

Rivista Italiana di Studi sull'Umore
RISU, Volume 7, Issue 1, 2024, pp. 4-9
ISSN 2611- 0970
www.risu.biz

La difficile arte del clown: in bilico fra tristezza e gioia, fra pianto e riso

**[The clown's difficult art:
in balance between sadness and joy, between crying and laughing]**

Alessandra Farneti^{1*}, Reinhard Tschiesner¹

¹*Libera Università di Bolzano*

*E-mail: ale.farneti.49@gmail.com

Letter to Editors

Ricevuto il 14 novembre 2023; accettato il 24 novembre 2023

Queste brevi considerazioni vogliono sottolineare le potenzialità della formazione attraverso la clownerie o clowning che dir si voglia. In molte altre sedi abbiamo descritto i percorsi formativi e i risultati ottenuti e rimandiamo quindi a esse il lettore che voglia approfondire l'argomento (Farneti, 2001, 2003, 2007, 2008 a, b, c; 2010; 2013. 2020; Farneti, Palloni, 2010; Farneti, Tschiesner, 2012, 2013, 2014. 2016). Qui ci limiteremo ad alcune riflessioni generali su uno strumento poco usato e poco conosciuto. Il clown oggi è noto soprattutto per quella che viene chiamata clown terapia, che ha il compito di aiutare chi soffre a migliorare le sue condizioni attraverso la comicità e la risata. Spesso viene, infatti, chiamata anche geloterapia.

Meno note sono le potenzialità del clown in ambito formativo. Le ricerche che abbiamo condotto in ospedale, nelle scuole, e in contesti lavorativi diversi, mostrano che una breve formazione (anche solo di 30 ore spalmate in qualche mese), fatta utilizzando i giochi dei clown, produce cambiamenti rilevanti in chi partecipa. Naturalmente il lavoro del clown deve essere affiancato da uno psicologo che fa un primo screening dei partecipanti, raccoglie le loro aspettative e somministra i test adeguati per la valutazione del lavoro, che saranno ripetuti al termine del corso (re-test). Oltre a ciò, raccoglie le riflessioni del gruppo una volta al mese.

Purtroppo, il nostro lavoro non ha avuto grande seguito nella ricerca scientifica svolta nelle Università italiane, forse anche a causa del pensionamento di uno degli autori di questa lettera; questo testo infatti vuole, non solo riportare alcuni dei risultati più interessanti, ma anche sollecitare a proseguire per una strada che potrebbe avere potenzialità davvero interessanti.

Sinteticamente possiamo dire che il messaggio del clown è:

- Accettazione ed esaltazione della diversità
- Comprensione ed espressione delle emozioni proprie e altrui
- Consapevolezza della propria fragilità e dei propri difetti
- Corporeità

- Creatività
- Espressione del bambino che è nascosto in ognuno di noi
- Ironia
- Umiltà
- Rielaborazione della sofferenza
- Consapevolezza della propria unicità
- Gioco
- Tristezza
- Costante contrasto fra Bianco (Super Io e regole) e Rosso (trasgressione, stupidità, goffaggine ma anche abilità e comicità infantile).

Questo messaggio, che viene trasmesso attraverso una raffinata espressività, frutto di un lungo lavoro su sé stesso, mira a sollecitare nei partecipanti ai corsi di formazione, alcune importanti competenze psicologiche:

- Vincere la vergogna e l'imbarazzo, ridendo dei propri difetti;
- Imparare nuove forme di comunicazione soprattutto mimiche-gestuali;
- Entrare in "simpatia" con le emozioni dell'altro, ascoltando e cercando di decodificarne i bisogni;
- Migliorare la propria capacità espressiva, in relazione alle emozioni provate;
- Sviluppare l'Intelligenza emotiva;
- Ridurre il narcisismo, attraverso la consapevolezza dei propri difetti;
- Imparare a lavorare in coppia e in gruppo.

Il clown, infatti, aiuta a scoprire, attraverso un percorso personale e di gruppo, le proprie parti meno piacevoli e più nascoste, per poterle mettere in gioco con ironia nella vita sociale e professionale.

L'articolazione dei corsi prevede:

- Una lezione sugli scopi e i metodi del clowning: viene presentata l'arte del clown, il personaggio e la sua storia.
- Training con clown di provata competenza artistica: il percorso comporta la scoperta del proprio modo di muoversi e dei propri difetti di postura (andatura); l'esercizio dell'espressività del volto nelle diverse emozioni fino all'exasperazione delle stesse (grottesco); giochi di gruppo per imparare a "svergognarsi" di fronte a tutti; l'introduzione del naso rosso; costruzione in gruppo di scenette e gag.
- Apprendimento di semplici giochi di prestigio e, laddove è possibile, l'uso di qualche strumento musicale.
- Semplici esercizi per migliorare la creatività: partendo da situazioni della quotidianità si cerca di portare gli allievi a recuperare "la meraviglia infantile" e la capacità di vedere oltre il dato di realtà. Come nel gioco simbolico dei bambini una scatola di cartone può diventare una vasca da bagno, una barca, un letto, e tanto altro, così nel gioco del clown, gli oggetti sono utilizzati per trasmettere significati diversi da quelli che hanno nella realtà.

- La scoperta del proprio clown. Questa è in genere la parte centrale e più importante del corso, in cui gli allievi mettono a frutto tutti gli strumenti precedentemente illustrati, dando vita al loro personaggio clownesco.
Prima di tutto gli allievi sono invitati a portare vecchi abiti, scarpe, cappelli, borse, nastri, cravatte ecc...., poi ognuno viene invitato a scegliere quegli oggetti che gli sembrano più adatti a esprimere le sue parti “in ombra” e comiche. A uno a uno gli allievi si travestono e si esibiscono, chiedendo l’approvazione del conduttore e del gruppo stesso. Lentamente, cambiando e ricambiando abiti e accessori, si arriva a un primo personaggio che potrà essere perfezionato e modificato nel tempo.
- Presentazione del linguaggio universale del clown: il grammelot. La tecnica del parlare usando un linguaggio che non esiste è molto difficile. Il grammelot conserva del linguaggio parlato solo la ritmicità e l’intonazione emotiva. È ovviamente una tecnica molto complessa che richiede un lungo esercizio e che non si può insegnare in pochi incontri. Tuttavia, l’avvicinarsi al grammelot permette anche di comprendere meglio come in un messaggio ci siano, oltre al significato denotativo, molte componenti implicite fra cui una fondamentale è il tono e il ritmo della voce. Un maestro di questa arte è stato Dario Fo, che riusciva a leggere un intero telegiornale in tedesco, francese o inglese senza usare mai neppure una parola che avesse un senso compiuto (Fo, 1987). Fra i grandi clown attuali possiamo citare Slava Polunin che, nei suoi spettacoli, usa solo il grammelot.
- *Focus group* settimanali con lo psicologo e registrazione delle considerazioni sul lavoro fatto.
- Si chiede inoltre agli allievi di tenere un “diario comico” quotidiano da compilare alla sera, in cui si devono annotare tutte le situazioni buffe in cui ci si è trovati durante la giornata e che potrebbero diventare numeri di un clown.

La metodologia delle ricerche, per la valutazione degli effetti dei corsi è ancora in via di sperimentazione, ma i risultati sono incoraggianti. Le variabili che non si possono controllare sono troppe per consentire delle conclusioni statisticamente significative: i partecipanti hanno età e motivazioni diverse, hanno percorsi formativi e fanno lavori diversi e non sempre scelgono spontaneamente di fare i corsi ma sono, se non costretti, almeno indotti dalla loro posizione lavorativa e dal contesto (come per esempio gli insegnanti, che talvolta fanno fatica a rifiutare il loro consenso quando molti dei colleghi lo danno).

I test che abbiamo utilizzato sono stati prevalentemente: l’ACL / Adjective Check List) di Gough, l’EQ-I (Emotional Quotient Inventory) di Bar-On e il test della vergogna di Battacchi.

- L’ACL può essere utilizzato sia come strumento di rilevazione clinica, sia per la ricerca. Le informazioni che se ne traggono sono molte e riguardano sia i tratti di personalità dei soggetti, sia i loro rapporti interpersonali. Il test, ripetuto a distanza di tempo, consente, inoltre, di misurare gli eventuali cambiamenti intervenuti. È composto da 300 aggettivi che il soggetto deve scegliere (senza un limite numerico) per descrivere sé stesso o gli altri. Dall’accorpamento degli aggettivi risultano 37 scale che mettono in luce aspetti diversi della percezione del sé, da quelli intra-psichici (orientamento maschile e femminile, potenzialità creative, autocontrollo, originalità, intelligenza ecc...) a quelli relazionali (bisogno di comprendere, di prendersi cura, di dominio, di ricevere soccorso, di comandare ecc...) (Gough, 1979; Lucchese, 1992).

- EQ-I (Emotional Quotient Inventory) di Bar-On è un questionario composto da 133 brevi affermazioni con scala di risposta a 5 punti. Il test misura le dimensioni intra-personali (la considerazione di sé, l'assertività, l'indipendenza); le dimensioni di adattabilità (esame di realtà, flessibilità, problem solving), le dimensioni interpersonali (empatia, responsabilità sociale) e la dimensione generale dello stress (tolleranza dello stress e controllo degli impulsi) (Franco & Tappatà, 2009).
- Il Test della Vergogna di Battacchi è composto da 46 affermazioni con scala di risposta a 4 punti. Misura alcune dimensioni della vergogna: timidezza-imbarazzo, angoscia di vergogna di fronte a persone significative, bisogno di approvazione, auto-biasimo per contenuti mentali, auto-biasimo per le azioni e le omissioni, bisogno di dominio, “cerco di sfruttare le occasioni che mi capitano”, colpa normativo-punitiva, colpa empatico-punitiva, atteggiamento contro-deofilico da svelamento (Battacchi et al., 2001).

I test vengono somministrati prima della presentazione del corso e al termine del corso stesso.

I risultati

Come abbiamo premesso è molto difficile ottenere risultati omogenei da gruppi di soggetti che differiscono per tante caratteristiche. Ci troviamo così ad avere tanti risultati ottenuti da tanti diversi gruppi di soggetti ma non possiamo accorparli per una valutazione statistica più precisa e attendibile.

Alle variabili individuali degli allievi si aggiunge poi quella non meno importante della personalità dei clown coinvolti come conduttori. Abbiamo detto sopra che i clown recitano sé stessi e sono tutti uno diverso dall'altro, perciò anche nella conduzione dei corsi essi si esprimono in modo molto personale, pur seguendo una traccia comune di percorso. Altra variabile fondamentale è la durata del corso: più breve è il corso, e meno evidenti sono le differenze fra test e re-test.

Nonostante tutte queste difficoltà, che rendono le nostre ricerche sempre un po' “spurie”, possiamo affermare, con una certa tranquillità, che un training di clownerie ha effetti molto rapidi sulle rappresentazioni che i soggetti hanno di sé.

Particolarmente interessanti sono i risultati al test ACL, che ci permettono di dire che l'immagine di sé dei soggetti che hanno partecipato al corso si modifica e migliora: il numero di aggettivi favorevoli scelti per descriversi aumenta, infatti, in modo significativo, confrontando test e re-test.

Vi sono differenze significative anche in diverse scale, fra cui quelle relative alla capacità di prendersi cura, al bisogno di associarsi agli altri, al desiderio di migliorarsi psicologicamente. Nei gruppi di controllo non sono state invece trovate differenze significative fra le prove.

Anche con il test dell'intelligenza emotiva, si trovano cambiamenti interessanti nella scala dell'autoconsapevolezza emotiva. Ciò significa che i soggetti, dopo l'esperienza di clownerie, acquisiscono una maggiore capacità di descrivere, discriminare e comprendere l'origine delle proprie emozioni e sono maggiormente in grado di esprimere a livello verbale e non verbale i propri sentimenti.

In molte delle scale dei due test, inoltre, troviamo una forte tendenza al cambiamento positivo, anche se non sempre si raggiunge una differenza significativa, forse a causa della grande variabilità interna dei campioni.

Il test della Vergogna ci ha dato risultati contraddittori perché in alcuni soggetti il senso di vergogna diminuiva significativamente mentre in altri aumentava. Questo dato è di difficile interpretazione: abbiamo fatto l'ipotesi che in alcuni casi la vergogna aumenti a causa di una maggior consapevolezza dei propri difetti e limiti, mentre in altri la possibilità di “svergognarsi” aiuti a vincere la paura di esporsi.

Ancora una volta le differenze individuali e le tante variabili intervenienti rendono difficile giungere a conclusioni definitive.

In tutti i campioni delle diverse ricerche condotte, invece, i commenti e le considerazioni degli allievi sono omogenei, a prescindere dalle diverse condizioni: sinteticamente possiamo affermare che c'è una quasi totale concordanza nel manifestare entusiasmo al termine del percorso.

Per quanto attiene il diario comico, invece, molti hanno trovato notevoli difficoltà nel raccontare in pubblico eventi della loro vita che li mettevano in ridicolo. Quando qualcuno sbloccava la situazione, narrando di sé, allora anche altri si lasciavano andare e si rideva insieme, scoprendo la gioia della leggerezza nella quotidianità.

La ricaduta sulla realtà lavorativa è stata così evidente che, per esempio, dopo un anno dalla prima ricerca, finanziata dall'Università di Bolzano, condotta presso l'ospedale di Bolzano con medici e infermieri, l'ospedale stesso ci ha chiesto di riproporla a un altro gruppo, finanziandola interamente.

BIBLIOGRAFIA

- Battacchi M.W., Codispoti O., Marano G., Codispoti M. (2001). Per la valutazione della suscettibilità alla vergogna e al senso di colpa: la scala SSCV. *Bollettino di Psicologia Applicata*, 233, 19-31.
- Farneti A. (a cura di) (2001) *Psicologia in gioco: modelli ludici per la formazione degli educatori*. CLUEB, Bologna.
- Farneti A. & Palloni F. (2010). Clowning: the effects on Self Image and Interpersonal Relationships in Nursery Schools. *Procedia - Social and Behavioral Sciences Journal* (ISSN: 1877-0428) 5, 23-27.
- Farneti, A. & Tschiesner, R. (2012). Humor and children. In: P. Gremigni (eds.) *Humor and Health Promotion* Nova Science Publisher, N.Y. ISBN 978-1-61942-657-3, 133-149.
- Farneti, A. & Tschiesner, R. (2014). Il clown al servizio della persona: Una nuova figura professionale. In: A. Dionigi & P. Gremigni (Eds.). *La clownterapia* (p 63-86). Roma: Carocci.
- Farneti, A. & Tschiesner, R. (2016). Some considerations on clown-therapy. *New Trends and Issues Proceedings on Humanities and Social Sciences*, 6, 116-128. ISSN:2421-8030.
- Farneti, A. (2004). *La maschera più piccola del mondo. Aspetti psicologici della clownerie*. Bologna: Perdisa.
- Farneti, A. (2007). Il corpo e il clown. *AGEOP Ricerca*, suppl. 2, 12-13.
- Farneti, A. (2008 a.). Clown e comunicazione. In: M. Menditto, *Comunicazione e relazione. Come gestire dialoghi e legami nel quotidiano* (pp. 122-130). Trento: Erickson.
- Farneti, A. (2008 b.). Il clowning come strumento di formazione e di valutazione degli insegnanti e degli educatori. *AIP XII Convegno Nazionale – Sezione di Psicologia dello Sviluppo-Atti*, 48-49.
- Farneti, A. (2008 c.). La formazione del clown di corsia In *CLOWN: la medicina del sorriso. Un percorso di formazione* (pp. 92-100). Giunti: Firenze.
- Farneti, A. (2010). *Pagliacci a scuola. Principi educativi e metodi di intervento*. *Psicologia e Scuola*, 7, 50-57.
- Farneti, A. (2011). Brief Note. In D. Zucca: *Clowning in the classroom. A new approach to healthy psychological development*. Malta University Press, pag. XXVII- XXIX. ISBN: 978-99909-45-62-1.
- Farneti, A. (2013). *Scarpe gialle per girare il mondo a testa in giù. Il clown al servizio della persona: una nuova figura professionale*. *Libreriauniversitaria.it*, Padova ISBN 978-88-6292-397-2.
- Farneti, A. (2020). *Il naso rosso. Psicologia e pedagogia del clown*. Bologna: EDB.
- Farneti, A. & Palloni, F. (2011). Il clown: l'aiuto di un amico - Balliamo chi con una gamba, chi senza, chi con tutte due. In: *Magister, le frontiere dell'educazione*, 2, 201-216.
- Farneti, A., Tschiesner, R. (2013). Il clown al servizio della persona In: A. Dionigi e P. Gremigni (ed.) *Il clown nella relazione di aiuto*, Roma Carocci, pag. 63-82 ISBN 978-887466-693-5.
- Farneti, A., Tschiesner, R. (2014) *La clownerie come strumento di formazione per gli infermieri*. Bressanone, Weger. ISBN: 978-88-6563-115-7
- Farneti, A., Tschiesner, R. (2012). La metafora del clown dall'arte alla psicologia. Il "saltimbanco delle emozioni". In A. Farneti, I. Riccioni (ed.) *Arte, psiche, società*. Roma: Carocci, 171-190.
- Farneti, A., Tschiesner, R. (2020). Clowning Training to improve Working Conditions and increase the Well-being of Employees. In: Lorain McKay, Georgina Barton, Susaanne Garvis, Viviana Sappa (eds.) *Ats-Based Research, Resilience and Well-being Across the Lifespan*. Palgrave Macmillan.
- Farneti, A., Tschiesner, R. (a cura di) (2017). *L'ospedale come bene comune. Ricerche e attività*. Padova: *Libreriauniversitaria.it*. ISBN: 978-88-6292-935-6 Peer Reviewed Book.
- Farneti, A., Tschiesner, R., (2016). Alcune considerazioni sulla clownterapia. In: D. Scarponi, P. Finelli (a cura di), *La clownerie non è una scienza* (pp. 112-121). Ed CEA, ISBN 978 8808 18682 9.

- Farneti, A. & Palloni F. (2010). Clowning: the effects on Self Image and Interpersonal Relationships in Nursery Schools, *Procedia - Social and Behavioral Sciences Journal*, 5, 23-27.
- Franco, M. & Tappatà L. (2009). *Emotional Quotient Inventory* Firenze, Giunti O.S.
- Gough, H.G. (1979). A creative personality scale for The Adjective Check List. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37, 1398-1405.

Biografia

Alessandra Farneti

Alessandra Farneti è stata professore ordinario presso la Libera Università di Bolzano, dove ha insegnato Psicologia dello sviluppo e Osservazione del comportamento infantile nel corso di laurea di Formazione primaria. Ha condotto e supervisionato diversi corsi di clownerie al servizio della persona. È autrice di numerosi articoli e libri sul tema della psicologia infantile e della clownerie.

Reinhard Tschiesner

Reinhard Tschiesner, Dr.rer.nat., psicologo, professore di seconda fascia di psicologia dello sviluppo e dell'educazione, vicepresidente agli studi e direttore del corso di "scienze della formazione primaria" presso la facoltà di scienze della formazione della libera università di Bolzano. Interessi di ricerca: Come si può supportare lo sviluppo di soggetti, di gruppi o di sistemi?