



**UNIVERSIDAD PRIVADA TELESUP**

**FACULTAD DE SALUD Y NUTRICIÓN**

**ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

**TESIS**

**“SENTIDO DE HUMOR Y RESILIENCIA EN  
ESTUDIANTES DE NIVEL SECUNDARIO EN LA  
INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA ALIPIO PONCE  
VÁSQUEZ DE PUERTO MALDONADO, 2020”**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:  
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

**AUTOR:**

**Bach. SANTA CRUZ QUISPE, GUMERCINDO**

**LIMA - PERÚ**

**2020**

**ASESOR DE TESIS**

---

**Dra. NANCY MERCEDES CAPACYACHI OTAROLA**

## **JURADO EXAMINADORES**

---

**Dra. MARCELA ROSALINA BARRETO MUNIVE**  
**Presidente**

---

**Dra. ROSA ESTHER CHIRINOS SUSANO**  
**Secretario**

---

**Dr. WILLIAM MIGUEL MOGROVEJO COLLANTES**  
**Vocal**

## **DEDICATORIA**

A mi familia y a mis padres, por su paciencia y cariño incondicional, quienes supieron brindarme el apoyo necesario y llenarme de fortaleza para lograr culminar la presente investigación.

## **AGRADECIMIENTO**

A los docentes de la Universidad Privada TELESUP y al Dra. Nancy Mercedes Capacyachi Otarola, por sus aportes y sugerencias para la realización de la presente investigación.

## RESUMEN

En la presente investigación el objetivo fue buscar la relación entre Sentido de humor y resiliencia en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, La investigación de tipo básico y de nivel descriptivo – correccional, con un enfoque cuantitativa y un diseño no experimental de corte transeccional correlacional, con una población de 180 estudiantes y un muestra de 123 estudiantes, utilizando dos instrumentos un cuestionario de estilos de humor adaptado en el Perú por Casareto y Martínez y el otro una escala de resiliencia (ER) perteneciente a Gail M. Wagnild & Heather M. Young, sus resultados fueron; encontrando que existe relación entre las variables sentido de humor y resiliencia con un valor de  $-0,11$  con una intensidad de correlación baja, encontrando que existe relación entre los componentes de la dimensión humor autodestructor y la dimensión competencia personal con un valor de  $-0,20$  con una intensidad de correlación baja, encontrando que existe relación entre los componentes de la dimensión aceptación de uno mismo y la dimensión competencia personal con un valor de  $0,06$  con una intensidad de correlación baja, mientras no encontraron relación entre sus otros componentes, llegando a las siguientes conclusiones que existe relación entre variables sentido de humor y resiliencia y sus componentes de la dimensión humor autodestructor, dimensión competencia personal y dimensión aceptación de uno mismo.

**Palabras clave:** Sentido de humor, resiliencia, estudiante, secundaria.

## ABSTRACT

The present research is entitled Sense of humor and resilience in high school students at the Alipio Ponce Vásquez Public Educational Institution in Puerto Maldonado, 2020, its objective was to find the relationship between Sense of humor and resilience in high school students at the Institution Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, its research methodology was a descriptive - correctional approach, where the Research was quantitative, not probabilistic, having a non-experimental correlate design, with a population of 180 students and a sample of 123 students, using two instruments a questionnaire of humor styles adapted in Peru by Casareto and Martínez and the other a resilience scale (ER) belonging to Gail M. Wagnild & Heather M. Young, its results were; finding that there is a relationship between the variables sense of humor and resilience with a value of -0.11 with a low correlation intensity, finding that there is a relationship between the components of the self-destructive humor dimension and the personal competence dimension with a value of -0,20 with a low correlation intensity, finding that there is a relationship between the components of the self-acceptance dimension and the personal competence dimension with a value of 0.06 with a low correlation intensity, while they found no relationship between its other components, reaching the following conclusions that there is a relationship between variables sense of humor and resilience and its components of the self-destructive humor dimension, personal competence dimension and self-acceptance dimension.

**Keywords:** Sense of humor, resilience, personal competence.

## ÍNDICE DE CONTENIDOS

CARÁTULA .....	i
ASESOR DE TESIS .....	ii
JURADO EXAMINADORES .....	iii
DEDICATORIA .....	iv
AGRADECIMIENTO .....	v
RESUMEN .....	vi
ABSTRACT .....	vii
ÍNDICE DE CONTENIDOS .....	viii
ÍNDICE DE TABLAS .....	x
ÍNDICE DE FIGURAS .....	xii
INTRODUCCIÓN .....	xiii
<b>I. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN .....</b>	<b>15</b>
1.1. Planteamiento del problema .....	15
1.2. Formulación del problema .....	17
1.2.1. Problema general .....	17
1.3. Justificación del estudio .....	18
1.3.1. Justificación teórica .....	18
1.3.2. Justificación práctica .....	19
1.3.3. Justificación metodológica .....	19
1.4. Objetivos de la investigación .....	20
1.4.1. Objetivo general .....	20
1.4.2. Objetivos específicos: .....	20
<b>II. MARCO TEÓRICO .....</b>	<b>22</b>
2.1. Antecedentes de la investigación .....	22
2.1.1. Antecedentes nacionales .....	22
2.1.2. Antecedentes internacionales .....	26
2.2. Bases teóricas de las variables .....	30
2.2.1. Variable sentido del humor .....	30
2.2.2. Variable Resiliencia .....	40
2.3. Definición de términos básicos .....	46
<b>I. MÉTODOS Y MATERIALES .....</b>	<b>48</b>
3.1. Hipótesis de la investigación .....	48

3.1.1. Hipótesis general .....	48
3.2. Variables de estudio.....	48
3.2.1. Definición conceptual.....	48
3.2.2. Definición operacional.....	49
3.3. Tipo y nivel de investigación.....	49
3.4. Diseño de la investigación .....	49
3.5. Población y muestra de estudio.....	50
3.5.1. Población .....	50
3.5.2. Muestra .....	50
3.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos .....	51
3.6.1. Técnicas de recolección de datos.....	51
3.6.2. Instrumentos de recolección de datos .....	51
3.6.3. Validez del Instrumento. ....	55
3.7. Métodos de análisis de datos .....	56
3.8. Aspectos éticos .....	56
<b>IV. RESULTADOS .....</b>	<b>57</b>
4.1. Estadísticos descriptivos .....	57
4.2. Prueba de normalidad .....	63
<b>V. DISCUSIÓN .....</b>	<b>70</b>
<b>VI. CONCLUSIONES .....</b>	<b>72</b>
<b>VII. RECOMENDACIONES.....</b>	<b>73</b>
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....</b>	<b>74</b>
Anexo 1: Matriz de consistencia .....	77
Anexo 2: Operacionalización de variables .....	79
Anexo 3: Instrumentos .....	80
Anexo 4: Validación de los instrumentos .....	83
Anexo 5: Matriz de datos .....	87
Anexo 6: Propuesta de valor.....	89

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1.	Numero de datos procesados en especificaciones del muestreo....	57
Tabla 2.	Cuadro general de estadísticos descriptivos de las dos variables sentido de humor y Resiliencia.....	57
Tabla 3.	Variable sentido de humor y sus componentes.....	58
Tabla 4.	Variable resiliencia y sus componentes.....	59
Tabla 5.	Estadísticos descriptivos de las variables sentido de humor y resiliencia en su procesamiento de medias.....	60
Tabla 6.	Estadísticos descriptivos de los componentes Dimensión del humor afiliativo y Dimensión de competencia personal en su procesamiento de medias.....	60
Tabla 7.	Estadísticos descriptivos de los componentes Dimensión humor incrementador y Dimensión competencia personal en su procesamiento de medias. ....	61
Tabla 8.	Estadísticos descriptivos de los componentes Dimensión humor agresivo y Dimensión competencia personal en su procesamiento de medias.....	61
Tabla 9.	Estadísticos descriptivos de los componentes Dimensión humor auto destructor y Dimensión competencia personal en su procesamiento de medias.....	62
Tabla 10.	Estadísticos descriptivos de los componentes Dimensión aceptación de uno mismo y Dimensión competencia personal en su procesamiento de medias. ....	62
Tabla 11.	Correlaciones de variables Sentido de humor y Resiliencia en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.....	64
Tabla 12.	Correlaciones de las Dimensiones humor afiliativo y la Dimensión competencia personal en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.....	65
Tabla 13.	Correlaciones de las Dimensiones humor incrementador y la Dimensión competencia personal en estudiantes de nivel secundario	

	en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.....	66
Tabla 14.	Correlaciones de las Dimensiones humor agresivo y la Dimensión competencia personal en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.....	67
Tabla 15.	Correlaciones de las Dimensiones Autodestructor y la Dimensión competencia personal en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.....	68
Tabla 16.	Correlaciones de las Dimensiones Aceptación de uno mismo y la Dimensión competencia personal en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.....	69

## ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Variable sentido de humor y sus componentes.....	58
Figura 2. Variable resiliencia y sus componentes .....	59

## INTRODUCCIÓN

Las variables sentido de humor y resiliencia son constructos psicológicos relacionados con la persona humana, en este caso en el contexto del sistema educativo en el Perú, numerosas propuestas y estudios de especialistas en el campo psicológico y educativo se han realizado e interactuado con relación a su contexto socio-histórico de la ciudad Puerto Maldonado.

En la revisión de la Institución Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, se considera que la educación a nivel secundaria es una educación de tipo liberal tradicional con un corte de enfoque empírico-positivista y orientación deductiva. En este análisis resulta trascendental conocer y establecer si existe relación entre el sentido de humor y la resiliencia en los estudiantes adolescentes de nivel secundaria para poder precisar la extensión y la profundidad de la misma con el propósito de favorecer la innovación y que las propias personas decidan cómo conllevar su convivencia escolar dentro de las aulas en la existencia en el proceso de enseñanza-aprendizaje, tomando como punto de partida los lineamientos encontrados en éste estudio, con la finalidad de alcanzar un mejoramiento de la calidad de la educación, y que ésta sociedad del conocimiento se vincule a las necesidades sociales y al mercado laboral, a fin de aprender a buscar, procesar, sistematizar y evaluar la información para aplicarla de manera contextual en un determinado entorno y escenario cada vez más competitivo.

El propósito del estudio fue comparar si existe relación entre la variable sentido de humor y la resiliencia en estudiantes de educación secundaria de la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado.

Esta información permitirá conocer si la variable sentida de humor y la resiliencia es significativa, teniendo en cuenta que el sentido de humor y la resiliencia son componentes de los estudiantes de nivel secundaria de la Ciudad de Puerto Maldonado, así se podrá contribuir a reducir la brecha y la participación del psicólogo en el campo educativo para lograr una educación de calidad en el estudiante de secundaria.

El presente trabajo consta de: Capítulo I Problema de investigación, que en primer lugar abarca la problemática existente más relevante relacionados con el tema de estudio investigado donde encontraremos el planteamiento del problema, la formulación del problema, la justificación del estudio y los objetivos; Capítulo II Marco teórico, comprende todos los antecedentes recopilados durante este proceso y que son de importancia durante esta investigación donde encontraremos antecedentes de la investigación, bases teóricas de las variables y definición de términos básicos; Capítulo III Métodos y materiales, comprende todos los medios y estrategias utilizadas durante la recolección de datos los cuales comprenden las hipótesis de la investigación, las variables de estudio, el tipo y nivel de investigación, el diseño, población y muestra del estudio, técnicas e instrumentos de recolección de datos, métodos de análisis de datos y aspectos éticos; Capítulo IV Resultados, son la operación de todos los datos obtenidos durante este procesamiento los cuales arrojaron resultados de importancia para la investigación los cuales comprenden el apoyo del programa estadístico SSPS 26; Capítulo V Discusión, es el análisis de los resultados obtenidos propios y compáralos con el de otras investigación que sirven de antecedentes; Capítulo VI Recomendaciones, son el aporte de la investigación hacia una determinada realidad; referencias bibliográficas y anexos

## **I. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

### **1.1. Planteamiento del problema**

La comprensión del sentido de humor”, tuvo como objetivo emprender la aplicación del humor en el aula de clases, trabajo experimental al que pertenecen el grupo-clase de 2º de primaria, cuya profesora-tutora ha recibido la formación necesaria para desarrollar en él, el programa “con H de humor. (Aragón, 2014).

A nivel nacional se encontró mayor evidencia de estudio, clima social familiar y resiliencia en niños y niñas entre 8 a 12 años pertenecientes a familias nucleares, en la IE. Divino Corazón de Jesús de Sullana, el objetivo fue determinar la relación entre el clima social familiar y la resiliencia en niños y niñas entre 8 a 12 años pertenecientes a familias nucleares, la metodología de la investigación fue cuantitativa no experimental de tipo descriptivo correlacional con un tipo de muestreo no probabilístico por conveniencia; se utilizó la escala de clima social familiar (FES), y la escala de resiliencia de Wagnild y Young, específicamente el estilo de mejoramiento personal. (Atoche, 2018).

La segunda investigación que se tomó en cuenta, tuvo como objetivo determinar relación entre relación resiliencia y humor, su objetivo fue ampliar la comprensión de la relación entre humor y resiliencia, su metodología fue propia de la investigación cualitativa, el estudio documental, gracias a la cual se elaboraron tres matrices una textual y otras dos relacionales. En la primera matriz se agruparon los contenidos relevantes frente a los temas resiliencia y humor que fueron el insumo de las siguientes matrices, en la segunda se describieron las definiciones y características del concepto resiliencia y en la tercera se plasmaron las definiciones y características del término humor, mi motivación es poder sumar con más investigación y ampliar la información que se tiene. (Trujillo, 2012).

En toda la vida del ser humano, éste atraviesa por distintos episodios que están llenos de tristeza, alegría, y pensar cómo afrontar situaciones problemáticas y muchas veces lo llevan a caer en depresión, ansiedad, desesperanza, stress, y muchas veces nos llenamos de optimismo y queremos ser positivos. El hablar de la adolescencia, esto nos hace pensar que los

compartimientos serán diferentes, ya que a ellos tenemos que enseñar cómo afrontar todas estas situaciones emocionales. (Atoche, 2018).

La resiliencia no puede existir si no existe adversidad y la etapa de la adolescencia implica una fuente de grandes riesgos. Es por ello, que vemos como herramientas positivas al sentido del humor y la resiliencia. (Atoche, 2018).

El sentido del humor es definido como “La facultad o capacidad para la percepción o apreciación del humor”, han estudiado el Sentido del Humor, Martin ha logrado discriminar dos tipos de humor, el positivo y el negativo, para así comprobar la diferencia entre estos dos tipos de humor. (Aragón, 2014).

La existencia de 4 estilos de humor, de los cuales, dos son utilizados de manera positiva: Humor afiliativo y Humor de auto mejoramiento personal, y dos de manera negativa: humor agresivo y humor auto. El humor afiliativo y humor del auto mejoramiento personal son asociados mayormente a la habilidad para iniciar relaciones personales, interacción social positiva, amistades provechosas y disminución de la ansiedad. En cambio, el humor agresivo, está relacionado con la disminución de la empatía, el inicio de conflictos, agresiones sociales y satisfacción en no relacionarse con otros, finalmente el humor auto descalificador está relacionado con sentimientos de soledad, ansiedad personal, aislamiento, deseos de reconocimiento y necesidad de ayuda (Aragón, 2014).

La resiliencia es una característica positiva de la personalidad, la cual permite resistir, tolerar la presión, los obstáculos y pese a ello hacer las cosas correctas. Además, puede entenderse como la capacidad de una persona, que a pesar de las condiciones de vida adversas y a las frustraciones que atraviesa, puede superarlas y salir de ellas, fortalecido e incluso transformado. (Atoche, 2018).

A partir del modelo teórico de Wagnild y Young (1993), se describieron 5 dimensiones: la ecuanimidad, que hace referencia a una visión equilibrada de la vida y la experiencia adquirida a lo largo de la misma, asumiendo con tranquilidad los sucesos y modulando conductas frente a la adversidad; la Perseverancia, que se perfila como la constancia y resistencia ante situaciones complejas o desaliento impulsado por un deseo vehemente de logro y autodisciplina; la Confianza en sí mismo, que es creer en las capacidades y habilidades que se

posee; la satisfacción personal, que consiste en asumir y comprender el significado de la vida y el cómo cada persona contribuye a ésta y la dimensión Sentirse bien sólo que revela la satisfacción que genera la libertad y el saber que se es único e importante. (Atoche, 2018).

En la actualidad, los estudiantes de la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de la ciudad de Puerto Maldonado presentan vulnerabilidad psicológica al querer adaptarse al proceso de aprendizaje, mediante la nueva modalidad de clases virtuales o a distancia utilizando herramientas como la televisión, radio, internet y vía telefónica ante la situación de covid 19 y así generan respuestas de ansiedad y fracaso académico durante la resolución de sus trabajos, los cuales pueden afectar de forma psicológica a los estudiantes .

## **1.2. Formulación del problema**

### **1.2.1. Problema general**

PG ¿Cuál es la relación entre sentido de humor y resiliencia en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020?

### **1.2.2. Problemas específicos**

PE 1 ¿Cuál es la relación entre el componente afiliativo y competencia personal en estudiantes de nivel de secundario en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020?

PE 2 ¿Cuál es la relación entre el componente incrementador y competencia personal en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020?

PE 3 ¿Cuál es la relación entre el componente agresivo y competencia personal en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020?

PE 4 ¿Cuál es la relación entre el componente autodestructor y competencia personal en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020?

PE 5 ¿Cuál es la relación entre aceptación y competencia personal en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Pública Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020?

### **1.3. Justificación del estudio**

En los estudiantes de educación secundaria de la Institución Educativa Pública, Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado en el año 2020, es bastante habitual observar la ansiedad, ya que interactúan constantemente con presión social para obtener resultados convenientes en cuanto a los trabajos y actividades que dejan las clases virtuales, de manera que las demandas fuertes producen ansiedad. En efecto lo desequilibra emocionalmente al individuo limitando sus posibilidades para afrontar de manera adecuada. Por esta razón, consideramos el presente trabajo de investigación que es de gran importancia y consiste en establecer la existencia de cómo se relacionan las variables de sentido de humor y resiliencia de los estudiantes al momento de resolver trabajos escolares durante la pandemia por el covid 19; ya que hay que establecer métodos para ayudar a combatir los aspectos negativos que estarán dándose durante este proceso de encierro.

#### **1.3.1. Justificación teórica**

Wagnild y Young (1993), refirieron que la resiliencia es una característica positiva de la personalidad, la cual permite resistir, tolerar la presión, los obstáculos y pese a ello hacer las cosas correctas. Además, puede entenderse como la capacidad de una persona, que a pesar de las condiciones de vida adversas y a las frustraciones que atraviesa, puede superarlas y salir de ellas, fortalecido e incluso transformado.

A partir del modelo teórico de Wagnild y Young (1993), se describieron 5 dimensiones: la Ecuanimidad, que hace referencia a una visión equilibrada de la vida y la experiencia adquirida a lo largo de la misma, asumiendo con tranquilidad los sucesos y modulando conductas frente a la adversidad; la Perseverancia, que se perfila como la constancia y resistencia ante situaciones complejas o desaliento impulsado por un deseo vehemente de logro y autodisciplina; la Confianza en sí mismo, que es creer en las capacidades y habilidades que se

posee; la Satisfacción personal, que consiste en asumir y comprender el significado de la vida y el cómo cada persona contribuye a ésta y la dimensión Sentirse bien sólo que revela la satisfacción que genera la libertad y el saber que se es único e importante. Estos resultados en el campo de la Educación nos permitirá reflexionar si el sentido de humor y la resiliencia representan una alternativa inmediata a los cambios a realizar para el bienestar de la salud y la mejora en su calidad de vida en los estudiantes, logrando reducir los riesgos de exposición, ya que la prevención y protección de la salud mental es un derecho fundamental de la persona humana.

### **1.3.2. Justificación práctica**

Una serie de estudio se encuentra que el sentido del humor se asocia a una buena calidad de vida y bienestar general. Esto se debería, entre otros factores, a la percepción de estresores como menos amenazantes (Cann & Collette, 2014). De esta manera, el sentido del humor sería considerado como una forma positiva de afrontamiento, puesto que funciona como un protector frente a situaciones adversas (Cassaretto & Martínez, 2012). El sentido del humor y la risa facilitan la auto aceptación, generando la posibilidad de ver los lados más vulnerables de sí mismo; agrega que el humor permite asimismo darle nuevo significado a las situaciones o eventos vitales. Serán beneficiados con los resultados encontrados y las recomendaciones de la investigación, a fin de solucionar un problema en este segmento vulnerable en la educación, mediante el planeamiento, implementación y ejecución de programas propuestos al Ministerio de Educación relacionados con la prevención y protección del nivel de educación básica regular en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.

### **1.3.3. Justificación metodológica**

En relación a la prueba piloto tuvo una confiabilidad calculada por el método de la consistencia interna con el coeficiente alfa de Cronbach de 0.89 en los estudios citados por Wagnild y Young dieron confiabilidades de 0.85 en una muestra de cuidadores de enfermos de Alzheimer; 0.86 y 0.85 en dos muestras de estudiantes femeninas graduadas; 0.90 en madres primerizas post parto; y 0.76 en residentes de alojamientos públicos. Además, con el método test-retest

la confiabilidad fue evaluada por los autores en un estudio longitudinal en mujeres embarazadas antes y después del parto, obteniéndose correlaciones de 0.67 a 0.84, las cuales son respetables.

El año 2018 se aplicó el instrumento de Resiliencia en adolescentes y jóvenes del programa de formación y empleo de la Fundación Forge Lima Norte, su objetivo fue identificar los niveles de resiliencia en los adolescentes y jóvenes del programa de formación y empleo de la fundación FORGE Lima Norte, su metodología en donde los participantes fueron 156 de ambos sexos quienes conformaron la muestra de este estudio cuyas edades están comprendidas entre los 18 y 24 años pertenecientes a las sedes de Ventanilla, Comas y Los Olivos. Se aplicó la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (1993), sirve de vínculo importante de interacción social en este segmento poblacional vulnerable, que en el momento actual este escenario social se encuentra atravesando una profunda crisis en el campo de la Educación.

#### **1.4. Objetivos de la investigación**

##### **1.4.1. Objetivo general**

OG Describir la relación entre Sentido de humor y resiliencia en los estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.

##### **1.4.2. Objetivos específicos:**

OE 1 Describir la relación entre componente afiliativo y competencia personal en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez” de Puerto Maldonado, 2020.

OE 2 Definir la relación entre componente incrementador y competencia personal en estudiantes de nivel secundario en la institución educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.

OE 3 Describir la relación entre componente agresivo y competencia personal en estudiantes de nivel secundario en la institución educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.

OE 4 Definir la relación entre componente autodestructor y competencia

personal en estudiantes de nivel secundario en la institución educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.

OE 5 Describir la relación entre componente aceptación y competencia personal en estudiantes de nivel secundario en la institución educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.

## **II. MARCO TEÓRICO**

### **2.1. Antecedentes de la investigación**

#### **2.1.1. Antecedentes nacionales**

Villanes (2019). En su investigación Inteligencia emocional y resiliencia en adolescentes de un colegio estatal en Lima metropolitana, el objetivo fue determinar la relación entre la Inteligencia emocional y resiliencia en adolescentes de un colegio estatal en Lima metropolitana, su metodología contó con una población que estuvo conformada por 195 estudiantes pertenecientes al nivel secundaria de un colegio estatal ubicado en Lima Metropolitana, las edades de dichos estudiantes oscilan entre los 12 y 18 años, la muestra fue seleccionada mediante una técnica no probabilística y de tipo descriptivo correlacional, en sus resultados aprecia la distribución porcentual de las variables demográficas, según el rango de edad de 12 a 14 años el porcentaje es de 52.3%, y de 15 a 18 años el porcentaje es de 47.7 %. Con respecto al sexo el mayor porcentaje 53.3% lo obtiene la población masculina, obteniendo un 46.7 % la población femenina. En cuanto al nivel de estudio se aprecia un porcentaje alrededor de 20% de 1° a 5° de secundaria respectivamente, en conclusión se encontró que existe relación entre las variables y sus dimensiones del presente estudio.

La investigación descrita está relacionada directamente con las variables de estudio Resiliencia, con la muestra utilizada y con los objetivos trazados, ya que buscan determinar la correlación entre las variables, investigación que nos ayuda a contrastar y comparar los resultados obtenidos en el análisis y discusión de resultados.

Atoche (2018). En su investigación Clima social familiar y resiliencia en niños y niñas entre 8 a 12 años pertenecientes a familias nucleares, en la IE. Divino Corazón de Jesús de Sullana, el objetivo fue determinar la relación entre el clima social familiar y la resiliencia en niños y niñas entre 8 a 12 años pertenecientes a familias nucleares, la metodología de la investigación fue cuantitativa no experimental de tipo descriptivo correlacional con un tipo de muestreo no probabilístico por conveniencia; se utilizó la Escala de Clima Social Familiar (FES), y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young, con una población

una población de 50 niños, se tuvo como resultado que no existe una relación entre las variables de estudio, aceptando de esta manera la hipótesis nula de la investigación; cuando mencionan que la resiliencia no se desarrolla imperiosamente por un tipo de clima social familiar, sino que es un atributo propio, donde participan diversos factores internos se observa una mayor prevalencia de un clima social familiar muy malo representado por un 30% y una menor prevalencia en el nivel medio con un 12%, se observa una mayor prevalencia de resiliencia alta representado por un 22% y una menor prevalencia en el nivel muy alto con un 18%, se observa una relación entre la dimensión Desarrollo del CSF y la dimensión perseverancia de Resiliencia., en conclusión Se acepta la hipótesis nula, la cual manifiesta que no existe una relación entre el Clima Social Familiar y la Resiliencia en los niños y niñas entre 8 a 12 años pertenecientes a familias nucleares, en la I.E Divino Corazón de Jesús de Sullana, 2018.

El antecedente en mención, está relacionado con la variable Resiliencia estudio que se asemeja en la metodología empleada con diseño correlacional.

Velezmorro (2018). En su investigación Cohesión familiar y resiliencia en adolescentes de una Institución Educativa Estatal de Trujillo, su objetivo fue buscar la relación de la Cohesión familiar y resiliencia en adolescentes de una Institución Educativa Estatal, su metodología estuvo conformada por una población-muestra de 100 adolescentes de una Institución Educativa Estatal de Trujillo. Para ello, se utilizó la Escala de Evaluación de Cohesión (FACES III) así como de la Escala de Resiliencia para Adolescentes (ERA); donde se determinó una correlación directa entre Cohesión Familiar y Resiliencia, en sus resultados se aprecia una cohesión familiar amalgamada (76%) así como un nivel medio (38%) con tendencia a un nivel alto (36%) de resiliencia en los adolescentes. Por otro lado, se halló un nivel alto en la dimensión iniciativa (37%) y un nivel medio en las dimensiones Insight (57%), Independencia (60%), Interacción (55%), Moralidad (37%), Humor (45%) y Creatividad (45%) de la resiliencia. Asimismo, se halló correlación directa de grado medio y significativo entre la cohesión familiar y las dimensiones de moralidad, insight, interacción, iniciativa de la variable resiliencia, además de una correlación directa de grado bajo no significativo con las dimensiones humor, creatividad e independencia.

Finalmente, se contrastó la hipótesis general evidenciando que la cohesión familiar, en conclusión se halló correlación directa de grado medio y significativo entre la cohesión familiar y las dimensiones de moralidad, insight, interacción, iniciativa de la variable resiliencia, además de una correlación directa de grado bajo no significativo con las dimensiones humor, creatividad e independencia y se contrastó la hipótesis general evidenciando que la cohesión familiar y la resiliencia se encuentran relacionados con una correlación directa de grado.

El estudio expuesto anteriormente, investigó la variable resiliencia y la medición de esta permitió la contratación y comparación de resultados en el análisis y discusión de resultados de la presente investigación. También utilizó el diseño no experimental correlacional.

Jiménez (2018). En su investigación Resiliencia en adolescentes y jóvenes del programa de formación y empleo de la Fundación Forge Lima Norte, su objetivo fue identificar los niveles de resiliencia en los adolescentes y jóvenes del programa de formación y empleo de la fundación FORGE Lima Norte, los participantes fueron 156 de ambos sexos quienes conformaron la muestra de este estudio, cuyas edades están comprendidas entre los 18 y 24 años pertenecientes a las sedes de Ventanilla, Comas y Los Olivos. Se aplicó la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (ER), adaptada al Perú por Castilla et al. (2014). El diseño fue no experimental de tipo descriptivo, sus resultados mostraron que el 62.4% de los evaluados se ubican en el nivel alto y medio de resiliencia cuyo factor con el nivel más alto es el de ecuanimidad. En relación al género, las mujeres presentan mayor nivel de resiliencia con respecto a los hombres quienes solo logran destacar en el factor perseverancia. No se encuentran mayores diferencias con respecto al grupo etario, pero sí con respecto a los distritos en estudio; revelándose que el grupo de Ventanilla son los que poseen el nivel más alto de resiliencia (51,8%) encontrando además a los niveles de resiliencia inversamente proporcional a los niveles socioeconómicos de los distritos en consideración, sus conclusiones fueron que el 62.4% de los evaluados se ubican en el nivel alto y medio de resiliencia, mientras que el 37,6%, se ubican en los niveles bajo y muy bajo.

El presente antecedente, contiene una de las variables de estudio, en una muestra similar, que permitió la comparación de datos hallados, en el análisis y

discusión de resultados, y compara los niveles de resiliencia en adolescentes.

Montalvo (2017). En su investigación Proceso de resiliencia para la superación de riesgos sociales en los niños, niñas y adolescentes de la ONG Gema-Huancayo, tuvo como objetivo conocer el proceso de resiliencia y su efecto en el desarrollo de capacidades, su metodología es de carácter exploratorio y descriptivo, se realizó con el enfoque cualitativo, a través del método narrativo mediante la técnica de Historias de vida. Desde esta perspectiva se analiza las características y condiciones socioeconómicas de los niños, niñas y adolescentes que acuden a la ONG GEMA, los programas sociales con las que trabaja la institución para promover habilidades y el desarrollo de capacidades en estos niños, niñas y adolescentes resilientes, sus resultados de esta manera es que puedan acceder a nuevas oportunidades y a superar sus riesgos sociales encaminándose a un proceso de resiliencia, para el logro de una mejor calidad de vida y un óptimo desarrollo humano. En la vida de un niño, niña y adolescente de escasos recursos, existen retos y obstáculos como la adversidad, que se convierten en riesgos sociales y psicoemocionales constantes que les complica el hecho de poder alcanzar un buen desarrollo humano. De ahí, parte el interés por investigar la Resiliencia dentro de una institución como es la "ONG GEMA", cuyo fin es atender a los niños, niñas y adolescentes de bajos recursos, sus conclusiones se basan resaltando el aporte de la ONG GEMA para con esos niños, niñas y adolescentes; es vital como lo demuestra la realidad. Hay un buen grupo de egresados para quienes el apoyo de esta institución fue primordial para su proceso de resiliencia y desarrollo personal. Habiéndoles impartido reglas, normas establecidas, el aprendizaje de un oficio como: los talleres de carpintería, telar arpillería, manualidades, etc. Siendo un trabajo remunerado, un ambiente afectivo, compañerismo y protección, lo que motivó en ellos, el desarrollo de sus capacidades y un buen proceso de resiliencia a través del cual transformaron sus vidas.

El presente antecedente contribuye con aspectos teóricos y el estudio de la variable Resiliencia con una metodología descriptiva correlacional, es también una investigación que afirma que el proceso de resiliencia, es importante para el logro de una mejor calidad de vida y un óptimo desarrollo humano .

### **2.1.2. Antecedentes internacionales**

Olivas (2016). En su investigación. Resiliencia y Estilos de Afrontamiento en niños con padres divorciados, su objetivo fue relacionar la resiliencia y los estilos de afrontamiento en niños de padres divorciados, la metodología se efectuó con la aplicación de dos instrumentos de medición, por un lado, el Cuestionario de Resiliencia (González-Arratia, 2011), compuesto por 32 ítems que miden tres dimensiones de resiliencia que son: factores de protección internos, factores de protección externos y empatía (González-Arratia, 2011). Así como la prueba multidimensional y multisituacional de enfrentamiento a los problemas (Reyes y Góngora, 1996), conformada por un total de 108 reactivos, en el caso de esta investigación se aplicó la escala correspondiente a problemas de la vida, la cual consta de 18 reactivos y está constituida por tres de los seis factores, que son directo-re valorativo, emocional-negativo, emocional-evasivo. Dicha aplicación se efectuó a una muestra de 105 niños, 52 hombres y 53 mujeres cuyas edades oscilaron entre los 8 y 12 años de edad, que se encuentran cursando 3°, 4°, 5° o 6° grado de primaria de dos escuelas, el Centro Escolar Lic. Miguel Alemán y el Instituto Pedagógico de Toluca, llevándose a cabo un diseño de investigación transeccional o transversal debido a que se recolectaron datos en un solo momento, en un tiempo único. De manera más específica, se empleó un diseño transeccional 90 correlacional/causal, el cual tiene como propósito describir y analizar relaciones entre dos o más variables en un momento determinado, sus resultados mostraron que se realizó un análisis de correlación de Pearson para determinar el grado de relación entre la resiliencia y estilos de afrontamiento en niños de padres divorciados, encontrándose una correlación positiva y estadísticamente significativa que indica que a mayor nivel en los factores de protección interno, externo y empatía, mayor empleo del estilo de afrontamiento directo-Re valorativo. Por otro lado, se encontró correlaciones negativas y estadísticamente significativas que denotan que a mayor nivel de factores de protección internos menor uso del estilo de afrontamiento emocional negativo, así como a mayor nivel de factores de protección externos menor utilización del estilo de afrontamiento emocional-evasivo, en conclusión se determina que lo obtenido por los niños en relación con los estilos de afrontamiento y la resiliencia ante las diversas situaciones

estresantes por las que se encuentran pasando estos niños, destacando su situación de ser hijos de padres divorciados, se pudo encontrar una relación estadísticamente significativa entre el estilo de afrontamiento directo-revalorativo y los factores de protección internos, externos y empatía de la resiliencia.

Los datos hallados en el presente antecedente nos permiten visualizar que existe relación entre las variables estudiadas, y es rico en el análisis de resultados descriptivos y nos permitió un sustento teórico óptimo, así como en la elaboración de programas adecuados de intervención y atención en el desarrollo de la resiliencia desde la niñez.

Hernández (2015). En su investigación. Resiliencia y bienestar psicológico de un grupo de adolescentes en riesgo de exclusión social, su objetivo fue describir la resiliencia, el bienestar psicológico, la autoestima y el apoyo social percibido de adolescentes en riesgo de exclusión social, en su metodología participaron en el estudio 27 adolescentes que asistían a un Centro de Atención y Compensación Socioeducativa. Las variables de interés se evaluaron mediante cuestionarios con adecuadas propiedades psicométricas, sus resultados mostraron la existencia de correlaciones significativas y directas entre todas las variables evaluadas. Los análisis de regresión muestran que las variables Resiliencia, Autoestima y Apoyo social contribuyen a explicar conjuntamente un 87,1% de la varianza del Bienestar Psicológico. Según los datos obtenidos, en conclusión, la autoestima y el apoyo social percibido se relacionan positivamente con la resiliencia y esta es un potente predictor del bienestar psicológico que por sí sola explica el 81% de la varianza del mismo.

La investigación descrita aporta en los antecedentes respecto a la variable de estudio Resiliencia, en una muestra de adolescentes; que permitió un análisis teórico por ser una investigación de nivel descriptivo con la aplicación de un cuestionario y utilizando técnicas psicométricas y hallar resultados que contribuyen al bienestar del adolescente.

Aragón (2014). En su investigación. El sentido del humor en el aula: diseño, aplicación y evaluación de un programa de intervención, su objetivo fue la descripción del desarrollo de la intervención donde presentamos los objetivos, las hipótesis de trabajo y el método, haciendo especial hincapié al desarrollo de

las características del programa de intervención “con H de humor”, su metodología fue un grupo de personas seleccionados para la realización de esta investigación está formado por una muestra total de 34 sujetos, 20 niños y 14 niñas. Todos ellos están escolarizados en 2º de educación primaria, en dos grupos diferentes, pertenecientes al mismo centro. Sus edades comprenden entre los 7 y 8 años, edad propia del curso escolar en el que se encuentran, muestra total, 17 sujetos pertenecen al grupo experimental y los otros 17 al grupo control. Esta asignación no fue aleatoria puesto que los 17 alumnos/as del experimental pertenecen al grupo-clase de 2º de primaria, cuya profesora-tutora ha recibido la formación necesaria para desarrollar en él el programa “con H de humor”. El otro grupo (control) fue escogido por poseer las mismas características que el experimental, en cuanto curso escolar, edad, nivel socio-económico y cultural, contexto escolar, etc. y gracias a la colaboración y buena disposición de su profesor-tutor para la recogida de datos, sus resultados con respecto al grupo control mejorará su satisfacción con el grupo. Los datos muestran que el alumnado que recibe el programa “con H de humor” manifiesta, tras la intervención, un mayor bienestar y agrado con su grupo, sus compañeros/as y el entorno del aula en general; ambos grupos partían de una situación similar en el momento previo a la intervención, sin embargo, en el momento post test el grupo control ha empeorado significativamente ( $p=0.0012$ ) su “satisfacción con el grupo” y el experimental ha mejorado de manera significativa, mejoría con respecto a si mismo ( $p=0.0108$ ) (si se compara su pre y su post), en conclusiones destacamos que la utilización de metodologías educativas que utilizan el sentido del humor y recursos lúdicos en el aula favorecen todo lo relacionado con el aprendizaje del alumnado e influyen en variables de tipo psicosocial.

La investigación descrita anteriormente, está relacionada directamente con las variable de estudio Sentido del Humor, con la muestra utilizada que selecciona adolescentes, es una investigación cuasi experimental que busca la mejora de las conductas a través de la aplicación práctica de las dimensiones del sentido del humor.

Gonzáles (2013). En su investigación. En el humor como instrumento pedagógico, su objetivo fue La búsqueda de la relación entre humor y pedagogía

ha dado lugar a través del tiempo a múltiples puntos de vista, su metodología es que se realizó un recorrido por los conceptos más significativos en torno al humor, con el fin de reconocer las principales teorías y definiciones que pueden llegar a ser útiles para una posterior relación con la pedagogía, y más específicamente con los objetivos que se persiguen al educar, por lo expuesto con la finalidad de instalar una correlación entre los distintos conceptos del humor y su posible utilidad y beneficios para el cumplimiento de cada una de las metas educacionales y objetivos transversales de la educación, en conclusión nos hizo comprender si éstas barreras tienen una justificación científica y satisfactoriamente comprobable, o si más bien sólo tienen asidero en convencionalismos sociales.

El antecedente en mención, está relacionado con las variables buen humor en relación a las prácticas pedagógicas y aportó a este estudio porque señala al sentido del humor como una variable a considerar en relación a fortalecer la resiliencia en adolescentes porque la educación es tratado aquí, como pedagogía influye en el desarrollo del educando.

Trujillo (2012). En su investigación. Aportes teóricos a la comprensión de la relación resiliencia y humor, su objetivo fue ampliar la comprensión de la relación entre humor y resiliencia, su metodología fue propia de la investigación cualitativa, el estudio documental, gracias a la cual se elaboraron tres matrices una textual y otras dos relacionales. En la primera matriz, se agruparon los contenidos relevantes frente a los temas resiliencia y humor que fueron el insumo de las siguientes matrices, en la segunda, se describieron las definiciones y características del concepto resiliencia y en la tercera, se plasmaron las definiciones y características del término humor, sus resultados demuestran según los cuadro que el 57% de los textos coinciden en que la resiliencia contiene aspectos filogenéticos y ontogenéticos, pero también, se puede leer otro 43% de divergencia, por lo cual se puede deducir que el término todavía no se encuentra consolidado y hace parte de un proceso continuo de construcción y precisión conceptual, en conclusión en la presente indagación se relacionarán los objetivos, el marco teórico, el análisis de resultados, en primer momento el trabajo investigativo buscaba identificar y comprender las relaciones construidas entre el humor y la resiliencia desde algunas teorías y conceptualizaciones. Para

ello, se utilizaron 47 documentos de los cuales 20 fueron analizados en matrices, esta convergencia se pudo aportar elementos conceptuales y analíticos para la comprensión de la relación humor y resiliencia. Entre ellos se puede resaltar, que hasta la fecha no se han encontrado suficientes referentes empíricos que permitan comprender si la relación entre los dos conceptos es constitutivo de factores protectores o de riesgo.

El antecedente en mención, es una investigación cualitativa relacionada con ambas variables de estudio de la presente investigación, permitió ampliar la comprensión de la relación entre sentido del humor y la Resiliencia.

## **2.2. Bases teóricas de las variables**

### **2.2.1. Variable sentido del humor**

En la actualidad todavía no existe un modelo que ajuste completamente el sentido del humor. Aunque se han buscado explicaciones y definiciones, ninguna es completamente satisfactoria y los modelos que más convencen se han respetado durante años. (Aragón, 2014).

El término para definirlo con precisión, haciendo hincapié en que a menudo se utilizaba la palabra humor para determinar la habilidad con la que una persona puede hacer reír (Sully, 1902). Más tarde, Baldwin (1905), Fowler (1926) y Drever (1952), comenzaron a distinguir el término humor, de humorístico, ingenioso, sardónico, sarcástico y amplían el área y las variedades del humor apareciendo por vez primera en diccionarios de psicología.

Desde entonces, se han hecho numerosas aproximaciones al término desde esta disciplina (para una revisión ver Roeckelein, 2002), aunque las más relevantes datan de los últimos veinte años. A continuación, se exponen algunas de las definiciones más sugerentes, por orden cronológico, encontradas en autores extranjeros (Chapman, 1996; Freedman, Kaplan y Sadock, 1997; Rush 1998; Latta, 1998) y españoles (Coderch, 1979; Garanto Alós, 1983), que son citados en la Literatura y en nuestra opinión se ha aproximado el término a una definición utilizable para ser desarrollado en la investigación. (Aragón, 2014).

En las últimas décadas, y relaciona el humor con la experiencia creativa. La creatividad, explica, es un proceso por el cual se inventan patrones originales

y luego se expresan. En ese sentido, el humor encierra un acto creativo al llevar implícito un elemento de incongruencia, de sorpresa, algo inesperado. Este autor, distingue dos tipos básicos de humor, el pasivo, es decir, la persona que sin manifestar conductas de humor, puede llegar a valorarlo y considerar a otros bajo un prisma humorístico y el activo, es decir, el de una persona que se contempla a si misma bajo un prisma humorístico. Se entiende así que no es lo mismo ser creativo –activo- en el humor, que solo disfrutarlo –pasivo-. Añade que la persona que tiene sentido del humor tiene un alto grado de autoestima, lo que le permite aceptar sus imperfecciones y sentirse igual a los demás. (Pollock, 2003).

El sentido del humor como lo define Ruch (1998), es “un corazón simpático”, y encierra una característica que es la benevolencia, es decir, no es agresivo. Este autor explica que es un término en el que coexisten distintas nomenclaturas formales e informales de las diferentes disciplinas. (Pollock, 2003).

Si, “el humor es el estado de ánimo más o menos persistente y estable, que baña equilibradamente sentimientos, emociones, estados de ánimo o corporales, que surge del contacto del individuo (corporalidad y psique) con el medio ambiente y que capacita al individuo para que al tomar la distancia conveniente, relativizar críticamente toda clase de experiencias afectivas que se polaricen, bien sea hacia situaciones eufóricas, bien sea hacia situaciones depresivas”. (Aragón, 2014).

Esta definición está bien ajustada a lo que entendemos en este trabajo por sentido del humor. Encerrar el humor en unas pocas palabras para definirlo es un error. Su naturaleza imprevisible y sorprendente hace difícil descubrir la explicación, el porqué unas personas tienen o no más humor que otras. Teniendo en cuenta, las aportaciones de los autores que han impulsado las definiciones, los principales determinantes que se describen para el humor son los factores afectivo y cognitivo, es decir cómo se interpreta el humor y la emoción que subyace al mismo. El humor está impregnado de paradoja, es la respuesta ante situaciones que se resuelven de forma contradictoria entre lo esperado y lo que en realidad ocurre. Este contraste es para algunos autores uno de los ejes para explicar el humor como un fenómeno casi enteramente cognitivo. Pero se intuye

que tras la palabra humor, existe un problema semántico, ya que ingenio, risa o comicidad se confunden y actúan como sinónimos. (Pollock, 2003).

El concepto de humor es descrito como la capacidad de percibir y disfrutar de lo cómico o divertido, habilidad de algunas personas para interpretar lo que sucede desde una perspectiva jocosa. No obstante, también llega a traducirse en conducta, es decir, lo que se entiende por personas graciosas y simpáticas, capaces de hacer reír, disfrazarse o ser más juguetonas; y, finalmente el humor como expresión del estado de ánimo de quien lo disfruta, los optimistas, los alegres. Por tanto, puede hablarse de varias experiencias en la vivencia del humor con creatividad asociada, personales y sociales que le otorgan un carácter multidimensional y que otros refieren de las personas implicadas como en fluir, un júbilo e intensa sensación de satisfacción que va más allá de lo mero divertido, equiparable a la sensación de descubrimiento, expansión y experiencia óptima del gozo creativo parecido al que experimentan personas que controlan sus acciones, dueñas de su destino. (Pollock, 2003).

El humor al igual que la realidad ha existido en nuestro mundo por mucho tiempo desde antes que se inventara una palabra para definirla. Fue en el siglo XVI cuando se utilizó la palabra humor en el sentido que lo usamos en la actualidad, en primer lugar, en Inglaterra y posteriormente en otros países. La Académie française utilizó la palabra humoristique en el año 1878 y solo la palabra humor en el año 1932 (Vanistendael, Gaberan, Humbeeck, Lecomte, Manil y Rouyer, 2013). La Real Academia de la Lengua define al sentido del humor como “una capacidad para ver o hacer el lado risueño o irónico de las cosas, incluso en circunstancias adversas”. Es por esto que la palabra humor suele relacionarse con: risas, chistes, bromas, juegos, burlas y ocurrencias. La experiencia del humor ha sido experimentada por todos en algún momento de nuestras vidas, por ejemplo, cuando alguien cuenta alguna anécdota graciosa, un chiste, realiza un comentario ingenioso o un error involuntario el cual nos parecerá divertido y nos llamará la atención. Estos estímulos al agradarnos nos producirán una simple sonrisa, una risa o carcajadas (efecto más intenso y alargado). Experimentamos el humor muchas veces durante nuestra vida, debido a que el humor siempre está ligado al juego y el disfrute resultándonos muy familiar como lo señala (Trujillo, 2012).

Es importante además aclarar que el sentido del humor, humor y risa, son constructos distintos, por ello es que se exponen a continuación las tres definiciones dadas por (Trujillo, 2012).

La Escala sobre el Sentido del Humor (Humor Style Questionnaire, HSQ) que mide estas cuatro dimensiones independientes y formuladas dentro de dos ámbitos continuos: 1) El primero va desde el sentido del humor que es relativamente benigno y benevolente hasta aquel humor que se muestra perjudicial e hiriente; y, 2) El segundo que va desde el humor que funciona para promover el desarrollo de uno mismo hasta aquel humor que promueve el desarrollo personal de las relaciones con los demás. De esta manera se pueden establecer cuatro tipos de humor:

- 1) El humor afiliativo (o humor social) involucra el uso de la forma benigna del humor que facilita la interrelación con otras personas. En este tipo de humor, se puede detallar el bromear con los demás, contar historias divertidas y reír acompañado para desarrollar las relaciones con los demás o disminuir la tensión entre personas. (DAnello, 2008).
- 2) El humor para el mejoramiento personal (o incrementador del self) implica una perspectiva humorística y realista de la vida. Se caracteriza por mantener el humor en circunstancias adversas. Este humor es usado como una estrategia de afrontamiento regulando las emociones negativas y afrontarlas de forma tal que la persona no se haga daño a sí misma ni a su entorno.
- 3) Estos dos tipos de humor tienen una relación positiva con sentimientos de alegría, alta autoestima y bienestar psicológico, pues tienen efectos importantes que disminuyen los efectos del estrés. Además, presentan una relación negativa con sintomatología psiquiátrica. (DAnello, 2008)
- 4) El humor agresivo se caracteriza por la actitud de sobresalir a expensas de la relación con otros e incluye el uso del sarcasmo, el ridiculizar a otros con el uso de amenazas y del humor para criticar o manipular a los demás. Este tipo de humor se relaciona directamente con hostilidad y agresividad. El humor agresivo es aquel que ridiculiza, ofende, manipula, menosprecia a otros y se utiliza en situaciones inapropiadas. (DAnello, 2008).

- 5) El humor de descalificación personal, o autodestructor del Self, se caracteriza por el uso abundante de términos despectivos contra uno mismo y el empleo de un humor cínico que promueve las relaciones interpersonales divirtiendo a los demás, pero a expensas de la denigración de la propia persona. Este tipo de humor tiene una relación directa con depresión, ansiedad, hostilidad, agresividad y la sintomatología psiquiátrica. Se relaciona negativamente con el bienestar psicológico y la autoestima, el humor “autodestructor del self” es el que divierte a los demás a costa de rebajarse a uno mismo, ridiculizándose utilizando el humor para ocultar los propios sentimientos. (DAnello, 2008)

Humor Auto-descalificador “intenta divertir a otros a expensas de sí mismo como un medio de recibir aprobación o congraciarse”, mientras que Humor agresivo “se expresa sin importar su impacto sobre los otros”. De esta forma, tanto el humor agresivo como el autodescalificador se relacionan con baja motivación para los estudios durante la secundaria y el bachillerato. (DAnello, 2008).

El humor agresivo es aquel que ridiculiza, ofende, manipula, menosprecia a otros y se utiliza en situaciones inapropiadas y finalmente humor “autodestructor del self” es el que divierte a los demás a costa de rebajarse a sí mismo, ridiculizándose y utiliza el humor para ocultar los propios sentimientos a los demás. (Saz, 2000).

### ***2.2.1.1. Estilos de humor positivos***

#### **1) El estilo de humor afiliativo**

Haciendo hincapié de su utilidad para mejorar la relación con los demás; entreteniéndolos y apoyándolos a través del uso del humor y su relación con aspectos positivos como la alegría, la autoestima, relaciones interpersonales satisfactorias emociones y estados de ánimo positivos, una mayor sociabilidad, extroversión y estabilidad emocional. (Camacho, 2012)

## **2) El estilo de humor incrementador del self**

Resaltando que tiene como eje principal ver la vida desde una perspectiva humorística por su carácter intra-personal que hace que se relacione positivamente con la autoestima, el optimismo, el bienestar psicológico, la capacidad de afrontar el estrés, tener perspectivas positivas. Destacando que se puede utilizar como una estrategia de afrontamiento que permite disminuir las emociones negativas afrontando los estresores y buscando reinterpretar la situación adversa con una perspectiva más positiva. (Camacho, 2012).

### ***2.2.1.2. Estilos de humor negativos***

#### **1) El Estilo de humor agresivo:**

Haciendo hincapié que es aquel que busca ofender o ridiculizar al otro usualmente, a través del sarcasmo, a beneficio de una ganancia de status propio lo que da como resultado un empeoramiento en las relaciones interpersonales; señalando que este estilo de humor se relaciona con la hostilidad, el enojo y la agresión. (Camacho, 2012).

#### **2) El estilo de humor autodestructor del self:**

Exponiendo que se caracteriza por su relación con el menosprecio propio y una constante búsqueda de aceptación y aprobación de los demás lo que lo relaciona con la depresión, ansiedad, hostilidad, agresividad además y con síntomas psiquiátricos. Finalizando la exposición en la siguiente actividad, las preguntas serán de acuerdo al tema expuesto. (Camacho, 2012),

### ***2.2.1.3. Sentido del humor***

Sentido del humor: “Es una de las fortalezas del ser humano, se refiere a una capacidad para experimentar y/o estimular una reacción muy específica, la risa (observable o no), y de esta manera conseguir o mantener un estado de ánimo positivo.” (Camacho, 2012).

Desde la psicología positiva el sentido del humor no se trata solamente de un remedio para prevenir enfermedades, sino que además es una virtud que fomenta un mayor bienestar y disfrute de la vida, e incluso, el crecimiento hacia

una mayor humanidad y plenitud. Con respecto a la aclaración de que la risa puede ser observable o no, esto se refiere a que risa incluye aquello observable como las vocalizaciones, por ejemplo; y también reacciones que no se pueden apreciar a simple vista como la activación del sistema dopaminérgico. (Camacho, 2012).

## **1) Humor**

Humor: “cualquier estímulo que pueda provocar la reacción psicofisiológica de la risa (juegos, bromas, chistes, viñetas, situaciones embarazosas, incongruencias, inocentadas, cosquillas...)”. Se va a evitar hablar del humor como estado de ánimo, aunque los psicólogos positivos hablen de estados que caracterizan al “buen humor”, porque esta definición intenta ser más concreta. Este término hace referencia a las distintas causas de la risa, que es también la acepción más común en el idioma ordinario (humor negro, verde, blanco, satírico, irónico, ingenioso, burdo, absurdo, oral, literario, gráfico, físico, improvisado). También se considera humor al humor no intencional, como los despistes, “meteduras de pata”, torpezas, etc., aunque algunos no lo entienden así. (Camacho, 2012),

## **2) Risa**

Risa: “reacción psico-fisiológica caracterizada externamente por unas vocalizaciones repetitivas (típicamente transcritas en castellano como ja-ja, je-je, etc.), una expresión facial fácilmente reconocible (boca en una sonrisa cerrada o abierta, comisuras de los ojos arrugadas), unos movimientos corporales característicos (del abdomen, hombros, cabeza y en casos de risa intensa en todo el cuerpo) y una serie de procesos neurofisiológicos concretos (cambios respiratorios y circulatorios, activación del sistema dopaminérgico y otros circuitos. (Camacho, 2012).

### ***2.2.1.4. Origen del sentido del humo***

La palabra humor significó originariamente humedad y designó cada una de las cuatro sustancias líquidas o semilíquidas de diferente densidad que los griegos describieron en el cuerpo humano; su equilibrio, afirmaron, era la base de la salud: sangre, pituita o flema, bilis amarilla (cólera) y bilis negra

(melancolía). Se creía que los cuatro humores estaban en correspondencia con los cuatro elementos, tierra, agua, aire y fuego y, asimismo, con cuatro cualidades fundamentales: frío, húmedo, seco y caliente. (Camacho, 2012).

La armonía proporcionada por la distribución de los humores se corresponde con expresiones de índole emotiva, propensión a sentimientos equilibrados o estados de ánimo que regulan la visión de la realidad; la armonía se pierde en los momentos y circunstancias adversas de la vida y cuando la persona ha de analizar sus errores. La teoría de los cuatro humores dominó el pensamiento médico durante casi dos mil años y superó la Edad Media con las aportaciones de médicos árabes, que la relacionan con las concepciones del universo, o macrocosmos, y con las del individuo o microcosmos. (Camacho, 2012).

Algunas de estas ideas están presentes en trabajos actuales, en los que se piensa que cuando el individuo reflexiona acerca de sus posibilidades y limitaciones, amplía su autoconocimiento y su autocrítica, aprende a reconocer sus barreras e inevitables debilidades y ve las cosas en su relatividad. (Camacho, 2012).

Los filósofos griegos tuvieron su más relevante aportación en cómo se enfrentaron a la tragicomedia de la vida, mezcla de dolor y de gozo, y en sus obras nos revelan la armonía y la perturbación del estado de ánimo. (Schopenhauer, 1985).

La comedia y la tragedia tienen su propia dinámica, su fuerza y su función; son un reflejo de la vida. Lo trágico y lo cómico pueden relacionarse con situaciones donde el ser humano no acierta a responder con sentido. Sin embargo, mientras en lo trágico no se puede dominar la situación, en lo cómico se busca un sentido a lo que parecía no tener una respuesta adecuada; la persona, no se deja arrastrar al abismo, no sucumbe y parece como si el humor cómico se proyectase como una capacidad de ser más compresivo, con mayor apertura mental, más flexible y más tolerante. (Camacho, 2012).

Por eso encontramos en muchos textos referencia a que la comprensión humorística no es compulsiva, es más un estado emocional que surge paralelo al hecho de dominar la situación. Sócrates puso un ejemplo refiriéndose a sí

mismo, cuando acepta con humor su injusta condena a muerte y afirma con un alto grado de humildad, comprensión y flexibilidad: sólo sé que no sé nada o parezco un poco más sabio que los demás porque lo que no sé, creo también no saberlo. (Schopenhauer, 1985).

Es conocido que desde la filosofía y la literatura se ha prestado atención al humor y al sentido del humor, sin embargo, a pesar de que -por ejemplo- en el año 1907 la revista *American Journal of Psychology* editara un artículo titulado *The psychology of humor* (Kline, 1907), la Psicología ha tardado más de 80 años en tener en cuenta el fenómeno, y en relacionarlo con una emoción básica como es la alegría (Fredrickson, 1998), aspecto que retomaremos más tarde. (Schopenhauer, 1985).

### ***2.2.1.5. Las corrientes de la psicología sobre el sentido del humor***

#### **1) Psicoanálisis**

Las investigaciones sobre el sentido del humor se iniciaron con Freud durante la primera mitad del siglo XX (Martin, 2007). En su libro *el chiste y su relación con la inconsciente*, el autor señala que el chiste es una de las diferentes afloración de elementos del inconsciente a la conciencia (Stacey y Freud, 1991). Escuelas psicológicas en el tiempo, por ello tenemos que:

Freud menciona tres partes que explican el proceso del chiste:

Analítica, Sintética y la relación del sueño y el chiste. La parte Analítica indica que la psicogénesis da origen y desarrollo tanto a los procesos, fenómenos y evolución mental. La parte Sintética expone el valor del chiste como fenómeno social y que está en proceso de cambio según diversos factores. En la tercera parte nos demuestra la relación del sueño y el chiste manifestando que en ese periodo de tiempo refleja los deseos de hablar del inconsciente (Freud, 1991).

#### **2) Conductismo Operante**

El conductismo operante de Skinner (1971), descubrió la relación entre el aprendizaje por medio del condicionamiento operante y el humor (Papalia, Wndkos y Duskin, 2004), revelando que las conductas verbales se enlazaban

con el desarrollo del sentido el humor. Además, señalaba que los bebés pronuncian sonidos sin orden aparente, siendo uno de ellos, la risa. Al recibir una respuesta positiva por parte de sus padres, el niño refuerza la reproducción de la risa. En síntesis, la sonrisa es una conducta generada por demostraciones de afecto de los padres (Papalia, 2004).

Skinner (1971), indicó que la sonrisa es usada como instrumento de acercamiento social, ya que esta es un símbolo de aprobación para los grupos, sin embargo esta conducta recibe refuerzos que son determinados por la cultura o historia de cada individuo, es decir es diferente según cada contexto social.

### **3) Cognitivo Conductual**

En el enfoque cognitivo conductual, Ellis utilizó el humor en la terapia racional emotiva como estrategia para vencer las resistencias del paciente y para reemplazar o interrumpir sus ideas irracionales (Quezada y Gianino, 2015).

Ellis postulaba que, al utilizar los métodos humorísticos, el terapeuta estimula la confianza cliente y terapeuta, generando en el cliente la oportunidad de pensar en sus problemas sin demasiada seriedad. Estos ajustes llevan al autodescubrimiento (Ellis y Dryden, 1989), ya que podemos distanciarnos del problema a pesar de que esté aun no tenga solución (Vanistendael et al., 2013). Al utilizar el humor como una de las técnicas principales para eliminar o disminuir el pensamiento catastrófico, hay que tener en cuenta que este debe darse de forma natural y adaptado a la situación actual del cliente, ya que el gran beneficio del humor, es que reduce al absurdo las ideas de los clientes, demostrando que sus ideas son contradictorias o ridículas, de esta manera el humor desdramatiza los problemas y brindan una mirada diferente a los dilemas (Ellis y Dryden, 1989). Esto coincide con lo expuesto por Jara (2014), quien al hablar de los beneficios cognitivos del clown, indicando que esta técnica en su mayoría de veces humorística nos permite reflexionar de forma alternativa, analizando el problema de manera plural y permitiendo su resolución de forma creativa.

#### 4) **Humanismo**

El enfoque humanista de Maslow, estudió la salud mental desde la autorrealización del individuo. Los individuos autorrealizados pueden describirse como individuos espontáneos, naturales y sencillos que poseen dentro de sus cualidades el sentido del humor (Maslow, 1991).

Maslow, define al sentido del humor como un “auto actualizador”. Realizó estudios a personas que él consideraba con buena salud psicológica. En este proceso observó que este tipo de personas parecían tener excelente uso de sus potencialidades, sintiéndose seguros y poco ansiosos debido a que trabajaron psicológicamente de forma espiritual, filosófica y axiológica. Estas personas tenían además un humor filosófico y nada hostil, siendo muy diferente al del resto, ya que no pretendían burlarse de los demás (Maslow, 1991).

##### **2.2.2. Variable Resiliencia**

La resiliencia es una característica positiva de la personalidad, la cual permite resistir, tolerar la presión, los obstáculos y pese a ello hacer las cosas correctas. Además, puede entenderse como la capacidad de una persona, que a pesar de las condiciones de vida adversas y a las frustraciones que atraviesa, puede superarlas y salir de ellas fortalecido e incluso transformado. (Olivas, 2016).

##### **2.2.2.1. Dimensiones de la resiliencia según Wagnild y Young.**

Confianza en sí mismo: La confianza en uno mismo o self-confidence ha sido introducido por los teóricos de la afectividad en un continuum de desarrollo que surge del concepto de “base segura”. La confianza en uno mismo se reporta de la manera en que los padres han ejercido su responsabilidad de transmitir aceptación y respeto, así como instruir en la capacidad de pensar y saber; esto lograría producir un sentir de orgullo caracterizado por la buena autoestima y el fiarse de uno mismo. (Olivas, 2016).

**1) Ecuanimidad:** Este término denota una perspectiva balanceada de la propia vida y experiencias, tomar las cosas tranquilamente y moderando sus actitudes ante la adversidad. **Perseverancia:** persistencia ante la

adversidad o el desaliento, tener un fuerte deseo del logro y autodisciplina.

- 2) **La perseverancia:** es también llevar a cabo las acciones necesarias para alcanzar lo decidido, aunque disminuya la motivación, surjan problemas internos o externos. (Olivas, 2016).
- 3) **Satisfacción personal:** satisfacción personal se refiere a la comprensión del significado de la vida y cómo se contribuye a esta. Asimismo, es entendido como la valoración cognitiva individual que alcanza la persona con su propia vida, cubriendo las expectativas y las aspiraciones que guardan relación con objetivos personas y la calidad de vida expresada favorablemente. (Olivas, 2016).
- 4) **Sentirse bien solo:** es la capacidad de sentir libertad, de sentirse únicos e importantes. Además, la soledad que se experimenta en la intimidad es necesaria para la elevación de la satisfacción personal y el reforzamiento de la propia identidad, el espacio se convierte en una extensión para pensar y reflexionar; aquella persona satisfecha con uno mismo, en su soledad encuentra la naturaleza de su motivación para la vida. (Olivas, 2016).

#### ***2.2.2.2. Modelo Del Desarrollo Psicosocial***

Esta teoría está relacionada con la teoría del desarrollo de Erikson, el cual afirma que la resiliencia es una respuesta ante la adversidad que se mantiene a lo largo de la vida o en un momento determinado y puede ser promovida durante el desarrollo del niño. (Olivas, 2016).

La resiliencia sería una característica de la personalidad que modera el efecto negativo del estrés y fomenta la adaptación. Ello connota vigor o fibra emocional y se ha utilizado para describir a personas que muestran valentía y adaptabilidad ante los infortunios de la vida. La resiliencia es la capacidad para resistir, tolerar la presión, los obstáculos y pese a ello hacer las cosas correctas, bien hechas, cuando todo parece actuar en nuestra contra. Puede entenderse aplicada a la psicología como la capacidad de una persona de hacer las cosas bien pese a las condiciones de vida adversas, a las frustraciones, superarlas y salir de ellas fortalecido o incluso transformado. (Olivas, 2016).

El término resiliencia fue tomando más énfasis a partir de los años 60 dentro de las ciencias sociales, y toma como característica principal a la capacidad del ser humano para desarrollarse eficaz y exitosamente a pesar de vivir en contextos vulnerables y de alto riesgo. Se refiere no solo al ser humano, sino también a las familias en conjunto, las cuales son capaces de sobreponerse de las múltiples adversidades y contextos desfavorables, e incluso recuperarse de situaciones traumáticas como fueron las consecuencias de guerras civiles o los desastres naturales (terremotos, inundaciones), de los cuales nadie está libre. (Olivas, 2016).

El término resiliencia trata de referirse a que son hechos adversos de la vida no afectaban tanto como el abandono del soporte familiar adecuado en etapas tempranas como es la niñez. (Olivas, 2016).

La resiliencia como un proceso dinámico, donde existe una interacción tanto el individuo con el medio que lo rodea y viceversa, lo cual permite una adaptación positiva de la persona. Éstos autores se basan en el modelo ecológico- transaccional, teniendo como origen al modelo ecológico de Bronfenbrenner. La idea principal del modelo de Bronfenbrenner se basa en el estudio de la persona, quien se encuentra interactuando con una ecología determinada por niveles. Dichos niveles empiezan con un micro sistema (individuo) y avanzando a un macro sistema (relación del individuo con la familia y su comunidad quien impone normas). Y finalmente, el ecosistema donde aparecen las políticas públicas que favorecen la promoción de la resiliencia. El verdadero propósito de éste modelo es contribuir con el estudio entre los sistemas y la relación que existen entre ellos, dando a conocer que ambos sistemas no pueden estar separados, incluso llegar a decir que un sistema depende del otro. (Olivas, 2016).

### **2.2.2.3. Características de la Resiliencia.**

Con el paso del tiempo se ha podido identificar algunas características que mayormente son evidentes en aquellas personas que han mostrado habilidades resilientes. Dichas características son conocidas como: pilares de la resiliencia. Distintos autores han seleccionado diferentes características consideradas importantes, dentro del marco de observación en sus

investigaciones con personas resilientes. (Olivas, 2016).

Introspección: es el arte de preguntarse a sí mismo y darse una respuesta honesta. Mirada interior dirigida a los propios actos o estados de ánimo. Independencia: capacidad de mantener distancia emocional y física sin caer en el aislamiento. Saber fijar límites entre uno mismo y el medio con problemas. (Olivas, 2016).

La capacidad de relacionarse: habilidad para establecer lazos e intimidad con otras personas para compensar la propia necesidad de afecto y la posibilidad de brindarse a otros. (Olivas, 2016).

Iniciativa: es la acción de adelantarse a los demás en hablar u obrar, dando principio a realizar una propuesta. Humor: es la capacidad de encontrar la comedia en la propia tragedia, buena disposición para hacer algo. Creatividad: es la capacidad de crear (desde cosas más simples a complejas). (Olivas, 2016).

Moralidad: extender el deseo personal de bienestar a toda la humanidad y la capacidad de comprometerse en valores. Darle al otro el lugar de un legítimo otro. Este elemento es muy importante a partir de los 10 años.

Además de los pilares de la resiliencia se han agrupado cuatro componentes principales, que se observó en niños con capacidades resilientes, estos abarcan a los atributos asociados a experiencias exitosas de vida, por tal motivo son consideradas básicas para el ser humano. (Olivas, 2016).

Competencia Social: los niños y adolescentes resilientes responden más al relacionarse con otras personas, tienden a ser más activos y flexibles encontrando una adaptación desde su infancia y generando respuestas positivas en los seres humanos con los que se relacionan. Asimismo, existe una cualidad muy valorada, que es el sentido del humor que cada persona posee, y lo pone de manifiesto en el transcurso de su vida. Las personas resilientes desde muy temprana edad, tienden a establecer más relaciones positivas con los otros niños y cuando llegan a la adolescencia lo expresan con sus relaciones interpersonales y esta progresivamente va siendo un poco más selectiva, a tal punto de llegar a las relaciones sentimentales. Resolución de Problemas: Los resilientes han descubierto que la capacidad para resolver problemas es identificable en la

infancia temprana. Si bien es cierto los problemas son parte de nuestra vida y una gran fuente de aprendizaje, además incluye la habilidad para pensar de manera abstracta y lograr soluciones alternativas para problemas ya sean cognitivos como sociales. Autonomía: es al sentido de la propia identidad, poder actuar independientemente y el control de algunos elementos del ambiente. También algunos autores ven la autonomía como capacidad de independencia y lograr control interno sobre ellos mismos. (Olivas, 2016).

Las personas resilientes tienen la capacidad de separar experiencias que les puedan afectar, por ejemplo, la enfermedad o muerte de algún familiar cercano, manteniendo distancia de dicha situación. Dicho comportamiento provee un espacio protector para el desarrollo de la autoestima y proponerse metas constructivas de ellos mismos. Sentido de propósito y futuro: éste se relaciona con el grado de independencia, con la confianza en que el ser humano puede tener cierto control sobre el ambiente, y así el futuro dependerá del presente, y de las decisiones tomadas. Dentro de esta categoría entran varios factores considerados protectores, los cuales aportan para un buen desarrollo integral del ser humano. (Olivas, 2016).

#### ***2.2.2.4. Mecanismos protectores de resiliencia.***

Todas las personas tienen características individuales, un código genético, una historia de vida y una familia de la cual derivan, los mecanismos protectores o mecanismos de riesgo interactúan y conforman comportamientos resilientes. Los mecanismos protectores, son aquellos que nos protegen y le permiten a la persona reaccionar con un comportamiento resiliente. Estos mecanismos protectores son parentales, familiares, ambientales, o hereditarios. Entre los mecanismos más destacados tenemos el apego seguro con la madre en los primeros meses de vida y contar con un adulto que lo quiera incondicionalmente, que esté allí. Es muy importante ese querer incondicional, más allá de sus comportamientos, y demostrar confianza en el comportamiento del niño, "tú puedes, yo sé que tú puedes". Es muy importante la existencia de adultos significativos y que se tengan mutua confianza. Éste puede estar en la familia o fuera de ella, en la escuela, en el barrio, en la iglesia; lo que importa es el vínculo y la confianza. En los mecanismos hereditarios o genéticos

consideramos la inteligencia y más que ella la habilidad para resolver problemas. También es muy importante el humor (comedia en la tragedia) y la creatividad (capacidad de hacer de la nada el todo). La resiliencia se construye, no se nació con ella, se puede fortalecer. En los cimientos encontramos el amor incondicional, la aceptación de la persona, es el adulto significativo. Encima de ello se va construyendo, algo muy importante es el sentido de vida, sabe que está viviendo para algo, tiene objetivos claros hacia donde está dirigiendo su vida. Otro elemento de construcción es la autoestima, el humor, aptitudes y competencias. (Olivas, 2016).

#### ***2.2.2.5. Cómo desarrollar la resiliencia en niños***

En situaciones aterradoras, de ello todo el mundo es muy consciente, pues hay niños con situaciones muy traumáticas y ante esta premisa hay que actuar con estos contratiempos de la vida. En primer lugar, hay que remarcar que no es posible proteger a los niños de los altibajos propios de la vida; no obstante, sí es posible criar niños con capacidad de resiliencia, como la capacidad de hacer frente a las adversidades, superarlas y ser transformado positivamente por ellas. La resiliencia le proporcionará a un niño las herramientas necesarias para responder a los retos de la adolescencia y del inicio de la etapa adulta; así vivir de manera satisfactoria y plena a lo largo de la vida adulta. Las familias de hoy, especialmente las más pequeñas, están bajo unos niveles demasiado elevados de estrés y se convierten en individuos potenciales de sufrir trastornos de salud tanto a nivel físico como psicológico. En el entorno actual es importante que los niños y los adolescentes desarrollen capacidades y habilidades para hacer frente a los obstáculos, sepan cómo recuperarse de las dificultades y estén preparados para los retos del futuro; en definitiva, han de tener capacidad de resiliencia para tener una vida satisfactoria. Para la Psicología positiva, el ser humano tiene una gran capacidad para adaptarse y encontrar sentido a las experiencias traumáticas más terribles, capacidad que ha sido ignorada por la Psicología durante muchos años y proponen reconceptualizar la experiencia traumática desde un modelo más saludable que, basado en métodos positivos de prevención, tenga en consideración la habilidad natural de los individuos de afrontar, resistir e incluso aprender y crecer en las situaciones más adversas. La resiliencia es un concepto que se enmarca dentro

de esta nueva corriente de la psicología, entendida como la capacidad humana universal para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas o incluso ser transformado por ellas. La resiliencia es parte del proceso evolutivo y debe ser promovido desde la niñez, identifica el rol del desarrollo humano en la capacidad de ser resiliente. (Olivas, 2016).

Cuando se conceptualiza la promoción de la resiliencia dentro del ciclo de vida permite tener una guía respecto a qué se debe hacer en cada etapa del desarrollo y promover nuevos factores sobre los ya fortalecidos. que, para hacer frente a las adversidades, superarlas y salir de ellas fortalecido o incluso transformado, los sujetos con características resilientes toman factores de resiliencia de cuatro fuentes que se visualizan en las expresiones verbales, que se mencionan a continuación: (Olivas, 2016).

Tengo: niños con dificultad para expresarse, recibir afecto, provenientes de hogares desintegrados, víctimas de la ausencia, negligencia paterna, carentes del amor y afecto, falta de apoyo incondicional, ignorados y abandonados, tanto material como moralmente. (Olivas, 2016).

Yo Soy: se ve afectada la conducta debido a cambios en el comportamiento, la relación familiar se encuentra alterada por los cambios de vivienda y la inestabilidad que esto provoca. (Olivas, 2016).

Yo Estoy: se les critica, desvaloran su aporte, se les trasmite una concepción autoritaria del respeto, le sobre exigen en responsabilidad y toma de decisiones, y por último los niños son tratados como adultos. (Olivas, 2016).

Yo Puedo: los niños tienen dificultad para expresar sus puntos de vista, son dependientes, no confían en los extraños, tienen dificultad para entablar relaciones con sus amigos, pérdida de confianza en sí mismos y frecuentemente se le ve envueltos en actos de riesgo. (Olivas, 2016).

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

**Sentido de humor.** Es una de las fortalezas del ser humano, se refiere a una capacidad para experimentar y/o estimular una reacción muy específica. (Camacho, 2012).

**Humor afiliativo.** Consiste en hacer bromas o chistes bien intencionados con el objetivo de relacionarse con otras personas. (Camacho, 2012).

**Humor incrementador.** Visión humorística y realista de la vida, mantener el humor a pesar de las circunstancias adversas. (Camacho, 2012).

**Humor agresivo.** Se relaciona con el sarcasmo, el ridículo, la ironía, así como también con el uso del humor. (Camacho, 2012).

**Humor autodestructivo.** Reírse de uno mismo excesivamente, para caer bien a los demás. (Camacho, 2012).

**Resiliencia.** Es una característica positiva de la personalidad, la cual permite resistir, tolerar la presión, los obstáculos y pese a ello hacer las cosas correctas. (Olivas, 2016).

**Competencia.** Disputa entre personas, animales o cosas que aspiran a un mismo objetivo o a la superioridad en algo. (Olivas, 2016).

**Aceptación.** La acción desplegada por cualquier ser humano, de recibir de manera voluntaria. (Olivas, 2016).

**Humor.** Estímulo que pueda provocar la reacción psicofisiológica de la risa. (Camacho, 2012).

**Risa.** Reacción psico-fisiológica caracterizada externamente por unas vocalizaciones repetitivas. (Camacho, 2012).

**Yo Puedo.** Los niños que tienen dificultad para expresar sus puntos de vista, son dependientes, no confían en los extraños. (Camacho, 2012).

**Yo Estoy.** Se les critica, desvaloran su aporte, se les trasmite una concepción autoritaria del respeto. (Camacho, 2012).

**Yo Soy.** Se ve afectada la conducta debido a cambios en el comportamiento, la relación familiar se encuentra alterada por los cambios que se dan dentro de su hogar. (Camacho, 2012).

### **III. MÉTODOS Y MATERIALES**

#### **3.1. Hipótesis de la investigación**

##### **3.1.1. Hipótesis general**

HG Existe relación significativa entre sentido de humor y resiliencia en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Público Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.

##### **3.1.2. Hipótesis específicas**

HE 1 Existe relación significativa entre el componente afiliativo y competencia personal en estudiantes de nivel de secundario en la Institución Educativa Público Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.

HE 2 Existe relación significativa entre el componente incrementador y competencia personal en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Público Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.

HE 3 Existe relación significativa entre el componente agresivo y competencia personal en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Público Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.

HE 4 Existe relación significativa entre el componente autodestructor y competencia personal en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Público Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.

HE 5 Existe relación significativa entre aceptación y competencia personal en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Público “Alipio Ponce Vásquez” de Puerto Maldonado, 2020.

#### **3.2. Variables de estudio.**

##### **3.2.1. Definición conceptual**

Sentido de humor: es una de las fortalezas del ser humano, se refiere a una capacidad para experimentar y/o estimular una reacción muy específica. (Camacho, 2012).

Resiliencia: es una característica positiva de la personalidad, la cual permite resistir, tolerar la presión, los obstáculos y pese a ello hacer las cosas correctas. (Olivas, 2016).

### 3.2.2. Definición operacional

Sentido de humor: es el resultado de las puntuaciones obtenidas a través del Cuestionario De Estilos De Humor (CEH) de Martin, Puhlik-Doris, Larse, Gray y Weir.

Resiliencia: es el resultado de las puntuaciones obtenidas a través: de la Escala de Resiliencia (ER) de Gail M. Wagnild y Heather M. Young

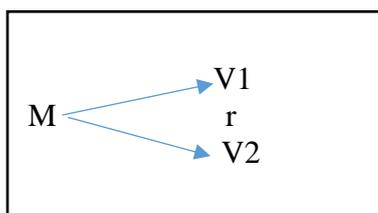
### 3.3. Tipo y nivel de investigación

Se enfoca esencialmente en los aspectos susceptibles de medición de los fenómenos académicos que emplea la metodología empírico-analítica y se asiste de pruebas estadísticas para el estudio de datos.

El investigador al presentar los hechos verídicos; puede afirmarse que reúne y transforma en información hechos y eventos que caracterizan la condición observada; tal, con esta se elaboran las condiciones esenciales para la aclaración de los mismos, conociendo cómo es la relación entre el sentido de humor y la resiliencia en estudiantes de nivel secundario de Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.

### 3.4. Diseño de la investigación

El diseño será no experimental se puede definir al diseño no experimental como aquel que se realiza sin manejar a propósito las variables. En otras palabras, se trata de no hacer variar en manera intencional tales variables independientes para ver su repercusión sobre otras variables. (Hernández, 2019).



M: Muestra en estudio

V1: Sentido de humor

V2: Resiliencia

R: Relación entre las variables

### 3.5. Población y muestra de estudio

#### 3.5.1. Población

La población del presente plan de tesis está constituida únicamente por todos los estudiantes matriculadas en la Institución Educativa es de 180 estudiantes de nivel secundario de Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020. (Hernández, 2019).

#### 3.5.2. Muestra

La muestra fue no probabilística porque no se utilizó ninguna fórmula fue intencional, ya que las características de la investigación exigieron dicha muestra. La muestra del estudio estuvo integrada por 123 estudiantes de nivel secundario de Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020. (Hernández, 2019).

$$n = \frac{Z^2 \cdot p \cdot q \cdot N}{d^2 \cdot N + Z^2 \cdot p \cdot q}$$

Donde:

N = Población = 100

n = Muestra

d = Margen de Error = 5% = 0.05

Z = Nivel de Confianza = 95%  $\Rightarrow$  1.96

p = Probabilidad de Éxito = 50% = 0.5

q = Probabilidad de Fracaso = 50% = 0.5

Reemplazando a la fórmula:

$$n = \frac{(1.96)^2(0.5)(0.5)(46)}{(0.05)^2(46) + (1.96)^2(0.5)(0.5)}$$

$$n = \frac{(0.9604)(46)}{(0.0025)(46) + (0.9604)}$$

$$n = 123$$

### 3.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

#### 3.6.1. Técnicas de recolección de datos

Las principales técnicas que se utilizaron en la investigación fueron:

Encuesta. Es una técnica para recolección de información acerca de una parte de la población o muestra, mediante el uso de un instrumento).

Cuestionarios: Uno como estilos de humor adaptado en el Perú por Casareto y Martínez y el otro una escala de resiliencia (ER) perteneciente a Gail M. Wagnild & Heather M. Young.

#### 3.6.2. Instrumentos de recolección de datos

**Primera Variable.** Cuestionario De Estilos De Humor – CEH.

Nombre	: Cuestionario Estilos de Humor - CEH
Autores	: Martin, Puhlik-Doris, Larse, Gray y Weir
Año	: 2003
Adaptación y traducción	: 2006
Año	: Lillo
Adaptación Perú	: Casareto y Martínez
Año	: 2009
Institución	: Universidad Pontificia Católica (PUC)
Aplicación	: A partir de los 14 años.
Utilización	: Colectiva o individual
Duración	: 10 a 15 minutos
Ítems	: 29
Escalas	: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Estilo de Humor Afiliativo (HAF 1, 7, 10, 18, 28)</li> <li>• Estilo de Humor Incrementador del Self (HIS, 2, 5, 6, 11, 16, 23, 25)</li> </ul>

- Estilo de Humor Agresivo (HA, 9, 13, 15, 17, 19, 21, 24, 26)
  - Estilo de Humor Autodestructor del Self (HAS, 3, 4, 12, 14, 20, 22, 27, 29)
- Opciones : 7 opciones de respuesta que determina el rango de acuerdo.
- Alternativas : a) “Totalmente en desacuerdo” asignándole un puntaje de 1,  
 b) “Moderadamente en desacuerdo” asignándole un puntaje de 2,  
 c) “Ligeramente en desacuerdo” asignándole un puntaje de 3,  
 d) “Ni en acuerdo, ni en desacuerdo” asignándole un puntaje de 4,  
 e) “Ligeramente de acuerdo asignándole un puntaje de 5,  
 f) “Moderadamente de acuerdo” asignándole un puntaje de 6,  
 g) “Totalmente de acuerdo” asignándole un puntaje de 7.
- Calificación : El puntaje debe invertirse en los ítems 1, 7, 10, 18, 28, pertenecientes al estilo de humor Afiliativo.
- Calificación - puntos de corte : ESTILO DE HUMOR AFILIATIVO (1, 7, 10, 18, 28) donde sí se puntúa entre 26 – 35 se clasifica como alto, mientras que si se puntúa entre 5 – 10 se clasifica como bajo el nivel de acuerdo con este estilo de humor.
- ESTILO DE HUMOR INCREMENTADOR DEL SELF (2, 5, 6, 8, 11, 16, 23, 25) en el cual si se obtienen puntajes entre 41 – 56 se clasifica como alto; mientras que si se puntúa en el rango de 8

– 24 se clasifica bajo el nivel de acuerdo con este estilo de humor.

ESTILO DE HUMOR AGRESIVO (9, 13, 15, 17, 19, 21, 24, 26) se clasifica alto si puntea entre 41 – 56, mientras que si puntea en el rango de 8- 24 se clasifica como bajo el nivel de acuerdo con este estilo de humor.

ESTILO DE HUMOR AUTODESTRUCTOR DEL SELF (3, 4, 12, 14, 20, 22, 27, 29), si se puntúa entre 41 – 56 se clasifica alto, mientras que si se puntúa entre 8 – 24 se clasifica como bajo el nivel de acuerdo con este estilo de humor.

**Segunda Variable.** Escala de Resiliencia(ER).

### **I. Datos generales**

Nombre del instrumento:	Escala de Resiliencia (ER)
Autores:	Gail M. Wagnild & Heather M. Young
Año:	1993
Objetivo	Identificar el grado de resiliencia individual, considerado como una característica de personalidad positiva que permite la adaptación del individuo.
Areas/Factores/Dimensiones:	Competencia personal y aceptación de uno mismo y de su vida dirigido a: Adolescentes y adultos
Adaptado por:	Mónica Del Águila (2003)

### **II. Criterios de construcción**

Wagnild & Young (1993) desarrollaron y evaluaron psicométricamente la Escala de Resiliencia (ER). Describieron la evolución y la evaluación inicial de los 25 ítems de la escala de Resiliencia en una muestra de 810 adultos del

género femenino residentes de comunidades, aunque como lo señalan los autores también puede ser utilizado con la población masculina y con un amplio alcance de edades (Citado por Del Aguila, 2003).

El análisis de los principales factores componentes de la Escala fue llevado a cabo siguiendo una rotación oblín, indicando que la estructura de estos factores era representativa de dos factores: Competencia Personal y Aceptación de Sí Mismo y de la vida.

### **III. Descripción general**

La Escala consta de 25 reactivos, respecto de los cuales las personas deben indicar el grado de aprobación o desaprobación y está conformada por dos factores, cada uno de los cuales refleja la definición teórica de resiliencia.

#### **Factor I:**

Competencia personal

Indicaban- auto-confianza, independencia, decisión, invencibilidad, poderío, ingenio, y perseverancia

Comprende 17 ítems.

#### **Factor II:**

Aceptación de uno mismo y de la vida

Representan adaptabilidad, balance, flexibilidad y una perspectiva de vida estable. Estos ítems reflejan aceptación por la vida y un sentimiento de paz a pesar de la adversidad.

Comprende 8 ítems.

Estos dos factores toman en consideración las siguientes características de resiliencia:

- Ecuanimidad: considerada como la perspectiva balanceada de su propia vida y experiencias; connota la habilidad de considerar un amplio campo de experiencia y "esperar tranquilo" y tomar las cosas como vengan; por ende, se moderan respuestas extremas ante la adversidad.
- Perseverancia: está referida al acto de persistencia a pesar de la adversidad o desaliento; la perseverancia connota un fuerte deseo de continuar luchando para construir la vida de uno mismo y permanecer

involucrado, así como practicar la autodisciplina.

- **Confianza en sí mismo:** es la creencia en uno mismo y en sus propias capacidades; también es considerada como la habilidad de depender en uno mismo y reconocer sus propias fuerzas y limitaciones.
- **Satisfacción personal:** está referida a comprender que la vida tiene un significado y evaluar las propias contribuciones.
- **Sentirse bien solo:** referida a la comprensión de que la senda de vida de cada persona es única mientras que se comparten algunas experiencias; quedan otras que deben enfrentarse solo; el sentirse bien solo nos da un sentido de libertad y un significado de ser únicos.

Según Pesce, Assis, Santos, & Carvalhaes de Oliveira (2004) es uno de los pocos instrumentos usados para medir niveles de adaptación psicosocial positiva frente a eventos de vida importantes.

Todos los ítems se califican sobre la base de una escala de 7 puntos; a partir del 1 "estar en desacuerdo", hasta el 7 "estar de acuerdo". Están redactados en forma positiva y reflejan con exactitud las declaraciones hechas por los examinados. Los posibles resultados varían desde 25 hasta 175 en donde a mayor puntaje se considera que existe una mayor resiliencia.

### 3.6.3. Validez del Instrumento.

Para la validación del Instrumento se efectuó, mediante el **Juicio de Expertos**. Para ello se solicitó a dos docentes expertos en el tema, uno de ellos temático, y el otro metodólogo, quienes efectuaron la Validación de Instrumentos, de acuerdo con el formato ya establecido por la universidad.

Una vez que este instrumento ha sido validado, se procedió a la recolección de datos, de la muestra No Probabilística. (anexo 4)

Nombre y Apellidos del Experto	Especialista	C.P.	DNI	Aplicabilidad
Dra. Rosa E. Chirinos Susano	Temático	3090	08217185	Aplicable
Dr. Yreneo Eugenio Cruz Telada	Metodólogo	2819	09946516	Aplicable

### **3.7. Métodos de análisis de datos**

Una vez recolectada la información se procedió a codificarla para un mejor orden y control con la finalidad de procesarlas, utilizando el paquete Estadístico SPSS Versión 17.0 que permitió la obtención de una base de datos y tablas de frecuencias, y se trabajó en el siguiente orden:

- Calificación individual de cada protocolo, evaluando los ítems en cada sujeto.
- Tabulación de resultados por cada ítem
- Tabulación de resultados por cada variable
- Tabulación de resultados por cada dimensión
- Tabulación de resultados por indicadores.

La elaboración de cuadros y gráficos se realizó mediante el programa Informático EXCEL por su mejor manejo y versatilidad.

Para analizar los resultados se tuvo en cuenta los objetivos, hipótesis y variables, con ayuda de la estadística descriptiva se realizó la construcción de tablas y gráficos que permitió interpretar los resultados obtenidos en las tablas de frecuencias y los porcentajes.

### **3.8. Aspectos éticos**

La investigación a desarrollarse, se considera los aspectos de Código de ética y deontología del Colegio de Psicólogos del Perú se tuvieron en cuenta los artículos 22, 23, 24, 25, 26 y 27 del capítulo III dedicado a la investigación. En la cual, se debe resaltar que se deberá a emplear el consentimiento informado, cautelar la primacía del beneficio sobre los riesgos y evitar la falsificación o el plagio. Justamente, todo lo detallado implicó que en el proceso de recabar datos se garantizara la confidencialidad y discreción del caso.

## IV. RESULTADOS

### 4.1. Estadísticos descriptivos

**Tabla 1.**

*Numero de datos procesados en especificaciones del muestreo.*

Método de muestreo	Simple	
Número de muestras		123
Nivel de intervalo de confianza		95,0%
Tipo de intervalo de confianza	Percentil	

Numero de muestras en las que se realizó la investigación fue de 123 encuestados, con un intervalo de confianza del 95 %, un tipo de intervalo de confianza en percentiles.

**Tabla 2.**

*Cuadro general de estadísticos descriptivos de las dos variables sentido de humor y Resiliencia.*

		Sentido de humor	Resiliencia
N	Válido	123	123
	Perdidos	0	0
Media		1,60	1,60
Error estándar de la media		,061	,044
Mediana		1,00	2,00
Moda		1	2
Desv. Desviación		,674	,492
Varianza		,455	,242
Asimetría		,681	-,420
Error estándar de asimetría		,218	,218
Curtosis		-,617	-1,854
Error estándar de curtosis		,433	,433
Rango		2	1
Mínimo		1	1
Máximo		3	2
Suma		197	197
Percentiles	25	1,00	1,00
	50	1,00	2,00
	75	2,00	2,00

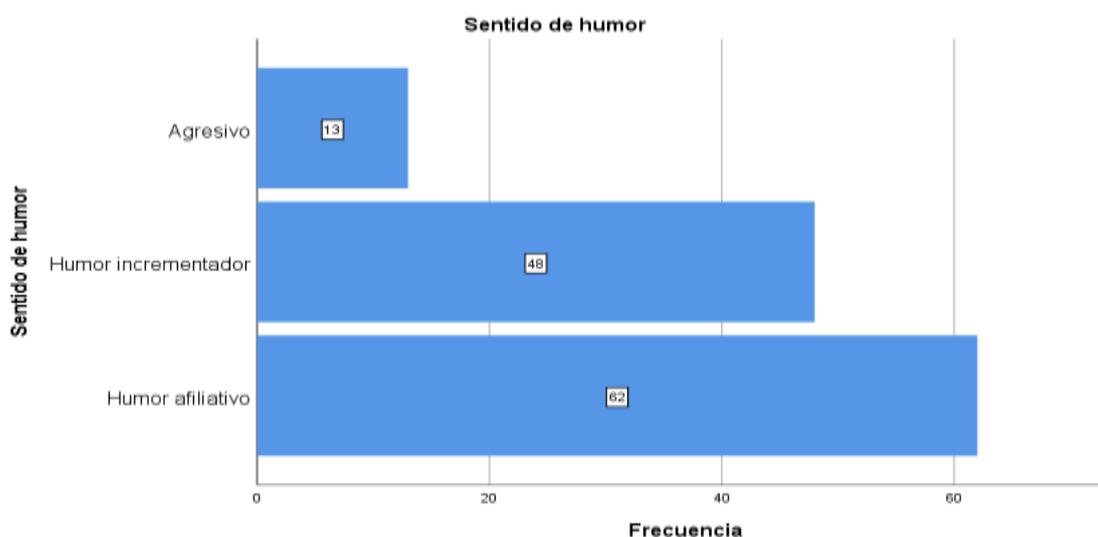
Se observa que el número de encuestados en sentido de humor es de 123, casos perdidos 0, media 1,60, error de estándar de la media 0,61, mediana 1,00, moda 1, Desv. Desviación 0,67, varianza 0,45, asimetría 0,68, error de estándar de asimetría 0,21, curtosis – 0,61, error de estándar de la curtosis 0,43,

rango es de 2; encuestados en resiliencia es de 123, casos perdidos 0, media 1,60, error de estándar de la media 0,44, mediana 2,00, moda 2, Desv. Desviación 0,49, varianza 0,24, asimetría -0,42, error de estándar de asimetría 0,21, curtosis - 1,85, error de estándar de la curtosis 0,43, rango es de 2.

**Tabla 3.**  
*Variable sentido de humor y sus componentes.*

		Sentido de humor			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Humor afiliativo	62	50,4	50,4	50,4
	Humor incrementador	48	39,0	39,0	89,4
	Agresivo	13	10,6	10,6	100,0
	Total	123	100,0	100,0	

Se observa que un grupo de frecuencia significativa contiene 62 que pertenece al humor afiliativo, mientras que otro grupo significativo contiene 48 que pertenece al humor incrementador y un grupo minoritario contiene a 13 que pertenece al humor agresivo; todo esto sumado nos da 123 el total de encuestados o igual al 100 % de la muestra en estudio.



**Figura 1.** Variable sentido de humor y sus componentes.

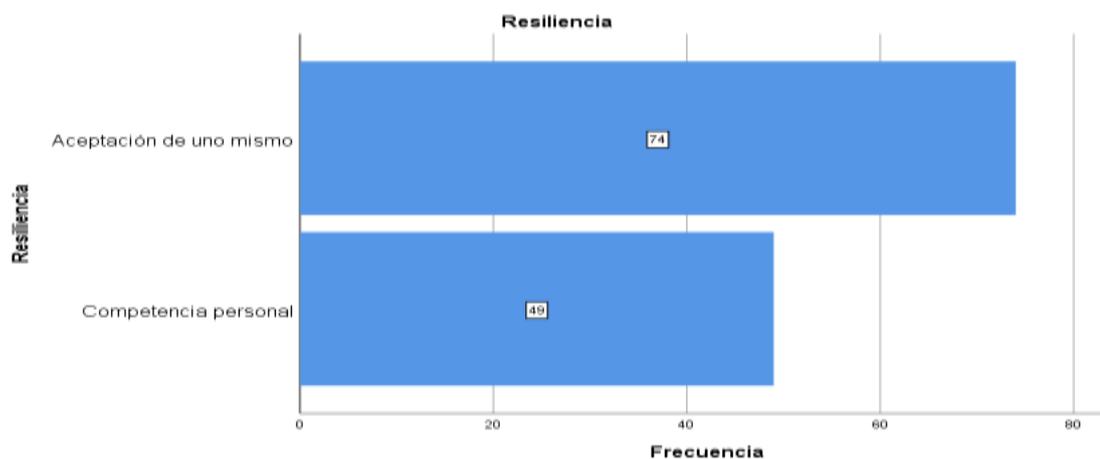
Se observa que una mayoría del grupo significativamente contiene 62 que pertenece a humor afiliativo, mientras que otro grupo también significativo con 48 pertenece al humor incrementador, pero un grupo minoritario que son 13 pertenece a el humor agresivo; todos estos sumados nos da 123 que es el total de encuestados o de igual el 100 % de la muestra en estudio.

**Tabla 4.**

*Variable resiliencia y sus componentes.*

		Resiliencia		Porcentaje	Porcentaje
		Frecuencia	Porcentaje	válido	acumulado
Válido	Competencia personal	49	39,8	39,8	39,8
	Aceptación de uno mismo	74	60,2	60,2	100,0
	Total	123	100,0	100,0	

Se observa que un porcentaje significativo del 60,2 % pertenece al componente de aceptación de uno mismo, mientras que el otro grupo con un porcentaje de 39,8 % pertenece al componente de competencia personal; todo ese grupo sumado nos da el 100 % de la muestra en estudio.



**Figura 2.** Variable resiliencia y sus componentes

Se observa que la mayoría del grupo encuestado significativamente y que son 74, son el 60,2 %, los cuales se encuentran en el grupo de aceptación de uno mismo, mientras que otro grupo también significativo y que son 49, llegan a ser el 39,08% los cuales se encuentran en el grupo de competencia personal.

**Tabla 5.**

*Estadísticos descriptivos de las variables sentido de humor y resiliencia en su procesamiento de medias.*

		Simulación de muestreo <sup>a</sup>				
		Intervalo de confianza al 95%				
		Estadístico	Sesgo	Desv. Error	Inferior	Superior
Sentido de humor	Media	1,60	,00	,07	1,45	1,72
	Desv. Desviación	,674	-,002	,037	,591	,740
	N	123	0	0	123	123
Resiliencia	Media	1,60	-,01	,04	1,51	1,68
	Desv. Desviación	,492	-,001	,009	,468	,502
	N	123	0	0	123	123

Se observa en la variable sentido de humor según su estadístico su media es de 1,60, su Des. Desviación es de 0,67, con muestra de 123 y su sesgo de media es 0, de Des. Deviación es -0,002, numero de datos perdidos es 0; en la variable resiliencia según su estadístico de media es de 1,60, su Des. Desviación es de 0,49, con muestra de 123 y su sesgo de media es -0,01, su Des. Desviación es -0,001, numero de datos perdidos es 0.

**Tabla 6.**

*Estadísticos descriptivos de los componentes Dimensión del humor afiliativo y Dimensión de competencia personal en su procesamiento de medias.*

		Simulación de muestreo <sup>a</sup>				
		Intervalo de confianza al 95%				
		Estadístico	Sesgo	Desv. Error	Inferior	Superior
Dimensión Humor Afiliativo	Media	1,18	,00	,04	1,10	1,26
	Desv. Desviación	,385	-,004	,033	,299	,441
	N	123	0	0	123	123
Dimensión Competencia personal	Media	1,20	,00	,04	1,14	1,27
	Desv. Desviación	,418	,002	,038	,347	,495
	N	123	0	0	123	123

Se observa en la Dimensión humor afiliativo según su estadístico su media de 1,18, su Des. Desviación es de 0,38, con muestra de 123 y su sesgo de media es 0, de Des. Deviación es -0,004, numero de datos perdidos es 0; en la Dimensión de competencia personal según su estadístico su media es 1,20, su Des. Desviación es 0,41, con muestra de 123 y su sesgo de media 0, su Des. Desviación es 0,002, numero de datos perdidos es 0.

**Tabla 7.**

*Estadísticos descriptivos de los componentes Dimensión humor incrementador y Dimensión competencia personal en su procesamiento de medias.*

		Simulación de muestreo <sup>a</sup>				
		Intervalo de confianza al 95%				
		Estadístico	Sesgo	Desv. Error	Inferior	Superior
Dimensión	Media	1,67	,00	,04	1,58	1,75
Humor	Desv. Desviación	,473	-,001	,016	,436	,496
Incrementador	N	123	0	0	123	123
Dimensión	Media	1,20	-,01	,04	1,11	1,27
Competencia	Desv. Desviación	,418	-,011	,042	,309	,489
personal	N	123	0	0	123	123

\*Fuente: Elaboración Propia.

Se observa en la Dimensión humor incrementador según su estadístico su media es 1,67, Des. Desviación es 0,47, con una muestra de 123 y su sesgo de media es 0, con Des. Desviación -0,001, numero de datos perdidos es 0; en la Dimensión competencia personal según su estadístico su media es 1,20, su Des. Desviación es 0,41, con una muestra de 123 y su sesgo de media es -0,01, su Des. Desviación es -0,01, numero de datos perdidos es 0.

**Tabla 8.**

*Estadísticos descriptivos de los componentes Dimensión humor agresivo y Dimensión competencia personal en su procesamiento de medias.*

		Simulación de muestreo <sup>a</sup>				
		Intervalo de confianza al 95%				
		Estadístico	Sesgo	Desv. Error	Inferior	Superior
Dimensión	Media	1,46	,01	,05	1,38	1,55
Humor	Desv. Desviación	,500	-,001	,004	,488	,502
Agresivo	N	123	0	0	123	123
Dimensión	Media	1,20	,00	,04	1,13	1,27
Competencia	Desv. Desviación	,418	,002	,041	,347	,512
personal	N	123	0	0	123	123

\*Fuente: Elaboración Propia.

Se observa en la Dimensión humor agresivo según su estadístico su media es 1,46, su des. Desviación es 0,50, con una muestra de 123 y su sesgo de media es 0,01, su Des. Desviación es -0,001, numero de datos perdidos es 0; en la Dimensión competencia personal según su estadístico su media es 1,20, su Des. Desviación es 0,41, con una muestra de 123 y su sesgo de media es 0, su Des. Desviación es 0,002, numero de datos perdidos es 0.

**Tabla 9.**

*Estadísticos descriptivos de los componentes Dimensión humor auto destructor y Dimensión competencia personal en su procesamiento de medias.*

		Simulación de muestreo <sup>a</sup>				
		Estadístico	Sesgo	Desv. Error	Intervalo de confianza al 95%	
					Inferior	Superior
Dimensión	Media	1,16	,00	,03	1,09	1,24
Humor Auto	Desv. Desviación	,371	-,004	,032	,288	,426
destructor	N	123	0	0	123	123
Dimensión	Media	1,20	,00	,03	1,11	1,27
Competencia	Desv. Desviación	,418	-,006	,035	,320	,480
personal	N	123	0	0	123	123

\*Fuente: Elaboración Propia.

Se observa en la Dimensión humor autodestructor según su estadístico su media es 1,16, su Des. Desviación es 0,37, con una muestra de 123 y su sesgo de media es 0, su Des. Desviación es -0,004, numero de datos perdidos es 0; en la Dimensión competencia personal según su estadístico su media es 1,20, su Des. Desviación es 0,41, con una muestra de 123 y su sesgo de media es 0, su des. Desviación es -0,006, su número de datos perdidos es 0.

**Tabla 10.**

*Estadísticos descriptivos de los componentes Dimensión aceptación de uno mismo y Dimensión competencia personal en su procesamiento de medias.*

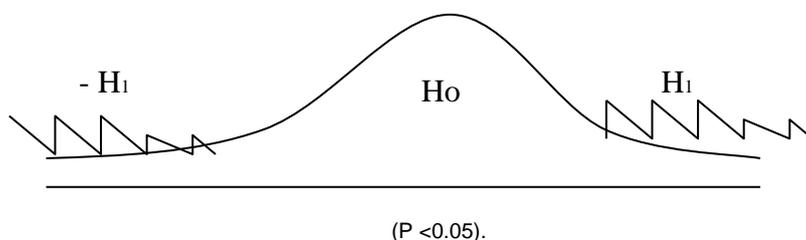
		Simulación de muestreo <sup>a</sup>				
		Estadístico	Sesgo	Desv. Error	Intervalo de confianza al 95%	
					Inferior	Superior
Dimensión	Media	1,68	,00	,04	1,58	1,74
Aceptación	Desv. Desviación	,467	-,001	,016	,441	,496
de uno	N	123	0	0	123	123
mismo						
Dimensión	Media	1,20	,00	,04	1,12	1,28
Competencia	Desv. Desviación	,418	,001	,038	,347	,500
personal	N	123	0	0	123	123

\*Fuente: Elaboración Propia.

Se observa en la Dimensión aceptación de uno mismo según su estadístico su media es 1,68, su des. Desviación es 0,46, con una muestra de 123 y su sesgo de media es 0, su Des. Desviación es -0,001, numero de datos perdidos es 0; la Dimensión competencia personal según su estadístico su media es 1,20, su Des. Desviación es 0,41, con una muestra de 123 y un sesgo de media es 0, su Des. Desviación 0,01, numero de datos perdidos es 0.

## 4.2. Prueba de normalidad

Se empleó la Prueba del Chi<sup>2</sup> Pearson para las variables de Sentido de humor y resiliencia, con sus respectivos componentes en las Dimensiones propuestas.



Para probar la normalidad, haremos uso de la prueba de hipótesis para la normalidad.

### 1) Hipótesis

$H_0$ : Los datos siguen una distribución Normal

$H_a$ : Los no siguen una distribución Normal

### 2) Nivel de Significación: $\alpha = 5\%$ (0.05)

### 3) Prueba Estadística: Para esta prueba utilizaremos la prueba del Chi<sup>2</sup> Pearson.

En la prueba del Chi<sup>2</sup> Pearson, se pudo comprobar que ambas variables no tienen una distribución normal, por lo tanto se empleó los estadísticos no paramétricos ( $p < 0.05$ ).

## 4.3. Estadística inferencial

Para encontrar si existe relación entre el sentido de humor y resiliencia en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, se utilizó la prueba del Chi<sup>2</sup> Pearson y el estadístico Z de normalidad a un nivel de significación del 5%, que permitió contrastar las hipótesis planteadas con sus respectivas variables en estudio, cuyos resultados nos muestran:

**Tabla 11.**

*Correlaciones de variables Sentido de humor y Resiliencia en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.*

		Sentido de		
		humor	Resiliencia	
Sentido de humor	Correlación de Pearson	1	-,112	
	Sig. (bilateral)		,218	
	N	123	123	
	Simulación de muestreo <sup>c</sup>	Sesgo	0	,005
		Desv. Error	0	,104
		Intervalo de confianza al 95%	Inferior Superior	1 1
Resiliencia	Correlación de Pearson	-,112	1	
	Sig. (bilateral)	,218		
	N	123	123	
	Simulación de muestreo <sup>c</sup>	Sesgo	,005	0
		Desv. Error	,104	0
		Intervalo de confianza al 95%	Inferior Superior	-,330 ,094

H0: No existe relación y, por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula entre las variables Sentido de humor y Resiliencia en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.

H1: Si existe relación y por lo tanto se acepta la hipótesis alterna con un valor de -0,11 con una intensidad de correlación baja entre las variables Sentido de humor y Resiliencia en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.

**Tabla 12.**

*Correlaciones de las Dimensiones humor afiliativo y la Dimensión competencia personal en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.*

		Dimensión Humor Afiliativo	Dimensión Competencia personal
Dimensión	Correlación de Pearson	1	-,015
Humor	Sig. (bilateral)		,870
Afiliativo	N	123	123
	Simulación de		
	muestreo <sup>c</sup>	Sesgo	0
		Desv. Error	,083
		Intervalo de confianza	
		Inferior	1
		al 95%	-,157
		Superior	1
			,216
Dimensión	Correlación de Pearson	-,015	1
Competencia	Sig. (bilateral)	,870	
personal	N	123	123
	Simulación de		
	muestreo <sup>c</sup>	Sesgo	,005
		Desv. Error	,083
		Intervalo de confianza	
		Inferior	-,157
		al 95%	1
		Superior	,216

H<sub>0</sub>: No existe relación y por lo tanto se acepta la hipótesis nula con correlación nula con un valor de -0,01 entre la Dimensión humor afiliativo y Dimensión competencia personal en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.

H<sub>1</sub>: No existe relación y por lo tanto se rechaza la hipótesis alterna entre la Dimensión humor afiliativo y Dimensión competencia personal en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.

**Tabla 13.**

*Correlaciones de las Dimensiones humor incrementador y la Dimensión competencia personal en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.*

		Dimensión Humor Incrementador	Dimensión Competencia personal
Dimensión	Correlación de Pearson	1	,000
Humor	Sig. (bilateral)		1,000
Incrementador	N	123	123
	Simulación de		
	muestreo <sup>b</sup>	Sesgo	,001
		Desv. Error	,079
		Intervalo de confianza	
		Inferior	-,156
		al 95%	
		Superior	,149
Dimensión	Correlación de Pearson	,000	1
Competencia	Sig. (bilateral)	1,000	
personal	N	123	123
	Simulación de		
	muestreo <sup>b</sup>	Sesgo	,001
		Desv. Error	,079
		Intervalo de confianza	
		Inferior	-,156
		al 95%	
		Superior	,149

H0: No existe relación y por lo tanto se acepta la hipótesis nula con correlación nula con un valor de 0,00 entre la Dimensión humor incrementador y Dimensión competencia personal en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.

H1: No existe relación y por lo tanto se rechaza la hipótesis alterna entre la Dimensión humor incrementador y Dimensión competencia personal en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.

**Tabla 14.**

*Correlaciones de las Dimensiones humor agresivo y la Dimensión competencia personal en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.*

		Dimensión Humor Agresivo	Dimensión Competencia personal
Dimensión	Correlación de Pearson	1	,042
Humor	Sig. (bilateral)		,644
Agresivo	N	123	123
	Simulación de		
	muestreo <sup>c</sup>	Sesgo	0
		Desv. Error	,001
		Intervalo de confianza	0
		Inferior	,092
		al 95%	1
		Superior	-,146
Dimensión	Correlación de Pearson	,042	1
Competencia	Sig. (bilateral)	,644	
personal	N	123	123
	Simulación de		
	muestreo <sup>c</sup>	Sesgo	,001
		Desv. Error	0
		Intervalo de confianza	,092
		Inferior	0
		al 95%	-,146
		Superior	1

H0: No existe relación y por lo tanto se acepta la hipótesis nula con correlación nula con un valor de 0,04 entre la Dimensión humor agresivo y Dimensión competencia personal en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.

H1: No existe relación y por lo tanto se rechaza la hipótesis alterna entre la Dimensión humor agresivo y Dimensión competencia personal en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.

**Tabla 15.**

*Correlaciones de las Dimensiones Autodestructor y la Dimensión competencia personal en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.*

		Dimensión Humor Autodestructor	Dimensión Competencia personal
Dimensión	Correlación de Pearson	1	-,207*
Humor	Sig. (bilateral)		,022
Autodestructor	N	123	123
	Simulación de muestreo <sup>c</sup>		
	Sesgo	0	,002
	Desv. Error	0	,032
	Intervalo de confianza al 95%	Inferior	1
		Superior	1
			-,274
			-,149
Dimensión	Correlación de Pearson	-,207*	1
Competencia personal	Sig. (bilateral)	,022	
	N	123	123
	Simulación de muestreo <sup>c</sup>		
	Sesgo	,002	0
	Desv. Error	,032	0
	Intervalo de confianza al 95%	Inferior	1
		Superior	1
			-,274
			-,149

H0: No existe relación y por lo tanto se rechaza la hipótesis nula entre la Dimensión humor autodestructor y la Dimensión competencia personal en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.

H1: Si existe relación y por lo tanto se acepta la hipótesis alterna con un valor de -0,20 con una intensidad de correlación baja entre la Dimensión humor autodestructor y la Dimensión competencia personal en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.

**Tabla 16.**

*Correlaciones de las Dimensiones Aceptación de uno mismo y la Dimensión competencia personal en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.*

		Dimensión	
		Aceptación de uno mismo	Dimensión Competencia personal
Dimensión	Correlación de Pearson	1	,068
Aceptación de uno mismo	Sig. (bilateral)		,458
	N	123	123
	Simulación de muestreo <sup>c</sup>		
	Sesgo	0	,002
	Desv. Error	0	,100
	Intervalo de confianza al 95%	Inferior	1
		Superior	1
			-,123
			,256
Dimensión	Correlación de Pearson	,068	1
Competencia personal	Sig. (bilateral)	,458	
	N	123	123
	Simulación de muestreo <sup>c</sup>		
	Sesgo	,002	0
	Desv. Error	,100	0
	Intervalo de confianza al 95%	Inferior	1
		Superior	1
			-,123
			,256

H<sub>0</sub>: No existe relación y por lo tanto se rechaza la hipótesis nula entre la Dimensión aceptación de uno mismo y la Dimensión competencia personal en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.

H<sub>1</sub>: Si existe relación y por lo tanto se acepta la hipótesis alterna con un valor de 0,06 con una intensidad de correlación baja entre la Dimensión aceptación de uno mismo y la Dimensión competencia personal en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.

## V. DISCUSIÓN

En el presente estudio se investigó que, si se relacionan las variables sentido de humor y resiliencia en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.

De los sujetos investigados, estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado se encontró

que la variable sentido de humor y sus dimensiones humor afiliativo, humor incrementador, humor agresivo y humor autodestructor y la variable resiliencia y sus dimensiones competencia personal y aceptación de uno mismo se relacionaban; encontrando que existe relación entre las variables sentido de humor y resiliencia con un valor de  $-0,11$  con una intensidad de correlación baja (tabla 11), también encontrando que existe relación entre los componentes de la dimensión humor autodestructor y la dimensión competencia personal con un valor de  $-0,20$  con una intensidad de correlación baja (tabla 15), también encontrando que existe relación entre los componentes de la dimensión aceptación de uno mismo y la dimensión competencia personal con un valor de  $0,06$  con una intensidad de correlación baja (tabla 16); mientras no se encontró ninguna relación entre los componentes de la dimensión humor afiliativo y la dimensión competencia personal (tabla 12), tampoco se encontró ninguna relación entre los componentes de la dimensión humor incrementador y la dimensión competencia personal con un valor de  $0$  (tabla 13), tampoco se encontró ninguna relación entre los componentes de la dimensión humor agresivo y la dimensión competencia personal con un valor de  $0,04$  (tabla 14); estos resultados demostraría la importancia del sentido de humor de los estudiantes en las aulas para que puedan llevar una buena convivencia escolar tanto dentro como fuera de las mismas, como lo demuestra de alguna manera Aragón, Cristina (1) que agrego en su estudio el sentido del humor en el aula como evaluación de un programa de intervención que se dio en España; igualmente la importancia del trabajo de investigación de Trujillo, David (18) que recalca en su estudio como se relaciona los aportes teóricos en la comprensión de la relación de resiliencia y humor que se dio en Colombia; demostrando

también de alguna manera Atoche, Gaby (2) que agrega en su estudio que la resiliencia puede ser utilizada como una estrategia para superar las barreras o dificultades que afrontan las personas como lo refiere en su investigación de clima social familiar y resiliencia en niños y niñas que se dio en Perú. Como evidenciamos en nuestro estudio que se trata de estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado donde estas variables sentido de humor y la resiliencia y sus componentes humor autodestructor, competencia personal y aceptación de uno mismo se relacionan entre sí, actitudes de su comportamiento cumpliendo un rol como parte de la convivencia de este grupo pre adolescente estudiantil y su medio social.

## VI. CONCLUSIONES

- Se demostró que existe correlación entre las variables Sentido de humor y Resiliencia en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.
- Se demostró que existe correlación entre los componentes de la dimensión Autodestructor y la dimensión competencia personal en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.
- Se demostró que existe correlación entre los componentes de la dimensión Aceptación de uno mismo y la dimensión competencia personal en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.
- Se demostró que no existe correlación entre los componentes de la dimensión humor afiliativo y la dimensión competencia personal en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.
- Se demostró que no existe correlación entre los componentes de la dimensión humor incrementador y la dimensión competencia personal en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.
- Se demostró que no existe correlaciones entre los componentes de la dimensión humor agresivo y la dimensión competencia personal en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.

## **VII. RECOMENDACIONES**

- En coordinación con la Dirección y el departamento de Bienestar educativo, realizar talleres de reforzamiento para manejar el autocontrol de sus impulsos en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.
- En coordinación con la Dirección y el departamento de Bienestar educativo, realizar talleres de mantenimiento para guiar su desarrollo personal en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.
- En coordinación con la Dirección y el departamento de Bienestar educativo, realizar charlas continuas de convivencia escolar para estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.
- En coordinación con la Dirección y el departamento de Bienestar educativo, fomentar la capacitación de los docentes y docentes tutores en manejo de conflictos para el mantenimiento de la buena convivencia escolar en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aragón, Cristina. (2014). *El sentido del humor en el aula: diseño, aplicación y evaluación de un programa de intervención*. España: Tesis de Licenciatura en Psicología. Universidad Valladolid.
- Atoche, Gaby. (2018). *Clima social familiar y resiliencia en niños y niñas entre 8 a 12 años pertenecientes a familias nucleares*. Perú: Tesis de Licenciatura en Psicología. Universidad Nacional de Piura.
- Camacho, Javier. (2012). *La risa y el humor*. Buenos Aires: Paidós.
- Cann & Collette. (2014). *Sense of humor, stable affects an psychological well-being*. Europe`s Journal of Psychology. N. ° 10, Vol. 3, 464 - 479. DOI: 10.5964/ejop.v10i3.746.
- Cassaretto & Martínez. (2012) *Validación de la Escala del sentido de humor en estudiantes universitarios*, en La Revista de Psicología N. ° 27, Vol. 2, 287-307.
- Danello, Sander. (2008). *Los efectos y tipos de humor*. Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory and Cognition, 20 (4), 953-967.
- Drever, Elis. (1952). *El humor, un valor ignorado*. Cuadernos de Pedagogía. N° 314, pp. 95-98.
- Sigmun, Freud. (1991). *Genética del humor*. Barcelona: Paidós.
- Fowler, Isabel. (1926). *Recursos lingüísticos y extralingüísticos del humor verbal*. Congreso Internacional de ASELE". Zaragoza.
- Hernández, Sampieri. (2019). *Metodología*. Barcelona-España: Helder.
- Maslow, (1991). *Necesidades como parte del ser humano*. Barcelona: Paidós.
- Olivas, Dulce. (2016). *Resiliencia y Estilos de Afrontamiento en niños con padres divorciados*. Tesis de Licenciatura en Psicología. México: Universidad Autónoma de México.
- Pollock, Jonathan. (2003). *Sentido del humor*. Buenos Aires: Paidós Diagonales, Paidós SAICF.

- Saz, Air. (2000). *Aplicación del humor*. Madrid: Libro-Hobbie-Club.
- Sully, James. (1902). *Cuatro principales teorías del humor*. Revista Interuniversitaria de Formación de Profesorado, Vol. 22, N°2, 2012. pp. 203-215.
- Schopenhauer, Arthur. (1985). *El humor Como cuestión filosófica*. Buenos Aires: Paidós SAICF.
- Skinner, Frederic. (1971). *Humor como parte del Aprendizaje*. México: Trillas.
- Trujillo, David. (2012). *Aportes teóricos a la comprensión de la relación resiliencia y humor*. Colombia: Tesis de Licenciatura en Psicología. Pontificia Universidad Javeriana.
- Wagnild y Young (1993). *Escala de Resiliencia*. Estados Unidos. Recuperado de: <https://es.slideshare.net/ipsiasinstitutopsiquiatrico/39013071escaladeresilienciade.rev.wagnildyyoung>.
- Wagnild y Young (1994). *Escala de Resiliencia*. Estados Unidos. Recuperado de: <https://es.slideshare.net/ipsiasinstitutopsiquiatrico/29203080escaladeresilienciade.Rev.wagnildyyoung>.
- Wagnild y Young (1994). *Escala de Resiliencia*. Estados Unidos. Recuperado de: <https://es.slideshare.net/ipsiasinstitutopsiquiatrico/29030087escaladeresilienciade.rev.wagnildyyoung>.
- Wagnild y Young (1994). *Escala de Resiliencia*. Estados Unidos. Recuperado de: <https://es.slideshare.net/ipsiasinstitutopsiquiatrico/29043089escaladeresilienciade.Rev.wagnildyyoung>.
- Zuang y Soun (1996). *Escala de Resiliencia*. Estados Unidos. Recuperado de: <https://es.slideshare.net/ipsiasinstitutopsiquiatrico/24013034escaladeresilienciade.rev.wagnildyyoung>.
- Zuang y Soun (1996). *Escala de Resiliencia*. Estados Unidos. Recuperado de: <https://es.slideshare.net/ipsiasinstitutopsiquiatrico/24053239escaladeresilienciade.rev.wagnildyyoung>.

## **ANEXOS**

## Anexo 1: Matriz de consistencia

Problema	Objetivo	Hipótesis	Variables	Dimensiones	Metodología
<p><b>Problema general:</b> ¿Cuál es la relación entre sentido de humor y resiliencia en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020?</p> <p><b>Problemas específicos</b> a. ¿Cuál es la relación entre el componente afiliativo y competencia en estudiantes de nivel de secundario en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020? b. ¿Cuál es la relación entre el componente incrementador y competencia en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020? c. ¿Cuál es la relación entre el componente agresivo y competencia en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020?</p>	<p><b>Objetivo general:</b> Describir la relación entre Sentido de humor y resiliencia en los estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.</p> <p><b>Objetivos específicos:</b> a. Describir la relación entre compenente afiliativo y compentencia en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez" de Puerto Maldonado, 2020. b. Definir la relación entre componente incrementador y competencia en estudiantes de nivel secundario en la institución educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020. c. Describir la relación entre componente agresivo y competencia en estudiantes de nivel secundario en la institución educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.</p>	<p><b>Hipótesis General:</b> Existe relación significativa entre sentido de humor y resiliencia en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Público Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.</p> <p><b>Hipótesis específicas</b> a. Existe relación significativa entre el componente afiliativo y competencia en estudiantes de nivel de secundario en la Institución Educativa Público Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020. b. Existe relación significativa entre el componente incrementador y competencia en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Público Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020. c. Existe relación significativa entre el componente agresivo y competencia en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Público Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020. d. Existe relación significativa entre el componente autodestructor y</p>	<p>V1 SENTIDO DEL HUMOR</p> <p>V2 RESILIENCIA</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estilo de Humor Afiliativo</li> <li>• Estilo de Humor Incrementador del Self</li> <li>• Estilo de Humor Agresivo</li> <li>• Estilo de Humor Autodestructor del</li> <li>• Competencia personal</li> <li>• Aceptación de uno mismo y de su vida</li> </ul>	<p><b>Población y muestra:</b> La población o universo es el conjunto de todos los casos que concuerdan con determinadas especificaciones. Siendo de 180 la población de estudiantes de secundaria en la Institución Educativa Publica Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020. La muestra será de 123 estudiantes de secundaria en la Institución Educativa Publica Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.</p> <p><b>Técnicas e instrumentos de recolección de datos:</b> Encuesta. Es una técnica para recolección de información acerca de una parte de la población o muestra, mediante el uso de un instrumento).</p>

<p>d. ¿Cuál es la relación entre el componente autodestructor y competencia en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020?</p> <p>e. ¿Cuál es la relación entre aceptación y competencia en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020?</p>	<p>d. Definir la relación entre componente autodestructor y competencia en estudiantes de nivel secundario en la institución educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.</p> <p>e. Describir la relación entre componente aceptación y competencia en estudiantes de nivel secundario en la institución educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.</p>	<p>competencia en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Pública Alipio Ponce Vásquez de Puerto Maldonado, 2020.</p> <p>e. Existe relación significativa entre aceptación y competencia en estudiantes de nivel secundario en la Institución Educativa Pública Pública "Alipio Ponce Vásquez" de Puerto Maldonado, 2020.</p>			<p>Cuestionarios: Uno como estilos de humor adaptado en el Perú por Casareto y Martínez y el otro una escala de resiliencia (ER) perteneciente a Gail M. Wagnild &amp; Heather M. Young.</p> <p><b>Procesamiento de los datos:</b></p> <p>Una vez recolectada la información se procederá a codificarla para un mejor orden y control con la finalidad de procesarlas, utilizando el paquete Estadístico SPSS Versión 23.0 para obtener una base de datos.</p>
---	---	---	--	--	--

## Anexo 2: Operacionalización de variables

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	NIVEL DE MEDICIÓN
V1 SENTIDO DEL HUMOR	Capacidad para la percepción del humor	Manifiesta como uso en la vida diaria de las personas. Este uso es diferenciado de acuerdo a su función	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estilo de Humor Afiliativo</li> <li>• Estilo de Humor Incrementador del Self</li> <li>• Estilo de Humor Agresivo</li> <li>• Estilo de Humor Autodestructor del</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Alto.</li> <li>• Moderado.</li> <li>• Bajo.</li> </ul>	Intervalo
V2 RESILIENCIA	Capacidad para superar las adversidades	Manifiesta como un proceso de adaptabilidad, balance, flexibilidad y una perspectiva de vida estable.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Competencia personal</li> <li>• Aceptación de uno mismo y de su vida</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Alto.</li> <li>• Moderado.</li> <li>• Bajo.</li> </ul>	Intervalo

### Anexo 3: Instrumentos

#### ESCALA DE RESILIENCIA

No.	ITEMS	Estar en desacuerdo				Estar de acuerdo		
		1	2	3	4	5	6	7
1	Cuando planeo algo lo llevo a cabo.	1	2	3	4	5	6	7
2	Por lo general consigo lo que deseo por uno u otro modo.	1	2	3	4	5	6	7
3	Me siento capaz de mí mismo(a) más que nadie.	1	2	3	4	5	6	7
4	Para mí, es importante mantenerme interesado(a) en las cosas.	1	2	3	4	5	6	7
5	En caso que sea necesario, puedo estar solo(a).	1	2	3	4	5	6	7
6	Me siento orgulloso(a) de haber conseguido algunas cosas en mi vida.	1	2	3	4	5	6	7
7	Tomo las cosas sin mucha importancia.	1	2	3	4	5	6	7
8	Soy amigo(a) de mí mismo(a).	1	2	3	4	5	6	7
9	Me siento capaz de llevar varias cosas a la vez.	1	2	3	4	5	6	7
10	Soy decidido(a).	1	2	3	4	5	6	7
11	Rara vez me pregunto de que se trata algo.	1	2	3	4	5	6	7
12	Tomo las cosas día por día.	1	2	3	4	5	6	7
13	Puedo sobrellevar tiempos difíciles, por que ya he experimentado lo que es la dificultad.	1	2	3	4	5	6	7
14	Tengo auto disciplina.	1	2	3	4	5	6	7
15	Me mantengo interesado(a) en las cosas.	1	2	3	4	5	6	7
16	Por lo general encuentro de qué reírme.	1	2	3	4	5	6	7
17	Puedo sobrellevar el mal tiempo por mi autoestima.	1	2	3	4	5	6	7
18	Las personas pueden confiar en mí en una emergencia.	1	2	3	4	5	6	7
19	Puedo ver una situación desde diferentes puntos de vista.	1	2	3	4	5	6	7
20	Algunas veces me obligo a hacer cosas aunque no lo deseo.	1	2	3	4	5	6	7
21	Mi vida tiene un sentido.	1	2	3	4	5	6	7
22	No me lamento de cosas por las que no puedo hacer nada.	1	2	3	4	5	6	7
23	Puedo salir airoso(a) de situaciones difíciles.	1	2	3	4	5	6	7
24	Tengo la energía suficiente para llevar a cabo lo que tengo que hacer.	1	2	3	4	5	6	7
25	Acepto el que existan personas a las que no les agrado.	1	2	3	4	5	6	7

## CUESTIONARIO DE ESTILOS DE HUMOR

### INSTRUCCIONES:

La gente experimenta y expresa el humor en diferentes maneras. Aquí debajo encontrará una lista de declaraciones que describen diferentes formas en las cuales el humor puede ser experimentado.

Por favor lea cuidadosamente cada declaración, e indique el grado de su acuerdo o desacuerdo. Sea lo más honesto y objetivo que pueda.

Use la siguiente escala:

N°	RESPUESTA
1	Totalmente en desacuerdo
2	Moderadamente en desacuerdo
3	Ligeramente en desacuerdo
4	Ni de acuerdo, ni en desacuerdo
5	Ligeramente de acuerdo
6	Moderadamente de acuerdo
7	Totalmente de acuerdo

N°	ITEMS	RESPUESTA
1	Usualmente no me río o bromeo mucho con otras personas.	1
2	Si me siento deprimido, puedo levantarme el ánimo con humor.	1
3	No acostumbro a decir cosas graciosas para rebajarme.	1
4	Con frecuencia llego a rebajarme si eso hace que mi familia o amigos se rían.	1
5	Si me siento molesto o triste, generalmente trato de pensar en algo gracioso sobre la situación para sentirme mejor.	1
6	Mi visión humorística de la vida me protege del excesivo malestar y desánimo sobre las cosas.	1
7	Usualmente no me gusta contar chistes o divertir a los demás.	1
8	Si me encuentro solo y me siento triste, hago un esfuerzo para animarme pensando en algo divertido.	1
9	Si alguien no me cae bien, a menudo uso el humor para molestarlo o rebajarlo.	7
10	No bromeo frecuentemente con mis amigos.	7
11	Mi experiencia me dice que pensar sobre los aspectos graciosos de una situación es, con frecuencia, una manera muy efectiva de afrontar los problemas.	7
12	A menudo trato de agradar a las personas o trato de que me acepten más diciendo cosas divertidas sobre mis debilidades, errores, o faltas.	7

13	Aunque algo sea muy gracioso para mí, trataré de no reírme o bromear sobre eso si alguien pudiera llegar a ofenderse.	7
14	Dejar a los demás reírse de mí, es la manera de mantener a mis amigos y familia de buen humor.	7
<b>N°</b>	<b>ITEMS</b>	<b>RESPUESTA</b>
15	Cuando alguien comete un error, me burlo hasta que me canso.	7
16	En general, cuando estoy solo, puedo divertirme con las incongruencias de la vida.	7
17	En muchas ocasiones, las personas resultaron ofendidas o heridas por mi "sentido del humor".	7
18	Muy pocas veces puedo hacer reír a los demás contando chistes, o anécdotas graciosas.	7
19	Cuando bromeo, no me importa decir cosas que caigan mal.	7
20	En general, trato que me acepten, aunque tenga que hacer el ridículo diciendo algún chiste sobre mis errores.	7
21	Si se me ocurre algo que es muy gracioso, lo digo, aunque resulte inapropiado a la situación.	7
22	No acostumbro a decir cosas para ridiculizarme.	7
23	Puedo encontrar cosas de qué reírme, aunque esté solo. No necesito estar rodeado de gente para divertirme.	7
24	Si alguien no me gusta, tratare de molestarlo o ridiculizarlo.	7
25	Aunque esté solo, suelo divertirme con los absurdos de la vida.	7
26	Si alguien se equivoca, lo voy a cargar por mucho tiempo.	7
27	A menudo soy el primero en rebajarme cuando estoy contando chistes o tratando de ser gracioso.	7
28	En general no puedo pensar en cosas graciosas para decir a otras personas.	7
29	Dejo que las personas se rían de mí o se diviertan a costilla mía más de lo que debiera.	7

## Anexo 4: Validación de los instrumentos

### CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DE LOS INSTRUMENTOS VALIDEZ DEL CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE ESTILOS DE HUMOR

	Dimensiones	Ítems						Sugerencias
		Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		
		si	no	si	no	si	no	
1	Usualmente no me río o bromeo mucho con otras personas.	X		X		X		
2	Si me siento deprimido, puedo levantarme el ánimo con humor.	X		X		X		
3	No acostumbro a decir cosas graciosas para rebajarme.	X		X		X		
4	Con frecuencia llego a rebajarme si eso hace que mi familia o amigos se rían.	X		X		X		
5	Si me siento molesto o triste, generalmente trato de pensar en algo gracioso sobre la situación para sentirme mejor.	X		X		X		
6	Mi visión humorística de la vida me protege del excesivo malestar y desánimo sobre las cosas.	X		X		X		
7	Usualmente no me gusta contar chistes o divertir a los demás.	X		X		X		
8	Si me encuentro solo y me siento triste, hago un esfuerzo para animarme pensando en algo divertido.	X		X		X		
9	Si alguien no me cae bien, a menudo uso el humor para molestarlo o rebajarlo.	X		X		X		
10	No bromeo frecuentemente con mis amigos.	X		X		X		
11	Mi experiencia me dice que pensar sobre los aspectos graciosos de una situación es, con frecuencia, una manera muy efectiva de afrontar los problemas.	X		X		X		
12	A menudo trato de agradar a las personas o trato de que me acepten más diciendo cosas divertidas sobre mis debilidades, errores, o faltas.	X		X		X		
13	Aunque algo sea muy gracioso para mí, trataré de no reirme o bromear sobre eso si alguien pudiera llegar a ofenderse.	X		X		X		
14	Dejar a los demás reírse de mí, es la manera de mantener a mis amigos y familia de buen humor.	X		X		X		
15	Cuando alguien comete un error, me burlo hasta que me canso.	X		X		X		
16	En general, cuando estoy solo, puedo divertirme con las incongruencias de la vida.	X		X		X		
17	En muchas ocasiones, las personas resultaron ofendidas o heridas por mi "sentido del humor".	X		X		X		
18	Muy pocas veces puedo hacer reír a los demás contando chistes, o anécdotas graciosas.	X		X		X		
19	Cuando bromeo, no me importa decir cosas que caigan mal.	X		X		X		
20	En general, trato que me acepten, aunque tenga que hacer el ridículo diciendo algún chiste sobre mis errores.	X		X		X		
21	Si se me ocurre algo que es muy gracioso, lo digo, aunque resulte inapropiado a la situación.	X		X		X		
22	No acostumbro a decir cosas para ridiculizarme.	X		X		X		
23	Puedo encontrar cosas de qué reirme, aunque esté solo. No necesito estar rodeado de gente para divertirme.	X		X		X		
24	Si alguien no me gusta, trato de molestarlo o ridiculizarlo.	X		X		X		
25	Aunque esté solo, suelo divertirme con los absurdos de la vida.	X		X		X		
26	Si alguien se equivoca, lo voy a cargar por mucho tiempo.	X		X		X		
27	A menudo soy el primero en rebajarme cuando estoy contando chistes o tratando de ser gracioso.	X		X		X		
28	En general no puedo pensar en cosas graciosas para decir a otras personas.	X		X		X		
29	Dejo que las personas se rían de mí o se diviertan a costilla mía más de lo que debiera.	X		X		X		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): **ES SUFICIENTE**

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [ X ] Aplicable después de corregir [ ] No aplicable [ ]

Apellidos y nombres del juez validador, Dr. Rosa Esther Chirinos  
DNI: 08217185  
Especialidad del validador: Psicólogo Clínico Educativo

24 de Diciembre del 2020

<sup>1</sup>Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.  
<sup>2</sup>Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.  
<sup>3</sup>Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

Nota: Suficiencia se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión.

  
Rosa E. Chirinos Susano  
C. Ps. P. N°3090

Firma del Experto Informante.

**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DE LOS INSTRUMENTOS**  
VALIDEZ DEL CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE ESTILOS DE HUMOR

	Dimensiones	Ítems						
		Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		Sugerencias
		si	no	si	no	si	no	
1	Usualmente no me río o bromeo mucho con otras personas.	X		X		X		
2	Si me siento deprimido, puedo levantarme el ánimo con humor.	X		X		X		
3	No acostumbro a decir cosas graciosas para rebajarme.	X		X		X		
4	Con frecuencia llego a rebajarme si eso hace que mi familia o amigos se rían.	X		X		X		
5	Si me siento molesto o triste, generalmente trato de pensar en algo gracioso sobre la situación para sentirme mejor.	X		X		X		
6	Mi visión humorística de la vida me protege del excesivo malestar y desánimo sobre las cosas.	X		X		X		
7	Usualmente no me gusta contar chistes o divertir a los demás.	X		X		X		
8	Si me encuentro solo y me siento triste, hago un esfuerzo para animarme pensando en algo divertido.	X		X		X		
9	Si alguien no me cae bien, a menudo uso el humor para molestarlo o rebajarlo.	X		X		X		
10	No bromeo frecuentemente con mis amigos.	X		X		X		
11	Mi experiencia me dice que pensar sobre los aspectos graciosos de una situación es, con frecuencia, una manera muy efectiva de afrontar los problemas.	X		X		X		
12	A menudo trato de agrandar a las personas o trato de que me acepten más diciendo cosas divertidas sobre mis debilidades, errores, o faltas.	X		X		X		
13	Aunque algo sea muy gracioso para mí, trataré de no reírme o bromear sobre eso si alguien pudiera llegar a ofenderse.	X		X		X		
14	Dejar a los demás reírse de mí, es la manera de mantener a mis amigos y familia de buen humor.	X		X		X		
15	Cuando alguien comete un error, me burlo hasta que me canso.	X		X		X		
16	En general, cuando estoy solo, puedo divertirme con las incongruencias de la vida.	X		X		X		
17	En muchas ocasiones, las personas resultaron ofendidas o heridas por mi "sentido del humor".	X		X		X		
18	Muy pocas veces puedo hacer reír a los demás contando chistes, o anécdotas graciosas.	X		X		X		
19	Cuando bromeo, no me importa decir cosas que caigan mal.	X		X		X		
20	En general, trato que me acepten, aunque tenga que hacer el ridículo diciendo algún chiste sobre mis errores.	X		X		X		
21	Si se me ocurre algo que es muy gracioso, lo digo, aunque resulte inapropiado a la situación.	X		X		X		
22	No acostumbro a decir cosas para ridiculizarme.	X		X		X		
23	Puedo encontrar cosas de qué reírme, aunque esté solo. No necesito estar rodeado de gente para divertirme.	X		X		X		
24	Si alguien no me gusta, trato de molestarlo o ridiculizarlo.	X		X		X		
25	Aunque esté solo, suelo divertirme con los absurdos de la vida.	X		X		X		
26	Si alguien se equivoca, lo voy a cargar por mucho tiempo.	X		X		X		
27	A menudo soy el primero en rebajarme cuando estoy contando chistes o tratando de ser gracioso.	X		X		X		
28	En general no puedo pensar en cosas graciosas para decir a otras personas.	X		X		X		
29	Dejo que las personas se rían de mí o se diviertan a costilla mía más de lo que debiera.	X		X		X		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Si hay suficiencia

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [ X ] Aplicable después de corregir [ ] No aplicable [ ]

Apellidos y nombres del juez validador. Dr./ Mg: Cruz Telada, Yreneo Eugenio  
DNI: 09946516  
Especialidad del validador: Psicólogo de la Salud

15 de Diciembre el 2020

<sup>1</sup>Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.  
<sup>2</sup>Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.  
<sup>3</sup>Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión.

  
 Dr. Yreneo Eugenio Cruz Telada  
 DOCTOR EN PSICOLOGIA  
 Firma del Validador.

**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DE LOS INSTRUMENTOS**  
**VALIDEZ DEL CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE RESILIENCIA**

	<u>Dimensiones</u>	Items				Sugerencias		
		Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>			Claridad <sup>3</sup>	
		si	no	si	no		si	no
1	Cuando planeo algo lo llevo a cabo.	X		X		X		
2	Por lo general consigo lo que deseo por uno u otro modo.	X		X		X		
3	Me siento capaz de mi mismo(a) más que nadie.	X		X		X		
4	Para mí, es importante mantenerme interesado(a) en las cosas.	X		X		X		
5	En caso que sea necesario, puedo estar solo(a).	X		X		X		
6	Me siento orgulloso(a) de haber conseguido algunas cosas en mi vida.	X		X		X		
7	Tomo las cosas sin mucha importancia.	X		X		X		
8	Soy amigo(a) de mí mismo(a).	X		X		X		
9	Me siento capaz de llevar varias cosas a la vez.	X		X		X		
10	Soy decidido(a).	X		X		X		
11	Rara vez me pregunto de que se trata algo.	X		X		X		
12	Tomo las cosas día por día.	X		X		X		
13	Puedo sobrellevar tiempos difíciles, porque ya he experimentado lo que es la dificultad.	X		X		X		
14	Tengo auto disciplina.	X		X		X		
15	Me mantengo interesado(a) en las cosas.	X		X		X		
16	Por lo general encuentro de qué reirme.	X		X		X		
17	Puedo sobrellevar el mal tiempo por mi autoestima.	X		X		X		
18	Las personas pueden confiar en mí en una emergencia.	X		X		X		
19	Puedo ver una situación desde diferentes puntos de vista.	X		X		X		
20	Algunas veces me obligo a hacer cosas, aunque no lo deseo.	X		X		X		
21	Mi vida tiene un sentido.	X		X		X		
22	No me lamento de cosas por las que no puedo hacer nada.	X		X		X		
23	Puedo salir airoso(a) de situaciones difíciles.	X		X		X		
24	Tengo la energía suficiente para llevar a cabo lo que tengo que hacer.	X		X		X		
25	Acepto el que existan personas a las que no les agrado.	X		X		X		

**Observaciones (precisar si hay suficiencia): Si hay suficiencia**

**Opinión de aplicabilidad: Aplicable [ X ] Aplicable después de corregir [ ] No aplicable [ ]**

**Apellidos y nombres del juez validador, Dr./ Mg: Cruz Telada, Yreneo Eugenio**

**DNI: 09946516**

**Especialidad del validador: Psicólogo de la Salud**

**15 de Diciembre del 2020**

<sup>1</sup>Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.  
<sup>2</sup>Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo  
<sup>3</sup>Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

**Nota:** Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión.



**Dr. Yreneo Eugenio Cruz Telada**

**DOCTOR EN PSICOLOGIA**

Firma del Validador.

**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DE LOS INSTRUMENTOS**  
**VALIDEZ DEL CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE RESILIENCIA**

	Dimensiones	Items				Sugerencias		
		Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>			Claridad <sup>3</sup>	
		si	no	si	no		si	no
1	Cuando planeo algo lo llevo a cabo.	X		X		X		
2	Por lo general consigo lo que deseo por uno u otro modo.	X		X		X		
3	Me siento capaz de mí mismo(a) más que nadie.	X		X		X		
4	Para mí, es importante mantenerme interesado(a) en las cosas.	X		X		X		
5	En caso que sea necesario, puedo estar solo(a).	X		X		X		
6	Me siento orgulloso(a) de haber conseguido algunas cosas en mi vida.	X		X		X		
7	Tomo las cosas sin mucha importancia.	X		X		X		
8	Soy amigo(a) de mí mismo(a).	X		X		X		
9	Me siento capaz de llevar varias cosas a la vez.	X		X		X		
10	Soy decidido(a).	X		X		X		
11	Rara vez me pregunto de que se trata algo.	X		X		X		
12	Tomo las cosas día por día.	X		X		X		
13	Puedo sobrellevar tiempos difíciles, porque ya he experimentado lo que es la dificultad.	X		X		X		
14	Tengo auto disciplina.	X		X		X		
15	Me mantengo interesado(a) en las cosas.	X		X		X		
16	Por lo general encuentro de qué reírme.	X		X		X		
17	Puedo sobrellevar el mal tiempo por mi autoestima.	X		X		X		
18	Las personas pueden confiar en mí en una emergencia.	X		X		X		
19	Puedo ver una situación desde diferentes puntos de vista.	X		X		X		
20	Algunas veces me obligo a hacer cosas, aunque no lo deseo.	X		X		X		
21	Mi vida tiene un sentido.	X		X		X		
22	No me lamento de cosas por las que no puedo hacer nada.	X		X		X		
23	Puedo salir airoso(a) de situaciones difíciles.	X		X		X		
24	Tengo la energía suficiente para llevar a cabo lo que tengo que hacer.	X		X		X		
25	Acepto el que existan personas a las que no les agrado.	X		X		X		

**Observaciones (precisar si hay suficiencia): ES SUFICIENTE**

**Opinión de aplicabilidad: Aplicable [ X ] Aplicable después de corregir [ ] No aplicable [ ]**

**Apellidos y nombres del juez validador. Dr. Rosa Esther Chirinos**

**DNI: 08217185**

**Especialidad del validador: Psicólogo Clínico Educativo**

**24 de Diciembre del 2020**

<sup>1</sup>Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

<sup>2</sup>Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

<sup>3</sup>Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

**Nota:** Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión



Rosa E. Chirinos Susano

C.Ps.P. N°3090

Firma del Experto Informante.

## Anexo 5: Matriz de datos

	PUNTAJE TOTAL	PUNTAJES DIRECTOS				PUNTAJES CONVERTIDOS				PUNTAJE CONVERTIDO EN Dx
	P. TOTAL	Humor incrementador del Self	Humor agresivo	Humor autodestructor del Self	Humor afiliativo	HUMOR INCREMENTADOR DEL SELF	HUMOR AGRESIVO	HUMOR AUTODESTRUCTOR DEL SELF	HUMOR AFILIATIVO	0=Moderado nivel de humor incrementador del self 1=Moderado nivel de humor agresivo 2=Moderado nivel de humor autodestructor del self 3=Moderado nivel de humor afiliativo
1	127	35	27	20	24	50	50	50	90	0
2	100	39	16	17	28	64	64	64	100	0
3	122	37	30	31	24	60	60	60	100	0
4	104	42	8	14	27	84	84	84	100	0
5	89	38	12	22	17	62	62	62	100	0
6	97	46	18	14	19	78	78	78	100	0
7	113	52	13	24	24	90	90	90	100	0
8	77	35	10	13	19	56	56	56	100	0
9	134	40	28	39	37	66	66	66	100	2
10	136	38	30	40	27	62	62	62	100	2
11	107	56	26	20	5	98	98	98	100	0
12	107	40	27	23	17	66	66	66	100	0
13	119	52	24	26	17	90	90	90	100	0
14	101	51	12	11	27	88	88	88	100	0
15	123	43	35	24	21	78	78	78	100	1
16	101	44	20	17	20	74	74	74	100	0
17	117	41	25	22	28	68	68	68	100	0
18	151	53	37	47	14	92	92	92	100	2
19	151	53	37	47	14	92	92	92	100	2
20	115	39	26	33	17	64	64	64	100	2
21	93	37	11	19	26	60	60	60	100	0
22	132	54	17	32	29	94	94	94	100	0
23	155	55	29	41	30	96	96	96	100	2
24	141	42	36	37	26	70	70	70	100	0
25	99	31	21	26	21	48	48	48	87	0
26	112	46	21	25	20	78	78	78	100	0
27	117	44	28	24	21	74	74	74	100	0
28	88	41	16	14	17	68	68	68	100	0
29	116	42	28	26	20	70	70	70	100	0
30	117	41	31	15	20	68	68	68	100	0
31	96	33	19	23	15	64	64	64	100	0
32	118	37	24	33	24	60	60	60	100	0
33	125	35	28	38	24	55	55	55	100	0
34	126	38	29	32	27	62	62	62	100	2
35	139	39	34	39	27	64	64	64	100	2
36	131	38	33	34	26	62	62	62	100	0
37	111	36	23	30	22	58	58	58	100	0
38	132	30	25	43	24	66	66	66	100	2
39	121	39	32	29	21	64	64	64	100	0
40	111	37	22	32	20	60	60	60	100	0
41	117	38	25	32	22	62	62	62	100	0
42	130	46	31	31	22	78	78	78	100	0
43	104	40	24	22	18	66	66	66	100	0
44	98	40	19	20	19	66	66	66	100	0
45	102	36	24	24	18	58	58	58	100	0
46	120	43	28	26	23	72	72	72	100	0
47	119	46	23	32	18	78	78	78	100	0
48	124	48	27	29	20	82	82	82	100	0
49	125	39	26	35	25	64	64	64	100	0
50	114	34	26	30	24	54	54	54	97	0

						INTERPRETACION
		GENERO 0= HOMBRES 1= MUJERES	EDAD	Grado alcanzado 1=1 de secundaria 2=2 de secundaria 3=3 de secundaria	TOTAL	Alto =4 Medio alto =3 Medio =2 Medio bajo =1 Bajo= 0
E V A L U A D O S	1	1	14	3	197	4
	2	0	14	3	133	2
	3	0	14	3	144	3
	4	1	14	3	141	3
	5	1	14	3	140	3
	6	0	16	3	148	3
	7	0	15	3	150	3
	8	1	13	3	129	2
	9	1	14	3	143	3
	10	1	14	3	116	2
	11	1	14	3	163	3
	12	0	14	3	151	3
	13	1	14	3	152	3
	14	1	16	3	151	3
	15	0	15	4	111	1
	16	0	15	3	142	3
	17	0	16	3	146	3
	18	1	14	3	130	2
	19	0	14	3	160	3
	20	0	16	3	122	2
	21	1	15	3	151	3
	22	1	15	3	151	3
	23	1	15	3	128	2
	24	1	16	3	131	2
	25	1	15	3	107	2
	26	1	14	3	138	2
	27	1	15	3	147	3
	28	1	15	3	133	2
	29	0	15	3	139	2
	30	0	16	3	149	3
	31	1	15	4	131	2
	32	1	15	4	109	2
	33	0	16	4	76	1
	34	1	15	4	129	2
	35	0	16	4	126	2
	36	1	16	4	126	2
	37	0	16	4	99	1
	38	0	16	4	132	2
	39	1	16	4	133	2
	40	1	16	4	122	2
	41	1	15	4	144	3
	42	1	15	4	136	2
	43	1	15	4	118	2
	44	1	15	4	122	2
	45	1	15	4	122	2
	46	1	15	4	141	3
	47	1	15	4	131	2
	48	0	14	4	131	2
	49	0	14	4	149	3
	50	0	15	4	132	2

## **Anexo 6: Propuesta de valor**

### **Propuesta para el sentido de humor:**

- 1) Comenzar el día sonriendo: Las cosas simples de la vida a veces reportan muchas más satisfacciones que las que uno podría pensar, por ello es fundamental para mejorar el sentido del humor aprender a disfrutar, agradecer y tener disposición positiva hacia los pequeños detalles que van construyendo cada jornada.
- 2) Ver películas o programas de humor: La risa es contagiosa y nada mejor que el trabajo de profesionales para tener un gran sentido del humor. Programas, series y personajes humorísticos son un buen reflejo para potenciar el lado lúdico, bromista y proclive a las risas.
- 3) Reírse de uno mismo: Dicen que reírse o burlarse de los demás es muy fácil, pero que lo más complicado en el humor es saber reírse de uno mismo, de nuestros propios defectos o errores. Ponerse en los zapatos de los demás, ironizar con bromas sobre uno mismo y empatizar como ejemplo frente a situaciones divertidas, lo que ayuda, y mucho, al sentido del humor.
- 4) Ver el lado positivo de las cosas: Nadie puede andar todo el día de buen humor o sonriendo, ya que siempre debe existir un equilibrio, pero si quieres mejorar tu ánimo vas a tener que aprender a sobreponerte a los malos momentos buscando el lado positivo de las cosas y usando el sentido del humor en tu beneficio.
- 5) Reúnete con amigos más graciosos: Al igual que las sonrisas, la amistad también puede ser una catapulta humorística, en especial si tu vida social gira en torno a un grupo de personas que viven haciendo bromas, chistes o cosas divertidas, lo que obviamente va a mejorar tu estado de ánimo.
- 6) Comparte en ambientes propicios para el humor: Se entiende que uno no puede estar riendo las 24 horas del día, los siete días de la semana, pero es clave tener un clima propicio para mantener un ambiente saneado, lleno de buena onda y energía humorística, ya sea en el trabajo, en la casa, con los amigos o la pareja.

- 7) Responde con humor a los que te ofenden: Un principio muy valórico es no responder ante los ataques de otras personas. Y bien, en el estricto rigor humorístico, cuando uno se siente atacado, lo mejor es transformar esa energía negativa en algo positivo, ya sea convirtiendo ese ataque en risas o minimizando una reacción contraria

**Propuesta de valor de resiliencia:**

- 1) Cultivar las relaciones interpersonales. Tener un entorno familiar y social que nos provea de apoyo y consideración nos ayudará a enfrentarnos a las adversidades, mucho más que si estuviéramos solos.
- 2) Sé positivo. Es importante ver el futuro con optimismo y creer que a pesar de nuestros problemas siempre se puede salir adelante.
- 3) Sé realista pero flexible. Ser capaz de ver una situación tal cual es y aceptarla es muy importante, pero debemos igualmente adaptarnos y entender que el cambio forma parte de la vida.
- 4) Ponte metas, haz planes, establece objetivos y da el paso. Es importante que tengamos claros cuáles son nuestros objetivos y que actuemos para alcanzarlos.
- 5) Desarrolla la inteligencia emocional. Conocerse a sí mismo es necesario a la hora de afrontar situaciones difíciles y la inteligencia emocional supone el conocimiento de nuestras propias emociones, significa entender lo que sentimos, identificar cuando debemos controlarnos, evitar actuar de manera impulsiva y aprender a sentir de manera coherente con lo que nos pasa.