

La funzione psicopedagogica e terapeutica del clown

Da diversi anni la popolazione scientifica sta rivolgendo sempre di più il proprio interesse verso l'umorismo. Una figura particolare che sta inserendosi in un numero sempre maggiore di contesti è data dal personaggio del Clown sia come figura di supporto psicologico che come strumento pedagogico.

Alberto Dionigi*

Thomas Sydenham, autorevole medico del XVII secolo, era solito affermare che *“l'arrivo di un buon clown esercita, sulla salute di una città, un'influenza benefica superiore a quella di venti asini carichi di medicinali”*¹.

Questa frase ben illustra come il valore della comicità clownesca abbia sostenitori antichi e che le proprietà benefiche del ridere e dell'arte comica non siano affatto una scoperta recente.

Per riuscire a comprendere il ruolo del clown, sia come strumento di formazione psicopedagogica che come strumento terapeutico, è bene soffermarsi sulla natura stessa della comicità. Nella letteratura comune, si riscontra una varietà decisamente ampia di parole connesse con il comico e l'umorismo che vengono spesso usate come sinonimi: ridicolo, satirico, buffo, ironico, comico, scherzoso, divertente, assurdo, risibile o spiritoso, solo per citarne alcune². Se si va ad analizzare la radice etimologica della parola “comico” si nota che essa risale ai “*komos*” dell'antica Grecia: i *komos* erano i canti che accompagnavano i riti dionisiaci, legati all'ebbrezza prodotta dal vino, connotati di una natura contemporaneamente trasgressiva ed “estatica”³. Nel corso dei secoli tale accezione viene introdotta nella commedia, dove il riferimento ai culti dionisiaci è data dall'allusione all'esistenza di un mondo altro e alla possibilità di sovvertire l'ordine e la razionalità del mondo civile, esorcizzandone le paure e festeggiando il piacere e le gioie della vita.

Bisogna ricordare che la figura del clown, e di conseguenza le origini dell'arte clownesca, sono legate, in moltissime culture, a pratiche magico-religiose in cui il clown è una figura capace di mantenere un legame, attraverso rituali e pratiche peculiari, con il mondo dell'aldilà; la risata, avrebbe in questo senso una funzione catartica volta a sdrammatizzare ed esorcizzare la paura della morte.

Ruoli e funzioni primordiali del clown attuale sono rintracciabili anche nei “pagliacci divini” del Nord America, protagonisti di rituali con i morti e gli antenati per i quali è stato anche coniato il termine di “*clownismo primitivo*”⁴. Con tale termine ci si riferisce a queste primordiali forme di clown che si inserivano

1 A. Dionigi, *La Comicoterapia*, in *Psicologia Contemporanea*, 2009, 214, pp. 58-62.

2 A. Dionigi, P. Gremigni, *Psicologia dell'umorismo*, Carocci, Roma, 2010.

3 A. Farneti, *La maschera più piccola del mondo. Aspetti psicologici della clownerie*, Alberto Perdisa, Bologna, 2004

4 W. Willeford, *Il Fool e il suo scettro*, Il Tridente Saggi, 1998.

nei contesti mistici, magici e religiosi dei popoli primitivi. E' poi attraverso l'allontanamento dalla sfera del divino ed un maggiore approfondimento verso una relazione più soggettiva, individuale e giocosa con la magia che si ha il passaggio dal clownismo rituale al clownismo comico⁵.

Durante la sua evoluzione nei secoli, la figura del clown incontra e si confronta sempre più con un mondo sociale ed espressivo aperto a funzioni culturali e psicologiche sia di polemica sociale che di feroce ironia e sarcasmo. Attraverso la figura del clown diviene possibile guardare il mondo da un punto di vista altro, far emergere la disapprovazione, il risentimento e la critica popolare attraverso l'amplificazione grottesca ed esagerata.

Un elemento che accomuna la storia del clown presso tutte le culture è rappresentato dal suo personaggio, apparentemente sciocco, ma in realtà depositario di una sapienza "altra", incaricato di mettere a nudo le contraddizioni dell'umano agire, delle leggi, delle consuetudini, della parola dei potenti⁶. E' di queste debolezze che il popolo ride.

Appare evidente come questo ruolo venga mantenuto dalla figura del clown odierno: tutto o quasi è permesso se si indossa un naso rosso, ed una volta dinanzi, si resta in attesa che egli faccia o dica qualcosa di divertente in grado di scatenare una risata.

Ma perché il clown fa ridere? Quali sono i meccanismi che vengono attivati nel momento in cui uno stimolo provoca divertimento? Nei laboratori espressivi e nei corsi di formazione sull'arte clownesca si cerca di capire e sperimentare quali siano i meccanismi utilizzati dal clown per strappare una risata: al contrario di quanto universalmente pensato le smorfie, i capitolomboli e le torte in faccia provocano uno scarso apprezzamento umoristico. E' nel momento del fallimento, in cui il clown è afflitto, imbarazzato, affranto che scatta la risata: non è il personaggio che fa ridere, ma è l'uomo, nel momento in cui viene "messo a nudo".

E' dal concetto di fallimento che bisogna partire per far sì che la figura del clown diventi uno "strumento" pedagogico, in modo da poter lavorare sull'inadeguatezza di ogni uomo nei confronti della realtà. *"Il clown non esiste al di fuori dell'attore che lo recita: siamo tutti dei clown, crediamo tutti di essere belli, intelligenti e forti, mentre ognuno di noi ha le sue debolezze, i lati ridicoli che, rivelandosi, provocano il riso"*. Il clown indossa sempre una maschera, il naso rosso, definito come la maschera più piccola del mondo e gliene affida un potere enorme. Attraverso il naso rosso è possibile scoprire i lati unici e nascosti della propria personalità, intraprendendo un viaggio alla riscoperta delle proprie debolezze, delle proprie fragilità, del proprio clown personale.

Indossare la maschera più piccola del mondo porta a lavorare su aspetti di sé tenuti convenzionalmente nascosti, facendo emergere i lati ridicoli che esistono già in ognuno di noi e accettandoli attraverso una drammatizzazione teatrale. Il naso

5 Idem, p.94.

6 S. Fioravanti, L. Spina, *La terapia del ridere. Guarire con il buonumore*, Red Edizioni, Como, 1999.

7 J. Lecoq, *Il corpo poetico*, Ubulibri, Milano, 2000, pag. 167.

rosso diventa quindi un potentissimo strumento pedagogico. Ogni volta che viene indossato, non vi è più necessita di recitare un personaggio in quanto non vi è più differenza fra attore e clown; è in questa unione simbiotica che l'attore/clown si accetta interamente con i propri difetti, le proprie insicurezze e li vive nel gioco scenico che la maschera da clown gli permette. L'attore vive il proprio fallimento e instaura un nuovo rapporto con se stesso, non ha più necessita di salvaguardare la propria faccia⁸ diventa libero di ridere di se stesso per poter far ridere gli altri. Non si tratta di "fare il clown", ma di "essere clown".

Anche i difetti fisici vengono messi in risalto attraverso il proprio abbigliamento che viene realizzato utilizzando abiti della vita quotidiana: il costume del clown, colorato e di dimensioni assurde, costringe così lo stesso clown a movimenti goffi e di difficile attuazione che diventano un modo per mettere in risalto possibili particolarità di deambulazione e facendola diventare una caratteristica unica e peculiare di quel personaggio specifico.

A queste peculiarità personali, si aggiungono molto spesso competenze artistiche e tecniche, volte all'acquisizione di strumenti e metodi utili a far scaturire una risata.

Ciò che rende pedagogicamente utile la figura del clown è il fatto che indossando il naso rosso, non si tratta di indossare una maschera, bensì utilizzare uno strumento che porta la persona alla scoperta di una dimensione di creatività e di ascolto sia di sé che degli altri che permette di vivere sia la scena che la quotidianità con un atteggiamento psicologico particolare e funzionale. Il clown è essenzialmente uno stato d'animo. Indossando il naso rosso ci si spoglia completamente delle proprie difese e sicurezze, si vive una condizione di emancipazione totale, in cui tutto è concesso e legittimato dalla maschera che si indossa: l'attore si libera degli schemi mentali e sociali soliti e ha libero accesso anche a gesti proibiti nella vita quotidiana. E' in questa maniera che può emergere veramente l'unicità della persona e la sua forza personale; il clown diventa così il portatore di una filosofia di vita alternativa, una filosofia in cui non esistono convenzioni sociali e ciò conduce inevitabilmente a vedere il mondo in maniera diversa, da un'altra prospettiva.

La funzione terapeutica del clown

Vestire i panni del clown è divenuta ormai un'esperienza utilizzata nei più vari contesti, non solo in quello teatrale. Tale universalizzazione è data dal fatto che indossando i panni del clown ci si avventura verso un percorso di riscoperta di sé, una sorta di percorso psicoterapeutico autocelebrato volto a conoscere, individuare, far emergere ed accettare le proprie fragilità represses per paura del giudizio degli altri e della società. Indossando la maschera più piccola del mondo ci si spoglia dei ruoli abitualmente interpretati, ci si libera delle difese solitamente utilizzate allo scopo di affrontare la vita quotidiana da un'altra prospettiva, solitamente sottaciuta e nascosta: attraverso la figura del clown non si evitano le situazioni pericolose o pre-

8 E. Goffman, *Interaction Ritual: Essays on Face-to-Face Behaviour*, Anchor Books, Gardena City (NY), 1967.

occupanti, ma ci si fionda dentro, anche giocandoci per trovare una soluzione che tenga conto di un ribaltamento del punto di vista, non dando nulla per scontato e cercando di ristrutturare la scena anche vedendo il mondo “al contrario”.

Indossando il naso rosso, anche in senso metaforico, è possibile acquisire temporaneamente una nuova immagine di sé, spesso contraria e paradossale a quella abituale, permettendo anche di osservarsi meglio: trovare un'identità nuova permette di aprirsi a nuove possibilità di relazione e alla scoperta di prospettive nuove, allargando il proprio orizzonte.

Da quanto detto emerge che il clown non è solo un personaggio comico, il cui unico scopo è quello di fare ridere, ma appare la sua utilità e capacità relazionali, in quanto capace di abbattere barriere e permettendo di sovvertire il punto di vista. Appunto per tali caratteristiche, la figura del clown è stata presa in considerazione come possibile strumento di intervento nei percorsi di emancipazione dal disagio personale e collettivo. Vestire i panni del clown può quindi essere sia un'esperienza vissuta in prima persona allo scopo di affrontare le proprie debolezze, sovvertire i propri schemi relazionali e confrontarsi con i propri limiti sia un'esperienza indiretta, in cui beneficiare dell'intervento di uno o più clown, adeguatamente formati, con la finalità di promuovere il benessere psichico, fisico e sociale all'interno di contesti di disagio o di strutture di formazione e ricovero.

Negli ultimi anni sono caduti diversi tabù, come quello che relegava il ridere ad argomento poco serio, enfatizzandone invece le peculiarità positive e permettendo così anche alla figura del clown di entrare in strutture fino a pochi decenni fa impensabili: è esperienza quotidiana trovare clown nelle scuole, negli ospedali, nelle case di riposo, nei carceri minorili e così via. A comprovare la funzione terapeutica della figura del clown vi è la nascita di un numero sempre maggiore di associazioni ONLUS il cui scopo è quello di promuovere l'utilizzo della clown terapia, cioè l'attuazione di tecniche clownesche, derivate dal circo e dal teatro di strada, in contesti di disagio, al fine di migliorare l'umore delle persone⁹ e promuovere missioni umanitarie all'estero in cui i “clown dottori” portano oltre agli aiuti materiali anche la propria arte clownesca realizzando spettacoli di clownerie e gag comiche.

Il clown è diventato così un vero e proprio messaggero di pace e il naso rosso è diventato simbolo di amicizia, di gioia, di speranza. È la possibilità di stupirsi e poter sorridere e ridere anche in quelle situazioni pregne di sofferenza in cui è possibile trovare un modello comunicativo comune che oltrepassa qualsiasi differenza e che lascia spazio ad una vicinanza umana in cui non esistono confini, barriere o diversità. Il clown diventa così un personaggio universale in grado di sovvertire anche la situazione più traumatica.

È infatti un dato ormai assodato che ridere e l'utilizzo dell'umorismo abbiano proprietà rilassanti, che fungano da strategia di gestione dello stress e che sia coinvolta nella regolazione di secrezioni di ormoni e di endorfine implicati nel meccanismo fisiologico della regolamentazione del piacere¹⁰.

9 A. Dionigi, *La Comicoterapia*, cit.

10 A. Dionigi A., P. Gremigni P., *Psicologia dell'umorismo*, cit.

L'umorismo può essere utilizzato anche per valutare le risposte emotive delle persone in relazione a determinate situazioni. Durante periodi di forte stress o pericolo, quando mostrare le proprie paure può essere vissuto come elemento di inferiorità, il ricorso allo humour può consentire di valutare il grado di emozioni negative sperimentate dal soggetto¹¹.

L'umorismo quindi favorisce il benessere personale attraverso meccanismi cognitivi, moderando l'effetto nocivo di stimoli stressanti. Numerose ricerche hanno dimostrato che eventi di vita particolarmente faticosi e impegnativi possono avere una ricaduta negativa su vari aspetti della salute personale, quali l'inibizione della funzione immunitaria e l'aumento del rischio di malattie attraverso la secrezione di ormoni stress-correlati come catecolamine e cortisolo¹². L'umorismo può essere un'efficace strategia per fronteggiare lo stress, riducendone gli effetti nocivi per la salute: una visione umoristica della vita e la capacità di vedere il lato comico delle cose possono aiutare gli individui a fronteggiare al meglio gli eventi negativi, permettendo loro di distanziarsi emotivamente dalla situazione stressante aumentando le proprie capacità di controllo e padronanza dell'ambiente¹³.

La funzione terapeutica del clown è rappresentata dalla capacità di sovvertire gli schemi standard e abituali. Mantenere schemi rigidi durante i momenti di stress e malattia può infatti peggiorare il proprio stato emotivo: schemi mentali negativi possono essere collegati a un maggiore stress psicofisico, una maggiore resistenza e difficoltà a trovare una soluzione efficace ai problemi ed è alla base dei disturbi depressivi¹⁴. Le persone che tendono a vedere in maniera negativa e senza speranza le situazioni stressanti in cui si trovano tendono ad avere una bassa autostima ed essere meno pronti ad affrontare situazioni di stress¹⁵.

Riuscire a sovvertire gli schemi abituali, significa essere capaci di flessibilità mentale, riuscendo a trovare un maggior numero di soluzioni ai problemi che si presentano e riuscendo ad affrontare lo stress in maniera più positiva. Ciò porta a ridimensionare gli eventi negativi che vengono vissuti in maniera meno stressante e minacciosa in quanto la persona si sente capace di poter aver un ruolo attivo sulla modificazione degli eventi o di poter fare comunque qualcosa, essa ha quindi un maggior senso di autoefficacia.

Attraverso la clown terapia è quindi possibile aiutare le persone non solo a rivedere in maniera alternativa la situazione problematica ma anche ad affrontare in modo più ottimistico la vita, portando ad un maggior grado di autoefficacia percepita attraverso l'esercizio sistematico e consapevole dell'autoironia che diventa così

11 T. R. Kane, J. Suls, J.T. Tedeschi, *Humor as a Tool of Social Interaction*, in A. J. Chapman, H. C. Foot (eds.), *It's a Funny Thing, Humour*, Pergamon Press, Oxford, 1977, p. 13.

12 R.A. Martin, *Humor, Laughter, and Physical Health: Methodological Issues and Research Findings*, in *Psychological Bulletin*, 2001, 4, pp. 504-19.

13 R. A. Martin, *The Psychology of Humor*, Academic Press, New York, 2007.

14 A. T. Beck, *La depressione*, Bollati Boringhieri, Torino, 1978.

15 M. E. P. Seligman, *Learned optimism. How to change your mind and your life*, Simon & Schuster Inc, NY, 1996.

uno strumento potentissimo per prendere consapevolezza e distaccarsi in maniera funzionale dal problema vissuto: vedendolo con occhi altri e dall'esterno è maggiormente probabile che esso venga non solo ridimensionato ma che la persona stessa si senta più capace di operare un cambiamento.

La clown terapia si propone quindi di attuare, per mezzo dell'umorismo, della risata e del gioco, una vera e propria ristrutturazione interna portando un'innovazione in una situazione routinaria che altrimenti sarebbe rigida, spostando l'attenzione su elementi altrimenti esclusi e portando così ad un cambio di prospettiva. Attraverso un esercizio continuo e ripetuto è così possibile portare questa ristrutturazione ad una metodologia continua per diventare un nuovo e funzionale modalità di affrontare la vita.

L'umorismo che si utilizza nelle tecniche di clown terapia poiché coinvolge incongruità e diverse possibili interpretazioni, fornisce alle persone una strategia alternativa che le rende capaci di cambiare prospettiva rispetto a una situazione stressante, reinterpretandola in un nuovo modo, cambiando punto di vista e rendendola meno minacciosa. Come conseguenza di questa reinterpretazione umoristica, l'evento è percepito come meno stressante e maggiormente affrontabile¹⁶.

Sovvertire gli schemi risulta quindi fondamentale per il clown per suscitare la risata; chi fa il clown sa bene che un clown che fa "fiasco" è molto più divertente agli occhi del pubblico di uno che vince e che per far ridere in maniera ancora più forte è importante cercare sempre di perdere nel modo più rovinoso possibile.

Mettendo in evidenza la propria difficoltà, la propria imperfezione e incapacità di riuscire, il clown mostra la propria impotenza: ed è questo, che a distanza di millenni, rappresenta ancora l'effetto catartico. La clown terapia diventa una terapia della vergogna che ha effetti sia sul clown che sullo spettatore. Attraverso rispecchiamenti e proiezioni anche il paziente/spettatore può ridere della propria goffaggine, pur restando difeso in una posizione di distanza e superiorità.¹⁷

Un altro aspetto che ha reso tanto popolare la figura del clown in ospedale è data dalla sua natura intrinsecamente tragicomica e malinconica. Egli è sempre in bilico fra la tristezza e la gioia, fra il pianto e il riso, perché la sua è un'ironia bonaria e perdente, un po' malata di malinconia. Il mestiere del clown è quello di far ridere ma anche, probabilmente, quello di piangere con chi piange, di essere piccolo e solo con chi è piccolo e solo¹⁸.

Da quanto fin qui detto, si può quindi parlare di "clownterapia" cioè dell'attuazione di un insieme di tecniche derivate dal circo e dal teatro di strada, in contesti di disagio quali ad esempio gli ospedali, le case di riposo, le case famiglia, gli orfanotrofi, i centri diurni, ecc.

Data la vastità e l'importanza della funzione della clownterapia, si è avvertita negli ultimi anni l'esigenza di fare chiarezza sul ruolo, sulle competenze, sulle

16 A. Dionigi, P. Gremigni, *Psicologia dell'umorismo*, cit.

17 A. Farneti, *La maschera più piccola del mondo. Aspetti psicologici della clownerie*, cit.

18 Idem.

modalità di intervento, sulle metodologie formative dei “nasi rossi” definiti clown dottori come agenti di servizio per la persona.

Con il termine clown dottori si intendono:

- i volontari formati allo scopo di adattare le proprie capacità individuali specifiche e le loro varie professionalità al servizio svolto in ospedali, comunità, ecc.;
- i non professionisti dello spettacolo formati professionalmente come professionisti clown dottori;
- i professionisti dello spettacolo, non volontari, provenienti dai più diversi ambiti teatrali, appositamente formati allo scopo di adattare le proprie capacità artistiche e umane al lavoro in ospedali, comunità, ecc.

Il clown dottore è quindi colui che (a prescindere dal proprio titolo di studio) opera nei contesti di disagio utilizzando le arti del clown e integrandole con conoscenze psico-socio-sanitarie al fine di agire sulle emozioni, per modificarle.

Il clown dottore va visto, quindi, come una figura di sostegno e di aiuto concreto ai percorsi terapeutici dei pazienti ospedalizzati operando in stretto contatto con l'équipe ospedaliera e indossando un camice da dottore variamente colorato allo scopo di ironizzare sulla figura medica e sovvertirne l'immagine rendendolo più umano.

L'intervento dei clown dottori, inoltre, non è mai imposto in quanto non forzano mai il bambino e i genitori ad accettare la loro visita: se si rendono conto che il dolore del piccolo paziente è così forte da non potergli permettere di vivere il gioco in serenità si adeguano e limitano il loro intervento (ad es. facendo un timido saluto dalle vetrate, facendo volare bolle di sapone o semplicemente sorridendogli con dolcezza).

L'intervento dei clown dottori si basa sull'improvvisazione potendo contare su un bagaglio di tecniche e conoscenze che spazia dal repertorio clown, alla giocoliera, alla magia, all'espressività teatrale. Risulta fondamentale mantenere sempre spontaneità e sincerità in modo da fare emergere l'originale comicità che ognuno racchiude in sé; i clown dottori operano lasciandosi guidare dall'ispirazione del momento. Il clown dottore coglie gli spunti della situazione e si lascia andare al suo estro clownesco, stando sempre attento ad osservare le reazioni, sia per lavorare su ciò che effettivamente è importante per il bambino, sia per valutare eventuali errori.

Quando i bambini partecipano attivamente ai giochi dei clown dottori, come per esempio nella risoluzione di semplici conflitti o nel portare a termine buffe magie, ricavano dall'esperienza la sensazione di essere artefici di qualcosa di speciale, di “magico”. Il bambino sente che la sua collaborazione e tutto il suo essere sono importanti per il clown, anzi essenziali. E questo rinforza il senso di fiducia e di stima in se stesso e verso gli altri; rinnova la sua disponibilità alla collaborazione verso gli altri; stimola il suo processo di sviluppo.

**Psicologo, clown dottore, membro dell'International Society for Humor Studies e del Gruppo P.A.T. - Dipartimento di Psicologia di Bologna, svolge la sua attività di ricerca sull'umorismo*