

UNIVERSIDAD FEMENINA DEL SAGRADO CORAZÓN

Facultad de Psicología y Humanidades

Programa Académico de Psicología



**“EL SENTIDO DEL HUMOR Y LA FELICIDAD EN JÓVENES
ADULTOS UNIVERSITARIOS DE 20 A 24 AÑOS”**

Tesis presentada por:

ERIKA CECILIA REVILLA PÉREZ

Para optar el título de:

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

Lima – Perú

2013

RESUMEN

La presente investigación describe la relación entre los estilos de humor y las dimensiones de la felicidad en un grupo de jóvenes universitarios de Lima entre 20 y 24 años. Se empleó la Escala del Sentido del Humor (HSQ) (Martin, Puhlik-Doris, Larsen, Gray & Weir, 2003), validación peruana (Cassaretto y Martínez, 2009), y la Escala de Felicidad de Lima (EFL) (Alarcón, 2000). Se hallaron correlaciones significativas entre el humor afiliativo y mejoramiento personal con la felicidad, confirmando la hipótesis de este trabajo. Esto significa que el humor positivo sirve de soporte ante las adversidades, ayuda a equilibrar eventos negativos y facilita una visión más realista de las situaciones; demostrando que la expresión de sentimientos de satisfacción y bienestar facilitan una mejor adaptación y logro de objetivos