

El profesor Germán Payo Losa recomienda «quererse mucho para reírse de uno mismo»

El ICE de la Universidad Pontificia celebra el curso 'Educar desde el humor y con distensión'

El sentido del humor, la creatividad, la inteligencia emocional e incluso la risa pueden convertirse en grandes aliados para la educación, como se puede constatar en el curso que Germán Payo Losa —que cuenta con premios nacionales por experiencias educativas sobre el humor—, imparte desde ayer en la Upsa.

ANA CARLOS

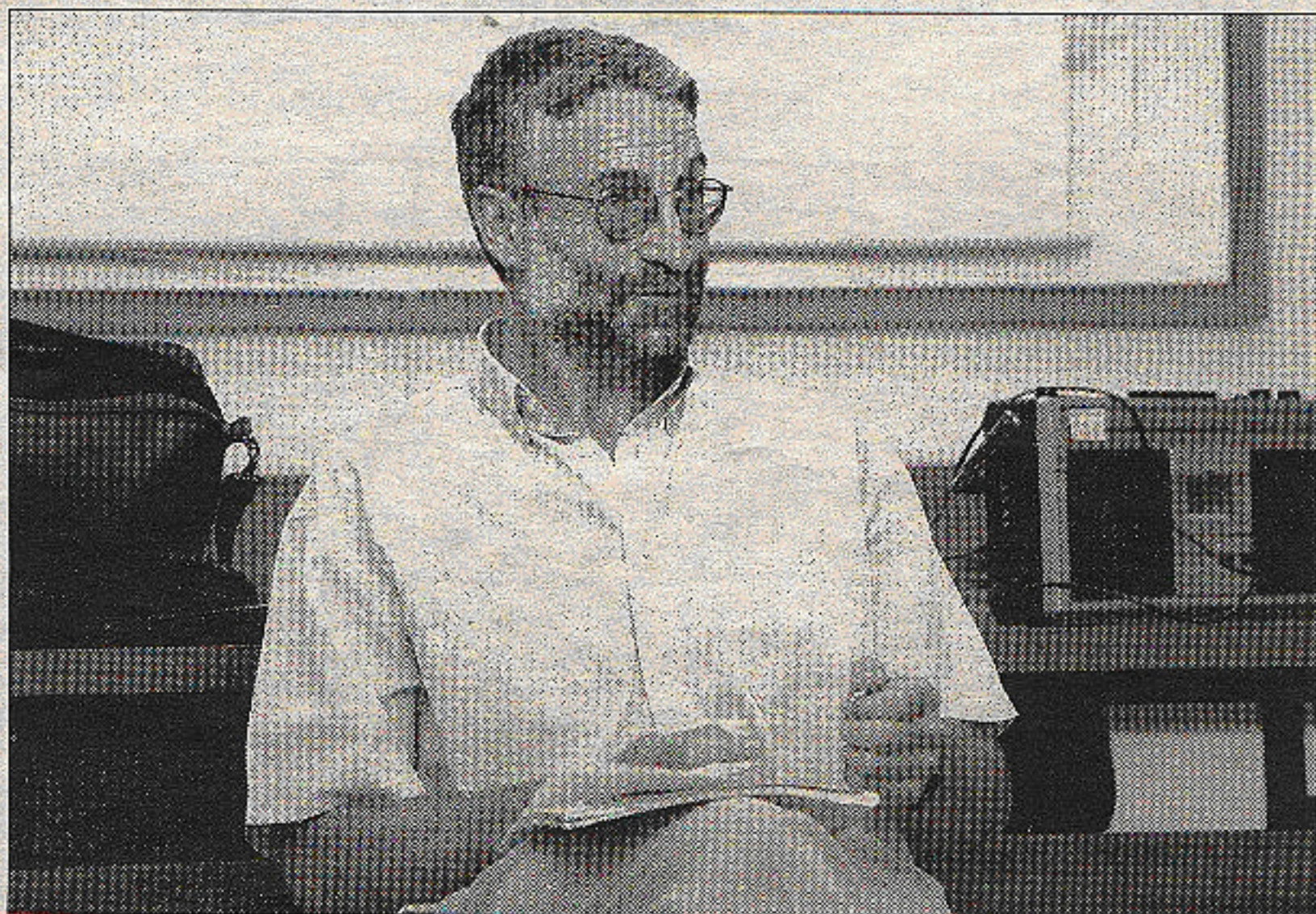
■ «Reírse de uno mismo es la base del buen humor», según el profesor Germán Payo Losa, que desde ayer imparte en la Universidad Pontificia de Salamanca el curso 'Educar desde el humor y con distensión'.

Licenciado en Filología, Payo Losa cuenta con varios premios nacionales por experiencias educativas sobre el humor, así como algunas publicaciones centradas en esta materia. Durante estas jornadas organizadas por el Instituto de Ciencias de la Educación de la Upsa, tratará de ayudar a sus más de 20 alumnos a aprender «que todos tenemos sentido del humor, que podemos desarrollarlo y que es útil para la educación», recomendándoles «quererse mucho para reírse de uno mismo».

En esta línea, Germán Payo afirma que el sentido del humor produce efectos físicos, mentales, emocionales, sociales y laborales extraordinarios, que pueden ser aprovechados en beneficio de una educación «eficaz», creando un buen ambiente.

Además, el experto mantiene que desde el sentido del humor se pueden impartir mejor las clases, se incrementa la capacidad para comunicar, relacionarse, y para solucionar conflictos.

Desde hace 25 años existen investigaciones que prueban esta influencia positiva del buen humor



Germán Payo Losa imparte desde ayer en la Pontificia el curso 'Educar desde el humor y con distensión' / FORMIGO

en la salud física y mental. Germán Payo utiliza algunos de sus resultados en la parte teórica de sus clases. Miembro de una sociedad internacional de estudios sobre el humor, reconoce que todas las personas no tienen la misma facilidad para usar su sentido del humor. La timidez, el miedo al ridículo son algunas de las barreras a superar en esta línea.

Sin embargo, Germán Payo Losa asegura que «todo el mundo tiene capacidad para ver las cosas desde su lado más positivo y más negativo», y piensa que hay que esforzarse un poco en potenciar la actitud para fijarse en lo bueno y quitarle importancia a lo desagradable.

Desarrollar el sentido del humor

■ Para que los asistentes al curso descubran por sí mismos las formas de potenciar el sentido del humor y a utilizarlo tanto para su beneficio personal como para mejorar la efectividad de sus clases, las sesiones se estructuran intercalando la teoría acerca de las investigaciones en

esta materia en el ámbito internacional con ejercicios prácticos de expresión verbal, corporal y artística, así como con el visionado de fragmentos de películas que vienen a apoyar los ejemplos expuestos. Además, anuncios publicitarios, fotografías y la observación de momen-

tos divertidos de la realidad cotidiana son otros de los medios empleados para conseguir que los más de 20 alumnos desarrollen su sentido del humor, y sepan arrogarse autoridad en su experiencia docente, consiguiendo de paso el interés y la sonrisa de los estudiantes que les escuchan.