, S., & Martins, F. (2012). *Metodología de la investigación cuantitativa*. Caracas: Fondo Editorial de la Universidad Pedagógica Experimental Libertador.
- Palomar, J., Victorio, A., & Matus, G. (2011). Sentido del humor y optimismo: un estudio de validación. *Revista Interamericana de Psicología*, 45(2), 123-132.  
<https://www.redalyc.org/pdf/284/28422741003.pdf>
- Penagos, J. (2020). Hacia un estudio científico de la creatividad: perspectivas psicológicas contemporáneas. *Revista Interamericana de Psicología*, 54(3), 1-8.  
<https://www.researchgate.net/publication/347786926>
- Pérez, J. (2017). El desarrollo afectivo según Jean Piaget. *Revista Vinculando*, 1-17.  
[https://vinculando.org/psicologia\\_psicoterapia/desarrollo-afectivo-jean-piaget.html](https://vinculando.org/psicologia_psicoterapia/desarrollo-afectivo-jean-piaget.html)
- Pinel, C., Pérez, M. & Carrión, J. (2019). Relación entre género, resiliencia y autoconcepto académico y social en la adolescencia. *Revista de Psicología y Educación*, 14(2), 112-123. <https://doi.org/10.23923/rpye2019.02.176>
- Radomska, A. (2011). Humor from the perspective of positive psychology: implications for research on development in adulthood. *Polish Psychological Bulletin*, 42(4), 215-225.  
<https://doi.org/10.2478/v10059-011-0028-4>
- Reyes, M. (2010). *Psicología del humor: un enfoque integrador* (2008), de R. Martín [Reseña de libro]. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 42(2), 328-334.  
<https://www.redalyc.org/pdf/805/80515381014.pdf>

- Rodríguez, A., Ramos, E., Ros, I., Fernández, A., & Revuelta, L. (2016). Resiliencia e implicación escolar en función del sexo y del nivel educativo en educación secundaria. *Aula Abierta*, 44(2), 77-82. <https://doi.org/10.1016/j.aula.2015.09.001>
- Rodríguez, M. (2021). Psicólogos en el frente: la atención durante la crisis del Covid-19. De las emociones tóxicas a la salud psicológica. *Archivos de Medicina (Colombia)*, 21(1), 225-237. <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2021/03/1148448/19-psicologos-en-el-frente.pdf>
- Rodríguez, M., Pereyra, M., Gil, E., Jofré, M., De Bortoli, M., & Labiano, L. (2009). Propiedades psicométricas de la escala de resiliencia versión argentina. *Revista Evaluar*, 9(1), 72-82. <https://doi.org/10.35670/1667-4545.v9.n1.465>
- Rodríguez, Z., Casado, P., Tornés, L., Tornés, C., & Santos, R. (2018). Cumplimiento de las medidas de bioseguridad en la unidad quirúrgica de cirugía ambulatoria. *Archivo Médico Camagüey* [En línea], 22(5). <http://revistaamc.sld.cu/index.php/amc/article/view/5704/3222>
- Romero, J. (2019). *Estilos del sentido del humor en adolescentes de una institución educativa del Callao, 2017* (Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Federico Villarreal, Facultad de Psicología. Lima, Perú). <http://repositorio.unfv.edu.pe/handle/UNFV/3119>
- Ruvalcaba, N., Orozco, M., Gallegos, J., & Nava, J. (julio-diciembre de 2018). Relaciones escolares, comunicación con padres y prosocialidad como predictores de emociones positivas. *Liberabit*, 24(2), 183-193. <https://doi.org/10.24265/liberabit.2018.v24n2.02>
- Saipol, M., Aisyah, S., & Farhana, N. (2020). The influence of humor styles on the sense of belonging among university students. *Sains Humanika*, 12(1), 45-50. <https://doi.org/10.11113/sh.v12n1.1620>

- Salavera, C., & Usán, P. (2018). Uso del humor e inteligencia emocional en estudiantes de secundaria. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 21(3), 109-122. <https://doi.org/10.6018/reifop.21.3.318301>
- Salavera, C., & Usán, P. (2017). Relación entre los estilos del humor y la satisfacción con la vida en estudiantes de secundaria. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 7(2), 87-97.  
<https://www.researchgate.net/publication/323170592>
- Salavera, C., Usán, P., Jarie, L., Lucha, O. (2018). Sentido de humor, afectos y personalidad: estudio en estudiantes universitarios. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 36(1), 83-91. <https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.4511>
- Salgado, A. (2005). Métodos e instrumentos para medir la resiliencia: una alternativa peruana. *Liberabit*, 11(11), 41-48.  
[http://ojs3.revistaliberabit.com/publicaciones/revistas/RLE\\_11\\_1\\_metodos-e-instrumentos-para-medir-la-resiliencia-una-alternativa-peruana.pdf](http://ojs3.revistaliberabit.com/publicaciones/revistas/RLE_11_1_metodos-e-instrumentos-para-medir-la-resiliencia-una-alternativa-peruana.pdf)
- Sánchez, D., & Robles, M. (2015). Escala de resiliencia 14 ítems (RS-14): propiedades psicométricas de la versión en español. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación - e Avaliação Psicológica*, 2(40), 103-113.  
<https://www.redalyc.org/pdf/4596/459645432011.pdf>
- Santos, B. (2017). *Psicología positiva: el sentido del humor aplicado a la etapa de educación infantil* (Tesis de grado, Universidad de Valladolid, Facultad de Educación de Segovia, España). <http://uvadoc.uva.es/handle/10324/22949>
- Scheel, T., & Gockel, C. (2017). *Humor at work in teams, leadership, negotiations, learning and health*. Springer International Publishing.

- Simón, M., Fuentes, R., Garrido, M., Serrano, M., Larrañaga, E., & Yubero, S. (2018). Influencia de la resiliencia sobre la calidad de vida relacionada con la salud en adolescentes. *Enfermería Clínica*, 28(5), 283-291.  
<https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2018.06.003>
- Sosa, S., & Salas, E. (2020). Resiliencia y habilidades sociales en estudiantes secundarios de San Luis de Shuaro, La Merced. *Comuni@cción*, 11(1), 40-50.  
<https://dx.doi.org/10.33595/2226-1478.11.1.394>
- Spinetto, M. (noviembre de 2010). Abordaje cognitivo conductual del trastorno por estrés postraumático. *Revista de la Asociación de Psicoterapia de la República Argentina*, (6), 1-15. <https://apra.org.ar/wp-content/uploads/2020/10/Abordaje-Cognitivo-Conductual-del-Trastorno-por-Estres.pdf>
- Stänicke, E., Zachrisson, A., & Vetlesen, A. (2020). The epistemological stance of psychoanalysis: Revisiting the Kantian legacy. *The Psychoanalytic Quarterly*, 89(2), 281-304. <https://doi.org/10.1080/00332828.2020.1717229>
- Tamayo, M. (2012). *El proceso de la investigación científica*. México: Limusa.
- Tüzgen, F. (2020). *The role of humor in bulding resilience among Syrian refugee adolescents* (Tesis de maestría, IBN Haldun University, School of Graduate Studies. Estambul, Turquía). <https://hdl.handle.net/20.500.12154/1354>
- Uriarte, J. (2005). La resiliencia: una nueva perspectiva en psicopatología del desarrollo. *Revista de Psicodidáctica*, 10(2), 61-80.  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=17510206>
- Veira, J. (2018). As teorías do humor e o cambio cultural. *Psicología e Saúde*, (11), 9-20.  
[https://copgalicia.gal/system/files/PDFs/publicacions/anuario\\_numero\\_11.pdf](https://copgalicia.gal/system/files/PDFs/publicacions/anuario_numero_11.pdf)



- Wagnild, G. & Young, H. (1993). Development and psychometric evaluation of the Resiliense Scale. *Journal of Nursing Measuremen*, 1(2), 165-178.  
[https://sapibg.org/download/1054-wagnild\\_1993\\_resilience\\_scale\\_2.pdf](https://sapibg.org/download/1054-wagnild_1993_resilience_scale_2.pdf)
- Wellenzohn, S., Proyer, R., & Ruch, W. (2018). Who benefits from humor-based positive psychology interventions? The moderating effects of personality traits and sense of humor. *Frontiers in Psychology*, 9(art. 821), 1-10.  
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00821>
- Worthington, A. (16 de octubre de 2004). Resiliencia. *Tendencias*.  
<http://www.codajic.org/sites/default/files/sites/www.codajic.org/files/Resiliencia.pdf>
- Zicavo, N., & Vera, C. (enero-junio de 2011). Incidencia del ajuste diádico y sentido del humor en la satisfacción marital. *Revista de Psicología*, 13(1), 74-89.  
<https://revistas.ucv.edu.pe/index.php/revpsi/article/view/670>
- Zukerfeld, R., & Zonis, R. (2017). Psicoanálisis y resiliencia: teoría, clínica e investigación. En E. Toranzo y A. Taborda (comps.), *Ser humano: naturaleza interactiva e intersubjetiva de su contextualizado devenir* (pp. 95-124). San Luis (Argentina): Nueva Editorial Universitaria. [https://www.researchgate.net/profile/Alejandra-Taborda-2/publication/351633117\\_SER-humano/links/60a27091299bf15ca39a0836/SER-humano.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Alejandra-Taborda-2/publication/351633117_SER-humano/links/60a27091299bf15ca39a0836/SER-humano.pdf)

## ANEXOS

## Anexo 1

## Matriz de consistencia

<b>Título preliminar:</b> Sentido del humor y resiliencia en estudiantes durante Covid-19 - Tarma 2021				
<b>Problemas</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Hipótesis</b>	<b>Variables</b>	<b>Diseño metodológico</b>
Problema general ¿Cuál es la relación entre el sentido del humor y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021?	Objetivo general Determinar la relación entre el sentido del humor y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021	Hipótesis general Existe relación significativa entre el sentido del humor y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021.	<b>V1: Sentido del humor</b>  Dimensiones: Humor afiliativo Humor de mejoramiento personal Humor agresivo Humor de descalificación personal	<b>Población:</b> -185 estudiantes,  Edad: 14 a 16 años;  Tercer año (60), Cuarto año (83) Quinto (42). <b>Muestra:</b> - 126 estudiantes.
<b>Problemas específicos</b>	<b>Objetivos específicos</b>	<b>Hipótesis específicas</b>	<b>Variable 2: Resiliencia</b>  Dimensiones: Ecuanimidad  Sentirse bien solo  Confianza en sí mismo  Perseverancia  Satisfacción  Se considera además una escala general.	<b>Método:</b> Hipotético deductivo  <b>Tipo:</b> -Básica. -Correlacional.  <b>Diseño:</b> -No experimental  <b>Técnica e instrumento de recolección de datos:</b> -Encuesta. -Cuestionarios, escala de Likert.  <b>Método de análisis de investigación:</b> -Prueba de normalidad.  -Coeficiente de correlación. (Spearman o Pearson).
PE1: ¿Cuáles son los niveles de los estilos del sentido del humor en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021?	Identificar los niveles de los estilos del sentido del humor en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021	Los niveles de los estilos del sentido del humor son altos en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021.		
PE2: ¿Cuáles son los niveles de resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021?	Identificar los niveles de resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021	Los niveles de resiliencia son altos en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021.		
PE3: ¿Cuál es la relación entre el estilo de humor afiliativo y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021?	Identificar la relación entre el estilo de humor afiliativo y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021.	Existe relación significativa entre el estilo de humor afiliativo y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021.		
PE4: ¿Cuál es la relación entre el estilo de humor de automejoramiento personal y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021?	Identificar la relación entre el estilo de humor de automejoramiento personal y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021.	Existe relación significativa entre el estilo de humor de automejoramiento personal y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021.		
PE5: ¿Cuál es la relación entre el estilo de humor agresivo y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021?	Identificar la relación entre el estilo de humor agresivo y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021.	Existe relación significativa entre el estilo de humor agresivo y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021.		
PE6: ¿Cuál es la relación entre el estilo de humor autodescalificador y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021?	Identificar la relación entre el estilo de humor autodescalificador y la resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021.	Existe relación significativa entre el estilo de humor autodescalificador y la resiliencia en		

<p>Covid-19 - Tarma 2021?</p> <p>PE7: ¿Cuál es la diferencia entre los estilos del sentido del humor y la resiliencia, según el sexo y grado de estudios, en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021?</p>	<p>Identificar la diferencia entre los estilos del sentido del humor y la resiliencia, según el sexo y grado de estudios, en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021.</p>	<p>estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021.</p> <p>Existe diferencia significativa entre los estilos del sentido del humor y la resiliencia, según sexo y grado, en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021.</p>		
<p><b>Bibliografía de sustento para la justificación y delimitación del problema</b></p>			<p><b>Bibliografía de sustento usada para el diseño metodológico</b></p>	
<p>Camacho, N., Cortez, C., &amp; Carrillo, A. (2020). La docencia universitaria ante la educación confinada: oportunidades para la resiliencia. <i>Revista Educare</i>, 24(3), 418-437. <a href="https://doi.org/10.46498/reduipb.v24i3.1402">https://doi.org/10.46498/reduipb.v24i3.1402</a></p> <p>Castagnola, C., Cotrina, J., &amp; Aguinaga, D. (enero-abril de 2021). La resiliencia como factor fundamental en tiempos de Covid-19. <i>Propósitos y Representaciones</i>, 9(1). <a href="http://dx.doi.org/10.20511/pyr2021.v9n1.1044">http://dx.doi.org/10.20511/pyr2021.v9n1.1044</a></p> <p>Ceberio, M. (2020). Contexto y vulnerabilidad en la crisis del Covid-19: emociones y situaciones del durante e interrogantes acerca del después. <i>Ajayu</i>, 19(1), 90-126. <a href="http://www.scielo.org.bo/pdf/rap/v19n1/v19n1_a04.pdf">http://www.scielo.org.bo/pdf/rap/v19n1/v19n1_a04.pdf</a></p> <p>Chávez, C. (1 de abril de 2021). El 33% de niños y adolescentes tiene problemas de salud mental asociados a la pandemia. <i>Ojo Público</i>. <a href="https://ojo-publico.com/2599/tres-de-cada-10-ninos-presentan-problemas-de-salud-mental-en-peru">https://ojo-publico.com/2599/tres-de-cada-10-ninos-presentan-problemas-de-salud-mental-en-peru</a></p> <p>De la Cruz, G. (2020). El hogar y la escuela: lógicas en tensión ante la Covid-19. En H. Casanova (coord.), <i>Educación y pandemia: una visión académica</i> (pp. 39-46). México: Universidad Nacional Autónoma de México. <a href="http://132.248.192.241:8080/jspui/handle/IISUE_UNAM/537">http://132.248.192.241:8080/jspui/handle/IISUE_UNAM/537</a></p> <p>Deserción escolar, ¿realmente cuántos niños han dejado el colegio? (31 de mayo de 2021). <i>Semana</i>. <a href="https://www.semana.com/educacion/articulo/desercion-escolar-realmente-cuantos-ninos-han-dejado-el-colegio/202123/">https://www.semana.com/educacion/articulo/desercion-escolar-realmente-cuantos-ninos-han-dejado-el-colegio/202123/</a></p> <p>Flórez, N., &amp; Sánchez, R. (2019). Optimismo, resiliencia, sentido del humor y la salud de personas con pareja. <i>Pensando Psicología</i>, 15(26), 1-24. <a href="https://doi.org/10.16925/2382-3984.2019.02.03">https://doi.org/10.16925/2382-3984.2019.02.03</a></p> <p>Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (Unicef). (2017). <i>Manual de actividades que propicien resiliencia</i>. México: Autor.</p> <p>Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (Unicef). (2020). El impacto del Covid-19 en la salud mental de adolescentes y jóvenes. <i>Unicef. América Latina y el Caribe</i>. <a href="https://www.unicef.org/lac/el-impacto-del-covid-19-en-la-salud-mental-de-adolescentes-y-jovenes">https://www.unicef.org/lac/el-impacto-del-covid-19-en-la-salud-mental-de-adolescentes-y-jovenes</a></p> <p>Gaxiola, J., &amp; González, S. (2019). Apoyo percibido, resiliencia, metas y aprendizaje autorregulado en bachilleres. <i>Revista Electrónica de Investigación Educativa</i>, 21(e08), 1-10. <a href="https://doi.org/10.24320/redie.2019.21.e08.1983">https://doi.org/10.24320/redie.2019.21.e08.1983</a></p>			<p>Arias, F. (2012). <i>El proyecto de investigación: introducción a la metodología científica</i> (6a ed.). Caracas: Episteme.</p> <p>Ávila, I. (2017). <i>Propiedades psicométricas de la Escala de resiliencia (ER) en alumnos de secundaria del distrito de Santiago de Cao</i> (Tesis de licenciatura, Facultad de Humanidades, Universidad César Vallejo, Trujillo, Perú). <a href="https://hdl.handle.net/20.500.12692/653">https://hdl.handle.net/20.500.12692/653</a></p> <p>Bernal, C. (2016). <i>Metodología de la investigación</i>. Pearson Educación.</p> <p>Carrasco, S. (2017). <i>Metodología de la investigación científica: pautas metodológicas para diseñar y elaborar el proyecto de investigación</i>. Lima: San Marcos.</p> <p>Carrillo, D. (2017). <i>Adaptación de la escala del sentido del humor en adolescentes escolares de instituciones educativas públicas en el distrito de Los Olivos</i> (Tesis de licenciatura, Facultad de Humanidades, Universidad César Vallejo, Lima, Perú). <a href="https://hdl.handle.net/20.500.12692/3204">https://hdl.handle.net/20.500.12692/3204</a></p> <p>Castilla, H., Coronel, J., Bonilla, A., Mendoza, M., &amp; Barboza, M. (2016). Validez y confiabilidad de la Escala de resiliencia (<i>Scale Resilience</i>) en una muestra de estudiantes y adultos de la ciudad de Lima. <i>Revista Peruana de Psicología y Trabajo Social</i>, 4(2), 121-136. <a href="https://hdl.handle.net/11537/26829">https://hdl.handle.net/11537/26829</a></p> <p>Hernández, R., Fernández, C., &amp; Baptista, P. (2014). <i>Metodología de la investigación</i> (6a ed.). México D.F.: McGraw-Hill.</p> <p>Palella, S., &amp; Martins, F. (2012). <i>Metodología de la investigación cuantitativa</i>. Caracas: Fondo Editorial de la</p>	

<p>Herrera, L., &amp; Perandones, T. (2017). Felicidad subjetiva, sentido del humor y personalidad en la docencia. <i>INFAD</i>, 3(1) 401-410. <a href="https://doi.org/10.17060/ijodaep.2017.n1.v3.1008">https://doi.org/10.17060/ijodaep.2017.n1.v3.1008</a></p> <p>Instituto de Neurociencias y Políticas Públicas (Ineco). (2021). <i>Adolescentes y Covid-19: pandemia, su impacto en la salud mental de los y las adolescentes y la necesidad de acción</i>. Buenos Aires: Fundación Ineco. <a href="https://www.fundacionineco.org/wp-content/uploads/Informe-Salud-Emocional-Adolescentes.pdf">https://www.fundacionineco.org/wp-content/uploads/Informe-Salud-Emocional-Adolescentes.pdf</a></p> <p>Instituto Nacional de Estadística y Geografía (Inegi). (23 de marzo de 2021). INEGI presenta resultados de la Encuesta para la Medición del Impacto Covid-19 en la Educación (Ecovid-ED) 2020 [Comunicado de prensa]. <i>Inegi</i> (México). <a href="https://www.inegi.org.mx/app/saladeprensa/noticia.html?id=6427">https://www.inegi.org.mx/app/saladeprensa/noticia.html?id=6427</a></p> <p>Losada, A., &amp; Lacasta, M. (2019). Sentido del humor y sus beneficios en salud. <i>Calidad de Vida &amp; Salud</i>, 12(1), 2-22. <a href="http://revistacdvs.ufl.edu.ar/index.php/CdVUFLO/article/view/172">http://revistacdvs.ufl.edu.ar/index.php/CdVUFLO/article/view/172</a></p> <p>Macías-Valadez, M., Gama, L., Zurita, M., &amp; Rodríguez, F. (setiembre-diciembre de 2020). Una mirada a la historia para la resiliencia ante el COVID-19. <i>Kuxulkab'</i>, 26(56), 79-92. <a href="https://doi.org/10.19136/kuxulkab.a26n56.3847">https://doi.org/10.19136/kuxulkab.a26n56.3847</a></p> <p>Ministerio de Educación (Mineduc). (5 de abril de 2021). Mineduc entrega detalles de cifras de deserción escolar 2021. <i>Ministerio de Educación</i> (Chile). <a href="https://www.mineduc.cl/mineduc-entrega-detalles-de-cifras-de-desercion-escolar-2021/">https://www.mineduc.cl/mineduc-entrega-detalles-de-cifras-de-desercion-escolar-2021/</a></p> <p>Ministerio de Salud (Minsa). (24 de junio de 2021). Minsa: Casos confirmados por coronavirus COVID-19 asciende a 2 040 186 en el Perú [Comunicado de prensa]. <i>Gob.pe</i>. <a href="https://www.gob.pe/qu/institucion/minsa/noticias/502202-minsa-casos-confirmados-por-coronavirus-covid-19-asciende-a-2-040-186-en-el-peru-comunicado-n-587">https://www.gob.pe/qu/institucion/minsa/noticias/502202-minsa-casos-confirmados-por-coronavirus-covid-19-asciende-a-2-040-186-en-el-peru-comunicado-n-587</a></p> <p>Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (Unesco). (6 de agosto de 2020). El secretario general de las Naciones Unidas advierte de que se avecina una catástrofe en la educación y cita la previsión de la Unesco de que 24 millones de alumnos podrían abandonar los estudios. <i>Unesco</i>. <a href="https://es.unesco.org/news/secretario-general-naciones-unidas-advierte-que-se-avecina-catastrofe-educacion-y-cita">https://es.unesco.org/news/secretario-general-naciones-unidas-advierte-que-se-avecina-catastrofe-educacion-y-cita</a></p> <p>Ortiz, E. (setiembre-diciembre de 2018). Estudio exploratorio sobre la utilización del humor en el proceso de enseñanza aprendizaje universitario. <i>Transformación</i>, 14(3), 343-359. <a href="http://scielo.sld.cu/pdf/trf/v14n3/2077-2955-trf-14-03-343.pdf">http://scielo.sld.cu/pdf/trf/v14n3/2077-2955-trf-14-03-343.pdf</a></p> <p>Ovejero, M. (10 de abril de 2012). El sentido del humor como fortaleza humana. <i>Positive Psychology News Daily</i>. <a href="https://www.researchgate.net/publication/257512711">https://www.researchgate.net/publication/257512711</a></p> <p>Rodríguez, M. (2021). Psicólogos en el frente: la atención durante la crisis del COVID-19. De las emociones tóxicas a la salud psicológica. <i>Archivos de Medicina</i> (Colombia), 21(1), 225-237. <a href="https://doi.org/10.30554/archmed.21.1.3941.2021">https://doi.org/10.30554/archmed.21.1.3941.2021</a></p> <p>Ruvalcaba, N., Orozco, M., Gallegos, J., &amp; Nava, J. (julio-diciembre de 2018). Relaciones escolares, comunicación con padres y prosocialidad como predictores de emociones positivas. <i>Liberabit</i>, 24(2), 183-193. <a href="https://doi.org/10.24265/liberabit.2018.v24n2.02">https://doi.org/10.24265/liberabit.2018.v24n2.02</a></p>	<p>Universidad Pedagógica Experimental Libertador.</p> <p>Tamayo, M. (2012). <i>El proceso de la investigación científica</i>. México: Limusa.</p>
--	--

- |   |  |
|---|--|
| <p>Salavera, C., &amp; Usán, P. (2017). Relación entre los estilos del humor y la satisfacción con la vida en estudiantes de secundaria. <i>European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education</i>, 7(2), 87-97.<br/><a href="https://www.researchgate.net/publication/323170592">https://www.researchgate.net/publication/323170592</a></p> <p>Sánchez, D., &amp; Robles, M. (2015). Escala de resiliencia 14 ítems (RS-14): propiedades psicométricas de la versión en español. <i>Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación - e Avaliação Psicológica</i>, 2(40), 103-113.<br/><a href="https://www.redalyc.org/pdf/4596/459645432011.pdf">https://www.redalyc.org/pdf/4596/459645432011.pdf</a></p> |  |
|---|--|

## Anexo 2

### Tabla 22

#### *Operacionalización de la variable sentido del humor*

---

**Título preliminar:** Sentido del humor y resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021

---

**Variable de estudio:** V1: Sentido del humor

---

**Conceptualización de la variable:** considerado como un rasgo de la personalidad referido a una sensación de regocijo, a una conducta (risa) y a un sentido estético (apreciación del humor); además, implica tanto componentes positivos como también negativos. Es por ello que resulta diferente en cada persona (Martin, 2003).

---

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición
Humor afiliativo	Compartir con otros, narrar chistes e historias divertidas, risas con familiares, amigos y compañeros.	1(I), 4, 8(I), 12, 15(I), 18, 21(I) y 24(I)	Totalmente diferente a mí. Bastante diferente a mí.
Humor de automejoramiento	Estrategias de afrontamiento y control de emociones.	2, 5, 9, 13, 16, 22 y 25	Algo diferente a mí. Ni diferente ni parecido a mí.
Humor agresivo	Burla, sarcasmos y ofensas.	6(I), 10, 14(I), 19(I) y 26(I)	Algo parecido a mí. Bastante parecido a mí.
Humor autodescalificador	Exponerse como objeto de burla, ridiculizarse.	3, 7, 11, 17, 20, 23 y 27	Totalmente igual a mí.

---

*Nota.* Los ítems señalados con (I) son de calificación inversa.

### Anexo 3

**Tabla 23**

*Operacionalización de la variable resiliencia*

<b>Título preliminar:</b> Sentido del humor y resiliencia en estudiantes durante el Covid-19 - Tarma 2021			
<b>Variable de estudio: V2:</b> Resiliencia			
<b>Conceptualización de la variable:</b> competencia de la personalidad que demuestran los individuos para sobrellevar, aguantar la presión e inconvenientes, y aun así realizar las actividades correctamente cuando todo pareciera ser fatal y desfavorable (Wagnild & Young, 1993).			
<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Ítems</b>	<b>Escala de medición</b>
Satisfacción personal	Significado de la vida y los aportes en ella.	16, 21, 22 y 25.	Totalmente en desacuerdo
Ecuanimidad	Visión equilibrada de la vida y de las experiencias.	7, 8, 11 y 12.	Muy en desacuerdo
Sentirse bien solo	Tranquilidad. Actitud positiva ante la adversidad.	5, 3 y 19.	En desacuerdo
Confianza en sí mismo	Libertad. Exclusividad. Singularidad.	6, 9, 10, 13, 17, 18 y 24	Ni de acuerdo, ni en desacuerdo
Perseverancia	Creer en uno mismo.	1, 2, 4, 14, 15, 20 y 23	De acuerdo
	Capacidades propias.		Muy de acuerdo
	Persistencia ante la adversidad.		Totalmente de acuerdo
	Deseo al logro. Autodisciplina.		

## Anexo 4

### Instrumento Escala del sentido del humor

#### Escala del sentido del humor

(Martin, Puhlik-Doris, Larsen, Gray & Weir, 2003) (Adaptación Carrillo, 2017)

Nombre: \_\_\_\_\_ Edad: \_\_\_\_\_ Sexo: F ( ) M ( ) Institución Educativa:  
 \_\_\_\_\_ Grado y sección: \_\_\_\_\_ Fecha de evaluación: \_\_\_\_\_

Estimado participante:

En esta escala del sentido del humor deberás responder las afirmaciones teniendo en cuenta cómo te sientes, cómo piensas, es decir, cómo eres comúnmente. Coloca un número correspondiente a cada afirmación de acuerdo con la siguiente escala:

1. **Totalmente diferente a mí.**
2. **Bastante diferente a mí.**
3. **Algo diferente a mí.**
4. **Ni diferente ni parecido a mí.**
5. **Algo parecido a mí.**
6. **Bastante parecido a mí.**
7. **Totalmente igual a mí.**

1	Generalmente no me río o bromeo mucho con otras personas.	
2	Si me siento triste, puedo levantarme el ánimo con humor.	
3	Dejo que las personas se diviertan o se rían de mí más de lo que deberían.	
4	No tengo que esforzarme mucho para hacer reír a los demás, porque soy una persona graciosa.	
5	Aunque esté solo, suelo divertirme con cosas absurdas o tontas de la vida.	
6	La gente nunca se ofende o se siente lastimada por mi sentido del humor.	
7	Llegaría a humillarme si eso hace que mi familia o amigos se rían.	
8	Raramente hago reír a otras personas contando historias graciosas sobre mí.	
9	Si me siento molesto o triste, usualmente trato de pensar en algo gracioso sobre la situación para sentirme mejor.	
10	Cuando digo chistes o cosas divertidas, usualmente no me preocupa cómo lo toma la gente.	
11	A menudo, cuando trato de que me acepten o de agradar a las personas, es cuando más digo algo divertido sobre mis debilidades, errores o faltas.	
12	Me río y bromeo mucho con mis amigos.	
13	Mi visión humorística de la vida me protege del excesivo malestar o desánimo de las cosas.	
14	No me gusta cuando la gente utiliza el humor para criticar o disminuir a alguien.	
15	Generalmente no me gusta contar chistes o divertir a las personas.	



16	Si me encuentro solo y me siento triste, hago un esfuerzo para animarme pensando en algo gracioso.	
17	A menudo soy el primero en disminuirme cuando estoy contando chiste o tratando de ser gracioso.	
18	Disfruto haciendo reír a la gente.	
19	Nunca participo cuando se ríen de otros, incluso si todos mis amigos lo están haciendo.	
20	Cuando estoy con amigos o familia, a menudo me veo como el único al que le hacen bromas o chistes.	
21	Generalmente no bromeo con mis amigos.	
22	Pensar las cosas graciosas de una situación es, a menudo, una manera muy efectiva de afrontar los problemas.	
23	Si estoy teniendo problemas, a menudo lo escondo bromeando, de modo que mis amigos o compañeros no sepan cómo me siento realmente.	
24	Generalmente no puedo pensar y decir cosas graciosas cuando estoy con otras personas.	
25	No necesito estar con otras personas para divertirme. Usualmente puedo encontrar cosas para reírme, aunque esté solo.	
26	Si alguien pudiera llegar a ofenderse, trataré de no reírme o bromear sobre eso. Aunque sea algo muy gracioso para mí.	
27	Dejar que los demás se rían de mí es mi manera de mantener a mis amigos y familiares de buen humor.	

**Anexo 5**

Instrumento Escala de resiliencia  
(Martin, Puhlik, Larsen, Gray & Weir, 2003) (Adaptación Carrillo, 2017)

Nombre: \_\_\_\_\_ Edad: \_\_\_\_\_ Sexo: F ( ) M ( ) Institución Educativa:  
\_\_\_\_\_ Grado y sección: \_\_\_\_\_ Fecha de evaluación: \_\_\_\_\_

Estimado participante:

En esta escala del sentido del humor deberás responder las afirmaciones teniendo en cuenta cómo te sientes, cómo piensas, es decir, cómo eres comúnmente. Coloca un número correspondiente a cada afirmación de acuerdo con la siguiente escala:

- 1. Totalmente en desacuerdo**
- 2. Muy en desacuerdo**
- 3. En desacuerdo**
- 4. Ni de acuerdo ni en desacuerdo**
- 5. De acuerdo**
- 6. Muy de acuerdo**
- 7. Totalmente de acuerdo**

1	Cuando planeo algo lo realizo.	
2	Generalmente me las arreglo de una manera u otra.	
3	Soy autónomo en mis decisiones	
4	Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas.	
5	Puedo estar solo si tengo que hacerlo.	
6	Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida.	
7	Usualmente veo las cosas a largo plazo.	
8	Considero que soy tolerante conmigo	
9	Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.	
10	Soy decidido (a).	
11	Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo.	
12	Tomo las cosas una por una.	
13	Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente.	
14	Tengo autodisciplina.	
15	Me mantengo interesado en las cosas.	
16	Por lo general, encuentro motivos para reírme.	
17	El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles.	
18	En una emergencia, soy una persona en quien se puede confiar.	

<b>19</b>	Generalmente puedo ver una situación de varias maneras.	
<b>20</b>	Algunas veces me obligo a hacer cosas, aunque no quiera.	
<b>21</b>	Le doy significado a mi vida.	
<b>22</b>	No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.	
<b>23</b>	Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida.	
<b>24</b>	Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer.	
<b>25</b>	Acepto que hay personas a las que yo no les agrado.	

**Anexo 6**

Solicitud dirigida al director de la institución educativa.

**"AÑO DEL BICENTENARIO DEL PERÚ: 200 AÑOS DE INDEPENDENCIA"**

**SOLICITO:** Permiso para aplicar la “Escala del Sentido del Humor (HSQ)” y la “Escala de Resiliencia (ER)”.

Lic. Daniel Edgar AMERI SANTOS

**Director de la Institución Educativa “San Miguel” de Acobamba**

Yo, **Leslie Elizabeth Rosales Matos**, identificada con **DNI 45859696** y **Cecilia Jhessica Barreto Palomino**, identificada con **DNI 43557250**; bachilleres de la carrera de psicología de la Universidad Continental, con el debido respeto nos presentamos y exponemos lo siguiente:

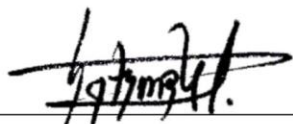
Nos encontramos realizando la tesis para optar la licenciatura en nuestra carrera profesional, para ello efectuamos la investigación titulada: **“Sentido del humor y resiliencia en estudiantes durante Covid-19 - Tarma 2021”**, tomando como población a los estudiantes del 3<sup>er</sup>, 4<sup>to</sup> y 5<sup>to</sup> año del nivel secundario, de la institución educativa que usted dirige. Para lo cual, solicitamos su permiso para poder evaluar a dichos estudiantes, aplicando el “Escala del Sentido del Humor (HSQ)” y la “Escala de Resiliencia (ER)”, previamente enviaremos un consentimiento informado que deberá ser firmado por el apoderado de cada alumno, autorizando para que puedan ser partícipes de la investigación en curso.

Por tanto:

A usted señor director, solicitamos acceda a nuestra petición, por ser de relevancia para obtener resultados que posteriormente se le hará presente y significaran un aporte, tanto para nosotras como profesionales y para ustedes como institución educativa.

Huancayo, 03 de agosto del 2021

Atentamente,



Leslie Elizabeth Rosales Matos  
Bachiller de Psicología  
Cód.: 45859696



Cecilia J. Barreto Palomino  
Bachiller de Psicología  
Cód.: 43557250

## Anexo 7

Carta de autorización de parte del director para la aplicación de instrumentos en la institución educativa.



PERÚ

Ministerio  
de Educación

“AÑO DEL BICENTENARIO DEL PERÚ: 200 AÑOS DE INDEPENDENCIA”



### CARTA DE AUTORIZACIÓN

### PARA APLICACIÓN DE INSTRUMENTOS PSICOLÓGICOS

EL DIRECTOR DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA “SAN MIGUEL” DE ACOBAMBA, PROVINCIA DE TARMA, DEPARTAMENTO DE JUNIN, EL QUE SUSCRIBE:

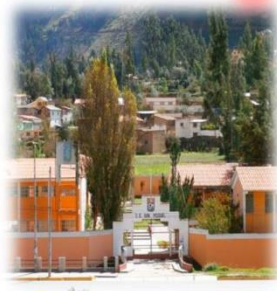
Hace constar:

Que, a la Srta. **LESLIE ELIZABETH ROSALES MATOS** con código de matrícula N° 45859696 y a la Srta. **CECILIA JHESSICA BARRETO PALOMINO** con código de matrícula N° 43557250, bachilleres de la carrera de psicología de la Universidad Continental – Huancayo; a que apliquen la “*Escala del Sentido del Humor (HSQ)*” y la “*Escala de Resiliencia (ER)*” a los estudiantes del 3er, 4to y 5to año del nivel secundario de la Institución que dirijo, a fin de culminar satisfactoriamente su investigación titulada: “*Sentido del humor y resiliencia en estudiantes durante Covid-19, Tarma-2021*”, la cual será presentada para la obtención de su título profesional.

Se expide la presente carta de autorización, para los fines que consideren conveniente.

Acobamba, 20 de agosto del 2021.

Daniel Edgar Amen Santos  
DIRECTOR  
C. M. N° 2 106463



DEAS/DIESM  
ZAQ/SIEM  
cc. Archivo

Web Site: [je-sanmiguel.blogspot.com](http://je-sanmiguel.blogspot.com)  
Facebook: <http://www.facebook.com/je.san.miguel>  
E-mail: [ajp\\_sanmiguel@gmail.com](mailto:ajp_sanmiguel@gmail.com) / [deas\\_1967@hotmail.com](mailto:deas_1967@hotmail.com) / [mesadepartesvirtual.sm@gmail.com](mailto:mesadepartesvirtual.sm@gmail.com)  
Celular: Dirección 957970099, Secret.921999161

## Anexo 8

Formato de consentimiento informado para los participantes de la investigación.

### Consentimiento informado para participantes de Investigación

Señor(a) padre/madre de familia, pedimos su consentimiento para que su menor hijo(a) participe de la investigación, cuyos detalles expondremos a continuación:

El presente estudio es conducido por Leslie Elizabeth Rosales Matos y Cecilia Jhessica Barreto Palomino, bachilleres de la carrera de psicología de la Universidad Continental. El objetivo de la investigación es establecer la relación entre el sentido del humor y resiliencia en estudiantes durante COVID-19, Tarma – 2021.

En función de ello, invitamos a su menor hijo(a) a participar de este estudio, a través de las premisas que se propondrán en la “Escala del Sentido del Humor (HSQ)” y la “Escala de Resiliencia (ER)”, las cuales deberán puntuar de acuerdo a su realidad; se estima tendrán una duración de 50 minutos.

La participación del menor es absolutamente voluntaria. Todos sus datos personales se mantendrán en estricta confidencialidad: se codificarán con un número para identificarlos de modo que se mantenga el anonimato. Además, no serán usados para ningún otro propósito que la investigación. Su participación no involucra ningún beneficio directo para su persona. Si usted lo desea, un informe de los resultados de la investigación se le puede hacer llegar cuando esta haya concluido y usted lo solicite, para ello nos brindará el medio de comunicación más conveniente para hacerle llegar la información.

La participación del menor será sin costo alguno. Igualmente, no recibirá ningún incentivo económico ni de otra índole. Todas las consultas o dudas que tenga sobre la investigación pueden ser atendidas en cualquier momento durante su participación. Así mismo, puede retirar su participación en el momento que lo desee sin ningún perjuicio. Si durante la aplicación de las escalas, alguna de las premisas le resulta incómoda, puede manifestarlo y también puede, si así lo desea, no responderla. Una vez que acepte la participación de su hijo(a), una copia de este consentimiento informado le será entregada.

Acepto voluntariamente la participación de mi menor hijo(a) en esta investigación, conducida por Leslie Elizabeth Rosales Matos y Cecilia Jhessica Barreto Palomino. He sido informado(a) de que el objetivo de este estudio es establecer la relación entre el sentido del humor y resiliencia en estudiantes durante COVID-19, Tarma – 2021.

Se me ha informado que mi hijo(a) tendrá que poner una puntuación a las premisas, de acuerdo a su realidad, lo cual tomará aproximadamente 50 minutos.

Entiendo que la información que mi hijo(a) provea en el curso de esta investigación es estrictamente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de los de este estudio sin mi consentimiento. He sido informado(a) de que puedo hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento y que puedo decidir que mi hijo(a) se retire del mismo cuando así lo decida, sin que esto acarree perjuicio alguno para mi persona. De tener preguntas sobre la participación de mi menor hijo(a) en este estudio, puedo contactar a Leslie Elizabeth Rosales Matos (lerosalesmatos@gmail.com) y Cecilia Jhessica Barreto Palomino (jhessicabarretopalomino@gmail.com) al teléfono 996880203.

Estoy al tanto de que una copia de esta ficha de consentimiento me será entregada, y que puedo pedir información sobre los resultados del estudio cuando este haya concluido. Estoy al tanto que no recibiré ninguna compensación económica por la participación de mi hijo(a). Para esto, puedo contactar a Leslie Elizabeth Rosales Matos (lerosalesmatos@gmail.com) y

Cecilia Jhessica Barreto Palomino (jhessicabarretopalomino@gmail.com) al teléfono anteriormente mencionado.

<p>Nombres y Apellidos:</p> <p>Padre/Madre/Apoderado:</p> <p>.....</p> <p>Estudiante:</p> <p>.....</p> <p style="text-align: center;"><b>PARTICIPANTE</b></p>	<p style="text-align: center;">Firma del padre</p> <p>.....</p>
<p>Nombres y Apellidos:</p> <p>Bachiller de psicología Leslie Elizabeth Rosales Matos</p> <p>Bachiller de psicología Cecilia Jhessica Barreto Palomino</p> <p style="text-align: center;"><b>INVESTIGADORAS</b></p>	<p style="text-align: center;">Firma</p> <p>.....</p> <p>.....</p>

Tarma, ... de ..... de 2021.

## Anexo 9. Juicio de expertos

**Tabla 24**

*Evaluación del criterio de jueces para validación del instrumento Escala del sentido del humor por ítem*

Indicador	N.º	Ítem	J1	J2	J3	J4	J5	C
Humor afiliativo	1	Generalmente no me río o bromeo mucho con otras personas.	1	1	1	1	1	1
	4	No tengo que esforzarme mucho para hacer reír a los demás. Me veo como una persona naturalmente graciosa.	1	1	0.75	1	1	0.95
	8	Raramente hago reír a otras personas contando historias graciosas sobre mí.	1	1	1	1	1	1
	12	Me río y bromeo mucho con mis amigos.	1	1	1	1	1	1
	15	Generalmente no me gusta contar chistes o divertir a las personas.	1	1	1	1	1	1
	18	Disfruto haciendo reír a la gente.	1	1	1	1	1	1
	21	Generalmente no bromeo con mis amigos.	1	1	1	1	1	1
	24	Generalmente no puedo pensar y decir cosas graciosas cuando estoy con otras personas.	1	1	1	1	1	1
Humor de automejora	2	Si me siento deprimido, usualmente puedo levantarme el ánimo con humor.	1	0.75	1	1	1	0.95
	5	Aunque esté solo, suelo divertirme con cosas absurdas o tontas de la vida.	1	1	1	1	1	1
	9	Si me siento molesto o triste, usualmente trato de pensar en algo gracioso sobre la situación para sentirme mejor.	1	1	1	1	1	1
	13	Mi visión humorística de la vida me protege del excesivo malestar o desánimo de las cosas.	1	1	1	1	1	1
	16	Si me encuentro solo y me siento triste, hago un esfuerzo para animarme pensando en algo gracioso.	1	1	1	1	1	1
	22	Mi experiencia me dice que pensar las cosas graciosas de una situación es, a menudo, una manera muy efectiva de afrontar los problemas.	1	1	0.75	1	1	0.95
	25	No necesito estar con otras personas para divertirme. Usualmente puedo encontrar cosas para reírme, aunque esté solo.	1	1	1	1	1	1
	6	La gente nunca se ofende o se siente lastimada por mi sentido del humor.	1	1	1	1	1	1
Humor agresivo	10	Cuando digo chistes o cosas divertidas, usualmente no me preocupa cómo lo toma la gente.	1	1	1	1	1	1
	14	No me gusta cuando la gente utiliza el humor para criticar o disminuir a alguien.	1	1	1	1	1	1
	19	Nunca participo cuando se ríen de otros, incluso si todos mis amigos lo están haciendo.	1	1	1	1	1	1
	26	Si alguien pudiera llegar a ofenderse, trataré de no reírme o bromear sobre eso. Aunque sea algo muy gracioso para mí.	1	1	1	1	1	1
	3	Dejo que las personas se diviertan o se ríen de mí más de lo que deberían.	1	1	1	1	1	1
Humor autodesc.	7	Llegaré a humillarme si eso hace que mi familia o amigos se ríen.	1	1	1	0.75	1	0.95
	11	A menudo, cuando trato de que me acepten o de agradar a las personas, es cuando más digo algo divertido sobre mis debilidades, errores o faltas.	1	1	1	1	1	1
	17	A menudo soy el primero en disminuirme cuando estoy contando chiste o tratando de ser gracioso.	1	1	1	1	1	1
	20	Cuando estoy con amigos o familia, a menudo me veo como el único al que le hacen bromas o chistes.	1	1	1	1	1	1
	23	Si estoy teniendo problemas o no me siento feliz, a menudo lo tapo o lo escondo bromeando, de modo que mis amigos o compañeros no sepan cómo me siento realmente.	0.75	1	1	1	1	0.95
27	Dejar que los demás se ríen de mí es mi manera de mantener a mis amigos y familiares de buen humor.	1	1	1	1	1	1	



**Tabla 25**

*Evaluación del criterio de jueces para validación del instrumento Escala del sentido del humor*

N.º	Experto	Cuantitativa (%)	Cualitativa
1	Lic. Jean Pierre Mendoza Carhuamaca	100	Aplicable
2	Psicól. Jesús Eduardo Galarza Cuenca	96	Aplicable
3	Lic. Karem Vargas Aguilar	92	Aplicable
4	Psicól. María Denisse García Altamiza	96	Aplicable
5	Patricio Jeanpaul Torres Quinto	100	Aplicable
	Total	100	Aplicable

**Tabla 26**

*Evaluación del criterio de jueces para validación del instrumento Escala de resiliencia por ítem*

Indicador	N.º	Ítem	J1	J2	J3	J4	J5	C
Satisfacción personal	16	Por lo general, encuentro algo de qué reírme.	0.75	1	1	1	1	0.95
	21	Mi vida tiene significado.	1	1	1	0.75	1	0.95
	22	No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.	1	1	1	1	1	1
	25	Acepto que hay personas a las que yo no les agrado.	1	1	1	1	1	1
	7	Usualmente veo las cosas a largo plazo.	1	1	1	1	1	1
Ecuanimidad	8	Soy amigo de mí mismo.	0	1	1	1	1	0.8
	11	Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo.	1	1	1	1	1	1
	12	Tomo las cosas una por una.	1	1	1	1	1	1
Sentirse bien solo	5	Puedo estar solo si tengo que hacerlo.	1	1	1	1	1	1
	3	Dependo más de mí mismo que de otras personas.	1	1	0.75	1	1	0.95
	19	Generalmente puedo ver una situación de varias maneras.	1	1	1	1	1	1
	6	Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida.	1	1	1	1	1	1
	9	Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.	1	1	1	1	1	1
Confianza en sí mismo	10	Soy decidido (a).	1	1	1	1	1	1
	13	Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente.	1	1	1	1	1	1
	17	El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles.	1	1	1	1	1	1
	18	En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.	1	1	1	1	1	1
	24	Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer.	1	1	1	1	1	1
Perseverancia	1	Cuando planeo algo lo realizo.	1	1	1	1	1	1
	2	Generalmente me las arreglo de una manera u otra.	1	1	1	1	1	1
	4	Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas.	1	1	1	1	1	1
	14	Tengo autodisciplina.	1	1	1	1	1	1
	15	Me mantengo interesado en las cosas.	1	1	1	1	1	1
	20	Algunas veces me obligo a hacer cosas, aunque no quiera.	1	1	1	1	1	1
	23	Cuando estoy en una situación difícil, generalmente encuentro una salida.	1	1	1	1	1	1

**Tabla 27**

*Evaluación del criterio de jueces para validación del instrumento Escala de resiliencia*

N.º	Experto	Cuantitativa (%)	Cualitativa
1	Lic. Jean Pierre Mendoza Carhuamaca	92	Aplicable
2	Psicól. Jesús Eduardo Galarza Cuenca	100	Aplicable
3	Lic. Karem Vargas Aguilar	96	Aplicable
4	Psicól. María Denisse García Altamiza	96	Aplicable
5	Patricio Jeanpaul Torres Quinto	100	Aplicable
	Total	100	Aplicable

## FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

## JUICIO DE EXPERTOS

## I. DATOS GENERALES

**Título de la investigación:** "Sentido del humor y resiliencia en estudiantes durante Covid-19 - Tarma 2021".

**Nombre del instrumento:** Escala del Sentido del Humor (HSQ) - Martin, Puhlik-Doris, Larse, Gray y Weir (2003) Carrillo (2017)

**Nombre del experto:** Lic. Jeanpierre Mendoza Carhuamaca

**Área de desempeño laboral:** Psicología Educativa - Tutor Área de becas "Universidad Continental"


Marque en el recuadro de valoración, según Ud. Considere, si el instrumento a su juicio cumple o no con el criterio exigido.

DIMENSIÓN	N°	ITEM	CRITERIOS DE EVALUACIÓN									
			SUFICIENCIA (Los ítems pertenecientes a la dimensión bastan para obtener la medición de esta)		RELEVANCIA (El ítem es esencial e importante y debe ser incluido)		CLARIDAD (El ítem se comprende fácilmente)		COHERENCIA (El ítem tiene relación lógica con la dimensión que se mide)		OBSERVACIONES (Si debe eliminarse o modificarse un ítem, por favor indique)	
			SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO		
HUMOR AFILIATIVO	1	Generalmente no me río o bromeo mucho con otras personas.	X		X		X		X			
	4	No tengo que esforzarme mucho para hacer reír a los demás. Me veo como una persona naturalmente graciosa.	X		X		X		X			
	8	Raramente hago reír a otras personas contando historias graciosas sobre mí.	X		X		X		X			
	12	Me río y bromeo mucho con mis amigos.	X		X		X		X			
	15	Generalmente no me gusta contar chistes o divertir a las personas	X		X		X		X			

	18	Disfruto haciendo reír a la gente.	X		X		X		X			
	21	Generalmente no bromeo con mis amigos.	X		X		X		X			
	24	Generalmente no puedo pensar y decir cosas graciosas cuando estoy con otras personas.	X		X		X		X			
HUMOR DE AUTOMEJORAMIENTO	2	Si me siento deprimido, usualmente puedo levantarme el ánimo con humor.	X		X		X		X			
	5	Aunque esté solo, suelo divertirme con cosas absurdas o tontas de la vida.	X		X		X		X			
	9	Si me siento molesto o triste, usualmente trato de pensar en algo gracioso sobre la situación para sentirme mejor.	X		X		X		X			
	13	Mi visión humorística de la vida me protege del excesivo malestar o desánimo de las cosas.	X		X		X		X			
	16	Si me encuentro solo y me siento triste, hago un esfuerzo para animarme pensando en algo gracioso.	X		X		X		X			
	22	Mi experiencia me dice que, pensar las cosas graciosas de una situación es, a menudo, una manera muy efectiva de afrontar los problemas.	X		X		X		X			
HUMOR AGRESIVO	25	No necesito estar con otras personas para divertirme. Usualmente puedo encontrar cosas para reírme aunque este solo.	X		X		X		X			
	6	La gente nunca se ofende o se siente lastimada por mi sentido del humor.	X		X		X		X			
	10	Cuando digo chistes o cosas divertidas, usualmente no me preocupa cómo lo toma la gente.	X		X		X		X			
	14	No me gusta cuando la gente utiliza el humor para criticar o disminuir a alguien.	X		X		X		X			
	19	Nunca participo cuando se ríen de otros, incluso si todos mis amigos lo están haciendo.	X		X		X		X			
26	Si alguien pudiera llegar a ofenderse, trataré de no reírme o bromear sobre eso. Aunque sea algo muy gracioso para	X		X		X		X				

		mi.								
HUMOR AUTODESCA LIFICADOR	3	Dejo que las personas se diviertan o se rían de mí más de lo que deberían.	X		X		X		X	
	7	Llegaré a humillarme, si eso hace que mi familia o amigos se rían.	X		X		X		X	
	11	A menudo cuando trato de que me acepten o agrader a las personas, es cuando más digo algo divertido sobre mis debilidades, errores, o faltas.	X		X		X		X	
	17	A menudo soy el primero en disminuirme cuando estoy contando chiste o tratando de ser gracioso.	X		X		X		X	
	20	Cuando estoy con amigos o familia, a menudo me veo como el único al que le hacen bromas o chistes.	X		X		X		X	
	23	Si estoy teniendo problemas o no me siento feliz, a menudo lo tapo o lo escondo bromeando, de modo que mis amigos o compañeros no sepan cómo me siento realmente.	X		X			X	X	Ser más puntual con el ítem.
	27	Dejar que los demás se rían de mí, es mi manera de mantener a mis amigos y familiares de buen humor.	X		X		X		X	

CRITERIO DE VALIDACIÓN DEL EXPERTO: Procede su aplicación: SI ( X ) NO ( )

Validado por	Lic. Jeanpierre Mendoza Carhuamaca	Grado académico	LICENCIADO EN PSICOLOGÍA
Firma		Título profesional/Especialidad	LICENCIADO EN PSICOLOGÍA CON ESPECIALIDAD EN EL ÁMBITO ORGANIZACIONAL Y DEPORTIVO

#### FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

##### JUICIO DE EXPERTOS

##### I. DATOS GENERALES

**Título de la investigación:** "Sentido del humor y resiliencia en estudiantes durante Covid-19 - Tarma 2021".

**Nombre del instrumento:** Escala del Sentido del Humor (HSQ) - Martin, Puhlik-Doris, Larse, Gray y Weir (2003) Carrillo (2017)

**Nombre del experto:** Jesús Eduardo Galarza Cuenca


**Área de desempeño laboral:** Psicología Educativa

Marque en el recuadro de valoración, según Ud. Considere, si el instrumento a su juicio cumple o no con el criterio exigido.

DIMENSIÓN	N°	ITEM	CRITERIOS DE EVALUACIÓN								OBSERVACIONES (Si debe eliminarse o modificarse un ítem, por favor indique)
			SUFICIENCIA (Los ítems pertenecientes a la dimensión bastan para obtener la medición de esta)		RELEVANCIA (El ítem es esencial e importante y debe ser incluido)		CLARIDAD (El ítem se comprende fácilmente)		COHERENCIA (El ítem tiene relación lógica con la dimensión que se mide)		
			SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
HUMOR AFILIATIVO	1	Generalmente no me río o bromeo mucho con otras personas.	X		X		X		X		
	4	No tengo que esforzarme mucho para hacer reír a los demás. Me veo como una persona naturalmente graciosa.	X		X		X		X		
	8	Raramente hago reír a otras personas contando historias graciosas sobre mí.	X		X		X		X		
	12	Me río y bromeo mucho con mis amigos.	X		X		X		X		
	15	Generalmente no me gusta contar chistes o divertir a las personas	X		X		X		X		
	18	Disfruto haciendo reír a la gente.	X		X		X		X		
	21	Generalmente no bromeo con mis amigos.	X		X		X		X		
HUMOR DE AUTOMEJOR AMIENTO	24	Generalmente no puedo pensar y decir cosas graciosas cuando estoy con otras personas.	X		X		X		X		
	2	Si me siento deprimido, usualmente puedo levantarme el ánimo con humor.	X		X			X	X		Replantear el ítem para que sea claro
	5	Aunque esté solo, suelo divertirme con cosas absurdas o tontas de la vida.	X		X		X		X		
	9	Si me siento molesto o triste, usualmente trato de pensar en algo gracioso sobre la situación para sentirme mejor.	X		X		X		X		
	13	Mi visión humorística de la vida me protege del excesivo malestar o desánimo de las cosas.	X		X		X		X		

	16	Si me encuentro solo y me siento triste, hago un esfuerzo para animarme pensando en algo gracioso.	X		X		X		X	
	22	Mi experiencia me dice que, pensar las cosas graciosas de una situación es, a menudo, una manera muy efectiva de afrontar los problemas.	X		X		X		X	
	25	No necesito estar con otras personas para divertirme. Usualmente puedo encontrar cosas para reírme aunque este solo.	X		X		X		X	
HUMOR AGRESIVO	6	La gente nunca se ofende o se siente lastimada por mi sentido del humor.	X		X		X		X	
	10	Cuando digo chistes o cosas divertidas, usualmente no me preocupa cómo lo toma la gente.	X		X		X		X	
	14	No me gusta cuando la gente utiliza el humor para criticar o disminuir a alguien.	X		X		X		X	
	19	Nunca participo cuando se ríen de otros, incluso si todos mis amigos lo están haciendo.	X		X		X		X	
	26	Si alguien pudiera llegar a ofenderse, trataré de no reírme o bromear sobre eso. Aunque sea algo muy gracioso para mí.	X		X		X		X	
HUMOR AUTODESCALIFICADOR	3	Dejo que las personas se diviertan o se ríen de mí más de lo que deberían.	X		X		X		X	
	7	Llegaré a humillarme, si eso hace que mi familia o amigos se ríen.	X		X		X		X	
	11	A menudo cuando trato de que me acepten o agrader a las personas, escuchando más digo algo divertido sobre mis debilidades, errores, o faltas.	X		X		X		X	
	17	A menudo soy el primero en disminuirme cuando estoy contando chiste o tratando de ser gracioso.	X		X		X		X	
	20	Cuando estoy con amigos o familia, a menudo me veo como el único al que le hacen bromas o chistes.	X		X		X		X	
	23	Si estoy teniendo problemas o no me siento feliz, a menudo lo tapo o lo escondo bromeando, de modo que mis amigos o compañeros no sepan cómo me siento realmente.	X		X		X		X	
	27	Dejar que los demás se ríen de mí, es mi manera de mantener a mis amigos y familiares de buen humor.	X		X		X		X	

CRITERIO DE VALIDACIÓN DEL EXPERTO: Procede su aplicación: SI ( X ) NO ( )

Validado por	PS. Jesús Eduardo Galarza Cuenca	Grado académico	Magister en Gestión Educativa.
Firma	 LIC. JESÚS E. GALARZA CUENCA PSICÓLOGO C.Pa.R. 21362	Título profesional/Especialidad	Psicólogo/ Psicología Educativo

#### FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

##### JUICIO DE EXPERTOS

##### I. DATOS GENERALES

**Título de la investigación:** "Sentido del humor y resiliencia en estudiantes durante Covid-19 - Tarma 2021".

**Nombre del instrumento:** Escala del Sentido del Humor (HSQ) - Martin, Puhlik-Doris, Larse, Gray y Weir (2003) Carrillo (2017)

**Nombre del experto:** Lic. Karem Vargas Aguilar

**Área de desempeño laboral:** Psicología Educativa - Tutor Área de becas "Universidad Continental"

Marque en el recuadro de valoración, según Ud. Considere, si el instrumento a su juicio cumple o no con el criterio exigido.

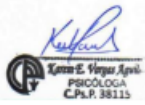
DIMENSIÓN	N°	ITEM	CRITERIOS DE EVALUACIÓN								
			SUFICIENCIA (Los ítems pertenecientes a la dimensión bastan para obtener la medición de esta)		RELEVANCIA (El ítem es esencial e importante y debe ser incluido)		CLARIDAD (El ítem se comprende fácilmente)		COHERENCIA (El ítem tiene relación lógica con la dimensión que se mide)		OBSERVACIONES (Si debe eliminarse o modificarse un ítem, por favor indique)
			SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
HUMOR AFILIATIVO	1	Generalmente no me río o bromeo mucho con otras personas.	X		X		X		X		
	4	No tengo que esforzarme mucho para hacer reír a los demás. Me veo como una persona naturalmente graciosa.	X		X		X		X		Definir de forma más puntual y clara.
	8	Raramente hago reír a otras personas contando historias graciosas sobre mí.	X		X		X		X		
	12	Me río y bromeo mucho con mis amigos.	X		X		X		X		
	15	Generalmente no me gusta contar chistes o divertir a las personas	X		X		X		X		

	18	Disfruto haciendo reír a la gente.	X		X		X		X		
	21	Generalmente no bromeo con mis amigos.	X		X		X		X		
	24	Generalmente no puedo pensar y decir cosas graciosas cuando estoy con otras personas.	X		X		X		X		
HUMOR DE AUTOMEJORAMIENTO	2	Si me siento deprimido, usualmente puedo levantarme el ánimo con humor.	X		X		X		X		
	5	Aunque esté solo, suelo divertirme con cosas absurdas o tontas de la vida.	X		X		X		X		
	9	Si me siento molesto o triste, usualmente trato de pensar en algo gracioso sobre la situación para sentirme mejor.	X		X		X		X		
	13	Mi visión humorística de la vida me protege del excesivo malestar o desánimo de las cosas.	X		X		X		X		
	16	Si me encuentro solo y me siento triste, hago un esfuerzo para animarme pensando en algo gracioso.	X		X		X		X		
	22	Mi experiencia me dice que, pensar las cosas graciosas de una situación es, a menudo, una manera muy efectiva de afrontar los problemas.	X		X			X	X		Pensar las cosas graciosas de una situación es, a menudo, una manera muy efectiva de afrontar los problemas.
	25	No necesito estar con otras personas para divertirme. Usualmente puedo encontrar cosas para reírme aunque este solo.	X		X		X		X		
HUMOR AGRESIVO	6	La gente nunca se ofende o se siente lastimada por mi sentido del humor.	X		X		X		X		
	10	Cuando digo chistes o cosas divertidas, usualmente no me preocupa cómo lo toma la gente.	X		X		X		X		
	14	No me gusta cuando la gente utiliza el humor para criticar	X		X		X		X		

		o disminuir a alguien.									
	19	Nunca participo cuando se ríen de otros, incluso si todos mis amigos lo están haciendo.	X		X		X		X		
	26	Si alguien pudiera llegar a ofenderse, trataré de no reírme o bromear sobre eso. Aunque sea algo muy gracioso para mí.	x		x		x		x		
HUMOR AUTODESCALIFICADOR	3	Dejo que las personas se diviertan o se ríen de mí más de lo que deberían.	X		X		X		X		
	7	Llegaré a humillarme, si eso hace que mi familia o amigos se ríen.	X		X		X		X		
	11	A menudo cuando trato de que me acepten o agrader a las personas, es cuando más digo algo divertido sobre mis debilidades, errores, o faltas.	X		X		X		X		
	17	A menudo soy el primero en disminuirme cuando estoy contando chiste o tratando de ser gracioso.	X		X		X		X		
	20	Cuando estoy con amigos o familia, a menudo me veo como el único al que le hacen bromas o chistes.	X		X		X		X		
	23	Si estoy teniendo problemas o no me siento feliz, a menudo lo tapo o lo escondo bromeando, de modo que mis amigos o compañeros no sepan cómo me siento realmente.	X		X		X		X		
	27	Dejar que los demás se ríen de mí, es mi manera de mantener a mis amigos y familiares de buen humor.	X		X		X		X		

CRITERIO DE VALIDACIÓN DEL EXPERTO: Procede su aplicación: SI ( X ) NO ( )

Validado por	Lic. Karem Vargas Aguilar	Grado académico	LICENCIADO EN PSICOLOGÍA
--------------	---------------------------	-----------------	--------------------------

Firma		Título profesional/Especialidad	LICENCIADO EN PSICOLOGÍA
-------	---	---------------------------------	--------------------------

## FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

## JUICIO DE EXPERTOS

## I. DATOS GENERALES

Título de la investigación: "Sentido del humor y resiliencia en estudiantes durante Covid-19 - Tarma 2021".

Nombre del instrumento: Escala del Sentido del Humor (HSQ) - Martin, Puhlik-Doris, Larse, Gray y Weir (2003) Carrillo (2017)

Nombre del experto: Psic. María Denisse García Altamiza

Área de desempeño laboral: Psicología Educativa


Marque en el recuadro de valoración, según Ud. Considere, si el instrumento a su juicio cumple o no con el criterio exigido.

DIMENSIÓN	N°	ITEM	CRITERIOS DE EVALUACIÓN								OBSERVACIONES (Si debe eliminarse o modificarse un ítem, por favor indique)
			SUFICIENCIA (Los ítems pertenecientes a la dimensión bastan para obtener la medición de esta)		RELEVANCIA (El ítem es esencial e importante y debe ser incluido)		CLARIDAD (El ítem se comprende fácilmente)		COHERENCIA (El ítem tiene relación lógica con la dimensión que se mide)		
			SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
HUMOR AFILIATIVO	1	Generalmente no me río o bromeo mucho con otras personas.	X		X		X		X		
	4	No tengo que esforzarme mucho para hacer reír a los demás. Me veo como una persona naturalmente graciosa.	X		X		X		X		
	8	Raramente hago reír a otras personas contando historias graciosas sobre mí.	X		X		X		X		
	12	Me río y bromeo mucho con mis amigos.	X		X		X		X		
	15	Generalmente no me gusta contar chistes o divertir a las personas.	X		X		X		X		
	18	Disfruto haciendo reír a la gente.	X		X		X		X		
	21	Generalmente no bromeo con mis amigos.	X		X		X		X		
	24	Generalmente no puedo pensar y decir cosas graciosas cuando estoy con otras personas.	X		X		X		X		
	2	Si me siento deprimido, usualmente puedo levantarme el ánimo con humor.	X		X		X		X		
HUMOR DE AUTOMEJORAMIENTO	5	Aunque esté solo, suelo divertirme con cosas absurdas o tontas de la vida.	X		X		X		X		
	9	Si me siento molesto o triste, usualmente trato de pensar en algo gracioso sobre la situación para sentirme mejor.	X		X		X		X		
	13	Mi visión humorística de la vida me protege del exceso de malestar o desánimo de las cosas.	X		X		X		X		
	16	Si me encuentro solo y me siento triste, hago un esfuerzo para animarme pensando en algo gracioso.	X		X		X		X		
	22	Mi experiencia me dice que, pensar las cosas graciosas de una situación es, ameno, una manera muy efectiva de afrontar los problemas.	X		X		X		X		
	25	No necesito estar con otras personas para divertirme. Usualmente puedo encontrar cosas para reírme aunque esté solo.	X		X		X		X		
HUMOR AGRESIVO	6	La gente nunca se ofende o se siente lastimada por mi sentido del humor.	X		X		X		X		
	10	Cuando digo chistes o cosas divertidas, usualmente no me preocupa cómo lo toma la gente.	X		X		X		X		
	14	No me gusta cuando la gente utiliza el humor para criticar o disminuir a alguien.	X		X		X		X		
	19	Nunca participo cuando se ríen de otros, incluso si todos mis amigos lo están haciendo.	X		X		X		X		
	26	Si alguien pudiera llegar a ofenderse, trataré de no reírme o bromear sobre eso. Aunque sea algo muy gracioso para mí.	X		X		X		X		
HUMOR AUTODESCALIFICADOR	3	Dejo que las personas se diviertan o se ríen de mí más de lo que deberían.	X		X		X		X		
	7	Llegaré a humillarme, si eso hace que mi familia o amigos se ríen.	X		X			X	X		Llegaré a humillarme, si eso hace que mi familia o amigos se ríen.
	11	A menudo cuando trato de que me acepten o agrader a las personas, escucho más digo algo divertido sobre mis debilidades, errores, o faltas.	X		X		X		X		
	17	A menudo soy el primero en disminuirme cuando estoy contando chiste o tratando de ser gracioso.	X		X		X		X		
	20	Cuando estoy con amigos o familia, a menudo me veo como el único al que le hacen bromas o chistes.	X		X		X		X		
	23	Si estoy teniendo problemas o no me siento feliz, a menudo lo tapo o lo escondo bromeando, de modo que mis amigos o compañeros no sepan cómo me siento realmente.	X		X		X		X		



27	Dejar que los demás se rían de mí, es mi manera de mantener a mis amigos y familiares de buen humor.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
----	--	-------------------------------------	--------------------------	-------------------------------------	--------------------------	-------------------------------------	--------------------------

CRITERIO DE VALIDACIÓN DEL EXPERTO: Procede su aplicación: SI (X) NO ( )

Validado por	Lic. María Denisse García Altamiza	Grado académico	Estudios de Maestría concluidos en Psicología Organizacional
Firma	 María Denisse García Altamiza PSICOLOGA C.P.P. 31287	Título profesional/Especialidad	Psicología

#### FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

##### JUICIO DE EXPERTOS

##### I. DATOS GENERALES

**Título de la investigación:** "Sentido del humor y resiliencia en estudiantes durante Covid-19 - Tarma 2021".

**Nombre del instrumento:** Escala del Sentido del Humor (HSQ) - Martin, Puhlik-Doris, Larse, Gray y Weir (2003) Carrillo (2017)

**Nombre del experto:** PATRICIO JEANPAUL TORRES QUINTO



**Área de desempeño laboral:** UGEL TARMA – Área de Convivencia Escolar

Marque en el recuadro de valoración, según Ud. Considere, si el instrumento a su juicio cumple o no con el criterio exigido.

DIMENSIÓN	N°	ITEM	CRITERIOS DE EVALUACIÓN									
			SUFICIENCIA (Los ítems pertenecientes a la dimensión bastan para obtener la medición de esta)		RELEVANCIA (El ítem es esencial e importante y debe ser incluido)		CLARIDAD (El ítem se comprende fácilmente)		COHERENCIA (El ítem tiene relación lógica con la dimensión que se mide)		OBSERVACIONES (Si debe eliminarse o modificarse un ítem, por favor indique)	
			SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO		
HUMOR AFILIATIVO	1	Generalmente no me río o bromeo mucho con otras personas.	X		X		X		X			
	4	No tengo que esforzarme mucho para hacer reír a los demás. Me veo como una persona naturalmente graciosa.	X		X		X		X			
	8	Raramente hago reír a otras personas contando historias graciosas sobre mí.	X		X		X		X			
	12	Me río y bromeo mucho con mis amigos.	X		X		X		X			
	15	Generalmente no me gusta contar chistes o divertir a las personas	X		X		X		X			
	18	Disfruto haciendo reír a la gente.	X		X		X		X			
	21	Generalmente no bromeo con mis amigos.	X		X		X		X			
24	Generalmente no puedo pensar y decir cosas graciosas cuando estoy con otras personas.	X		X		X		X				
HUMOR DE AUTOMEJORAMIENTO	2	Si me siento deprimido, usualmente puedo levantarme el ánimo con humor.	X		X		X		X			
	5	Aunque esté solo, suelo divertirme con cosas absurdas o tontas de la vida.	X		X		X		X			
	9	Si me siento molesto o triste, usualmente trato de pensar en algo gracioso sobre la situación para sentirme mejor.	X		X		X		X			
	13	Mi visión humorística de la vida me protege del excesivo malestar o desánimo de las cosas.	X		X		X		X			
	16	Si me encuentro solo y me siento triste, hago un esfuerzo para animarme pensando en algo gracioso.	X		X		X		X			
	22	Mi experiencia me dice que, pensar las cosas graciosas de una situación es, a menudo, una manera muy efectiva de afrontar los problemas.	X		X		X		X			
	25	No necesito estar con otras personas para divertirme. Usualmente puedo encontrar cosas para reírme, aunque este solo.	X		X		X		X			
HUMOR AGRESIVO	6	La gente nunca se ofende o se siente lastimada por mi sentido del humor.	X		X		X		X			
	10	Cuando digo chistes o cosas divertidas, usualmente no me preocupa cómo lo toma la gente.	X		X		X		X			
	14	No me gusta cuando la gente utiliza el humor para criticar o disminuir a alguien.	X		X		X		X			
	19	Nunca participo cuando se ríen de otros, incluso si todos mis amigos lo están haciendo.	X		X		X		X			
	26	Si alguien pudiera llegar a ofenderse, trataré de no reírme o bromear sobre eso. Aunque sea algo muy gracioso para mí.	X		X		X		X			
HUMOR AUTODESCALIFICADOR	3	Dejo que las personas se diviertan o se rían de mí más de lo que deberían.	X		X		X		X			
	7	Llegaré a humillarme, si eso hace que mi familia o amigos se rían.	X		X		X		X			
	11	A menudo cuando trato de que me acepten o agrade a las personas, es cuando más digo algo divertido sobre mis debilidades, errores, o faltas.	X		X		X		X			
	17	A menudo soy el primero en disminuirme cuando estoy contando chiste o tratando de ser gracioso.	X		X		X		X			
	20	Cuando estoy con amigos o familia, a menudo me veo como el único al que le hacen bromas o chistes.	X		X		X		X			
23	Si estoy teniendo problemas o no me siento feliz, a menudo lo tapo o lo escondo bromeando, de modo	X		X		X		X				

	que mis amigos o compañeros no sepan como me siento realmente.									
27	Dejar que los demás se rían de mí, es mi manera de mantener a mis amigos y familiares de buen humor.	X		X		X		X		

CRITERIO DE VALIDACIÓN DEL EXPERTO: Procede su aplicación: SI ( X ) NO ( )

Validado por	PATRICIO JEANPAUL TORRES QUINTO	Grado académico	MAGISTER EN GESTIÓN EDUCATIVA Y DIDÁCTICA
Firma	 	Título profesional/Especialidad	LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

#### FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

##### JUICIO DE EXPERTOS

##### I. DATOS GENERALES

**Título de la investigación:** "Sentido del humor y resiliencia en estudiantes durante Covid-19 - Tarma 2021".

**Nombre del instrumento:** Escala de Resiliencia (ER) - Gail Wagnild y Heather Young (1993) Ávila (2017)

**Nombre del experto:** Lic. Jeanpierre Mendoza Carhuamaca

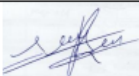
**Área de desempeño laboral:** Psicología Educativa - Tutor Área de becas "Universidad Continental"

Marque en el recuadro de valoración, según Ud. Considere, si el instrumento a su juicio cumple o no con el criterio exigido.

DIMENSIÓN	N°	ITEM	CRITERIOS DE EVALUACIÓN								OBSERVACIONES (Si debe eliminarse o modificarse un ítem, por favor indique)
			SUFICIENCIA (Los ítems pertenecientes a la dimensión bastan para obtener la medición de esta)		RELEVANCIA (El ítem es esencial e importante y debe ser incluido)		CLARIDAD (El ítem se comprende fácilmente)		COHERENCIA (El ítem tiene relación lógica con la dimensión que se mide)		
			SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
SATISFACCIÓN PERSONAL	16	Por lo general, encuentro algo de qué reírme.	X		X			X	X		Por lo general, encuentro motivos para reírme.
	21	Mi vida tiene significado.	X		X		X		X		
	22	No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.	X		X		X		X		
ECUANIMIDAD	25	Acepto que hay personas a las que yo no les agrado.	X		X		X		X		
	7	Usualmente veo las cosas a largo plazo.	X		X		X		X		
	8	Soy amigo de mí mismo.		X		X		X		X	Puede ser más explícito: considero

										que me valoro o considero que soy tolerante conmigo
	11	Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo.	x		x		x		X	
	12	Tomo las cosas una por una.	x		x		x		X	
SENTIRSE BIEN SOLO	5	Puedo estar solo si tengo que hacerlo.	x		x		x		X	
	3	Dependo más de mí mismo que de otras personas.	x		x		x		X	
	19	Generalmente puedo ver una situación de varias maneras	X		X		X		X	
CONFIANZA EN SI MISMO	6	Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida.	X		X		X		X	
	9	Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.	X		X		X		X	
	10	Soy decidido (a).	X		X		X		X	
	13	Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente.	X		X		X		X	
	17	El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles.	X		X		X		X	
	18	En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.	X		X		X		X	
PERSEVERANCIA	24	Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer.	X		X		X		X	
	1	Cuando planeo algo lo realizo.	X		X		X		X	
	2	Generalmente me las arreglo de una manera u otra.	X		X		X		X	
	4	Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas.	X		X		X		X	
	14	Tengo autodisciplina.	X		X		X		X	
	15	Me mantengo interesado en las cosas.	X		X		X		X	
	20	Algunas veces me obligo a hacer cosas aunque no quiera.	X		X		X		X	
	23	Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida.	X		X		X		X	

CRITERIO DE VALIDACIÓN DEL EXPERTO: Procede su aplicación: SI (X) NO ( )

Validado por	<b>Lic. Jeanpierre Mendoza Carhuamaca</b>	Grado académico	LICENCIADO EN PSICOLOGÍA
Firma		Título profesional/Especialidad	LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

## FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

## JUICIO DE EXPERTOS

## I. DATOS GENERALES

**Título de la investigación:** "Sentido del humor y resiliencia en estudiantes durante Covid-19 - Tarma 2021".

**Nombre del instrumento:** Escala de Resiliencia (ER) - Gail Wagnild y Heather Young (1993) Ávila (2017)

**Nombre del experto:** Jesús Eduardo Galarza Cuenca


**Área de desempeño laboral:** Psicología Educativa.

Marque en el recuadro de valoración, según Ud. Considere, si el instrumento a su juicio cumple o no con el criterio exigido.

DIMENSIÓN	N°	ITEM	CRITERIOS DE EVALUACIÓN								
			SUFICIENCIA (Los ítems pertenecientes a la dimensión bastan para obtener la medición de esta)		RELEVANCIA (El ítem es esencial e importante y debe ser incluido)		CLARIDAD (El ítem se comprende fácilmente)		COHERENCIA (El ítem tiene relación lógica con la dimensión que se mide)		OBSERVACIONES (Si debe eliminarse o modificarse un ítem, por favor indique)
			SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
SATISFACCIÓN PERSONAL	16	Por lo general, encuentro algo de qué reírme.	X		X		X		X		
	21	Mi vida tiene significado.	X		X		X		X		
	22	No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.	X		X		X		X		
ECUANIMIDAD	25	Acepto que hay personas a las que yo no les agrado.	X		X		X		X		
	7	Usualmente veo las cosas a largo plazo.	X		X		X		X		
	8	Soy amigo de mí mismo.	X		X		X		X		
SENTIRSE BIEN SOLO	11	Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo.	X		X		X		X		
	12	Tomo las cosas una por una.	X		X		X		X		
	5	Puedo estar solo si tengo que hacerlo.	X		X		X		X		
CONFIANZA EN SI MISMO	3	Dependo más de mí mismo que de otras personas.	X		X		X		X		
	19	Generalmente puedo ver una situación de varias maneras	X		X		X		X		
	6	Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida.	X		X		X		X		
	9	Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.	X		X		X		X		

	10	Soy decidido (a).	X		X		X		X		
	13	Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente.	X		X		X		X		
	17	El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles.	X		X		X		X		
	18	En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.	X		X		X		X		
	24	Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer.	X		X		X		X		
PERSEVERANCIA	1	Cuando planeo algo lo realizo.	X		X		X		X		
	2	Generalmente me las arreglo de una manera u otra.	X		X		X		X		
	4	Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas.	X		X		X		X		
	14	Tengo autodisciplina.	X		X		X		X		
	15	Me mantengo interesado en las cosas.	X		X		X		X		
	20	Algunas veces me obligo a hacer cosas aunque no quiera.	X		X		X		X		
	23	Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida.	X		X		X		X		

CRITERIO DE VALIDACIÓN DEL EXPERTO: Procede su aplicación: SI ( X ) NO ( )

Validado por	Jesús Eduardo Galarza Cuenca	Grado académico	Maestría en Gestión Educativa
Firma	 Lic. Jesús E. Galarza Cuenca PSICÓLOGO C.P. 21362	Título profesional/Especialidad	Psicólogo/Psicólogo Educativo

## FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

## JUICIO DE EXPERTOS

## I. DATOS GENERALES

**Título de la investigación:** "Sentido del humor y resiliencia en estudiantes durante Covid-19 - Tarma 2021".

**Nombre del instrumento:** Escala de Resiliencia (ER) - Gail Wagnild y Heather Young (1993) Ávila (2017)

**Nombre del experto:** Lic. Karem Vargas Aguilar

**Área de desempeño laboral:** Psicología Educativa - Tutor Área de becas "Universidad Continental"


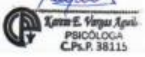
Marque en el recuadro de valoración, según Ud. Considere, si el instrumento a su juicio cumple o no con el criterio exigido.

DIMENSIÓN	N°	ITEM	CRITERIOS DE EVALUACIÓN								
			SUFICIENCIA (Los ítems pertenecientes a la dimensión bastan para obtener la medición de esta)		RELEVANCIA (El ítem es esencial e importante y debe ser incluido)		CLARIDAD (El ítem se comprende fácilmente)		COHERENCIA (El ítem tiene relación lógica con la dimensión que se mide)		OBSERVACIONES (Si debe eliminarse o modificarse un ítem, por favor indique)
			SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
SATISFACCIÓN PERSONAL	16	Por lo general, encuentro algo de qué reírme.	X		X		X		X		
	21	Mi vida tiene significado.	X		X		X		X		
	22	No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.	X		X		X		X		
	25	Acepto que hay personas a las que yo no les agrado.	X		X		X		X		
ECUANIMIDAD	7	Usualmente veo las cosas a largo plazo.	X		X		X		X		
	8	Soy amigo de mí mismo.	X		X		X		X		
	11	Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo.	X		X		X		X		

	12	Tomo las cosas una por una.	X		X		X		X		
SENTIRSE BIEN SOLO	5	Puedo estar solo si tengo que hacerlo.	X		X		X		X		
	3	Dependo más de mí mismo que de otras personas.	X		X			X	X		Soy autónomo en mis decisiones
	19	Generalmente puedo ver una situación de varias maneras	X		X		X		X		
CONFIANZA EN SI MISMO	6	Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida.	X		X		X		X		
	9	Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.	X		X		X		X		
	10	Soy decidido (a).	X		X		X		X		
	13	Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente.	X		X		X		X		
	17	El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles.	X		X		X		X		
	18	En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.	X		X		X		X		
PERSEVERANCIA	24	Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer.	X		X		X		X		
	1	Cuando planeo algo lo realizo.	X		X		X		X		
	2	Generalmente me las arreglo de una manera u otra.	X		X		X		X		
	4	Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas.	X		X		X		X		
	14	Tengo autodisciplina.	X		X		X		X		
	15	Me mantengo interesado en las cosas.	X		X		X		X		
	20	Algunas veces me obligo a hacer cosas aunque no quiera.	X		X		X		X		

23	Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida.	X		X		X		X	
----	--	---	--	---	--	---	--	---	--

CRITERIO DE VALIDACIÓN DEL EXPERTO: Procede su aplicación: SI (X) NO ( )

Validado por	Lic. Karem Vargas Aguilar	Grado académico	LICENCIADO EN PSICOLOGÍA
Firma	 	Título profesional/Especialidad	LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

### FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

#### JUICIO DE EXPERTOS

#### I. DATOS GENERALES

**Título de la investigación:** "Sentido del humor y resiliencia en estudiantes durante Covid-19 - Tarma 2021".

**Nombre del instrumento:** Escala de Resiliencia (ER) - Gall Wagnild y Heather Young (1993) Ávila (2017)

**Nombre del experto:** Psic. María Denisse García Altamiza

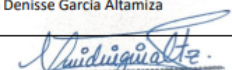
**Área de desempeño laboral:** Psicología Educativa

Marque en el recuadro de valoración, según Ud. Considere, si el instrumento a su juicio cumple o no con el criterio exigido.

DIMENSIÓN	N°	ITEM	CRITERIOS DE EVALUACIÓN									
			SUFICIENCIA (Los ítems pertenecientes a la dimensión bastan para obtener la medición de esta)		RELEVANCIA (El ítem es esencial e importante y debe ser incluido)		CLARIDAD (El ítem se comprende fácilmente)		COHERENCIA (El ítem tiene relación lógica con la dimensión que se mide)		OBSERVACIONES (Si debe eliminarse o modificarse un ítem, por favor indique)	
			SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO		
SATISFACCIÓN PERSONAL	16	Por lo general, encuentro algo de qué reírme.	X		X		X		X			
	21	Mi vida tiene significado.	X		X			X	X		Le doy significado a mi vida.	
	22	No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.	X		X		X		X			
	25	Acepto que hay personas a las que yo no les agrado.	X		X		X		X			
ECUANIMIDAD	7	Usualmente veo las cosas a largo plazo.	X		X		X		X			
	8	Soy amigo de mí mismo.	X		X		X		X			
	11	Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo.	X		X		X		X			
	12	Tomo las cosas una por una.	X				X		X			
SENTIRSE BIEN SOLO	5	Puedo estar solo si tengo que hacerlo.	X		X		X		X			
	3	Dependo más de mí mismo que de otras personas.	X		X		X		X			
	19	Generalmente puedo ver una situación de varias maneras	X		X		X		X			
CONFIANZA EN SI MISMO	6	Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida.	X		X		X		X			
	9	Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.	X		X		X		X			

	10	Soy decidido (a).	X		X		X		X		
	13	Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente.	X		X		X		X		
	17	El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles.	X		X		X		X		
	18	En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.	X		X		X		X		
	24	Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer.	X		X		X		X		
PERSEVERANCIA	1	Cuando planeo algo lo realizo.	X		X		X		X		
	2	Generalmente me las arreglo de una manera u otra.	X		X		X		X		
	4	Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas.	X		X		X		X		
	14	Tengo autodisciplina.	X		X		X		X		
	15	Me mantengo interesado en las cosas.	X		X		X		X		
	20	Algunas veces me obligo a hacer cosas aunque no quiera.	X		X		X		X		
	23	Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida.	X		X		X		X		

CRITERIO DE VALIDACIÓN DEL EXPERTO: Procede su aplicación: SI ( X ) NO ( )

Validado por	Lic. María Denisse García Altamiza	Grado académico	Estudios de Maestría concluidos en Psicología Organizacional
Firma		Título profesional/Especialidad	Psicología

*María Denisse García Altamiza*  
**PSICOLOGA**  
**C.P.P 21287**

#### FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

##### JUICIO DE EXPERTOS

##### I. DATOS GENERALES

**Título de la investigación:** "Sentido del humor y resiliencia en estudiantes durante Covid-19 - Tarma 2021".

**Nombre del instrumento:** Escala de Resiliencia (ER) - Gail Wagnild y Heather Young (1993) Ávila (2017)

**Nombre del experto:** PATRICIO JEANPAUL TORRES QUINTO


**Área de desempeño laboral:** UGEL TARMA – Área de Convivencia Escolar

Marque en el recuadro de valoración, según Ud. Considere, si el instrumento a su juicio cumple o no con el criterio exigido.

DIMENSIÓN	N°	ITEM	CRITERIOS DE EVALUACIÓN									
			SUFICIENCIA (Los ítems pertenecientes a la dimensión bastan para obtener la medición de esta)		RELEVANCIA (El ítem es esencial e importante y debe ser incluido)		CLARIDAD (El ítem se comprende fácilmente)		COHERENCIA (El ítem tiene relación lógica con la dimensión que se mide)		OBSERVACIONES (Si debe eliminarse o modificarse un ítem, por favor indique)	
			SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO		
SATISFACCIÓN PERSONAL	16	Por lo general, encuentro algo de qué reírme.	X		X		X		X			
	21	Mi vida tiene significado.	X		X		X		X			
	22	No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.	X		X		X		X			
	25	Acepto que hay personas a las que yo no les agrado.	X		X		X		X			
ECUANIMIDAD	7	Usualmente veo las cosas a largo plazo.	X		X		X		X			
	8	Soy amigo de mí mismo.	X		X		X		X			
	11	Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo.	X		X		X		X			
SENTIRSE BIEN SOLO	12	Tomo las cosas una por una.	X		X		X		X			
	5	Puedo estar solo si tengo que hacerlo.	X		X		X		X			
	3	Dependo más de mí mismo que de otras personas.	X		X		X		X			
	19	Generalmente puedo ver una situación de varias maneras	X		X		X		X			

<b>CONFIANZA EN SI MISMO</b>	<b>6</b>	Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida.	X		X		X		X	
	<b>9</b>	Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.	X		X		X		X	
	<b>10</b>	Soy decidido (a).	X		X		X		X	
	<b>13</b>	Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente.	X		X		X		X	
	<b>17</b>	El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles.	X		X		X		X	
	<b>18</b>	En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.	X		X		X		X	
	<b>24</b>	Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer.	X		X		X		X	
<b>PERSEVERANCIA</b>	<b>1</b>	Cuando planeo algo lo realizo.	X		X		X		X	
	<b>2</b>	Generalmente me las arreglo de una manera u otra.	X		X		X		X	
	<b>4</b>	Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas.	X		X		X		X	
	<b>14</b>	Tengo autodisciplina.	X		X		X		X	
	<b>15</b>	Me mantengo interesado en las cosas.	X		X		X		X	
	<b>20</b>	Algunas veces me obligo a hacer cosas aunque no quiera.	X		X		X		X	
	<b>23</b>	Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida.	X		X		X		X	

**CRITERIO DE VALIDACIÓN DEL EXPERTO:** Procede su aplicación: SI ( X ) NO ( )

Validado por	PATRICIO JEANPAUL TORRES QUINTO	Grado académico	MAGISTER EN GESTIÓN EDUCATIVA Y DIDÁCTICA
Firma		Título profesional/Especialidad	LICENCIADO EN PSICOLOGÍA