

LA RISATA COME FORMA DI TERAPIA



Classe: 5 E
BERTOLA ANNA MARGHERITA
A.S. 2013/2014
Relatore: Professoressa Elena Balbo

*«Toglimi il pane, se vuoi,
toglimi l'aria, ma
non togliermi il tuo sorriso. [...]
Dura è la mia lotta e torno
con gli occhi stanchi,
a volte, d'aver visto
la terra che non cambia,
ma entrando il tuo sorriso
sale al cielo cercandomi
ed apre per me tutte
le porte della vita.[...]
Riditela della notte,
del giorno, della luna,
riditela delle strade
contorte dell'isola,
riditela di questo rozzo
ragazzo che ti ama,
ma quando apro gli occhi
e quando li richiudo,
quando i miei passi vanno,
quando tornano i miei passi,
negami il pane, l'aria,
la luce, la primavera,
ma il tuo sorriso mai,
perché io ne morrei.»*

(Il tuo sorriso P. Neruda)

INDICE

Introduzione

Capitolo Primo:

Prima parte (psicologia e cultura medico sanitaria)

- Che cos'è la clown terapia;
- Origine e storia della clown terapia;
- Filosofia della clown terapia;
- L'importanza del gioco per i bambini in ospedale;
- Il clown dottore;
- La clownterapia nel mondo ed in Italia;
- Benefici della risata sull'organismo.

Seconda parte (legislazione sociale)

- La carta di EACH;
- La carta internazionale dei bambini degenti in ospedale.

Capitolo secondo:

Intervista a Emanuela Bruno.
Esperienza personale

Quando ero piccola per problemi di salute venivo ricoverata per periodi di tempo più o meno lunghi in ospedale. Mi ricordo che le giornate erano lunghe e noiose e per quanto colorata la pediatria fosse, c'era sempre quel velo di tristezza che accompagnava me e gli altri bambini (un ospedale è sempre un ospedale!).

Ma una mattina nella mia stanza si presenta una persona con un nasone rosso che diceva che era venuto a farmi giocare ed a rallegrare la mia cupa stanza.

All'inizio ero molto titubante ma poi il suo umorismo e la sua vitalità hanno contagiato anche me.

Sinceramente di quel clown non mi ricordo più il nome ma mi ricordo il beneficio che mi aveva portato. Fino ad un'ora prima ero stanca e senza voglia di fare niente invece quando è andato via facevo avanti e indietro per la stanza e sventolavo il fiorellino che mi aveva lasciato.

Da quel giorno in poi ogni volta che venivo ricoverata aspettavo con ansia l'arrivo del clown per poter giocare e ridere.

Ritengo che la risata sia uno strumento che naturalmente possediamo, ma di cui ignoriamo il potere.

Ridere aiuta a superare molte prove e situazioni difficili. Ma di questo ne parlerò più avanti ed è per questo motivo che ho scelto di dedicare la mia tesina alla risata.



CAPITOLO PRIMO

Parte prima

Definizione clown terapia

La *clown-terapia* è il termine con cui si definisce un nuovo tipo di terapia medica alternativa. Con questo termine si indica l'applicazione di un insieme di tecniche derivate dal circo e dal teatro di strada in contesti di disagio (sociale o fisico), quali ospedali, case di riposo, case famiglia, orfanotrofi, centri diurni, centri di accoglienza. Chi presta questo tipo di servizio utilizza le arti del clown (umorismo, improvvisazione teatrale, micromagia, marionette, musica) per favorire un cambiamento delle emozioni da negativo a positivo delle persone che vivono un disagio sanitario e sociale. Può essere un medico, un infermiere e più semplicemente ognuno di noi.

Origine e storia della clown-terapia

I primi “dottori-clown” apparvero negli anni '80 a New York ed i primi fondatori dell'unità di clown-terapia (The Clown Care Unit) furono Michael Christensen un clown professionista, e Paul Binder nel 1986. Il loro scopo era quello di donare il sorriso e portare la fantasia negli ospedali pediatrici. Oggi tale fondazione ha sviluppato il suo operato nel territorio dello stato di New York. Nei primi anni '90 la clown-terapia si sviluppò anche in Europa: gli ospedali Francesi e Svizzeri furono i primi ad accoglierla rispettivamente con i nomi di “Le Rire Medecin” e la Fondazione Theodora. Il suo apice venne raggiunto solo alla fine di questi anni anche in Italia grazie anche al dottor “Hunter (Patch) Adams” che fondò l'istituto Gesundheit una casa-ospedale nel West Virginia. Grazie alla passione per il suo lavoro e alla sua esperienza come paziente psichiatrico decise di fare dell'amore e del sorriso strumenti indispensabili come supporto alla medicina. Per tali motivi mise insieme aspetti della sua personalità con queste diverse aspirazioni per diventare un medico clown, creando così un approccio nei confronti del paziente a cui si ispireranno in seguito molti medici in tutto il mondo. Anche i medici più scettici, che non avevano fiducia nella sua impresa, si dovettero ricredere ammettendo che la gioia è fonte inesauribile di buona salute!

L'incontro con ragazzi in difficoltà avviene attraverso un mezzo non soltanto verbale, ma immediato come l'arte ed in particolare il circo. L'arte del circo è stata da Miloud ad oggi, lo strumento di lavoro utilizzato per riuscire a far emergere le potenzialità dei giovani di strada e allo stesso tempo per modificare la realtà e il contesto sociale

in cui vivevano. Attraverso l'arte diventa possibile anche salire in alto, al vertice della piramide, essere applaudito dal pubblico, e quindi riconosciuto come persona. L'arte del circo è stata una opportunità e non un obbligo, un'offerta creativa di alternativa alla strada. Miloud ha incentrato il suo intervento direttamente in strada quasi a dire che la strada non è una malattia da curare, ma una condizione da cui uscire, se lo si vuole. È offrire l'opportunità di essere protagonisti in modo non più distruttivo ma costruttivo, per essere liberi di diventare ciò che davvero si desidera.

[La filosofia della clown-terapia](#)

*«La salute si basa sulla felicità
dell'abbracciarsi e fare il pagliaccio
al trovare la gioia nella famiglia e negli amici,
la soddisfazione nel lavoro e l'estasi nella natura
e nelle arti»*

([Adams](#))

La frase sopra riportata riassume in breve la filosofia che ha ispirato la costruzione della clown-terapia e del Gesundheit Institute.

L'idea di questo nuovo tipo di ospedale è emersa da una forte preoccupazione per la qualità della vita delle persone, è una risposta alla crisi del sistema sanitario, della vita familiare e le comunità.

Il *Gesundheit* è un ospedale e centro di salute gratuito, concepito come una casa ed aperto a tutti, integra sia cure mediche che vita di campagna, arte, artigianato, spettacolo, ecc. Infatti per Patch ed i suoi collaboratori guarire è non soltanto prescrivere dei medicinali ma anche lavorare insieme condividendo tutto in uno spirito di gioia e di cooperazione.

Chi si rivolge a loro è sicuramente motivato a provare un'esperienza di terapia e di guarigione del tutto anomala, in quanto viene accolto con amore, come una persona da aiutare in un'atmosfera distesa e contemporaneamente vivace. Patch nel suo libro "Salute" sottolinea che la principale preoccupazione di un medico dovrebbe essere quella di occuparsi della qualità della vita della gente, utilizzando la comicità e l'ironia per aiutarli a guarire:

“La vostra meta consiste nel non ferire le persone e non minimizzare la loro sofferenza, ma nel far divertire coloro che stanno soffrendo.

Infatti la condizione del malato è piuttosto particolare a causa della sua fragilità emotiva e proprio per questo occorrenza di più attenzioni; la malattia, infatti, distrugge l'illusione di essere invulnerabile, e così egli si sente improvvisamente debole ed impotente.

Spesso accade che i medici e gli infermieri, pur curando le condizioni fisiche del paziente trattino con indifferenza la realtà emozionale, ignorando i dati che dimostrano come lo stato emotivo possa avere a volte un ruolo significativo nella vulnerabilità dell'individuo alla malattia e nel decorso della convalescenza. La salute del corpo non è la salute dell'anima, la malattia del corpo dipende anche da quella dell'anima. Per questa ragione Patch punta sull'induzione di un atteggiamento mentale positivo, e lo fa realizzando i sogni dei malati e facendoli ridere. La clown-terapia è composta da diversi fattori che possiamo definire come i suoi ingredienti fondamentali, essi sono: fede, amore, humor, ottimismo, speranza, amicizia, natura, curiosità, famiglia, comunità, saggezza, creatività. In questa sede per valide ragioni, ci soffermeremo a parlare soprattutto dell'importanza che l'umorismo ha all'interno della terapia del sorriso e nella costruzione di rapporti amichevoli tra il personale medico ed i pazienti.

L'importanza del gioco in ospedale e il ruolo del clown-dottore



La principale attività dei bambini è il gioco.

Attraverso esso, i bambini entrano in relazione con gli altri e con il contesto circostante facendo sì che gli atteggiamenti mentali, fisici ed emozionali superino la staticità e si muovano verso la crescita “della persona” ed il conseguente “cambiamento della realtà” in cui vivono.

L'importanza del gioco sta nel fatto che crea atteggiamenti attivi e sempre aperti a nuove situazioni, favorendo la comunicazione, lo scambio, l'incrocio di linguaggi diversi.

Nel gioco, le emozioni e la fantasia si riempiono di significato e danno un senso allo stare insieme.

I bambini hanno quindi bisogno di vivere il proprio tempo nel gioco, nella gioia, nella libertà, nella spontaneità e nell'autenticità.

La scarsità del “tempo di gioco” può essere la causa di disturbi allo sviluppo, di difficoltà di concentrazione, di stress, di paura ecc.

Tipico esempio di questa realtà è il ricovero del bambino in ospedale, in particolare di quelli a lunga degenza (reparto oncologico).

In questa situazione il bambino appare depresso, ansioso, risente dell'abbandono del contesto familiare, soffre per la mancanza della mamma soprattutto quando è piccolo, soffre della mancanza della propria casa e di solitudine in quanto, fino a non molto tempo fa, si curava il sintomo, la malattia, perdendo di vista la persona.

Il corpo, la mente, lo spirito, non sono realtà separate, ma aspetti di un insieme che interagiscono costantemente fra loro e la guarigione può avvenire solo attraverso una cura globale che può determinare il riequilibrio energetico; dice Patch Adams: "...i mali che affliggono la maggior parte dei malati, come la sofferenza, la morte e la paura, non possono essere curati con una pillola. I medici devono curare le persone non le malattie".

Ecco dunque la necessità della presenza "del medico dell'anima", oltre che "dell'indispensabile medico del corpo", che riporti il "tempo del gioco", la spensieratezza, così che il bambino e la sua famiglia, possano reagire con l'emozione, l'immaginazione ecc..

L'intento di rendere il ricovero ospedaliero meno traumatico può avvenire, dunque, rubando un pizzico di buonumore e condividendo con il bambino le emozioni, guardandolo nella sua unità, totalità.

Nasce così, dopo un lungo percorso formativo, all'interno di molti reparti ospedalieri, la figura di un dottore particolare che utilizza la risata come strumento per accelerare il processo di guarigione: "il clown dottore".

[Il Clown Dottore](#)

Il Clown Dottore non è un vero medico ma un professionista appositamente addestrato sui comportamenti e le procedure da osservare nei vari reparti, per operare negli ambiti dove esiste la sofferenza, che usa le arti del clown e le potenzialità terapeutiche, di prevenzione, di educazione e di formazione del ridere, al fine di mutare segno alle emozioni negative ed umanizzare le strutture di riferimento.

Ogni Clown Dottore indossa un camice da medico, opportunamente colorato e disegnato in base al nome scelto, ha un naso rosso, indossa strani scarponi, ha ogni sorta di oggetti nelle tasche o nella "borsa del medico", come ad esempio bolle di sapone, stetoscopi trasformati in telefoni, marionette; utilizza la giocoleria, il contatto fisico, la narrazione di storielle divertenti, la musica e le canzoncine d'animazione, bans (gestualità associata a canto e mimo), lavora a stretto contatto con l'equipe di reparto e, dopo essersi informato sul tipo di patologia di ogni singolo ricoverato, fa un vero e proprio "giro-visite", parafrasando l'anamnesi, la diagnosi, la prognosi e la terapia. Egli può intervenire sia nelle stanze dei degenti, chiedendo loro il permesso, sia in piccoli gruppi negli spazi comuni.

L'ambito in cui opera il Clown Dottore è prevalentemente quello pediatrico, segue quello oncologico, quello dei disabili e poi quello psicologico e geriatrico. Diverse esperienze sono state svolte anche nelle scuole, con i genitori, con gli insegnanti, nelle sale d'aspetto odontoiatriche ed endoscopiche, nelle carceri ed in missioni umanitarie.

Il loro compito è sdrammatizzare le pratiche sanitarie, mutare segno alle emozioni negative, quali paura, rabbia, delusione, tristezza, farle esprimere, gestirle e virarle al positivo, verso il sorriso, il coraggio, la speranza, la gioia, il riso.

Il Clown Dottore dunque non è un vero e proprio medico, non fa diagnosi, non compila cartelle cliniche e non guarisce il paziente, ma gli è di guida e di sostegno affinché la malattia non diventi sopraffazione, verdetto freddo ed irrefutabile. Attraverso trasfusioni di cioccolata, siringhe che fanno bolle di sapone e fiori giganti che spruzzano acqua attaccati al camice, il bambino, in modo particolare, riesce a sdrammatizzare la tanto temuta figura del medico, riesce a prendere familiarità con le procedure terapeutiche ed, in ultimo ma non da meno, riesce a comprendere e probabilmente ad accettare il suo vissuto di malattia. Il Clown Dottore entra nella stanza di degenza solo se invitato, senza alcuna costrizione; questo dà alla persona ospedalizzata la forza e l'opportunità di scaricare le sue paure, le sue tensioni e le sue frustrazioni.

Di fatto il Clown Dottore non è così diverso dal clown di corsia, in quanto entrambi sono portatori di sorriso, ma la differenza sostanziale è che i Clown Dottori vengono regolarmente pagati, pertanto loro svolgono un lavoro e non un atto di volontariato, visitano i reparti durante i giorni della settimana e non nel fine settimana, come fanno invece i clown di corsia, devono, nella maggior parte dei casi, avere esperienza in ambito circense, tant'è vero che molti di loro hanno fatto la scuola di clown o lavorano abitualmente in un teatro, possono poi stabilire un contatto personale con i pazienti che incontrano, nel senso che svolgono questo tipo di lavoro anche in privato, pertanto possono essere chiamati ad esempio per una festa di compleanno di un bimbo visitato durante la degenza in ospedale, ma di fatto lo scopo di queste due figure è lo stesso: portare la gioia di vivere in un ambiente di sofferenza.

Il Clown-Dottore trasforma il reparto o la camera d'ospedale da cornici fredde e distaccate dove vivono i pazienti a un ambiente magico, in cui la risata si fa strumento di gioia e sicurezza, incoraggiando al dialogo, quale forma essenziale di interazione e legami. Inoltre cerca di stabilire con il paziente un rapporto umano di fiducia e confidenza, capace di fare dimenticare la quotidianità della vita ospedaliera, a profitto della fantasia e dell'immaginazione. L'importanza di questa figura non si esaurisce nella figura del paziente, bensì si estende a tutta la sua famiglia, proprio perché i miglioramenti del malato vengono vissuti e condivisi anche da coloro che lo circondano con amore e affetto.

La sua formazione è sia in campo artistico che psicologico in particolare nell'età evolutiva e relazionale in modo tale da essere in grado di rendere il proprio intervento il più mirato possibile a seconda del paziente.

Il Clown-Dottore con il suo camice stravagante effettua un giro di visite nelle stanze istaurando un rapporto faccia a faccia. Ogni intervento è personalizzato inoltre lavorando in coppia permette il consolidamento del rapporto con il paziente, con la famiglia e personale medico. I dottori e volontari che scelgono questo tipo di terapia, operano in stretto contatto con l'equipe ospedaliera e il loro intervento assicura un netto miglioramento.

Effetti sull'organismo della risata

« Una risata può avere lo stesso effetto di un antidolorifico: entrambi agiscono sul sistema nervoso anestetizzandolo e convincendo il paziente che il dolore non ci sia »

La ricerca condotta su 92 bambini operati ha dimostrato che la visita dei Clown Dottori della Federazione Internazionale "Ridere per Vivere" è stata in grado di diminuire significativamente le complicazioni post operatorie e di un giorno il periodo di degenza.

La risata produce svariati effetti benefici sull'organismo:

riattiva tutte le parti del corpo :

il cuore e la respirazione accelerano i loro ritmi, la pressione arteriosa diminuisce e i muscoli si rilassano.

Gli ormoni aumentano la loro produzione quali l'adrenalina e la dopamina, che hanno il compito di liberare le nostre morfine naturali; betaendorfine ed encefaline. Le betaendorfine (sostanze prodotte e liberate dall'encefalo, agenti nell'organismo come potente antidolorifico endogeno) provocano una diminuzione del dolore e della tensione, permettendo il raggiungimento di uno stato di relax e tranquillità.

Le encefaline (oppiacei naturali secreti nell'encefalo e in altri tessuti corporei) sembrano esaltare il sistema immunitario, aiutando a meglio combattere le malattie.

La risata agisce :

- sulla **muscolatura**: quando si ride, parte della muscolatura, soprattutto del viso, del torace e degli arti superiori, si contrae e si rilassa, innescando una ginnastica addominale che migliora le funzioni del fegato e dell'intestino. Si può pertanto parlare di un vero e proprio esercizio muscolare, basti pensare che s'impegnano più di 60 muscoli.

- **sulla respirazione**: il primo beneficio provocato da una risata, lo riceve la respirazione, che grazie ad essa diviene più profonda. L'aria nei polmoni, viene rinnovata attraverso fasi di espirazione e inspirazione tre volte più efficace che in stato di riposo. Le alterazioni del ritmo respiratorio intervengono sull'ossigenazione del sangue. Ridere permette un fenomeno di purificazione e liberazione delle vie respiratorie superiori.

- **circolazione sanguigna**: la risata favorisce, attraverso la respirazione profonda, la ossigenazione e la circolazione del sangue con aumento della pressione arteriosa. Il riso crea un calore interno generalizzato che, ossigenando tutte le cellule del corpo, può accelerare la rigenerazione dei tessuti e stabilizzare molte funzioni corporee, contribuendo a difendere il fisico da infezioni.

- **cuore**: durante una risata, il cuore aumenta le pulsazioni anche fino a 120 al minuto. Da quando si inizia a ridere, il cuore e la respirazione accelerano i ritmi, la tensione arteriosa cala ed i muscoli si rilassano. L'endotelio è il punto di partenza dei processi che portano all'arteriosclerosi, cioè all'indurimento delle arterie e al loro restringimento, situazioni che aumentano il rischio di infarto e di ictus. E se è vero che la risata aiuta a mantenere un endotelio sano, è immaginabile che possa ridurre il rischio di malattie cardiovascolari.

Ridere, inoltre, possiede una funzione depurativa dell'organismo per espulsione dell'anidride carbonica e permette un miglioramento delle funzioni intestinali ed epatiche.

- **apparato digestivo**: ridere combatte la stitichezza, perché provoca ginnastica addominale e quindi movimenti intestinali.

- **la chimica del sangue si modifica**: ridere tanto stimola la produzione di *beta-endorfine* da parte delle ghiandole surrenali che producono cortisolo cioè un ormone che regola la risposta allo stress. La loro peculiarità sta nella capacità di regolare l'umore, esse vengono rilasciate in situazioni stressanti come forma di difesa, in modo da poter sopportare meglio il dolore, fisico o psicologico. È ormai provato che il buon umore e la fiducia rafforzano l'organismo aumentando le difese immunitarie, mentre stati depressivi favoriscono l'insorgere di malattie.

Ridere ha un effetto sullo [stato di salute generale](#): ridere combatte la debolezza fisica e mentale. La sua azione, infatti, causa una riduzione degli effetti nocivi dello stress. Ridere calma il dolore, in quanto distrae l'attenzione da esso (calma temporanea), e quando lo stesso dolore riappare non ha più la stessa intensità. Ridere è un primo passo verso uno stato di ottimismo che contribuisce a donare gioia di vivere, e quindi ha delle proprietà antidepressive. Anche l'insonnia passa, perché ridere diminuisce le tensioni interne. Ridere è il mezzo più sano per vivere meglio e più a lungo possibile sfidando le frustrazioni della vita. Il ridere, oltre ad avere queste fondamentali funzioni, ha un grandissimo effetto placebo nel percorso della guarigione. L'ansia diminuisce e aiuta i pazienti ad affrontare con più calma e serenità il ricovero in ospedale

Parte seconda

Molte sono le Associazioni in Italia che si occupano di sviluppare questo modello d'approccio al paziente, Associazioni di Volontariato ed Associazioni con "personale professionista" ne sono alcuni esempi:

- Coni Vip
- La fondazione Theodora
- La federazione Viviamo in Positivo
- Dottor Sorriso
- La fondazione magica Cleme

Gran parte di queste associazioni sono ONLUS cioè organizzazioni non lucrative di utilità sociale.

Per tutelare il bambino in ospedale sono state redatte alcune carte: la Carta di EACH e *la carta europea dei bambini degenti in ospedale*.

La carta europea dei bambini degenti in ospedale

Il primo provvedimento internazionale di un certo rilievo si ha nel Maggio del 1986, quando il Parlamento Europeo emanò la Carta Europea dei bambini degenti in ospedale.

Questa Carta riconosce una serie di diritti del fanciullo tra i quali per primo il diritto della salute ma anche i bisogni primari all'istruzione e all'attività ludiche.

La Carta Europea dei bambini degenti in ospedale ha ispirato i successivi provvedimenti sia di carattere Nazionale e Regionale

Carta di EACH

L'EACH (European Association for Children in Hospital) è l'organismo, fondato nel 1993, che raccoglie e coordina tutte le Associazioni no profit di 16 paesi Europei, impegnate a promuovere il benessere del bambino in ospedale. Nel 1988 quattordici di queste Associazioni avevano redatto a Leida una carta che riassume in 10 punti i diritti del bambino in ospedale, e che dal 1993 è stata denominata Carta di EACH.

I dieci punti trattano di:

1. Il bambino deve essere ricoverato in ospedale soltanto se l'assistenza di cui ha bisogno non può essere prestata altrettanto bene a casa o in trattamento ambulatoriale.
2. Il bambino in ospedale ha il diritto di avere accanto a sé in ogni momento i genitori o un loro sostituto.
3. L'ospedale deve offrire facilitazioni a tutti i genitori che devono essere aiutati e incoraggiati a restare. I genitori non devono incorrere in spese aggiuntive o subire perdita o riduzione di salario. Per partecipare attivamente all'assistenza del loro bambino i genitori devono essere informati sull'organizzazione del reparto e incoraggiati a parteciparvi attivamente.
4. Il bambino e i genitori hanno il diritto di essere informati in modo adeguato all'età e alla loro capacità di comprensione. Occorre fare quanto possibile per mitigare il loro stress fisico ed emotivo.
5. Il bambino e i suoi genitori hanno il diritto di essere informati e coinvolti nelle decisioni relative al trattamento medico. Ogni bambino deve essere protetto da indagini e terapie mediche non necessarie.
6. Il bambino deve essere assistito insieme ad altri bambini con le stesse caratteristiche psicologiche e non deve essere ricoverato in reparti per adulti. Non deve essere posto un limite all'età dei visitatori.
7. Il bambino deve avere piena possibilità di gioco, ricreazione e studio adatta alla sua età e condizione, ed essere ricoverato in un ambiente strutturato arredato e fornito di personale adeguatamente preparato.
8. Il bambino deve essere assistito da personale con preparazione adeguata a rispondere alle necessità fisiche, emotive e psichiche del bambino e della sua famiglia.
9. Deve essere assicurata la continuità dell'assistenza da parte dell'équipe ospedaliera.
10. Il bambino deve essere trattato con tatto e comprensione e la sua intimità deve essere rispettata in ogni momento.

CAPITOLO SECONDO

Prima parte

In questo capitolo parlerò dell'intervista fatta ad Manuela Bruno (Il nome d'arte clown Tricky), clown terapeuta e fondatrice dell'associazione Coni vip. L'intervista l'ho fatta 18 Novembre 2013.

1 - Perché ha deciso di intraprendere questa strada?

“Inizialmente per gioco. Si domandava cosa facevano e come si svolgevano le attività. E allora si è detto perché non ci provo io in prima persona? E così incomincia l'avventura; ora sono sette anni che lo svolge ed è diventata una passione.”

2 - Qual è la formazione per diventare clown volontario?

Non è necessario aver fatto un percorso di studio specifico. Basta fare un corso intensivo di tre giorni. Questo corso è a pagamento con un costo abbastanza elevato 200 Euro. Dopo tre giorni si ha un attestato di clown base e poi tutti i giovedì bisogna fare gli allenamenti per giocare e per creare collaborazione tra i membri. A questi incontri ci sono i trainer che formano i clown. Si impara a mimare, a fare i giocolieri, si impara l'arte della clownerie. Ci si può mettere in sospensione per cinque mesi ma, se si superano bisogna rifare il corso.

Ho fatto il corso ad Alba e poi è passata all'Associazione di Mondovì. Ad un certo punto però si è chiesta perché non creare un'Associazione a Cuneo e così nasce Cunivip.

Il clown deve avere un abbigliamento assolutamente sobrio con un camice uguale per tutta l'Italia perché c'erano delle persone che si spacciavano per clown per raccogliere soldi illegalmente.

L'unica cosa che si possono permettere è il naso rosso.

3 - Quali caratteristiche deve possedere il clown volontario?

Per prima cosa ci vuole tatto, voce moderata e soprattutto grande rispetto perché se la persona non ne ha voglia non bisogna insistere, si ringrazia per l'attenzione data si saluta e si va via.

Bisogna avere tempo e voglia. Nella vita si può fare qualsiasi cosa basta volerlo. Bisogna fare almeno 1 servizio al mese nell'ospedale al sabato pomeriggio.

Nella vita tutto si impara .

4 - Che reazione hanno i bambini? E cosa bisogna fare per farli divertire?

Quando i bambini sono in ospedale hanno come figura di riferimento la mamma che diventa la “mamma chiocchia”.

Se entri nella stanza in modo energico il bambino ti guarda come per dire: cosa vuoi, perché invadi il mio spazio?

Per prima cosa è quindi essenziale entrare in confidenza con la persona che sta vicino al bambino perché così lui vede che la persona adulta si fida e allora si fida anche lui e si apre con il clown. È fondamentale far partecipare il genitore.

Per far stupire e divertire i bambini ci vuole un nulla. Basta far parlare un pupazzetto, creare scenette comiche, usare bolle di sapone, creare dei fiori o animali con i palloncini. Il palloncino viene visto come un trofeo preziosissimo quasi fosse un diamante.

5 - Che benefici si ha?

I benefici si hanno quando esci fuori dalla stanza e i bambini continuano a saltare sul letto ed a ridere.

I bambini stessi ti fanno capire che il tuo intervento è stato positivo attraverso uno sguardo felice o triste perché te ne vai, con le parole, oppure quando ti seguono e ti chiedono se te ne vai davvero.

6 –L’intervento del clown è sempre possibile in ogni ospedale?

Sì è sempre possibile ma ci sono modalità diverse a seconda degli ospedali. Al Regina Margherita per esempio in alcuni reparti si puoi entrare solo se ti metti il camice, la mascherina e la cuffietta; puoi portare con te un solo gioco che deve essere sterilizzato sia quando entra che quando esce. Nella stanza si può stare dieci minuti al massimo. Nel reparto isolamento puoi lavorare da dietro un vetro e anche se è più difficile intervenire è possibile magari mimando delle scene oppure usando una manona luminosa.

7 – Hai fatto qualche missione umanistica?

Sì, ho fatto una missione umanistica in Guatemala nel 2003 e nel 2012. La missione umanitaria viene pagata dalla singola persona ed ha un costo elevato sui 1.500 €uro, ma almeno una volta nella vita è utile farla perché apre la mente. In queste spedizioni mi sono affezionata ai bambini perché sono stata a stretto contatto con loro per 12 giorni. Sono stata sistemata nell’ orfanotrofio e vuol dire avere a che fare con duemila bambini. Queste missioni vengono fatte per permettere ai bambini di continuare a studiare. Nei paesi del terzo mondo i bambini a sei/sette

anni cominciano a lavorare. Un episodio che mi ha colpita molto è stato quando ho incontrato una bambina di 7 anni che lavorava per comprare le medicine alla mamma malata. Con un altro volontario ho fatto giocare questa bambina e lei per ringraziarci ci ha regalato tutte le caramelle che doveva vendere. Logicamente non abbiamo accettato e gli abbiamo dato dei soldi, dei palloncini da gonfiare e un flacone di bolle di sapone. Questa bambina li ha riposti in tasca quasi come fosse un tesoro inestimabile. Questi bambini si stupiscono con un nulla perché loro non sono abituati a giocare e divertirsi ma solo a lavorare.

Parte seconda: Esperienza personale

AL REGINA MARGHERITA

Domenica primo Dicembre ho potuto assistere allo spettacolo di beneficenza tenuto per i bambini al Regina Margherita a Torino. È stata un'esperienza commovente che mi ha insegnato come una semplice canzone, uno spettacolo di magie o un'acrobazia con le bici possano riportare il sorriso e la speranza a molti bambini costretti a stare tutto il giorno a letto. C'erano tantissime persone, bambini, anziani, giovani e ragazzi, che hanno partecipato per portare un sorriso ai bambini. Commovente è stato quando i genitori sono scesi a ringraziare tutta la folla per aver donato metà giornata a queste creature. Secondo me ognuno di noi dovrebbe prodigarsi nel donare un poco di se stesso a persone più sfortunate, in quanto individui crudeli ed insensibili abbondano in questa società consumistica. Ci vuole poco per rendere felice un bambino o un anziano basta anche solo un sorriso che è un qualcosa di scontato, ma che in realtà ha un potere inimmaginabile.

LEZIONI DI CLOWNTERAPIA ALL'ISTITUTO GRANDIS DI CUNEO

Sabato primo Giugno gli allievi delle classi IV E et IV F dell'indirizzo socio-sanitario hanno partecipato a un'attività formativa con i volontari dell'Associazione Coni Vip. Durante l'incontro abbiamo potuto svolgere molti giochi divertenti e coinvolgenti derivati dalle tecniche di circo. Questi giochi avevano molteplici scopi, infatti non devono solo divertire ma anche insegnare dei valori che al giorno d'oggi sono rari da trovare in modo particolare nei giovani. Per un giorno alunni ed insegnanti si sono messi in gioco, divertendosi e imparando in modo alternativo dai soliti libri.

Bibliografia

<http://it.wikipedia.org>

<http://www.nasirossi.altervista.org>

<http://carta di EACH>

<http://cartedeidirittidelbambino.org>