



Universidad de la República

Facultad de Psicología

Licenciatura en Psicología

Trabajo final de grado

El humor, una mirada desde el Psicoanálisis

Estudiante: Graciela Clavijo: CI: 34752328

Tutor: Prof. Adj. Mag. Octavio Carrasco

Revisora: As. Mg. Mariana Zapata

Montevideo, Uruguay

Septiembre de 2021

Resumen

En este trabajo el eje principal estará en el humor, el cual será una aproximación al estudio de los textos de Freud que hacen referencia al mismo.

El humor es un tema recurrente a lo largo de la humanidad que está relacionado con los comienzos de las ciencias que estudian al ser humano. También tiene mucho de histórico y cultural.

En esta monografía compuesta de tres capítulos, veremos en el primero, relación entre el chiste, lo cómico y el humor y como aplican cada uno de ellos a nuestros propósitos.

En el segundo capítulo distinguiremos el humor aplicado en psicoterapia, y como mecanismo de defensa. En consecuencia y a raíz de la pandemia, en tercer y último capítulo, el humor será relevante, lo descubrimos como un sanador de nuestras vidas, a través de su uso en las redes, aplicado a la inteligencia, también apelamos al pensamiento creativo, siempre con la idea de darle mejor sentido a la existencia. Se presentará de forma que logre el cometido de constituirlo como una herramienta que puede ser apropiada como punto de partida para entender un poco más sobre sus posibles beneficios en la clínica y cómo tratar los temas del sufrimiento humano. Para ello veremos algunos autores, pero principalmente desde los aportes de Freud.

Palabras clave: Humor, Chiste, Cómico, Psicoanálisis, Pandemia

Tabla de contenido

Introducción.....	4
Capítulo 1	5
El chiste, lo cómico y el humor	5
1.1-El chiste	6
1-2- Lo cómico	13
1.3- El humor	17
Capítulo 2	22
2.1 -El Humor Y La Psicoterapia	22
2.2-¿El humor es un mecanismo de defensa?.....	24
Capítulo 3	25
3.1-El humor en épocas de pandemia.....	25
3.2- El humor y las redes sociales	27
3.3-Desde cuando hay registros del humor	28
3.4-El Humor y la Inteligencia	29
3.5-El humor provoca el pensamiento creativo a través de la risa	31
Conclusión.....	32
Referencias bibliográficas	37
Bibliografía complementaria.....	41
Lista de sitios webs consultados.....	42

Introducción

El interés sobre el humor surge a partir del trabajo que realice en hospitales psiquiátricos, en el cual observaba en los pacientes que el sentido humorístico parecía haberse retirado de sus vidas. Y más recientemente, en la práctica realizada en Clínica Psicoanalítica de La Unión, aumentó la disposición relacionada con la clínica y el psicoanálisis. En esta asociación, de la clínica más humor sale esta temática y la predilección del mismo relacionándolo con el psicoanálisis.

En este trabajo se busca examinar la función del humor en psicoanálisis. En primer lugar se hará un recorrido por algunos antecedentes teóricos sobre el humor elaborado por especialistas y escritores. En segundo lugar, se observarán las contribuciones de Freud en torno al chiste, lo cómico y el humor. La intención es vislumbrar y pensar las posibles formas de utilizarlo como herramienta para el trabajo clínico desde el psicoanálisis. Por último, dado el momento histórico actual a raíz de la pandemia causada por el covid-19, buscaremos respuestas a través del humor que seguramente será como podremos sobrellevar el aislamiento impuesto, y aprender a superar de mejor manera esta crisis.

Los aportes psicoanalíticos en el ámbito clínico, evidencian que el sentido del humor es un mecanismo muy valioso en psicoterapia, al ser un mecanismo psicológico que permite aumentar la eficacia con la que nos enfrentamos a las diversas situaciones. Si bien este no ha tenido un gran foco de desarrollo en las investigaciones, a Freud no se le pasó por alto su importancia. En *El chiste y su relación con el inconsciente* (1905), en momento desde la primera tópica formulada entre inconsciente, preconscious y consciente se analiza el origen, la función y su relación con lo inconsciente del aparato psíquico. Sobre este texto, el autor advierte que lo consideró sólo desde el punto de vista económico y le pareció haber hallado la fuente del placer en el ahorro de lo afectivo. Años más tarde (Freud, 1927/2014a), en su artículo *sobre el humor*, va a tratarlo, esta vez con su segunda tópica del aparato psíquico, analizando su origen, función y el placer que despierta el humor, y cómo éste reside en el ahorro del despliegue afectivo. Por cierto el humor sería la contribución a lo cómico por mediación del superyó..." (p. 158-162)

Capítulo 1

El chiste, lo cómico y el humor

El problema de delimitar conocimientos que están conectados como, el chiste, la broma, lo cómico, el humor, y el buen humor, aparecen en el punto de partida de todos los que han pretendido estudiarlo. El propio Freud trató de conseguir una delimitación conceptual mediante la explicación del proceso psíquico que frecuentemente tropieza en las propias limitaciones del lenguaje, y que forzosamente para nosotros, deben ser relacionadas con las dificultades del traductor para buscar correspondencias entre el alemán y los diferentes idiomas en los que el texto original es interpretado. Diferentes saberes dedicados al tema del humor han intentado desafiar el problema valorando sus relaciones con diferentes modelos más o menos afortunados. Desde el marco psicoanalítico debemos considerar aspectos de fondo que implican al inconsciente y que, en un principio, sólo pueden articularse a partir de la superación de conclusiones freudianas fundamentales como por ejemplo lo son el principio del placer, la energía psíquica, la descarga, el conocimiento de gasto, las fuerzas represivas, entre otros.

En particular, el humor es una cuestión difícil de estudiar tal vez por la firmeza metodológica que atribuye a la ciencia. Sin embargo, la exposición del humor tiene en nuestros días un gran avance, el mismo tiende a mostrarse de acuerdo dado su importancia para la vida psíquica, en cuya trayectoria nos ubicamos.

Por otro lado, Freud se interesó en asuntos como lo relativo al chiste y al humor entre otros en 1905 escribió *El chiste y su relación con lo inconsciente*, el cual retomó el contenido con el artículo *El humor* (1927), en donde estudió las necesidades psicológicas en las que se producía el mismo y analizó su estructura, comparando que tiene una función similar a la de los sueños al servir como descarga del gasto psíquico. Freud mantiene la presunción de que el aporte de placer que origina un chiste se corresponde con el gasto psíquico ahorrado. El concepto de gasto psíquico (ahorros de gastos

de coerción o cohibición) nos aproxima a la esencia misma del chiste, que parece relacionada con la economía del esfuerzo psíquico. No se trata tan sólo del empleo del menor número de palabras posibles, sino de la forma más directa de presentarlo para ahorrar el gasto psíquico que requiere su efecto cómico, ligado siempre a la resistencia consciente a una necesidad inconscientemente reprimida. Al igual que ningún sueño es insignificante, el chiste y las bromas tampoco lo son, y todas, por sencillas que parezcan, contienen una importante carga inconsciente. Del mismo modo podría explicarse por qué funciona tan bien el humor como herramienta liberadora contra la frustración (García, 2016).

Podemos observar que el humor no tiene sólo algo liberador como el chiste y lo cómico, sino que también algo grandioso y patético, rasgos que no se encuentran en las otras dos clases de ganancia de placer derivadas de una actividad intelectual. Es evidente que lo grandioso reside en el triunfo del narcisismo en lo respetable del Yo, victoriosamente demostrado, el Yo rehúsa sentir las afrentas que le ocasiona la realidad, rehúsa dejarse forzar al sufrimiento, se empeña en que los traumas del mundo exterior no pueden tocarlo, y muestra que sólo son para él ocasiones de ganancia de placer (Haworth, 2011).

(...) el humor se aproxima a los procesos regresivos o reaccionarios que tan ampliamente hallamos en la psicopatología. Con su defensa frente a la posibilidad de sufrir, ocupa un lugar dentro de la gran serie de aquellos métodos que la vida anímica de los seres humanos ha desplegado a fin de sustraerse de la compulsión del padecimiento, una serie que se inicia con la neurosis y culmina en el delirio, y en la que se incluyen la embriaguez, el abandono de sí, el éxtasis (Freud, 1927, p. 159)

1.1-El chiste

Como se mencionó antes, Freud publicó *El chiste y su relación con lo inconsciente* en (1905/2121a), la razón principal de este escrito no fue solamente o precisamente el interés determinado por el tema en sí mismo, sino en la búsqueda de una semejanza entre las asociaciones del chiste y el sueño, que ya había sido advertida a Freud por el otorrinolaringólogo Wilhelm Fliess,

de dicha observación surge que muchos sueños están contruidos como si fueran chistes. El pasaje surgió a consecuencia de la observación de Fliess, con quien el padre del psicoanálisis mantuvo una estrecha amistad y una larga correspondencia entre 1887 y 1904 (García, 2006).

En su obra sobre el chiste, enuncia que es una actividad que tiene por meta ganar placer a partir de ciertos procesos anímicos. Expone dos mecanismos que intervienen en la creación de un chiste, el desplazamiento que tiene lugar cuando un deseo se desplaza de un objeto a otro y se satisface en él. La condensación sigue siendo el concepto que unifica estos procesos. Como menciona Freud “Es cierto que existe este vínculo entre doble sentido y desplazamiento, pero nada tiene que ver con nuestra distinción entre las técnicas del chiste” (Freud, 1905, p, 95). Para Freud el chiste se basa en varias técnicas, entre las más comunes, la figuración por lo contrario y el empleo del contrasentido, *el empleo de un mismo material*, el retruécano o chiste por similitud, y la representación antinómica. A continuación se detallan estas técnicas en función del chiste, se especifica como la fusión de dos concepciones potencialmente graciosas; como ejemplo podemos usar la siguiente viñeta:

Ya por que no dejas de fumar y el otro le contesta soy un experto en dejar de fumar. Ya lo he hecho ocho veces. Por otro lado, el desplazamiento consta de transferir el sentido de algo hacia otra cosa. Un ejemplo sería: ¿Sabías que el Sacachispas (un equipo de fútbol) quiere que se case el golero? ¿De veras? ¿Y por qué? Porque tienen ganas de celebrar algo. (Sánchez, 2018)

Por su parte, en las palabras del doble sentido observamos el empleo de la misma palabra con un enfoque diferente, algunas con significación metafórica y objetiva existen frases de numerosísimos temas diferentes y estas nos ayudan a sintetizar de forma breve una gran cantidad de pensamientos y emociones. Como en este ejemplo: Es mejor dar que recibir. Atentamente, el boxeador

En el siguiente caso, el empleo de un mismo material se produce cuando usamos las mismas palabras o expresiones para generar un sentido nuevo. Podemos apreciarlo en este ejemplo: ¿Cómo anda usted?, le preguntó el ciego al paralítico. Como usted ve, respondió el paralítico al ciego. (Sánchez, 2018)

En la representación antinómica, se hace una afirmación que luego se niega. Jugando con representar ideas que se contraponen como en este ejemplo: No sólo no creía en los fantasmas, sino que ni siquiera se asustaba de ellos.

En el retruécano o chiste, se define como una figura retórica de repetición que requiere menos técnica que en las otras que vimos, el retruécano es una subdivisión del grupo, que culmina en el juego de palabras propiamente dicho, los juegos de palabras son un ejemplo que siempre provocan alguna sonrisa veamos algunos, siempre empiezan con la frase:

No es lo mismo:

Trabajar en el arte por amor... que trabajar por amor al arte.

Dos bicicletas viejas... que dos viejas en bicicleta.

Una chica muy mona... que una mona muy chica.

Un sabio mono... que un monosabio. (Zapatero, 2012)

En consecuencia, el chiste para Freud es uno de esos mecanismos para hacerle frente a la represión social, cultural o individual que nos genera displacer o neurosis. Gracias al relato divertido se liberaría parte de esa tensión que estaría implícita en la represión. En el fondo había una idea: si es gracioso para los demás es porque libera de una coerción o de una cohibición. La risa es un medio para descargar la resistencia emocional. Es también un desafío a lo represor. En ese sentido, el chiste tendencioso y la risa cumplen con un papel civilizador. En lugar de arremeter directamente al otro, se emplea un medio ingenioso de lenguaje para expresar la hostilidad.

Por lo tanto, para Freud el chiste ha sido un medio para conocer los deseos reprimidos de una persona y de una sociedad. P tanto Freud escribió esta obra simultáneamente con otra de sus grandes producciones: *Tres ensayos sobre la teoría sexual* (1905), teniendo en cuenta este detalle, es posible que incluya observaciones tales como son los tabúes y todo aquello de lo que no se habla abiertamente. Por consiguiente, se dice que en lugar de agredir directamente al otro, se emplea un medio ingenioso de lenguaje para expresar la hostilidad. En lugar de romper los tabúes del sexo a través de la perversión, se haría por medio del chiste verde u obsceno y que, por lo tanto, está de alguna manera relegado de la atención consciente. De ahí que esas bromas pudiesen tener que ver con

el inconsciente, pudiendo abrir un camino para conocer en profundidad la realidad subjetiva de una persona y de una cultura.

En sus obras, Freud desarrolla diversos mecanismos que posteriormente serán juntados a través de una significación que los incluye. Por ejemplo, la significación múltiple es parte de una forma determinada de condensación como lo son los juegos de palabras, con la diferencia que este último no tiene formación sustitutiva. En este asunto, Freud (1905) resalta que a través de las técnicas del chiste, se accede a esta agrupación de ideas, formando una única palabra a partir de dos, formando un sustitutivo y parecen estar en la raíz de todos los chistes, la concreción de las técnicas del chiste verbal, como la asociación, el desplazamiento, o la representación directa y representación antinómica, etc., que a su vez son los mismos que nos orientan en los procesos de formación de los sueños. Este paso de elaboración inconsciente, sobre el que se afirma la naturaleza del chiste, requiere de otro proceso preconscious, que proyecta y fortifica la intencionalidad, cambiando al chiste inocente en chiste tendencioso. Este carácter inconsciente, preconscious o consciente del proceso sirve a la diferencia y eficacia del chiste, el humor y lo cómico. (García ,2006)

En conclusión, la verificación de las técnicas permite componer una clasificación de chistes en relación a sus técnicas. A mencionar: chistes inocentes, tendenciosos, de desplazamiento, errores intelectuales, verbales y gestuales, ironías, retruécanos, silogismos y metáforas, y en relación a los géneros del chiste que pueden ser: chistes verdes, chistes de judíos, chistes de niños, etc. Estas clasificaciones, no se agotan en sí mismas, más bien forman una confusa separación, determinada por otros complicados procesos psíquicos, por lo que Freud abandona el camino del análisis categorización y proyecta una nueva mirada a las intenciones del chiste.

Por otro lado, para ayudar en el conocimiento del chiste, se ampliará a continuación sobre los mecanismos compartidos entre el chiste y el sueño. Freud hace la comparación entre el chiste y el sueño planteando que en ambos se da un proceso de condensación pero en el sueño además se resiste el contenido manifiesto al contenido latente; diferencia mediada por el trabajo del sueño. En el mecanismo de placer y la psicogénesis del chiste, el placer se nutre de dos fuentes: *la técnica* y las *tendencias del chiste*. Freud comienza analizando la técnica del conocido chiste de Heine en el que Hirsch Hyacinth, agente de lotería y pedicuro de Hamburgo el cual se gloria ante el poeta de sus relaciones con el rico barón de Rothschild y al final dice: “Y así, verdaderamente, señor doctor, ha

querido Dios concederme toda su gracia; tome asiento junto a Saloma Rothschild y él me trató como a uno de los suyos famillionariamente”(Freud, 1905, p. 18) En el ejemplo, de la palabra familiar, combinada con la palabra millonario, se forma famillionar como un producto mixto de ambos. La segunda frase desaparece dejando su componente más importante que se fusiona con el elemento también esencial de la primera. En tal sentido, la característica reside en la síntesis de dos ideas mencionadas en una sola palabra inventada famillionariamente. Es decir, es la condensación de dos o más palabras que ya existen para formar otra nueva, formado por las palabras Familiarmente y Millonario, lo que provoca el efecto del chiste es las mezclas de las palabras. Por tanto, se está frente a un neologismo por condensación, con la particularidad de que la misma, presenta una formación sustitutiva: la palabra mixta famillionariamente. En este caso si hablamos del neologismo cultural observamos que la lengua cambia, evoluciona, se adapta y renueva. Por otra parte no sucede de igual forma en el neologismo delirante. Los primeros surgen al amparo de cierto sentido compartido por un conjunto de la sociedad, lo que permite que se difundan con un significado común para todos. En cambio en el fenómeno psicopatológico, estos se incluyen entre las alteraciones del lenguaje propias de la psicosis. No obstante, como ya vimos anteriormente, la creación de palabras nuevas no es exclusivo de lo patológico; sucede también en un fenómeno frecuente de la cultura como en el ejemplo de famillionariamente que surge por una condensación lingüística (Iglesia, 2019).

En consecuencia, vemos aquí la diferencia con el neologismo psicótico que aporta a la comprensión de la locura a diferencia del fenómeno cultural que su aporte es al humor. En este caso el sentido que convive en el neologismo delirante se aleja totalmente de cualquier forma de comunicación social o humorística. De esta particular idea del neologismo, se sirvió Enrico Morselli, director del manicomio cuando en determinado momento observó que las creaciones neológicas de los “alienados” (Ortega Becerra 2010), no se comparten entre ellos, aunque vivan durante muchos años en el mismo manicomio. Cosa bien distinta es la que se advierte en las prisiones, donde los nuevos términos inventados por los criminales acaban incorporándose al vocabulario general de la jerga con la que se comunican. Para el neologismo del alienado vale aquella máxima de Suetonio: "Tú, César, puedes darle la ciudadanía a un hombre, pero no a una palabra” (Álvarez y Peña, 2008).

Por otro lado, “Lacan incorpora además otro neologismo, es Lalengua. La idea que comunica de la Lalengua como hecho primario es anterior al lenguaje. Remite al lenguaje materno la madre que le habla al infante, cuando aún no es sujeto del lenguaje” (Cardozo ,2019).

Es a través de su escucha que afecta su cuerpo, es decir afecta a cada sujeto de modo diferente. En referencia a la técnica del neologismo y la técnica del chiste, se puede resumir a la primera como condensación con formación sustitutiva. En el ejemplo que vimos antes, de una palabra mixta, esta está provista de sentido en el contexto y es la portadora del efecto de placer. Para cada movimiento de lo Inconsciente, que es el retorno de lo reprimido, hay una operación particular. Sólo en circunstancias específicas y de modo fugaz se levanta la represión como en el caso del chiste. Tendremos que asumir que lo reprimido ejerce una presión continua en dirección de lo consciente, siendo, por lo tanto, necesaria para que el equilibrio se conserve; una constante presión contraria.

El mantenimiento de una represión supone, un continuo gasto de energía, y su levantamiento significa, económicamente, un ahorro. En definitiva, el repaso de las técnicas permite establecer una clasificación de chistes en relación a sus métodos, inocentes, tendenciosos, de desplazamiento, errores intelectuales, verbales y gestuales, ironías, retruécanos, silogismos, metáforas; y en relación a los géneros tenemos chistes verdes, de nacionalidades y raciales.

De este modo, las técnicas del chiste y su tendencia al ahorro psíquico, estarían vinculadas a la producción de placer, ya que somos ahorradores psíquicos por naturaleza (Freud, 1905a), existe una distinción fundamental entre chistes inocentes y tendenciosos. En los chistes tendenciosos, vemos que tienen como móvil la agresividad, la obscenidad, el cinismo y el escepticismo. Además, requieren de tres personajes: el autor, el destinatario y el espectador. El placer provendría de romper con una forma de represión. Es muy frecuente que estos se destinen a una figura de poder, a una tendencia, una fe, un pueblo, una raza, etc. Muchas veces son una forma políticamente correcta de revelar verdades que de otra forma no se aceptarían. En antagonismo a la significación de chiste tendencioso, surge el del chiste inocente, presuntamente desprovisto de intencionalidad crítica. (García, 2006).

En palabras de Freud “El chiste es un juicio que juega” (1905, p.12), por lo tanto en el sueño como en el chiste, se realiza una descarga psíquica del inconsciente ya que de esa forma puede

atravesar la censura sin un juez que se lo impida. Se disfraza un significado y de esa forma encuentra una descarga de energía a partir del chiste. La sensación de estímulo, es una de las fuentes de la risa y este poder que se desprende pudiera ser utilizado terapéuticamente.

Freud va a investigar en los beneficios sobre la vida psíquica de quien dice el chiste, pero también de quien lo escucha, formando para uno y otro un camino que permite ver obstáculos, esencialmente los reprimidos, y un medio de salida de ésta represión se define por sus efectos consistentes en quitar de la conciencia los sentimientos que caen bajo su acción. Por lo tanto, podría conseguirse alguna ayuda para la salud mental, como en la depresión, y algunas alteraciones mentales, ya que en algunas patologías, como es el caso de la psicosis, no resultaría dado que en esta confusión, no hay acceso del sujeto al orden de lo simbólico o de mecanismos sobre cómo opera lo reprimido.

Freud postula que la aportación de placer que produce un chiste se corresponde con el gasto psíquico ahorrado. La noción de gasto psíquico nos aproxima a la esencia misma del chiste, que parece relacionada con la economía del esfuerzo psíquico. No se trata tan sólo del empleo del menor número de palabras posibles, sino de la forma más directa de presentarlo para ahorrar el gasto psíquico que requiere su efecto cómico, ligado siempre a la resistencia consciente a una necesidad inconscientemente reprimida. (García, 2006)

Podemos asimismo observar que, en aquellos estados patológicos de la actividad mental en los que se halla efectivamente limitada la posibilidad de concentrar gastos psíquicos en un punto determinado, la imagen sonora de las palabras sustituye a la significación de las mismas, y el enfermo avanza en su discurso siguiendo las asociaciones externas de la representación verbal, en lugar de las internas. También en el niño, acostumbrado aún a manejar las palabras como objetos, observamos la tendencia a buscar tras de un mismo o análogo sonido verbal igual significación, tendencia que es fuente de graciosos errores que hacen reír a los adultos (Freud, 1905, p. 1096)

En este punto, Freud se refiere a un ejemplo del que cualquiera puede obtener numerosas comprobaciones prácticas, que se suceden y parecen nunca pasar de moda. Acorde a lo desarrollado y en favor de resolver una de las incógnitas presentadas por este trabajo, se pretende responder a la utilidad del chiste como mecanismo para enfrentar lo reprimido. La teoría psicoanalítica de Freud

afirma que aquello que se dice con ingenio es más fácilmente aceptado en la vida psíquica por la censura, aunque se trate de ideas rechazadas por la conciencia. En esta línea, el chiste para Freud es uno de esos mecanismos para hacerle frente a la represión social, cultural o individual que nos genera displacer. La risa es un medio para descargar esa tensión emocional y con ello, un desafío a lo reprimido. Dado que el ingenio que se utiliza en la creación del chiste se libera energía que habitualmente es utilizada en la represión.

Teniendo presente que las funciones del humor darían protección a la psiquis a través del chiste, entonces esta función protectora sería algo que permitiría a la gente recuperarse de hechos traumáticos. Por otra parte, podemos entender al chiste como un proceso social que puede ser beneficioso, siempre y cuando sea un humor apropiado. No resultaría moralmente agradable reírse a expensas de otros, con chistes hirientes o de pésimo gusto, lo importante del chiste es que actúe positivamente buscando una solución. Es positivo aprender a reír de nuestros miedos, crisis y fracasos ya que esto puede disminuir la ansiedad y dejar a la mente en condiciones de entender y aprender de la experiencia. Sin embargo, los componentes agresivos no siempre están tan presentes, o dicho de otro modo, existen métodos para ejercitar el sentido del humor sin que estos deban ser necesariamente agresivos; por el contrario, puede constituir un modo de superar situaciones traumáticas.

1-2- Lo cómico

Fue a principios del siglo 20, cuando se presentaron algunos trabajos de gran importancia con relación a la risa y lo cómico. Entre ellos se subraya la obra de Bergson *La risa* (publicada por primera vez en 1899), la cual nos ofrece su pensamiento en torno al tema de gran categoría.

En principio, decimos que lo cómico es algo que nos hace reír, pero el asunto que aparece es ¿Por qué o de qué reímos los humanos? Si nos da risa algo que hace algún animal o mascota, seguramente es por haber contemplado en él alguna forma o una expresión humana. Si nos reímos de una prenda de vestir, no reiremos de la prenda en sí, seguramente será por la forma de quien la viste o cómo la lleva, si le queda graciosa o ridícula eso será lo que provoca nuestra risa, Según Bergson,

muchos han definido al hombre “como un animal que ríe, Aunque también podría ser definido como un animal que hace reír”. (1985, p.26-27).

Según Bergson, la insensibilidad o falta de emoción acompaña a la risa, en el sentido de que nos hallamos desprovistos de cualquier sentimiento de afecto o piedad hacia aquél o aquello que nos provoca la risa. No hay mayor enemigo de la risa que la emoción. No quiere decir que no podamos reírnos de una persona que, por ejemplo, nos inspire piedad y hasta afecto; pero en este caso será preciso que por unos instantes olvidemos ese afecto y acallemos esa piedad (Bergson, 1985, p. 27)

Así y según esta idea al implicarnos emocionalmente no reiremos, pero sí lo haremos cuando viviéramos como espectadores indiferentes. La risa a la sazón, se dirigiría a la inteligencia no a la emoción. La risa es un fenómeno social, en el sentido de que debe ser compartida: “Pero esta inteligencia ha de estar en contacto con los conocimientos. No sabríamos de lo cómico si nos sintiéramos aislados. Diríase que la risa necesita un eco (...) Nuestra risa siempre es la risa de un grupo” (Bergson, 1985), siguiendo a Bergson, veremos cómo las personas, al reír, lo hacen prestando su atención sobre un sujeto de comicidad, que puede ser la típica figura del distraído o alguien poseedor de un vicio o defecto que podamos imitar. (Bergson, p.28 Lo cómico se puede encontrar en distintas formas: en las actitudes y en los movimientos en general, en los actos y en las situaciones; también en las palabras (Bergson, 1985, p. 31). O hacia sus gestos y movimientos, siempre que estos gestos y movimientos tengan características de un mecanismo, y por tanto ajeno a la vida humana. Las actitudes, gestos y movimientos del cuerpo humano son risibles en la exacta medida en que este cuerpo nos hace pensar en un simple mecanismo. También, Freud va a decir en su obra *El chiste y su relación con el inconsciente*, publicada en 1905, el plantea que la risa es un mecanismo que hace sentirse superior al que se ríe de la persona de la que se ríe. Es la creencia de que uno no va a caer en los errores de los demás, que él no tropezará en la calle, que no le podrían engañar de ese modo

Visto lo anterior, podríamos pasar a ver los mecanismos de la comedia como en el caso de Chaplín que este caso es visual y en algún momento fue sin sonido. "Lo cómico es cuando una persona inesperadamente se cae en la calle y el sentido del humor lo que la persona dice mientras se levanta" (García ,2006).

En este caso Freud, obviamente, no podía considerar los referentes culturales del cine mudo. En el cine cómico en el que se formulan muchas bases del humor entendido como género cultural, aparecía la existencia de una comicidad del movimiento, es así que observando como:

...con la percepción de determinado ademán nace el impulso a su representación por cierto gesto. Realizamos pues, en la percepción de dicho movimiento, o sea en nuestra voluntad de comprenderlo, cierto gesto, conduciéndonos en esta parte del proceso psíquico exactamente como si nos situamos en el lugar de la persona observada. Probablemente, al mismo tiempo, advertimos el fin a que tiende dicho movimiento y podemos estimar, por experiencia anterior, la magnitud de gesto necesaria para alcanzar tal fin (García, 2006).

Hay que tener en cuenta que la diferenciación principal es que lo cómico va dirigido a dos o más personas, y cuando estamos presentes ante lo cómico nos reímos espontáneamente sin buscar la risa de los demás ,pero por supuesto que puede haber más personas riéndose de lo mismo que nos hace reír. Examinando la literatura, el teatro y el cine, podemos nombrar el humor de Cervantes o de Woody Allen, pero seguramente estaremos de acuerdo que fueron más cómicos, más conocidos casi universalmente, Chaplin del cine mudo o Los Tres Chiflados. Podemos ver que en lo cómico hay una tendencia a la generalización de lo cómico es un descubrimiento que se revela en los movimientos, formas, acciones y rasgos de carácter. D'Angeli, (2019). Dentro de las técnicas de lo cómico se pueden encontrar por ejemplo el traslado de una persona a una situación cómica, que acontece por la dependencia humana a las situaciones exteriores independiente de las condiciones personales. En esta técnica podemos encontrar el monólogo, que representaba Gila: ¿Es el enemigo? De esta forma tan genial comenzaba su parodia del teléfono Miguel Gila, un conocido humorista cómico español. Salía con su bandera blanca tras una trinchera y se disponía a hablar con el enemigo desde un teléfono en el que aprendimos que el humor y la comedia pueden ir mucho más allá que una simple carcajada. Este humor, en el diálogo de Gila es pura enseñanza y marcó un punto de reflexión desviándose del tema. Fue moderado, surrealista, inteligente y cómico, Gila no hizo otra cosa que combatir con humor la época que le había tocado vivir, aquella guerra por la que perdió su juventud. Y lo hizo con tanta clase, ingenio e inteligencia que nadie ha dado mayores lecciones de sabiduría y sentido del humor sobre un suceso tan cruento como una Guerra Civil. En España y el mundo fue tan famoso que se lo

comparó con Cervantes, muchos humoristas habían aprendido de su forma de hacer reír. Y siguiendo con algo más del monólogo del cómico Gila:

Le quería preguntar una cosa... ¿Ustedes van a avanzar mañana?... ¿Entonces cuándo? ¿El domingo? ¿A qué hora?... A las siete estamos todos acostados... ¿No podrían avanzar por la tarde, después del fútbol? ¿Y van a venir muchos?... Ala, qué bestias... No sé si tendremos balas para tantos... Bueno, nosotros las disparamos y ustedes se las reparten. (Wangüemert, 2016).

Visto lo anterior hablar de lo cómico en relación con el chiste nos lleva a ver que si bien comparten algunas formas se diferencian en otras, aunque van de la mano. Se diferencian especialmente por su localización psíquica. Mientras que el chiste es una manifestación de lo inconsciente y su fuente de placer se encuentra allí, Freud va a situar a lo cómico en el orden de lo preconscious. El chiste se hace pero lo cómico se descubre. A pesar de esta distinción, a menudo son procesos que pueden presentarse juntos, lo cómico puede servirle al chiste muchas veces de fachada (Freud, 1991). Otra diferencia con respecto al chiste, es que en lo cómico, no se precisa de una tercera persona. Sólo basta con dos personas, la primera sería el yo que descubre lo cómico y la segunda, la persona objeto en la que es descubierto. Si hay una tercera persona a quien comunicarle el efecto cómico, el proceso se refuerza, pero no le agrega nada nuevo, la tercera persona no es imprescindible para que lo cómico se logre, un ejemplo sería la torta en la cara, el resbalón por la cáscara de la banana, con esas dos personas ya está asegurada la comicidad, aunque si hubiera más personas seguramente aunque por lo dicho antes no agrega nada nuevo, pero seguramente sea más potenciado el efecto, de lo cómico.

Un ejemplo de lo cómico puede ser la película de Chaplin en 1936, *en tiempos modernos*, en el personaje de Charlotte: en estado de trance baila echando aceite al resto de obreros, a la vez que ajusta narices y botones en vez de tuercas a modo de tic. La fábrica lo ha enloquecido y lo manda al psiquiátrico en una ambulancia donde es diagnosticado de una crisis nerviosa. Lo más cómico de esta situación, es que el médico amablemente le dice “tómesele con calma y evite estresarse”. Charlotte tendrá que elegir entre perder la cabeza y deshumanizarse dentro del sistema o mantener la cordura y la dignidad al margen de él.

En referencia a lo cómico de la vida y lo cómico en el texto, esto nos puede llevar a la reflexión de que en lo cómico siempre estamos representados, tanto en el que vimos antes sobre la cordura o locura de Charlotte como en la caricatura gráfica que nos muestra a Mafalda tanto en sus razonamientos, pensamientos o rebeldías ya que están plasmadas de alguna forma en las vivencias de la vida cotidianas, este humor lo vivimos como algo que nos identifica en forma consciente e inconsciente.

Seguramente cuando nos referimos a Mafalda teniendo en cuenta que ha sido una caricatura muy popular que ha llegado a varias generaciones y probablemente por el discurso que encierra o por otra razón por lo que muchos de los lectores habrían encontrado un mensaje que llegue a identificarlos de alguna manera con sus diferentes personajes y situaciones. La caricatura de Mafalda, representa una forma de expresión a la crítica social, que la misma se relaciona con el Arte gráfico y lo logra a través de la comunicación de textos.

1.3- El humor

Una breve introducción da cuenta de cómo Freud escribió el artículo sobre El humor en cinco días en la segunda semana de agosto de 1927 y fue leído en su nombre por su hija Anna Freud el primero de septiembre ante el décimo congreso psicoanalítico internacional celebrado en Innsbruck. “Luego de más de veinte años Freud retoma el tema de su libro sobre *El humor*(1927), considerándolo a la luz del nuevo cuadro estructural de la psique que había propuesto poco tiempo atrás”. Freud citado por Yuliani, (2018), dice que el autor, en su artículo va a desarrollar un aspecto mucho menos conocido y mucho más sorprendente de la risa.

En este escrito de Freud sale a relucir, que la mayoría de los filósofos se olvidaron de que la risa no sólo aparece durante la alegría, sino también puede acompañar a la tragedia. Y es aquí donde Freud nos ofrece una explicación de por qué el humor sale a relucir en las situaciones más difíciles. Lo hace con un ejemplo de humor negro, se trata de un preso que va a ser colgado en la horca un lunes y, ante esta situación el reo dice “¡Linda manera de empezar la semana!”(Freud, 1927, p. 157).

Este ejemplo mostraría la diferencia principal del chiste y del humor: mientras que el chiste supone el surgimiento de elementos inconscientes en la realidad; el humor supondría justamente la negación de esa realidad. Para Freud, el humor es una forma, no exenta de amargura, mediante la cual, el ser humano se sobrepone a la terrible realidad. Lo que hace el preso en el ejemplo es negar la realidad superándose y despreciando mediante la broma. Podríamos decir que esta negación del carácter dramático de la realidad aparece esencialmente en lo humorístico y anecdóticamente en el chiste. El llamado “humor negro” sería otro ejemplo de esta inclinación del yo de negar lo triste de la realidad.

Si el preso del ejemplo hubiera dicho: Bueno, voy a morir; tampoco se va a parar el mundo por eso”. He vivido y he gozado, ahora llegó mi hora” podemos admitir que su actitud sería grandiosa, noble o valerosa, sin embargo, no encontramos en estas dos condiciones ante el hecho de la muerte ni pizca de humor ¿por qué? La diferencia consiste en que en estas actitudes el preso se enfrenta a la realidad y a su dramatismo sin negarles entidad; la realidad se presenta como una fuente de displacer pero ese displacer es superado por la resignación. En el humor ese displacer simplemente se niega. El condenado que ante una horca exclama “¡Vaya manera de empezar la semana!” hace un acto de humor porque no se enfrenta a la realidad ni al dolor sino que se rebela ante él. En el humor triunfa el principio del placer sobre el principio de realidad, más adelante veremos si es lo que ocurre exactamente en una psicopatología y cotejaremos. (Freud, 1927/2014a)

Podemos ver en estos ejemplos, primero: de la película “Psicosis, Cuando Norman Bates, el protagonista de película, asesina a su madre su fuerte complejo de Edipo y la culpa le obligan a negar el hecho del asesinato transformándose él mismo en la madre para no enfrentarse a esos complejos.”(Martínez y Zambrano, 2019). En este punto el humor se aproxima a la patología que niega la realidad pero se *diferencia de ella* por su carácter simplemente de negación y la no elaboración de una fantasía parecida de la realidad. Otra diferencia del humor frente a la patología psíquica es que el humor tiene una corta duración, es circunstancial, mientras que la negación de la realidad que hace el enfermo es mucho más duradera en el tiempo. Si el preso del ejemplo anterior que va a la horca, pensase que va a recibir una medalla por un premio de ciclismo sería un enfermo

mental, ha creado una realidad diferente y esa idea exagerada le acompaña durante un largo periodo de tiempo.

Dentro de su teoría Freud explica al humor como un desplazamiento del acento psíquico del yo al superyó. Cuando un niño nos viene llorando por un problema, para nosotros insignificante, nuestra actitud es consolarlo despreciando la realidad de ese problema. Si un pequeño llora ante la pérdida de un globo le consolaríamos diciéndole que es tonto llorar por un trozo de plástico, que le compraremos otro, que no sea un niño y no llore por bobadas etc. Nuestra actitud es la de negarle ese carácter dramático a la realidad que acosa a la mente infantil, en ocasiones nos reímos del llanto, a nuestro juicio infundado, del menor. Teniendo en cuenta que el superyó se genera en nuestro aparato psíquico imitando las formas *parentales*, esta forma de enfrentarse a la realidad dolorosa negándole su identidad afligida se generaría en el niño en sus primeros años de vida quedando integrada dentro de la estructura del superyó. (Freud, p. 162).

¿Qué aportes presenta el texto de Freud *El humor* (1927), en relación a lo dicho en 1905 *En el chiste y su relación con el inconsciente*?

Como se mencionó anteriormente, Freud años después de escribir *El chiste y su relación con el inconsciente* en (1905), continuó su trabajo en el artículo sobre *el humor* (1927), haciendo nuevos e interesantes contribuciones a su anterior texto. En consecuencia su primera tópica dividió el aparato psíquico en tres franjas o niveles, Consciente - Preconsciente - Inconsciente, y la segunda, que lejos de dividirla se integra a la primera, la incluye en tres instancias o dimensiones psíquicas, *Ello*, *Yo*, *Superyó*; Por lo tanto continúa algunos de sus desarrollos, articulados esta vez y analizando su origen, función y el placer que despierta el humor, y cómo éste reside en el ahorro del despliegue afectivo. En consecuencia en este texto *del humor* podemos apreciar que en esta nueva instancia lo hace con un superyó que por primera vez se presenta bajo una etapa más amable, citado por Yuliani (2018).

Freud enfoca el fenómeno de la risa en dos textos. El primero es un libro que se titula *El chiste* (1905) donde va decir que la comicidad es un arma que deja escapar algo reprimido. En otras palabras: en vez de abofetear al otro, lo lastimamos con un chiste. El segundo texto es el referido al artículo *El humor* (Freud, 1927), Freud trata dos fenómenos que, aunque relacionados con la risa, son

completamente distintos. En *El chiste* (1905) se enfoca en la comicidad, un tema que ha sido tratado desde la antigua Grecia. Por ejemplo, Platón ya había señalado el carácter agresivo de la risa, lo que lo lleva a censurarla en personas de alta estima y a prohibir en su Academia. Un importante aporte de Freud será entender que la risa cómica brinda una salida civilizada a una agresión que de otra manera podría ser física; Pero la verdadera ocurrencia de Freud se revela en su artículo *El humor* de 1927 aquí desarrolla un aspecto mucho menos conocido y mucho más sorprendente de la risa, podemos apreciar el efecto sobre el desafío entre la realidad y el ridículo, el cual tiene como objetivo causar risa. En otras palabras, la línea que separa el humor de la realidad y del ridículo, es muy estrecha y el buen sentido del humor la recorre sin traspasarla. Señalará que el humorista se comporta hacia el otro “como el adulto hacia el niño, en la medida en que entiende la nulidad de los intereses y sufrimientos que le parecen grandes a aquel, y se ríe de ellos” (Freud, 1927, p. 159).

En términos globales, el humor se sitúa más cerca de lo cómico que del chiste. Tiene en común con lo cómico, además, su localización psíquica en lo preconscious, mientras que el chiste se forma, según nos vimos precisados a suponerlo, como un compromiso entre inconsciente y preconscious (Freud, p. 221).

Si es de hecho el superyó quien en el humor habla de manera tan cariñosa y consoladora al yo amedrentado, ello nos advierte que todavía tenemos que aprender muchísimo acerca de la esencia del superyó. Reflexionando sobre la pérdida de contacto con la realidad, Freud escribe: La forma más extrema de este alejamiento de la realidad se muestra en ciertos casos de psicosis alucinatoria que buscan negar el evento particular que ocasionó el estallido de su locura. Pero de hecho todos los neuróticos hacen lo mismo con algún fragmento de la realidad. (Lombardi, 2020).

Desde el principio Freud (1905) relaciona el humor con el trauma. Así lo indica el hecho de que ambos comparten como meta el ahorro psíquico, la diferencia reside que en “por los atajos habituales del trauma fracasa, ya que resultan trastornos duraderos para la economía energética”. (Freud, p.251)

El autor menciona cinco ejemplos que están referidos a situaciones traumáticas en cuatro de esos cinco se trata de la muerte, Freud va a destacar tres fases fundamentales en el humor: El carácter

de superioridad, de grandeza de espíritu, el triunfo del Yo sobre los requerimientos y sufrimientos de la realidad,(citado por García,2006):Ante el dolor ajeno tendemos a experimentar un sentimiento de compasión que podemos contener mediante el impulso humorístico de tal manera que el gasto deviene de repente en inútil y es descargado en la risa.

Ya vimos que en el chiste responde a su carácter agresor, en cambio el humor se nos muestra con una función esencialmente defensiva: la actitud humorística rechaza el sufrimiento y resalta el yo frente al mundo real, contribuyendo en un elemento de defensa psíquica frente al mundo exterior que nos agrede. Es una forma de ganar superioridad haciendo del humor un arma psicológica que debilita al agresor transformándolo en un parecido cómico. Freud repasa sobre la posibilidad de que tal actitud de superioridad represente una posición adulta frente a la condición más infantil, recurriendo a condiciones referentes a el humor encontramos una contribución, del superyó, el agobiado yo es consolado por el superyó como el adulto puede hacerlo con un niño, desde una perspectiva superior de la realidad y al favor de una ilusión, en la que triunfa el principio del placer.

Obtenemos un esclarecimiento dinámico de la actitud humorística cuando suponemos en la persona del humorista traslada el acento psíquico de su yo a su superyó... agrandado éste, el yo puede parecer diminuto, todos sus intereses desdeñables; y a raíz de esta nueva distribución de energía, al superyó puede resultar fácil sofocar las posibilidades de reacción del yo (Freud, 1905, p. 160)

Estamos por tanto ante una forma de desplazamiento psíquico. Esta especie de superioridad del humor se hace patente en aquellos casos en que nuestra admiración no se encuentra inhibida por las circunstancias personales del sujeto humorístico.

El humor no es resignado, es opositor; no sólo significa el triunfo del yo, sino también el del principio del placer el humor se aproxima a los procesos regresivos o reaccionarios que tan ampliamente hallamos en la psicopatología. Con su amparo frente a la posibilidad de sufrir, ocupa un lugar dentro de la gran serie de aquellos métodos que la vida anímica de los seres humanos ha desplegado a fin de sustraerse a la compulsión del padecimiento, una serie que se inicia con la neurosis y culmina en el delirio, y en la que se incluyen la embriaguez, el abandono de sí y el éxtasis. (...) Obtenemos un esclarecimiento dinámico de la actitud del humorista cuando suponemos que consiste

en que la persona del humorista debita el acento psíquico de su yo y lo traslada sobre su superyó. (...) El humor sería la contribución a lo cómico por mediación del superyó. (Freud, 1927, pp. 158-162)

Capítulo 2

2.1 -El Humor Y La Psicoterapia

El humor en psicoterapia es entendido fundamentalmente como una herramienta para anunciar una perspectiva entre terapeuta y paciente, la misma ofrece en este último un proceso de búsqueda positiva en sus formas. Se reflexiona que el humor es una emoción positiva igual que una sensación de alegría. Tiene particularidades que lo convierten en un mecanismo eficaz para afrontar las situaciones difíciles. El sentido del humor de cada persona es único: aquello que estimula el sentido del humor de una persona puede no interesar o no ser entendido por otros. Es social, ya que reímos con los demás, salvo en el humor más irónico que a veces nos reímos de los demás. (Camacho 2006)

Incluso Freud defendía el sentido del humor como un mecanismo de defensa más sano que otros, que solían recurrir las personas más inteligentes. Freud considera el ingenio como una subcategoría de lo cómico. Como una manera juguetona de abordar la realidad, por el descubrimiento de semejanzas y conexiones ocultas, por un mecanismo similar al que genera los sueños. Los chistes y los sueños cumplirían así una función psicológica básica de hacer surgir del inconsciente lo reprimido con diversos disfraces. Siendo así una fuente de gratificación sustitutoria o una vía de hacer realidad un deseo, proporcionando un camino para rebelarnos contra la autoridad, o incluso contra la razón entre otros temas que son fuente de temor.

Siendo que una de las formas del humor es la rebelión, precisamente, si bien es cierto que la misma no trastorna la realidad objetiva, tiene, por lo menos, la forma de poner en evidencia su carácter extravagante y decir lo que nos es vedado de otras formas y así tomarse las cosas con buen humor, positivamente y sin proyectar negatividad. Estos factores ayudan a tener una vida más plena.

En los últimos años se ha originado un aumento considerable del interés por el uso del humor en terapia, formado por el aumento de asociaciones sobre el llamado “humor terapéutico”. La literatura analizada señala que el humor es utilizado por gran parte de los profesionales y que su conveniente uso no es contrario a la confianza o el status del profesional, y puede ser considerablemente seguro y de gran beneficio.

De hecho, dice Pedro Bustelo, psiquiatra y director de la Fundación Cazabajones, los ataques de pánico, que son ataques de angustia, se han disparado en este tiempo. Desde el punto de vista fisiológico la risa incluye la liberación de una cantidad de sustancias que son potentes reguladores de cantidad de funciones del cuerpo, sostiene Bustelo. Por ejemplo, cuando te reís liberas una gran cantidad de endorfinas y las endorfinas aumentan la inmunidad, bajan la presión, bajan el estrés, bajan la frecuencia cardíaca. Por lo tanto, la risa es muy saludable. También sucede cuando te reís que liberas dopamina, que es el neurotransmisor que usa el cerebro para sentir placer (Gago, 2020).

El humor también se puede usar para reírnos de nosotros mismos y para alejarnos de los entornos que nos generan nerviosismo. Sería una forma de ir cambiando nuestra reacción ante determinadas situaciones. Un ejemplo de la aplicación del sentido del humor en la psicoterapia es la que indica Viktor Frankl, neurólogo, psiquiatra y filósofo austríaco, fundador de la logoterapia y del análisis existencial.

Es una fórmula singular, se le dice a la persona que se provoque su síntoma antes de que éste se manifieste, lo que con frecuencia puede provocar que el paciente se ría de sí mismo y de su reacción ante la situación, con lo que su reacción habitual se bloquea al romperse el mecanismo mental y emocional que lo generaba. Siguiendo con lo que dice este doctor el paciente ríe para sí, por lo menos interiormente, en ese mismo momento, y con ello tiene ganado el juego. Porque esa risa, como todo humorismo, crea distanciamiento, hace que el paciente se distancie de su neurosis. Nada es tan capaz de poner al hombre en posición de crear una distancia entre sí mismo y algo como puede serlo el humorismo. El humor es uno de esos elementos que de manera natural nos ayuda a manejar el estrés. Con él, los grandes problemas dejan de parecer tan grandes. Así, el humor como terapia es una herramienta fundamental (Losada, y Lacasta, 2019).

Aunque está muy relacionado con el ocio y el tiempo libre, la ciencia ha demostrado que en algunas situaciones el humor puede ser un complemento que mejore los resultados de una terapia. Es una herramienta que hace que la misma, en determinados momentos, pueda cobrar dinamismo. Al mismo tiempo, esta forma, incluida en la comunicación, puede generar o asentar la confianza entre psicoanalista y paciente/cliente. En general, puede decirse que los efectos terapéuticos mejor establecidos se refieren a beneficios psico-físicos a corto plazo, más bien preventivos o paliativos. La risa es capaz de reducir el estrés y la ansiedad que directamente deterioran la calidad de vida e indirectamente afectan la salud física del individuo. El sentido del humor fomenta el buen ánimo

Lo cierto es que, cuando nos reímos, experimentamos los siguientes efectos: se activa el circuito de recompensa cerebral, por lo que se liberan endorfinas y dopamina, que son hormonas relacionadas con el bienestar y felicidad. Disminuyen los niveles de cortisol, la hormona del estrés, por la acción de la dopamina y de las endorfinas. Los músculos se relajan, sobre todo los faciales; aumenta la sensación de tranquilidad y seguridad. En definitiva, la sensación de placer y relajación nos distraen de problemas y preocupaciones.

2.2-¿El humor es un mecanismo de defensa?

Primero, podríamos preguntarnos ¿defensa de qué? Freud citado en García, (2006), piensa que el humor es un mecanismo de resguardo del ser humano, una herramienta que permite estabilizar las emociones y encauzar las frustraciones. En la teoría psicoanalítica freudiana, los mecanismos de defensa son un agregado extenso de métodos psíquicos encaminados a equilibrar etapas emocionales de ansiedad, temor, tristeza, y falta y error (p. 82).

Si bien es cierto que las personas pueden tener en su mente zonas ocultas que defienden ante los terapeutas para que no salgan a la luz. Estos mismos mecanismos son usados mediante el humor como dispositivo de protección. Estos mecanismos de protección son estudiados por el psicoanálisis

para tratar de llegar al inconsciente. Igualmente de su atención como herramienta de afrontamiento, el humor también ha sido tradicionalmente usado como dispositivo de supervivencia. Los dispositivos de defensa son elementos que operan de manera inconsciente a través de la transformación de la apreciación de la realidad interna y externa para reducir el malestar. Es mediante el humor que permite a las personas enfrentar situaciones amenazadoras sin sentirse superados por las emociones negativas.

En la investigación principal de Freud respecto a *El humor* (Freud, 1927) es que éste se establece en un aparato de defensa, que en lo psíquico pertenecen a reflejos de fuga, cuya tarea es evitarnos el displacer nacido interiormente, actuando como una especie de medida de la vida anímica; pero por su irreflexión llegan a ser perjudiciales, y tienen por tanto que ser sometidos al dominio del pensamiento consciente. Al ser un mecanismo defensivo, decimos que evita la represión fallida, que es el mecanismo de la génesis de las psiconeurosis y, a diferencia de la represión, resiste despojar a la atención el contenido engañoso y de este modo domina la autorregulación de reír ante lo que más miedo nos da. Freud dice en *El chiste y su relación con el inconsciente* (1905), que el humor es la manifestación más elevada de los mecanismos de adaptación del individuo. Es por esto que acudimos a él ante los sucesos más difíciles buscando la estabilidad.

Capítulo 3

3.1-El humor en épocas de pandemia

Los fantasmas evocados por Freud parecen haberse convertido en una realidad engañosa en presencia del virus COVID-19, que parece ser infeccioso incluso hasta una distancia de varios metros y permanece en el aire o en las superficies. El estado actual de la pandemia está dejando una huella emocional gigantesca en todos nosotros.

En estos momentos difíciles deberíamos animarnos a comentar a los demás lo que estamos sintiendo, seguramente compartimos esos sentimientos de tal modo que si sentimos miedo, tristeza o inseguridad lo podamos contar sin reprimir nuestras emociones “De otra manera estamos anulando

algo que sentimos, poder expresarlo hace que los demás nos ayuden, comprendan y reconfortan”. Sola-Morales.(2020),en definitiva, a algunas personas se les hace más difícil sobrellevar la situación, tienen más riesgo a sufrir psicológicamente en estas situaciones, como pueden ser las personas con rasgos obsesivos, que les cuesta adaptarse a los cambios o que tienen un nivel de exigencia muy alto y quieren rendir igual en el trabajo que si fueran a la oficina o, por ejemplo, personas que utilizan en su entorno laboral, una amplia red de amistades o las visitas a gimnasios, casinos o bares, para evadir pasar tiempo en casa. Aunque también encontramos una ambivalencia, pues al poder trabajar o estudiar desde nuestros hogares, por ejemplo, no debemos madrugar tanto, o dispondremos de más tiempo libre, que nos ofrece la oportunidad de avivar la creatividad, conocernos mejor a nosotros mismos, desarrollar nuestros potenciales, etc. En esta época que estamos viviendo, seguramente vamos a pasar por diferentes etapas, por lo que, dentro de un tiempo, cuando pasemos esta etapa de estrés inicial es posible que experimentemos angustia, así como vacío “Un sentimiento de soledad, de agobio, por saber que tenemos la libertad de salir, pero no es conveniente por nuestra salud” (Guerri, 2016).

En definitiva lo principal para hacer soportable la pandemia de covid 19 no ha sido solamente las TIC [tecnologías de la información y comunicación] ni las reservas desproporcionadas de alimentos. Lo que permite sobrellevar las largas horas de encierro *es el humor*. Con respecto al mismo, lo vemos en todas sus manifestaciones, pero lo nuevo y que mejor se nos da, son los memes son un fenómeno de internet que asocia dos elementos tales como: un texto y una imagen “esta estructura representa una idea, pensamiento, situación o impresión, que se propagan de forma rápida y masiva; aplicando recursos literarios como el humor, el sarcasmo y la ironía” (Sola-Morales, 2020).

Freud, en su texto de 1927 *El humor*, había anticipado ya la gran importancia del mismo en nuestra existencia, lo sentimos como particularmente salvador, y también como algo grandioso y conmovedor, que nace del triunfo del narcisismo que muestra cómo el Yo se impone a la realidad sufriendo negándose y desplazando al superyó el acento psíquico. El superyó rechaza ante el surgimiento del humor la realidad y acepta de buen grado la ilusión. Es lo que vemos hoy en la multiplicación incesante de todo tipo de imágenes y memes visuales que se viralizan rápidamente.

Por lo tanto estaremos de acuerdo que reír es una excelente estrategia para combatir el estrés y nos ayuda a superar la depresión, el temor y la angustia, aplacando la ira y la ansiedad. No debería extrañarnos entonces que, ante la crisis del coronavirus, un evento que ha perturbado nuestras vidas, el humor sea un mecanismo de escapatoria y defensa: las redes sociales, las conversaciones de Whatsapp y en las propias casas, rebosan de chistes y cómicos mensajes que sacan humor de esta situación. A lo largo de estos meses, se ha compartido infinidad de memes y bromas que han hecho reír a todos en momentos tan tensos como el que vivimos. Otra propiedad del humor en momentos difíciles, como el actual que estamos padeciendo, es que nos predispone a compartirlo, creando así una práctica social muy buena ya que queremos hacer partícipes a nuestros amigos y conocidos ya que el humor es contagioso al igual que la risa. Y como también mostramos que el humor es desobediente y teniendo claro que, en nuestro tiempo, en las sociedades democráticas en las que vivimos, sabemos la importancia de ironizar, hacer humor a través de aquellos que ostentan el poder. En algunos casos dichas transgresiones fueron a costa del error de algún presidente, un ejemplo fue el presidente de México López Obrador que dijo que, para no enfermar, lo mejor es no enfermar (lógica aplastante) que nos permitió algo del placer del humor. El humor ya vemos que es una especie de coraza que nos preserva de la oscura realidad de la vida, que nos recuerda que, en última instancia, la muerte siempre va a ganar. (D'Angeli, y Paduano, (2019).

Pero teniendo en cuenta que también nos reímos de lo que desconocemos, al hacer bromas sobre algo que sentimos como amenaza intentamos neutralizar la angustia. Nos reímos para formar parte del grupo, pero también para excluir al que no está. Mientras el humor sea inofensivo, significa que la sociedad todavía está lista para luchar. Bromeamos porque, si no lo hiciéramos, lloraremos, y en última instancia, el humor parece el mejor remedio. Siguiendo las ideas de Freud, es por esto que acudimos a él mismo ante los sucesos más difíciles, casi buscando la supervivencia.

3.2- El humor y las redes sociales

El humor en las redes sociales es uno de los recursos más utilizados y de los mejores de estos últimos años. La implementación de la tecnología, que como ya sabemos es anterior a la pandemia,

pero nunca fue más usada que como ahora, en pandemia en este caso como herramienta de escape a las realidades y como herramientas de aprendizaje y recursos para compartir. Por lo consiguiente lo que nos emociona, tanto de manera positiva, o de manera informativa, funciona ahora muy bien porque la gente tiene mucho tiempo libre en la actualidad y se desarrolla mucho mejor la mente creativa en estos días.

De igual manera, los nuevos dispositivos y las diversas aplicaciones han contribuido a reforzar los lazos afectivos, y sobre todo nuevas formas de compartir humor en forma de memes y videos. En algunos casos haciendo uso y abuso de la propia información que surge a raíz de la pandemia.

Teniendo presente que el humor es infractor, qué mejor que reírnos de esos errores que suelen cometer las autoridades de los distintos países cuando informan sobre el coronavirus, justamente de eso que nos da miedo. Sin embargo, el buen humor parece inherente en el ser humano incluso en momentos de crisis como plantea Freud “Lo esencial es el propósito que el humor realiza, ya se afirme en la persona propia o en una ajena. Quiere decir: Véanlo: ese es el mundo que parece tan peligroso. ¡Un juego de niños, bueno nada más que para bromear sobre él!” (Freud, 1927, p. 162)

3.3-Desde cuando hay registros del humor

Desde tiempos inmemoriales hay algún registro del humor, a pesar de que en principio la ciencia no le dio mucha importancia. Teniendo presente que el humor es cultural, y en los tiempos antiguos y en algunas culturas no estaba bien visto reír a carcajadas, y en algunos casos ni siquiera mostrar los dientes, solo evocar una sonrisa, al estilo de la Gioconda (García, 2006), pero aunque no sea la risa como la reconocemos nosotros igual es sinónimo de alegría.

En la Antigua Grecia ya se mantenía la hipótesis de que la risa tiene virtudes terapéuticas; los médicos recomendaban la risa como medio de fortificar los pulmones y reforzar el organismo. La Biblia también menciona la importancia del humor y lo expresa en sus sabias palabras “Un corazón festivo y alegre sana como una medicina, pero un espíritu triste agota y deshace los huesos” (Reina y Valera, 2006, Proverbios 15:22). También, podemos leer en los proverbios 17: 22, un corazón alegre es una buena medicina. En la biblia también encontramos otras menciones y vemos que menciona

tipos de humor, según qué persona lo emite: La luz de los justos es alegre (Salmo 97:11), la alegría según Dios forma parte del testimonio de los hijos de luz...

En la cultura griega una de las formas más conocidas de humor fue la comedia y al igual que los griegos, los romanos parece que también cultivaron la comedia, como forma de humor. En la reflexión de Platón, se trata de una condición humana, de modo que, con los tonos moderadores del humor es un ser serio y risible al mismo tiempo. Aunque enemigo de la carcajada desmesurada. Sin embargo se dice que se escuchaban frecuentes risas entre Sócrates y sus allegados, y claramente lo detalla Platón la afición entre la seriedad y el humor, al que equipara a la sabiduría, hasta el punto de que ambas características del ser humano y, a su parecer, serían el fundamento de toda educación, ya que el hombre vive entre el llanto y la risa, entre la alegría y la broma, entre tensión y alivio.

3.4-El Humor y la Inteligencia

El humor aparte de ser divertido hace bien si lo usamos de forma inteligente. En el trabajo por ejemplo nos puede dar significados sobre cómo manejar el conflicto, aumentar las anécdotas personales adecuadas, para subir la moral y fundar equipos eficaces. La risa es un poderoso instrumento curativo. Una buena carcajada fortalece el sistema inmunológico del cuerpo y reduce las hormonas que pueden causar tensiones. En el amor, el humor y la risa son tradicionales herramientas de seducción. El humor es, definitivamente, algo más que un chiste. Ahora si analizamos ¿qué es en realidad el humor? Y si está asociado a la inteligencia (Barber, 2019).

Para dar repuesta a que es el humor conoceremos que según el diccionario dela (RAE) Real Academia Española, en su segunda acepción, significa, 'Del latín humor, -oris 'líquido', 'humor del cuerpo humano', Jovialidad, *agudeza*, *genio*, índole, condición, especialmente cuando se manifiesta exteriormente; Buena disposición para hacer algo .El humorismo es la manera graciosa o irónica de enjuiciar las cosas; y el humor negro es aquella forma de humorismo que se ejerce a propósito de cosas que causarían, vistas desde otra perspectiva, piedad, terror, lástima o emociones parecidas (Diccionario de la lengua española, 2001)

Por lo tanto, entendemos que el chistoso o el humorista utilizan los medios del pensamiento infantil y, por lo tanto, el humor es una actividad psíquica encaminada hacia una salida o escape. El humor supone una actividad de la inteligencia, una búsqueda del mundo exterior, de la que se extraen algunos rasgos, que se integran en nuevas combinaciones, capaces de sorprender y de arrancar la carcajada.

Como lo entendemos y explican muchos, el humor se identifica por su trasgresión, en el sentido de que nos exige a crear una interpretación distinta de las cosas. El humor se refiere a la capacidad de ver las diferencias o los sinsentidos. Por eso, justamente, la religión y la política tienden a separar el humor de sus actividades a otros ámbitos. Por eso también cuanto más dogmática es una sociedad, menos sentido del humor hay en ella ya que el humor permite romper las reglas, escaparse por un momento del orden establecido.

En consecuencia, fechas como “el día de los inocentes”, en España y América Latina, “el Pez de Abril” en Francia e Italia, “el día de las Mentiras” en Portugal o “el carnaval” son culturalmente “fechas mágicas” que suponen una interrupción o incluso una transformación de las costumbres que rigen el orden social. En esos días reina el humor y como si fuera una obra teatral que entre todos representamos (nos tomaremos una pequeña tregua) antes de volver a comenzar. Por tanto, hay diferentes tipos de humor, algunos que se refugian en la burla, la ironía, el sarcasmo o la ridiculización constante de las personas que le rodean. Pero en definitiva lo importante del humor es que nos permite darle la vuelta a las situaciones, reírnos de las tristezas y las injusticias y así superarlas más fácilmente, un ejemplo de tantos podría ser el humor de Mafalda o lo cómico en Charlie Chaplin (Levin, 2006).

Por tanto, el humor nos resguarda de todo lo que nos deshumaniza o nos niega la alegría de vivir y aviva una actitud positiva frente a la vida. Al permitir la risa y una mirada diferente sobre las cosas, el humor permite salir con más facilidad de los problemas. Es decir, nos permite aumentar la eficacia con la que afrontamos las situaciones. Es por eso, quizás, que el humor es también una gran atracción; hemos escuchado decir “me hace reír”. Se ha evidenciado, por ejemplo, que la capacidad de producir humor es un factor notoriamente atractivo para las mujeres, mientras que, que una chica sea divertida no la hace especialmente más atractiva como posible pareja para un hombre. Hay

científicos que sugieren que esto se debe a que el humor, como otros rasgos de la personalidad, revela la carga genética de los individuos, por lo que se convierte en una variable muy importante a la hora de elegir pareja. Podemos pensar que las personas saben instintivamente que una persona con humor tendrá una mejor actitud frente a la vida y, en consecuencia, será mejor para sus hijos.

Si bien hay pocas investigaciones científicas que sean concluyentes sobre el humor y su vínculo con la inteligencia estas reflexiones pertenecen al campo de la psicología y la sociología ya que antes de que los investigadores comenzarán a analizar cualquier relación entre el humor y la inteligencia, muchos psicólogos y sociólogos educativos ya habían identificado lo que se conoce como inteligencia emocional. Pero veamos en este ejemplo de Albert Einstein, cuando el mismo estaba celebrando sus 72 años, un fotógrafo le dijo que sonriera para hacerle una foto, fue entonces cuando él sacó la lengua, quedándonos una de sus imágenes más icónicas. Este no fue un hecho tan extraño, ya que este genio era conocido por su gran sentido del humor. Desde entonces, muchos científicos han asociado tener un buen sentido del humor con la capacidad de pensar y razonar en niveles superiores. Entre otras cosas se cree que las personas con buen sentido del humor son más extrovertidas y pueden funcionar en la sociedad con más éxito que los que no lo son.

Finalmente, existe la aceptación de que el humor, que es algo infractor, supone mucha espontaneidad, creatividad y un sentido de libertad inmenso. Por lo tanto, la inteligencia tiene distintas maneras de disfrutar de la creación, y el humor es una de ellas. Tengamos presente que el humor es un producto muy sofisticado que pone en juego la inteligencia, y que con el humor la inteligencia también se divierte a sí misma y se consiguen unas vacaciones sin la seriedad que acompaña a las demás relaciones que mantiene con la creación.

3.5-El humor provoca el pensamiento creativo a través de la risa

Es indiscutible que los individuos alegres hacen reír a otros sujetos, y ellos también se ríen más, ya que la risa suele ser contagiosa. Un caso de risas contagiosas fue publicado y recorrió el mundo y lo podemos ver en un enlace de: Los mejores ataques de risa en el parlamento, (2021).

La neurobiología muestra que la risa libera cambios cerebrales, los mismos pueden originar el vínculo entre el humor y la inteligencia emocional. Según los neurólogos, es bueno experimentar estados emocionales positivos, como alegría, diversión y felicidad, ya que estos aumentan la producción de dopamina en el cerebro. Esto a su vez activa los centros de aprendizaje del cerebro, mejorando así nuestra creatividad y flexibilidad.

Conclusión.

Por lo expuesto en este trabajo podemos llegar a la conclusión, a través de lo expresado por autores como Freud y muchos otros que leímos, en primer lugar, que el humor es sin duda un gran protagonista a lo largo de nuestras vidas y se descubre como de gran beneficio ya sea aplicándolo en la clínica como en la práctica cotidiana. La gran importancia del tema sobre el humor se lo debemos a Freud entre otros, comenzando con el chiste y su relación con el inconsciente, en (1905), siguiendo con el artículo el humor con más y mejores aportes, teniendo en claro las nuevas instancias del, ello, yo y superyó, es así como nos fue dando respuestas a algunas interrogantes. De ¿cómo y dónde aplicarlo? En conclusión, de lo investigado se aprecia la función del humor como herramienta aplicable para la clínica, siguiendo la idea de Freud (1927), entendimos que para no sufrir o disminuir el sufrimiento consumimos el humor en nosotros mismos o en otros.

Lo comprendimos en algunos acontecimientos como en (el reo conducido a la horca) sin comparación aunque la naturaleza es la misma, (no sufrir) lo vemos hoy día con *la pandemia* o sea en todos los acontecimientos extremos, como pueden ser los ejemplos dados o cualquier otro, lo cierto es que estaremos haciendo cosas para escapar del sufrimiento, por ejemplo hacer humor en forma de memes, chistes, cómics, como lo fuimos explicando a lo largo del texto. En definitiva, es a través de una pandemia que sale nuevamente y con más fuerza el humor, que nos viene a salvar como protagonista principal y triunfal. Por todas estas razones, y por muchas más, como se plantea en el texto, es bueno incluir en todos los ámbitos de la vida, la risa, en el trabajo, estudio, familia, hospitales, consultorios psicológicos. Para establecer mejores resultados sería beneficioso formar nuevas líneas de búsqueda que permitan mejor comprensión del sentido del humor y de sus desenvolvimientos profundizando en aplicaciones con mejores mecanismos y testimonios.

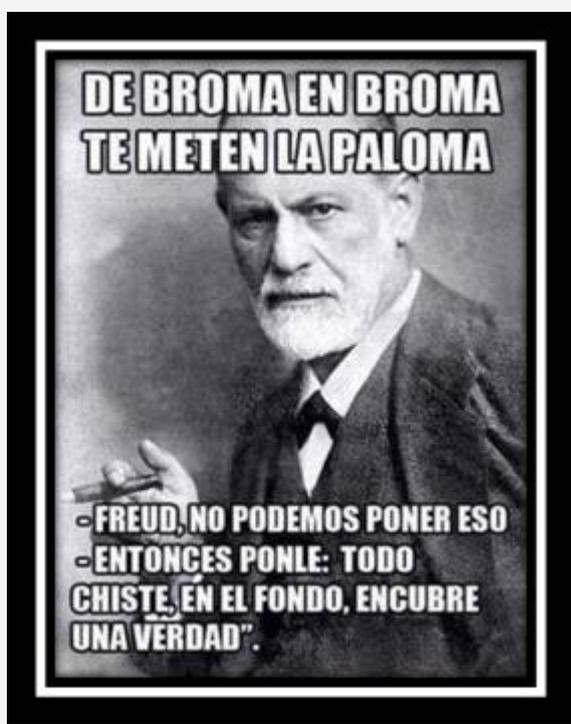


FIGURA 1. <https://www.pinterest.com/>

A través de Freud nos acercamos al ser humano y sus verdaderos deseos reprimidos ; con un poco de humor en esta cita la cual nos deja con un gran incógnita , que es realmente lo que fluye de lo reprimido y quiere manifestar.

Lo cierto es que entre broma y broma la verdad se asoma. Por lo tanto, en la próxima conversación que usted oiga algo parecido a un chiste, pregúntate si esa persona está tratando de expresar algo y ríase del chiste.



Figura 2. <https://www.pinterest.com/>

En el cuadro humorístico percibimos los mecanismos del humor, dicho en broma duele menos, y nos hace reír. El título de este poema es la traducción de la palabra “FAREWELL” al español, que significa “*la despedida*”, fragmento de él que surge el humor. Neruda, P. (1978).

Yo no lo quiero, Amada.
Para que nada nos amarre
Que no nos ate nada.
Ni la palabra que aromó tu boca,
Ni lo que no dijeron las palabras
Ni la fiesta de amor que no tuvimos,
Ni tus sollozos junto a la ventana...



Figura 3. <https://co.pinterest.com/luisis28/quino/>

Aquí podemos disfrutar del humor de Mafalda y de Guille, cómico, rebelde y transgresor, esa transgresión es lo que le da la chispa la gracia.

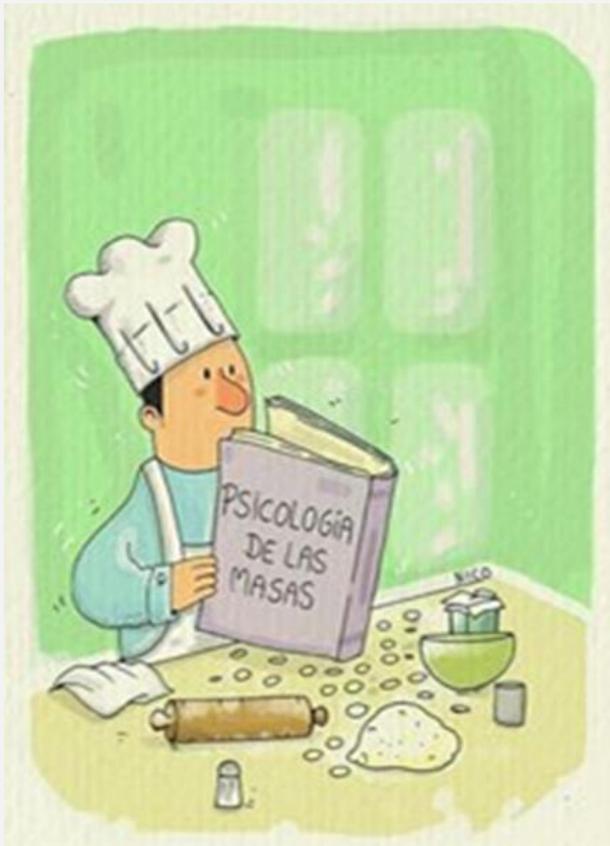


Figura 4. <https://www.pinterest.com/pin/370702613068320393/>

Aquí en este estilo de humor gráfico se apela al humor inocente, el cual nos provoca una sonrisa.



Figura 5. <https://i.pinimg.com/originals/e3/8f/59/e38f59a338bfcd710e027ecb9a4463c6.jpg>

Como siempre acertadas las reflexiones de Mafalda, podemos apreciar los cambios que se producen con la pandemia y la adaptación a la que nos vemos obligados, siempre apelando al buen humor.

Referencias bibliográficas

- Álvarez, J. M., & Peña, J. D. L. (2008). La singularidad del neologismo. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 28(2), 359-363.
- Bergson, H. (1985). *La Risa: ensayo sobre la significación de lo cómico*. Traducción de Amalia Aydée Raggio. Madrid: Sarpe.
- Brokerly, D. (2019). *Descubriendo los Demonios de tu Mente*. [S.l.]: Jorge Lucendo.
- Barber, M. (2019). El humor como una provincia finita de sentido del mundo de la vida: Negociando normas en la intersección de diferencias interraciales. *Diferencias*, 1(7).
- Cardozo Salgado, C. (2019). *La lengua y el cuerpo en James Joyce* (Trabajo final de grado). Universidad de la República (Uruguay). Facultad de Psicología, Montevideo. Recuperado de <https://hdl.handle.net/20.500.12008/22154>.
- Camacho, J. M. (2003). *La risa y el humor en la antigüedad*. [S.l.]: Fundación Foro.
- Camacho, J. M. (2006). *El humor y la dimensión creativa en la psicoterapia*. *Psicodebate*, 6, 45-58.
- D'Angeli, C., & Paduano, G. (2019). *Lo cómico* (Vol. 114). [S.l.]: Antonio Machado Libros.
- Española, R. A., & Madrid, E. (2001). *Diccionario de la lengua española* (Vol. 22). Madrid: Real academia española.
- Freud, S. (2021a). *El chiste y su relación con lo inconsciente*. Alianza editorial. (Trabajo original publicado en 1905).
- Freud, S. (2014b). El humor. En J. L. Etcheverry (Trad.), *Obras completas* (Vol. 21, pp. 153-162). Buenos Aires: Amorrortu. (Trabajo original publicado en 1927).

- Freud, S. (1927c). El humor. En S. Freud, *Obras completas* (Vol. 21). Buenos Aires: Amorrortu.
- Gago, S. (2020, mayo 10). ¿Por qué la risa es una aliada para la salud? *El País*. Recuperado de <https://www.elpais.com.uy/domingo/risa-aliada-salud.html>
- García Serrano, F. (2006). *Humor y psicoanálisis: una lectura de los textos de Freud*. Madrid: Facultad de Psicología. Universidad Complutense.
- García Serrano, J. S. (2016). El uso de la lengua en los chistes. Ejemplificación de la teoría de Freud= The use of language in jokes. Exemplification of Freud's theory. *Estudios Humanísticos. Filología*, (38), 195-222.
- Guerri, M. (2016). *Inteligencia emocional: Una guía útil para mejorar tu vida*. Mestas Ediciones.
- Haworth, E. (2011). Un asunto muy serio: el humor en el psicoanálisis. *Revista Psicoanálisis*, (9).
- Iglesia, J. D. L. (2019). *El sujeto a merced del lenguaje*. (Trabajo final de grado). Universidad de la República (Uruguay). Facultad de Psicología, Montevideo
- Ortega Becerra, M. A. (2010). *Relación entre la insatisfacción con la imagen corporal, autoestima, autoconcepto físico y la composición corporal en el alumnado de primer ciclo de Educación Secundaria de la ciudad de Jaén*. Granada: Universidad de Granada.
- Reina, V., & Valera, C. (2006). *Santa Biblia*. New Life.
- Neruda, P. (1978). Farewell y los sollozos. *Litoral*. (82/84), 131-133.
- Sánchez, E. (2018). *El chiste para Freud*. Recuperado de <https://lamenteesmaravillosa.com/el-chiste-para-freud>
- Sola-Morales, S. (2020). Humor en tiempos de pandemia. Análisis de memes digitales sobre el coronavirus. *ZER: Revista de Estudios de Comunicación= Komunikazio Ikasketen Aldizkaria*, 25 (49).

- Sos Alcácer, J. (2020). *Museo Inacabado del Humor Contemporáneo*. Migraciones entre el juego, el humor y el arte contemporáneo.
- Santos Sánchez, D. (2017). El teatro como herramienta didáctica en el aula de secundaria: el tema bélico a través de Pic-Nic, de Fernando Arrabal. *DIGILEC: revista internacional de lenguas y culturas*, 4, 51-68. <http://hdl.handle.net/2183/12297>.
- Levin, A. (2006) *El chiste y la angustia; Mafalda ¿Cómo era que eran derechos los derechos humanos?* *Revista de la Asociación Escuela Argentina de Psicoterapia para Graduados*, p-255.
- Lombardi, R., & Goethe, F. (2020). Coronavirus, distanciamiento social y el cuerpo en psicoanálisis. *Aperturas Psicoanalíticas. Revista Internacional de Psicoanálisis*, 65, 1-7.
- Losada, A. V., & Lacasta, M. (2019). Sentido del Humor y sus Beneficios en Salud. *Calidad de Vida y Salud*, 12(1), 2-22.
- Martínez Vélez, J. C., & Zambrano Muñoz, C. M. (2019). *¿Qué sucede con la relación madre-hijo en la Psicosis? Construcción de un caso teórico: Norman Bates*.
- Yuliani Menéndez, R. (2018). *La función del humor en psicoanálisis: un recorrido por las ideas de Freud y Lacan en torno a lo humorístico* (Trabajo final de grado). Universidad de la República (Uruguay). Facultad de Psicología, Montevideo.
- Zapatero, F. X. S. (2012). El albur: del simple retruécano a una visión utópico carnavalesca del mundo. *Contribuciones desde Coatepec*, (23), 49-66.

Bibliografía complementaria

Baquero, B. C. (2005). El humor en la relación con el paciente (I). *Jano: Medicina y humanidades*, (1584), p. 100.

Bergson, H. (2016). *La risa: ensayo sobre el significado de la comicidad* (Vol. 62). [S.l.]: Ediciones Godot.

Carrillo, D. T. K. (2015). Tiempos modernos: Charles Chaplin (1936). En *El derecho del trabajo en el cine* (p. 97-102). [S.l.]: Laborum.

Grupo APA Uruguay (2019). *Estilo APA: guía con ejemplos y adaptaciones para Uruguay*. Montevideo: Universidad de la República, Comisión Sectorial de Enseñanza.

Haworth, E. (2011). Un asunto muy serio: el humor en el psicoanálisis. *Revista Psicoanálisis*, (9).

Idígoras, A. R. (Ed.). (2008). *El valor terapéutico del humor*. [S.l.]: Desclée de Brouwer.

Junco, M. Á. (2018). El humor gráfico: *Y su mecanismo transgresor* (Vol. 42). Antonio Machado Libros.

Lacan, J. (1988). *Seminario Libro 1. Los escritos técnicos de Freud. 1953-1954*. Buenos Aires: Paidós.

Lacan, J. (1999). *Seminario 5. Las formaciones del inconsciente*. Buenos Aires: Paidós.

Lacan, J. (2012). *Joyce el síntoma. Jaques Lacan Otros Escritos*. Buenos Aires: Paidós.

Levin, A. (2006). *El chiste y la angustia; Mafalda ¿Cómo era que eran derechos los derechos humanos?* *Revista de la Asociación Escuela Argentina de Psicoterapia para Graduados*, p-255.

Lippi, S. (2017). Metafísica de la risa: Freud, Lacan, Bataille. *Desde el jardín de Freud: revista de psicoanálisis*, (17), 137-148.

Wangüemert, F. C. (2016). El humor y la guerra: Un análisis comparativo de Picnic, de Fernando Arrabal, y el monólogo de Gila. En *Tuércete el cuello al cisne: las expresiones de la violencia en la literatura hispánica contemporánea (Siglos XX y XXI)* (p. 685). [S.l.]: Renacimiento.

Lista de sitios webs consultados.

Los mejores ataques de risa del parlamento (20 de julio de 2021). [Archivo de video]. Recuperado de <https://youtu.be/qqnfVNBb5Tw?t=91>

Humor de Mafalda (20 de julio de 2021). [Entrada en un blog] .Recuperado de <https://co.pinterest.com/Mafalda/humor>

Humor de Mafalda (20 de julio de 2021). [Entrada en un blog] .Recuperado de <https://i.pinimg.com/236x/e0/37/dd/e037ddc2a6287ce0462f83e934adc26f.jpg>

Consejo para enfrentar esta pandemia por Andrés López Obrador presidente de México. (20 de julio de 2021). [Archivo de video]. Recuperado de <https://youtu.be/ADKPB8eCVZI>

Humor de Mafalda (2 septiembre de 2021). [Entrada en un blog] .Recuperado de <https://i.pinimg.com/originals/e3/8f/59/e38f59a338bfcd710e027ecb9a4463c6.jpg>

