

# **CLOWN TERAPIA: LA CREAZIONE DI UN CLOWN COME INTERVENTO DI TRATTAMENTO**

**Di Cheryl E. Carp, medico esperto in salute mentale**

## **Introduzione**

Ho iniziato a fare la clown all'età di quindici anni grazie ad un programma del ministero presentato al mio oratorio. Vi ho aderito subito, quasi naturalmente, e sono stata colpita sin dall'inizio dalla libertà che mi offriva il mio personaggio di clown e dalle risposte emotive che ottenevo dal mio pubblico. Negli anni seguenti, quando divenni una giovane adulta, mi fu chiesto di insegnare le tecniche della clown terapia ai reclusi di un carcere maschile di massima sicurezza. Ancora una volta fui testimone del potere di queste tecniche. Gli uomini iniziarono a fare i conti con forti emozioni che avevano sotterrato dentro se stessi tanto tempo prima e presero a sperimentare giochi quasi infantili e a trovare nuove vie di fuga mentali derivanti dal sollievo che scaturiva dal loro "essere clown". L'idea che i clown possano fornire un beneficio terapeutico ha iniziato a prendere forma nella mia mente attraverso questa esperienza.

I miei pensieri, le mie sensazioni e i miei obiettivi continuarono a ruotare attorno a questo ambito e sceglì di lavorare nell'assistenza sociale partecipando a più workshop possibili. Alla fine ho fatto il passo decisivo e ho iniziato a studiare la connessione fra il clown e la psicologia alla Antioch University di Seattle. Questo è il risultato di quello studio.

Le figure dell'imbroglione, dello stupido e del clown sono oggetto di studi psicologici, di analisi di tipo fisico, occulto, teatrale, mitologico e l'antropologico. La loro importanza sociologica viene spesso dibattuta ma il loro ruolo nella storia è ben definito, così come è chiara la loro relazione con gli dei.

L'imbroglione, lo stupido e il clown occupano anche un certo ruolo nella psicologia in generale e nella psicoterapia in particolare. Lo scopo di questa relazione è quello di rendere più familiare per il lettore la clown terapia, la creazione di un personaggio clown come intervento terapeutico. Questa introduzione è seguita da una breve recensione sulla letteratura esistente relativa a questo argomento. La sessione successiva individua i principi della clown terapia, seguiti degli scopi del processo psicoterapeutico. L'ultima parte, infine, descrive una seduta di terapia di gruppo nella quale si utilizzano le tecniche e gli esercizi specifici dei clown.

Le figure dell'imbroglione, dello stupido e del clown sono archetipi. Quest'ultimi, definiti in parole semplici, sono schemi generali e universali di potenziali comportamenti (Jacobi, 1959; Jung, 1960, 1961, 1964). Questi schemi sono strutture ereditate della psiche umana. L'esperienza individuale costituisce il contenuto dello schema e diventa l'archetipo. A livello di

archetipo, l'imbrogliatore, lo stupido e il clown sono interscambiabili e si possono definire come tre facce dello stesso archetipo. Gli archetipi o le loro rappresentazioni in mitologia, teatro, psicologia, culture e in comunità varie si differenziano comunque in maniera considerevole. La distinzione fra le figure dell'imbrogliatore, dello stupido e del clown è importante e dunque ognuno di questi personaggi richiede una piccola introduzione e qualche chiarimento.

### ***L'imbrogliatore***

L'imbrogliatore ha sempre occupato un ruolo importante nella mitologia fin dalla nascita della tradizione dei cantastorie. In molte tradizioni mitologiche, sia che si tratti di una figura maschile che di una femminile, risulta essere sia creatore che distruttore (Campbell, 1959; Jung, 1956; Radin, 1956). L'imbrogliatore agisce d'impulso ed è sottomesso a qualsiasi tipo di passione. In quella degli indiani americani e in altre tradizioni, viene spesso identificato con animali particolari, fra cui il corvo, il coyote e la lepre. Queste figure animali sono rappresentazioni simboliche o archetipi culturalmente definiti. L'imbrogliatore non ha una forma fissa o definita. È divino/a, una figura mitologica che affonda le proprie radici negli archetipi e occupa un posto unico nella psiche individuale.

### ***Lo stupido***

Lo stupido si aggirava nel mondo sin dagli albori dell'umanità (Townsen, 1976; Willeford, 1969). Lo stupido vive ai margini della società, libero dalle norme e dalle consuetudini sociali. Lo stupido è il/la "matto/a", solitamente a causa di circostanze al di fuori del suo controllo (Highwater, 1984; Townsen 1976). Uno stupido potrebbe essere anche descritto come una persona che decide di fare sciocchezze solo per il gusto di essere stupido o sciocco, indipendente da quanto saggia possa essere la stupidità. Lo stupido come burlone di corte intratteneva i reali. Questo personaggio sopravvive ancora oggi in tutti coloro che permettono a se stessi di vivere la libertà e l'imprevedibilità della stupidità.

### ***Clown***

La figura del clown nasce dalle ceneri del burlone di corte (Townsen, 1976). Il clown viene messo in relazione con il divertimento, il clown da circo o l'artista di strada. Il clown ha comunque molto a che fare con lo stupido, anche se a lui manca la comprensione e il rispetto delle norme sociali e del comune decoro. Lo stupido non è consapevole della società, mentre il clown è incapace di comprendere il mondo in generale e quindi opera sulla base di idee tutte particolari.

La psicoterapia individuale o di gruppo può offrire la possibilità di sperimentare tecniche che mettano in relazione questi tre archetipi. La clown terapia include l'uso dell'improvvisazione, del movimento, delle tecniche di recitazione e di quelle propriamente utilizzate dai clown allo scopo di facilitare l'emergere di un'unica parte della psiche che potrebbe essere chiamata l'imbrogliatore, lo stupido o il clown che c'è in ognuno di noi. L'idea di base è che l'integrazione di questo personaggio nella propria coscienza e nella vita quotidiana abbia effetti psicoterapeutici, porti dunque ad un cambiamento ed abbia un certo valore per

l'individuo. L'uso del clown nella psicoterapia di gruppo o individuale è importante per la relazione che esiste fra questi archetipi e il Sé.

Il Sé è, in questo caso, un termine forgiato da Jung che si riferisce alla forza unificatrice dell'individuo (Jacobi, 1959; Jung, 1961). Il Sé è la totalità (conscio e inconscio) e anche il centro di direzione della stessa totalità, simile a quella che potremmo chiamare anima. Gli archetipi dell'imbrogliatore, dello stupido e del clown sono funzionali agli obiettivi del Sé. In altre parole, la realizzazione di questi aspetti della nostra personalità ci avvicina alla comprensione e alla maturazione della nostra vera natura come individui.

L'imbrogliatore, lo stupido e il clown, in quanto emissari del Sé, aiutano a creare la relazione fra gli aspetti consci e inconsci della personalità. Entrando direttamente in contatto con l'inconscio, sfidano l'identificazione con l'ego che è il centro della consapevolezza e attivano ciò che deve essere assolutamente centrale, il Sé.

### **Letteratura**

In questa breve analisi della letteratura del settore desidero analizzare le figure dell'imbrogliatore, dello stupido e del clown in relazione alla società, alla psiche individuale e all'ambito spirituale. Radin (1956) e Highware (1984) si concentrano sul ruolo dell'imbrogliatore e del clown come elementi dell'esperienza culturale e spirituale degli indiani americani. Il saggio di Jung *On the Psychology of the Trickster Figure* (1956) getta le basi per lo studio di Willeford (1969) riguardante lo stupido e la società e per il saggio di Hinton (1981) sullo stupido e la psiche. Di notevole importanza sono anche gli studi di Ulanov sull'archetipo del clown e l'analisi generale di Combs e Holland (1996) sulla relazione fra l'imbrogliatore, gli eventi sincronici e l'individuo.

Il libro di Paul Radin, *The Trickster* (1956), è un insieme di episodi tratti dal *Winnebago Trickster Cycle*. Radin li pone nel contesto della cultura Winnebago e li relaziona ad altre opere riguardanti la figura dell'imbrogliatore di altri gruppi di indiani americani attraverso la sua introduzione e il suo commento. Egli crede, infatti, che l'imbrogliatore sia una delle figure mitologiche più arcaiche e primitive nella loro cultura. L'imbrogliatore ha un ruolo sacro nella spiritualità e nei rituali della comunità, così come nell'anima dell'individuo. Secondo Radin è un essere interamente incosciente, guidato solo dall'impulso. Non conoscendo né il bene né il male, l'imbrogliatore è spesso inconsapevolmente responsabile per entrambi.

Queste storie hanno migliorato la mia comprensione dell'aspetto paradossale dell'imbrogliatore. L'imbrogliatore di questi miti è assassino, rapitore e ladro. Questo personaggio crea il mondo, dona la vita e la salva. Per l'imbrogliatore queste qualità non sono incongruenti. Vengono accettate come parte della sua natura ambigua e paradossale.

Anche i gruppi di indiani del Sud ovest tengono in grande considerazione la figura dell'imbrogliatore. Quest'ultimo, uomo o donna che sia, è rappresentato/a

nella *Pueblo culture* dai *Kachinas*, conosciuti anche come clown sacri o facce divertenti. Jamake Highwater, nel suo libro, *Ritual of the Wind* (1984), scrive che il clown sacro è un "contrario cosmico", l'apoteosi del paradosso. Egli/ella possiede grande potere e tiene in bilico divino e profano. Gli atteggiamenti irrazionali irriverenti e bizzarri del clown durante le cerimonie provano la sua conoscenza e connessione con le divinità.

Durante la Cerimonia dei Poteri della Pioggia del villaggio di San Juan nel New Mexico, i clown sono solo esseri in grado di tradurre i messaggi degli dei per le persone. I clown hanno anche la libertà di prendere in giro le divinità e ridere di loro, arrivando addirittura a mettere in ridicolo la loro posizione di potere e rimandandoli a casa. Il clown ha la funzione di portare le divinità a livello umano; il loro ruolo è quello di irriverenti ambasciatori che collegano il mondo temporale con quello spirituale.

Il libro di Highwater descrive il ruolo del clown ai margini della società. La Clown terapia fornisce l'opportunità di vedere se stessi e gli altri da questa angolazione. L'abilità del clown di spingere il divertimento sino a posizioni di potere è anche uno strumento utile per la psicoterapia. La spensieratezza del clown serve ad annullare la differenza di potere fra il cliente e il terapeuta migliorando la relazione di empatia.

Nel suo saggio, *On the Psychology of the Trickster Figure* (1956), Jung afferma che l'imbroglione è una struttura psichica che retrodata la coscienza umana. Egli mette in relazione l'imbroglione con l'ombra individuale. L'ombra, una parte accessibile dell'inconscio personale, contiene aspetti sconosciuti e non sviluppati della psiche. L'imbroglione porta i contenuti incompatibili con il punto di vista cosciente individuale dall'ombra alla consapevolezza. Questi contenuti vengono messi in evidenza da scherzi giocati alla mente cosciente, da proiezioni sugli altri, da lapsus e da altre piccole manie.

In quanto figura con significato sia individuale che universale, l'imbroglione fornisce accesso all'inconscio personale e collettivo. L'inconscio collettivo contiene l'intera storia dell'umanità sotto forma di archetipi. Secondo Jung (1960,1961), l'individuazione, obiettivo del trattamento psicoterapeutico e in fine della vita, si raggiunge attraverso l'integrazione cosciente di queste componenti all'interno della psiche. Una consapevolezza dell'archetipo dell'imbroglione nell'ombra individuale è un passo avanti in questo senso.

La clown terapia è un mezzo che conferisce accesso diretto all'energia dell'imbroglione e dunque all'inconscio personale e collettivo. Questo saggio è stato per me il primo strumento utile per conoscere le idee di Jung riguardanti la figura dell'imbroglione come archetipo. I suoi concetti sono la base delle mie idee riguardanti il potere guaritore proprio di questo archetipo.

Il libro di Willeford, *The Fool and His Scepter* (1969) offre una panoramica complessa e generale della popolarità duratura e del significato psicologico della figura dello stupido, del burlone e del clown. Willeford discute il ruolo

dell'attore stupido, del clown e dello stupido naturale in relazione al pubblico e alla società in generale. Egli esamina la nostra relazione conscia e inconscia con lo stupido ritenendolo uno dei fattori più importanti della natura umana e del mondo.

Per Willeford lo stupido è un personaggio misteriosamente ambiguo che fa abbastanza parte del mondo da avere una certa empatia con esso e che ne resta comunque abbastanza separato da poterne ridere. La sua posizione è al limite fra il bene e il male, l'ordine e il caos, la realtà e l'illusione, l'esistenza e il nulla.

Il lavoro di Willeford viene spesso citato nelle discussioni letterarie sulla natura psicologica dello stupido. Le sue idee sono centrali per lo sviluppo di una base concettuale per la clown terapia. Il suo libro, anche se è difficile da leggere a causa di una certa complessità, è fondamentale se si vuole comprendere pienamente il valore psicoterapeutico del personaggio del clown.

L'articolo di Hilton, *Fool, Foolishness and Feeling Foolish*, riprende dal punto in cui si era fermato Willeford. Hinton analizza la figura dello stupido considerandolo un aspetto insito in ognuno di noi. Egli afferma la necessità di giocare con la nostra natura stupida e di renderla parte della coscienza per trarre da essa beneficio. Perché un individuo sperimenti i poteri di trasformazione dello stupido che c'è in ognuno di noi è necessario che questo aspetto venga riconosciuto e reso cosciente. Questo riconoscimento cosciente conduce ad una identificazione con lo stupido che è liberatoria dal punto di vista psicologico. Hinton scrive che quando un archetipo della stupidità si attiva attraverso l'identificazione cosciente, le tecniche teatrali, l'umorismo e la stupidità, l'ego eccessivamente sviluppato viene fortemente ridimensionato aprendosi così a nuove prospettive e diventando permeabile e creativo. Queste qualità facilitano l'accesso al Sé.

Questo articolo sostiene un principio centrale della clown terapia: attraverso l'identificazione con il clown che c'è in ognuno di noi o con la nostra parte più stupida possono avvenire dei cambiamenti. Gli esercizi fisici e mentali che costituiscono l'aspetto sperimentale della clown terapia promuovono un senso di stupidità e spensieratezza. Il risultato è una relazione con i poteri guaritori dello stupido.

Buona parte del libro di *Ulanov* (1987) supera le dimensioni di questa analisi. Una parte significativa del lavoro è, comunque, dedicata alla relazione fra l'archetipo del clown e il Sé. Gli autori scrivono che le qualità dello stupido o del clown sono realmente espressioni del vero Sé che vive dentro noi, libero dall'ego stesso o dalle sue maschere.

Il clown è una relazione fra conscio e inconscio, conosciuto e sconosciuto che vive dentro di noi. Ulanov discute la necessità di una identificazione conscia con il clown per liberare l'archetipo da una identificazione dannosa e inconscia con l'ego. C'è un pericolo insito nella identificazione non cosciente con il clown:

un individuo potrebbe utilizzare il ruolo del clown come difesa contro sensazioni e realtà. Citiamo alcuni esempi: le persone che reagiscono a situazioni spiacevoli con un umorismo frivolo o con battute, coloro che distolgono l'attenzione da situazioni emotive difficili attraverso espedienti o storielle umoristiche. La clown terapia facilita l'emergere del clown dall'inconscio. Quando un partecipante entra in reale contatto con questo aspetto della propria psiche, non ha più bisogno di utilizzare il clown come difesa contro le sensazioni.

Combs e Holland (1996) scrivono che l'imbroglione è un personaggio mitologico assolutamente correlato agli eventi sincronici. Un evento sincronico è una coincidenza strana, inaspettata e senza significato. Quest'ultima connette il mondo interiore della psiche che il mondo esterno e i suoi eventi. L'esperienza potrebbe essere solo lo shock necessario per aprire la via a una nuova prospettiva e percezione interiore. La teoria dell'autore è che il cosmo non sia razionale, governato cioè da un certo ordine universale, ma è al contrario sia dominato dall'imprevedibile e dall'inaspettato, l'ordine cioè dell'imbroglione.

Come Jung, Combs e Holland (1996) credono che l'imbroglione sia strettamente legato al livello di incoscienza che è fortemente radicato nel nostro passato animale o nelle profonde radici della nostra anima. L'imbroglione è un ponte che unisce il più profondo livello del nostro inconscio collettivo alla luminoso altezze dell'anima costruite dal potere creativo dell'immaginazione. L'immaginazione è il luogo in cui vive l'imbroglione, il punto di incontro dell'inconscio con l'anima. L'imbroglione porta la potenza dell'universale nell'esperienza quotidiana attraverso l'evento sincronico individuale e l'immaginazione creativa.

Questi autori scrivono che l'imbroglione si incontra attraverso il gioco e la creatività. Come un'esperienza sincronica il gioco spontaneo, creativo e irrazionale è un dono dell'immaginazione e dell'imbroglione divino. Il gioco creativo mette alla prova il nostro senso della realtà e risveglia in noi nuove prospettive e opportunità. Quando permettiamo a noi stessi di adottare un comportamento di apertura al gioco nei confronti della vita, stiamo permettendo coscientemente all'imbroglione di essere la guida sacra per l'anima.

Tutti gli autori di cui abbiamo discusso qui hanno elaborato teorie importanti su cui si fondano i principi della clown terapia. Quest'ultima si sviluppa anche attraverso altre fonti, fra cui: le terapie di arte creativa (innanzitutto tecniche teatrali e movimenti di danza), psicosintesi, ego-psicologia, le teorie di Jung dell'individuazione, dell'immaginazione attiva e della psicologia somatica.

### **Principi della clown terapia**

In questo documento, il termine "personaggio" si riferisce al ruolo teatrale e sociale del clown. Utilizzo la parola clown in senso inclusivo, tenendo in

considerazione le qualità dell'imbrogliatore, dello stupido e del clown all'interno di ogni individuo. Qui di seguito vengono presentati cinque principi che forniscono il quadro concettuale della clown terapia:

- 1. Ognuno di noi ha la capacità di sperimentare personalmente le qualità incarnate dal clown.** Ognuno ha dentro di sé un unico personaggio clown che è simbolo dell'archetipo. Dato l'adeguato contesto psicoterapeutico, ognuno può entrare in contatto con questa energia dell'archetipo e sperimentare le qualità del clown. Questa esperienza interna diretta facilita la creazione di un unico personaggio clown. Il personaggio dà forma all'esperienza interiore attivando l'energia creativa interna all'archetipo. L'energia diventa così disponibile per la guarigione del Sé.
- 2. Gioco, spontaneità, spensieratezza, umorismo e creatività sono gli ingredienti fondamentali del processo di guarigione.** Questi fattori lavorano sia come catalizzatori per i cambiamenti sia come criteri di misurazione della salute con il passare del tempo. Gli esercizi di clown terapia promuovono sin da subito il gioco spontaneo. Il gioco aumenta la fiducia fra i partecipanti. Questa tecnica incrementa l'umorismo, crea una atmosfera di spensieratezza e permette all'individuo di rilassarsi sia fisicamente che mentalmente. Quando vengono messi in atto tutti questi elementi, viene rimosso l'ego dal piano centrale permettendo alle qualità del Sé di guidare l'espressione creativa. Questo dà all'individuo l'opportunità di diventare consapevole e di ascoltare la propria voce guaritrice interiore. Secondo Winnicott (1981) "E' solo essendo creativo che l'individuo scopre il Sé". (p. 64).

Un comportamento di gioco può essere adottato anche dal terapeuta. Winnicott parla della relazione terapeutica come di uno spazio potenziale, come di una sensazione di presenza personale e apertura nei confronti della creatività. Egli afferma,

La psicoterapia nasce dalla combinazione di due aree di gioco, quella del paziente e quella del terapeuta. Se il terapeuta non sa giocare, allora non è adatto al lavoro. Se il paziente non sa giocare, è necessario fare qualcosa per permettere al paziente di essere in grado di giocare, dopo di che può iniziare la psicoterapia. (Winnicott, 1981, p.65)

- 3. Il clown fornisce uno sbocco creativo attraverso cui scoprire e lavorare con i contenuti inconsci.** Attraverso la sua storia multiculturale il clown è diventato un ponte fra i vari mondi. Il ruolo del clown nella psiche personale non è differente. Il clown serve come collegamento fra inconscio e conscio.

Il naso rosso o il trucco del clown, così come il suo ruolo teatrale o di personaggio, hanno un valore sia protettivo che liberatorio, e permettono l'espressione di ciò che giace sotterrato al di sotto dei nostri ruoli della

vera vita. "Avere qualcosa da nascondere diventa un veicolo, più che un ostacolo per esporre se stessi. L'illusione teatrale non porta ad eludere la verità, ma a confrontarsi con essa." (Emunah, 1994, p.7). Questa verità è spesso il contenuto paradossale inconscio dell'individuo a cui, grazie alle qualità innate del clown, viene data forma nella maschera del personaggio. Attraverso il personaggio, questi contenuti vengono riconosciuti, chiariti e eventualmente integrati nella coscienza dell'ego.

Io per esempio, ho creato il mio primo personaggio clown quando ero una ragazzina. Da giovane donna ribelle quale ero trovavo difficile per me esprimere i miei sentimenti infantili. Fare la clown mi forniva una forma di espressione attraverso cui guardare il mondo con lo stupore, l'amore e la gioia di un bambino. Da adolescente, invece, mi rifiutavo di ammettere la presenza di queste qualità dentro di me ma sono riuscita comunque a mantenerle e persino a condividerle con gli altri attraverso il mio essere clown.

- 4. Il corpo è il mezzo attraverso cui il clown esprime se stesso, dando voce simbolica all'inconscio.** Il corpo è uno strumento del Sé creativo e permette ai contenuti inconsci di esprimersi. Secondo Ingrid Lorch Bacci (1993), le nostre abitudini neuro-muscolari hanno un forte impatto sulle nostre vite mentali. E' vero anche il contrario. Il nostro stato mentale e gli impulsi inconsci definiscono le nostre relazioni con il corpo e i nostri comportamenti nel mondo. Questa idea viene rafforzata dalla psicologia somatica secondo la quale il corpo è la mente e la mente il corpo.

Nella clown terapia, così come nella terapia della danza/ movimento, si pone l'enfasi sul movimento fisico e sull'immaginazione come espressioni dei contenuti inconsci e dell'attuale condizione emotiva. Il corpo è uno strumento creativo di comunicazione ed un veicolo attraverso il quale si esprime il personaggio clown.

Gli impulsi interiori guidano un nuovo schema di comportamento, rivelando contenuti inconsci che diventano essenziali per la continuazione del processo terapeutico. Le tecniche di improvvisazione e il gioco spontaneo nella clown terapia liberano il corpo dalle limitazioni fisiche, fornendo la base necessaria per l'accesso agli impulsi più nascosti.

Facciamo un esempio, una donna di mezza età con cui ho lavorato in una seduta di gruppo, stava affrontando un imminente divorzio. Non sapeva cosa fare di se stessa e stava cercando di capire quale poteva essere il suo passo successivo. Ha iniziato a dar forma al proprio personaggio clown attraverso il movimento: girava la testa circolarmente come se riuscisse a vedere tutto ciò che la circondava con un solo sguardo. I suoi movimenti erano impercettibili e indiretti e, mentre potevano sembrare facili e liberi, contenevano anche un pizzico di tristezza.



Dopo aver condiviso queste osservazioni con lei, la donna iniziò a mettere in relazione in maniera conscia i suoi movimenti spontanei con i sentimenti legati alla sua attuale situazione. I suoi movimenti e la mia interpretazione hanno portato alla luce ciò che stava avvenendo a livello inconscio, dandole l'opportunità di lavorare con quei contenuti nella creazione di un personaggio clown.

5. **La relazione fra il terapeuta e il cliente è una componente essenziale della clown terapia.** Nella clown terapia, il terapeuta agisce come testimone dell'emergere del personaggio clown e come guida del processo psicoterapeutico del cliente. Il termine "testimone" è preso a prestito da un vero movimento, una tecnica utilizzata nella terapia danza/movimento, che include alcune qualità e richiede un lungo allenamento. Il testimone mantiene un atteggiamento di attenzione e ascolto di empatia, rispondendo alle sensazioni che nascono dentro se stesso sia a livello cinestesico che profondamente emotivo (Adler,1987). In questo modo, l'attività di testimone del terapeuta aiuta il cliente a far emergere nuovi aspetti della psiche attraverso i movimenti del clown.

Questo lavoro richiede un bilanciamento fra il contenimento e l'impulsiva esplorazione dei contenuti inconsci potenzialmente travolgenti. Secondo Robert Landy, un educatore e un praticante della terapia teatrale, l'esperienza spontanea creativa si colloca a metà strada fra le espressioni inibite e quelle impulsive (Lusebrink, 1992 p.395). In maniera simile alle tecniche dell'immaginazione attiva, il terapeuta guida e monitora sia il rilascio che il contenimento per facilitare la crescita e la guarigione del cliente. Il terapeuta deve supportare il cliente in questa esperienza attraverso i processi verbali e il mantenimento del contatto con l'attuale realtà.

Il processo terapeutico viene portato avanti attraverso il riconoscimento del terapeuta degli aspetti di trasferimento e contro-trasferimento. In psicoterapia, le immagini create dal cliente vengono utilizzate per scoprire, chiarire e integrare i contenuti inconsci. Sarebbe possibile entrare in contatto con queste immagini attraverso la libera associazione, i sogni o le memorie del passato. Tipico delle terapie delle arti creative è lo sviluppo del trasferimento e del contro-trasferimento in risposta a un prodotto concreto creato dal cliente: un pezzo di un'opera d'arte, una scena allestita nella terapia teatrale, un ritmo o un movimento (Dalley, 1987). Nella clown terapia, l'obiettivo finale è la creazione del personaggio clown individuale. Il clown modifica la relazione di trasferimento/contro-trasferimento spingendolo anche oltre attraverso l'introduzione della propria personalità e delle proprie qualità peculiari.

Un altro esempio: durante un laboratorio che ho organizzato, una donna cominciò a sentirsi angosciata nel creare un personaggio su cui voleva avere il controllo. Sapevo che l'aveva creato come difesa contro la sua sensazione di vulnerabilità all'interno del gruppo. Le ho fatto notare che

con un ulteriore lavoro il personaggio sarebbe potuto diventare più facile da gestire e quindi le avrebbe creato meno disturbo. Compresi con il senno di poi che stavo rispondendo a delle mie esigenze e che combattevo la sua necessità di controllo. Volendole dare la speranza per una possibile trasformazione non le ho permesso di affrontare i problemi che le causava il personaggio del clown.

### **Scopi ed obiettivi della clown terapia**

La guarigione è un processo attraverso il quale un individuo o un gruppo raggiunge una migliore comprensione e accettazione di se stesso attraverso la realizzazione, il chiarimento e l'integrazione dei contenuti inconsci. Questo produce una migliore capacità di creare relazioni bilanciate con gli altri, una maggiore creatività, spontaneità, umorismo, riduzione dei sintomi, più risorse interiori per affrontare lo stress della vita e una scoperta o riscoperta del proprio potenziale. La clown terapia è un metodo creativo attraverso cui si facilita questo processo. Gli obiettivi presentati qui sotto sono una guida concettuale per il terapeuta ma devono essere uniti alle motivazioni con cui l'individuo stesso vive la terapia:

- 1) **Aumentare la fiducia, sia in se stessi che negli altri.** Il livello di fiducia presente in un gruppo è indicato dalla qualità della partecipazione sia negli esercizi fisici sia nei processi verbali. Nei processi verbali i membri del gruppo inizialmente utilizzano affermazioni generali e si concentrano sul comportamento di altre persone. Mano a mano che il gruppo fa progressi, i partecipanti condividono più volentieri i loro pensieri, le loro sensazioni e le loro esperienze utilizzando frasi che hanno "Io" come soggetto e relazionando avvenimenti del gruppo alle proprie vite. Questa condivisione, inoltre, passa dall'interessare questioni del passato al coinvolgere problemi del presente. Le questioni più attuali presentano un rischio maggiore dal momento che il loro contenuto è più vicino alla superficie ed è parte della vita di tutti i giorni.

Con l'aumento del livello di fiducia, la partecipazione fisica diviene più energica e meno esitante. I membri del gruppo utilizzano maggiormente il gioco per le loro interazioni e sono più aperti ai suggerimenti di altri membri del gruppo essendo anche più disposti a rischiare. Le barriere dello spazio personale si abbassano e i partecipanti spesso utilizzano il tatto per comunicare. "Le strette relazioni e la fiducia che si sviluppa nel gruppo diventano elementi di un microcosmo paradigma del mondo, riducendo il profondo senso di alienazione con cui molte persone iniziano la terapia" (Emunah, 1994, p. 33). Senza fiducia è impossibile creare l'atmosfera necessaria perché il personaggio clown possa emergere.

- 2) **Aumentare la spontaneità e la voglia di giocare.** Senza una certa fiducia nell'ambiente, il gioco è impossibile. Ci sono segni

evidenti che una persona si sta veramente impegnando in un gioco spontaneo. Questi includono: la rapidità nei movimenti, la ricettività, l'attenzione degli occhi, un maggiore flusso di energia, una migliore interazione con gli altri e tante risate.

L'ilarità apporta benefici sia alla salute fisica che a quella psicologica. Se è genuina e nasce in una atmosfera di fiducia, la risata favorisce la socializzazione, riduce lo stress e aumenta realmente la secrezione di sostanze chimiche naturali (endorfine e catecolamina) che ci fanno sentire bene. (Adams, 1993).

Insegnando la clown terapia a detenuti di un carcere di massima sicurezza, ho visto con i miei occhi il senso di liberazione che nasce dal gioco spontaneo. Durante la mia prima visita, gli uomini si disposero lungo il perimetro della stanza, muovendosi lentamente e con cautela, senza che ci fosse nessuno contatto fra i loro occhi, i miei o quelli di altri. Quando ho proposto il gioco del pedinamento, hanno strabuzzato gli occhi, ma lentamente (dopo la spiegazione delle regole) hanno iniziato ad impegnarsi. I loro movimenti erano diventati più fluidi quando correvano e si pedinavano l'un l'altro. Il contatto visivo migliorò ed iniziarono ad interagire, a pianificare delle strategie di gioco e persino a ridere. Con il passare delle settimane continuai ad inserire nuovi giochi. I detenuti iniziarono a mettersi al centro della stanza automaticamente, si ringraziavano calorosamente l'un con l'altro e si intrattenevano volentieri in conversazioni. Ridevano senza problemi, i loro movimenti erano leggeri e chiedevano ansiosi cosa avremmo fatto la settimana successiva.

Un evento fu particolarmente interessante. Per tornare all'entrata dei visitatori da un altro edificio dovevamo attraversare "il cortile" (un'area aperta in cui molti detenuti si dedicavano al sollevamento pesi e ad altri sport). La pioggia aveva formato delle grandi pozzanghere che dovevamo evitare. All'improvviso, uno degli uomini fece un salto nella pozzanghera, schizzando me e un altro detenuto. Avevamo inventato un nuovo gioco: il salto nelle pozzanghere con tanto di schizzi. I detenuti del mio gruppo non prestavano attenzione allo sguardo severo delle guardie o ai fischi degli uomini del cortile, ma continuavano a giocare spontaneamente e in modo un po' sciocco.

- 3) **Utilizzare il corpo come strumento espressivo.** Il terapeuta può studiare anche l'abilità individuale di utilizzare il corpo come mezzo di espressione. Quando si inizia a creare fisicamente un personaggio clown, i movimenti dei partecipanti sembrano tesi ed a disagio. Con il proseguo del lavoro, il cliente si sente sempre più a suo agio giocando e sperimentando con il proprio corpo: si libera energia e il personaggio inizia ad emergere. Durante un recente workshop ho incontrato una donna che aveva sofferto un trauma fisico a causa di una immagine negativa del

proprio corpo. I suoi movimenti inizialmente erano rigidi e mancavano di esagerazione. Teneva le braccia rigorosamente lungo i fianchi, la testa bassa e quando camminava muoveva pochissimo le anche.

Il gruppo lavorò con lei per facilitare l'emergere di un personaggio clown. Tutti le mostrarono il loro feedback e le diedero qualche suggerimento per esagerare i movimenti. Gradualmente notammo un cambiamento. Iniziò a far dondolare le braccia e le anche come per gioco. I membri del gruppo le suggerirono di tenere la testa alta e così apparve trasformata. I suoi movimenti iniziarono ad essere più rapidi, lavorò sul contatto visivo con il gruppo e prese a girovagare per la stanza. Muoveva le anche, permetteva ai propri polsi di rilassarsi e mettendo una mano sul fianco, rilassava tutto il corpo. Nacque così un nuovo personaggio clown.

Avendo assistito personalmente al processo, vidi l'energia spostarsi da una zona interna stagnante e raggiungere una fluidità maggiore che riempì la stanza. L'energia fluiva liberamente non solo dentro di lei, ma contagiava anche coloro che la circondavano. Un alto livello di fiducia, l'abilità di giocare liberamente, l'espressione fisica e la risata fecero di questo un esperimento di successo.

- 4) **Sviluppare una maggiore capacità di tollerare il paradosso e l'ambiguità.** Il clown è una figura per sua natura paradossale. I clown evocano la risata dalla tristezza e aumentano l'ambiguità della condizione umana. Non hanno sesso e neppure dimensione spirituale o temporale, esistono in entrambi le dimensioni.

La psicoterapia è un processo stimolante, emozionante e spesso doloroso. Con la clown terapia, i partecipanti riscoprono gioia e sorrisi in mezzo a tanto dolore. Quando un individuo esplora la propria natura di clown familiarizza con il paradosso ed inizia a tollerarlo. Questa scoperta interiore migliora le relazioni del cliente con se stesso e con gli altri.

L'abilità di impegnarsi in un confronto salutare con i sentimenti indesiderati o rifiutati è essenziale per mantenere delle relazioni sane. L'influenza del clown facilita tutto ciò attraverso l'accettazione dell'ambivalenza, fornendo l'abilità di gestire sentimenti contrastanti all'interno della stessa persona. Questo crea una relazione basata sul rispetto reciproco e sull'accettazione delle qualità uno dell'altro, sia positive che negative. Oltre a tutto questo, il cliente diventa in grado di riconoscere ed accettare la propria natura ambigua e i propri bisogni paradossali, incluso il bisogno di separazione e vicinanza, d'autonomia e indipendenza.

- 5) **Accedere ai contenuti inconsci.** La reazione di un individuo di fronte al proprio personaggio clown (la forma umana conferita ai

contenuti inconsci) fornisce uno strumento di misurazione che permette di valutare questo obiettivo. Un misto di sorpresa, imbarazzo, vergogna, aumento di energia, resistenza e/o perdita di controllo solitamente accompagnano l'incontro iniziale dell'individuo con il proprio clown.

La sorpresa può essere indicata con espressioni come "Da dove viene questo?" o "Io non mi aspetto questo". Un individuo può mostrare sorpresa anche fisicamente. E' possibile che qualcuno spalanchi gli occhi, alzi le sopracciglia, faccia un passo indietro o non si senta fisicamente a proprio agio.

L'imbarazzo o la vergogna si possono notare prima che l'individuo dimostri verbalmente queste sensazioni con rossore in viso, mancanza di contatto visivo, movimenti limitati o esitanti, una voce bassa e scarsa interazione con gli altri.

La resistenza potrebbe essere una risposta alla preoccupazione quando si scopre qualcosa di nuovo e bisogna abbandonare la strada vecchia. I partecipanti mostrano la loro resistenza e in varie maniere: evitando le sedute o arrivando tardi, rispondendo brevemente e con poco interesse, mostrando uno scarso flusso di energia e una partecipazione sporadica. Queste sono modalità aggressive/passive di resistenza. I partecipanti potrebbero opporre resistenza dal momento che si aggirano in un territorio difficile: finiscono per litigare con il terapeuta e gli altri del gruppo, si rifiutano di partecipare, mettono alla prova l'esperienza del terapeuta e riducono la concentrazione del gruppo.

Gli individui che esplorano i contenuti inconsci potrebbero anche percepire una perdita di controllo. Tutto ciò si manifesta attraverso la diminuzione dell'abilità di seguire delle direttive, con movimenti ampi e sconnessi che a volte portano all'invasione dello spazio di altri, con frasi confuse e mancanza di una comunicazione chiara. Un aumento nell'energia fisica e mentale si manifesta attraverso una di queste possibili risposte emotive.

Qualsiasi sforzo creativo, nuovo movimento, commento poco controllato, situazione imbarazzante, azione o reazione che porta a qualunque di questi comportamenti indica che si sta creando una nuova connessione fra conscio e inconscio. Come testimone di questi eventi, il terapeuta deve mantenere una presenza di empatia per sostenere il processo di presa di coscienza, integrazione e chiarimento del cliente.

### **Tecniche e struttura delle sedute**

L'aspetto più importante delle tecniche utilizzate nella clown terapia è la loro flessibilità. Ogni gruppo o cliente ha sviluppato a livelli differenti le proprie

necessità individuali. Questi bisogni variano con il tempo e sono influenzati dal processo terapeutico. Ne risulta la necessità di un approccio personalizzato. Il terapeuta adatta i propri metodi alle necessità in continuo sviluppo del gruppo. Sono necessari valutazioni iniziali ed in-itinere delle necessità del gruppo o dell'individuo.

Se il cliente si trova ad uno stadio prematuro di sviluppo, è importante fornire una struttura ed una organizzazione ben definite oltre ad aspettative chiare e consistenti. Il cliente a cui manca controllo interiore ottiene così il contenimento esterno necessario per favorire la crescita e il processo di guarigione. Con il proseguo della terapia il cliente o il gruppo possono sopportare un inquadramento meno rigido dal momento che sviluppano un senso di controllo interiore. Per i gruppi che si trovano già ad un buon livello di sviluppo, serve una struttura di sostegno più leggera. Il loro controllo interiore è già al lavoro e quindi c'è una maggiore indipendenza. I gruppi che lavorano meglio traggono beneficio dalla riscoperta dei primi stadi di sviluppo fra cui un controllo inferiore che produce una gamma più ampia di espressioni e libertà di movimento.

Per tutti i gruppi, sarebbe meglio seguire una sequenza generale. Ogni sessione parte con una fase di controllo in cui si riunisce il gruppo e si invitano i partecipanti a condividere le informazioni che ritengono degne di nota. Segue un riscaldamento fisico e mentale che va dalle strutture più semplici a quelle più complesse. Una volta che il corpo e la mente sono adeguatamente riscaldati, la seduta si concentra su un tema o su una serie di esercizi. Questi esercizi sono pensati per affrontare tematiche importanti per il gruppo e per facilitare l'emergere dei personaggi clown. Hanno anche la funzione di riorientare i partecipanti verso i personaggi, portandoli alla parodia e all'improvvisazione utilizzando il clown come guida per il processo psicoterapeutico.

**“Diventa protagonista”** è una improvvisazione che utilizzo frequentemente per ottenere informazioni sulle dinamiche del gruppo, valutare le necessità dei singoli membri e osservare lo sviluppo dei personaggi. Un clown sale sul palco e inizia una semplice e specifica azione di mimo. Gli altri clown entrano uno alla volta e si uniscono al primo sul palco. Interpretano vari ruoli con diversi comportamenti legati a quelli del primo clown. Il primo clown, per esempio, inizia a scavare un buco, un secondo vi si unisce e lo aiuta, un terzo butta sporcizia nel buco e il quarto tenta di entrarvi etc. L'azione continua fino a che tutti i clown sono diventati protagonisti e si è giunti alla fine.

### ***Riscaldamento***

Il riscaldamento fisico aumenta il flusso di energia e libera il corpo predisponendolo a nuove esperienze. Questo è importante nella clown terapia dal momento che il personaggio clown si manifesta inizialmente fisicamente. Il corpo deve essere riscaldato e i normali schemi messi in discussione o ribaltati perché l'individuo possa ricevere nuove informazioni che emergono dall'inconscio attraverso il corpo. Il riscaldamento fisico potrebbe includere

esercizi come: assumere le caratteristiche di vari elementi naturali (per esempio fango, ghiaccioli, foglie che cadono, alberi, un fulmine, etc.); permettere alla mente di "galleggiare" in varie parti del corpo conducendo poi il corpo in quella parte ( per esempio, guidare con il vostro naso, l'addome, la guancia destra); deglutire un bombo e permettendogli di ronzare nel corpo annullando le resistenze; esercizi allo specchio in cui si seguono e si guidano i movimenti degli altri.

Tutti questi esercizi introducono nel corpo movimenti fisici spontanei e nuovi. Questo spinge l'individuo a sperimentare modalità di movimento innovative, senza compromettere la sua unicità. Il riscaldamento mentale è ugualmente importante per ridimensionare gli standard definiti di pensiero. In questo modo è possibile iniziare ad introdurre la "logica del clown", nuove possibili prospettive creative e tecniche per la risoluzione dei problemi. La coscienza del mondo quotidiano viene leggermente lasciata alle spalle per la dare via libera ad input nuovi e spontanei.

Il riscaldamento di questo tipo include: "questo non è...", un gioco in cui i partecipanti prendono un oggetto della vita quotidiana e dimostrano le varie possibilità di utilizzo che esso ha al di là delle più conosciute; gli esercizio di specchio verbale, in cui i partecipanti parlano tutti contemporaneamente, specchiandosi l'uno nell'altro, conducendo e seguendo la conversazione; la palla delle parole in cui si buttano nel cerchio delle parole, i partecipanti ne prendono una e lanciano ad un'altra persona una parola ad essa associata. Attraverso questi esercizi la mente si prepara a ricevere nuove informazioni, liberandosi delle ragnatele dei vecchi schemi e delle usuali abitudini.

### ***Giochi e esercizi***

I vari giochi o esercizi scelti per la seduta dovrebbero fluire direttamente dal riscaldamento, in un processo che sia adatto agli obiettivi della clown terapia.

E' assolutamente necessario che il terapeuta sia flessibile e consapevole delle continue necessità dei partecipanti dal momento che la loro risposta a un esercizio potrebbe comportare un cambiamento nella gestione della seduta. "In una sessione adeguatamente preparata (sia che sia stata preparata o che si sviluppi spontaneamente) per il cliente il tempo dovrebbe trascorrere velocemente e, prima della fine della sessione, egli dovrebbe sperimentare un senso di completezza e soddisfazione" (Emunah, 1994, p.82).

La struttura della fase successiva dipenderà dal livello del gruppo e dallo stadio in cui si trovano i suoi componenti nel processo psicoterapeutico. Io, per esempio, con gruppi che prediligono un controllo meno strutturato, svolgo il mio ruolo di guida il meno possibile.

### ***Dico, "non pensateci" o semplicemente "fatelo".***

L'obiettivo è promuovere la spontaneità permettendo ai contenuti inconsci di permeare il corpo e la mente espressi simbolicamente dal movimento, dal linguaggio e dal personaggio stesso.

Mary Whitehouse (1965) parla di questa immaginazione creativa insita nel movimento. Lei dice: **"Sia che si tratti di un esercizio assegnato o di una libera improvvisazione, bisogna imparare a lasciare che accada piuttosto che prefiggersi di farlo. Se siamo convinti che il corpo sia qualcosa che possediamo personalmente, quasi un oggetto, ci sembrerà strano permettergli di agire, come soggetto, in maniera indipendente perché possa imparare a scoprire"** (p.17).

Gruppi che hanno bisogno di una maggiore strutturazione potrebbero sentirsi insicuri o fuori controllo con la libertà di **"lasciare che accada" o "fallo"**.

Hanno bisogno di esercizi con chiare istruzioni ed obiettivi. Si potrebbe utilizzare lo stesso esercizio con entrambi i gruppi, adattando la rigidità delle istruzioni e l'ambito stesso del gioco. Un esercizio che incoraggia la spontaneità e il gioco e che è facilmente adattabile a entrambi i gruppi si chiama "Gibberish" (linguaggio incomprensibile).

In questo esercizio, un paio di elementi lasciano la stanza e si decide poi chi sarà il personaggio più importante (HSC) (come per esempio regina, presidente, papa, grande scienziato etc.) e chi sarà quello meno importante (LSC) (per esempio, servo, facchino, assistente etc.)

L' LSC è l'interprete. L'HSC può parlare solo nella lingua del gioco o con frasi senza senso facendo un grande discorso di fronte al pubblico. L'LSC deve recitare per il pubblico in italiano. Entrambi vengono incoraggiati ad entrare nel personaggio e vengono dati loro i costumi e gli oggetti scenici per aiutarli ad entrare nel personaggio. Tutto è legato all'improvvisazione e nessuno ha idea di quello che uscirà dalla bocca degli altri. I risultati sono esilaranti e sono favorevoli a molti obiettivi terapeutici.

### **Lo sviluppo del personaggio clown**

Lo sviluppo di un personaggio clown è l'aspetto più difficile da articolare della clown terapia. Ancora una volta è necessario tenere in considerazione i vari stadi dello sviluppo dei partecipanti. Per i gruppi o gli individui che partono da uno basso, raccomando di iniziare a lavorare con il trucco e i costumi. In questo modo le qualità del personaggio creato permeano la persona e accedono al Sé.

Questi clienti non hanno l'ego sufficientemente sviluppato per facilitare l'emergere di un personaggio direttamente dall'inconscio. I gruppi o gli individui che hanno un ego maggiormente sviluppato possono liberamente accedere al personaggio dall'inconscio attraverso il movimento e la maschera. Uno dei metodi è l'applicazione del trucco prima di impegnarsi nel movimento. Il partecipante applica il trucco senza istruzioni esterne del terapeuta. Il



contenuto inconscio viene rappresentato simbolicamente nella maschera. Se non si utilizza una maschera di trucco, distribuisco un naso rosso da clown a ciascuno dei partecipanti.

### **La maschera è sia un elemento di protezione che di liberazione.**

Con la faccia "coperta" il corpo può esprimere più chiaramente le proprie emozioni. L'uso del naso o della maschera, inoltre, è importante per creare una distinzione fra la maschera da clown e la persona o la maschera dell'ego.

Una volta che si è iniziato ad utilizzare la maschera, i partecipanti camminano naturalmente nella stanza uno alla volta. Mentre camminano, ricevono indicazioni dal terapeuta e/o dagli altri membri del gruppo che indicano quali movimenti esagerare.

Se qualcuno sta enfatizzando una particolare parte del corpo gli si potrebbe consigliare di farlo ancora di più. Se il punto che viene indicato viene esagerato fate sì che queste indicazioni influenzino l'intera postura e il modo di camminare. Questo è un processo sottile e potrebbe essere necessario un po' di tempo perché i partecipanti si sentano a proprio agio indicando e acquistando una nuova forma di muoversi..

Ad un certo punto attraverso una serie di indicazioni, il personaggio inizia a ricevere apprezzamenti dagli osservatori e viene accettato dall'individuo stesso. Il gruppo serve come testimone dell'emergere di questo nuovo aspetto della psiche. Una volta che si è creato il personaggio clown, l'individuo e il gruppo possono iniziare a lavorare con lui come simbolica rappresentazione dell'inconscio. In qualsiasi momento della terapia ci possono essere resistenza, trasferimenti o ritrattazioni, soprattutto in fase iniziale.

Tutte queste risposte alimentano il processo psicoterapeutico, fornendo indicazioni al terapeuta sullo sviluppo della terapia. Io incoraggio i partecipanti a dialogare con i propri personaggi utilizzando tecniche di immaginazione attiva. In questo modo gli obiettivi, le speranze, i sogni, le frustrazioni e le paure del clown vengono percepite. La visualizzazione guidata è anche uno strumento importante per facilitare una connessione più profonda con il personaggio e per imparare qualcosa in più su quello che ha da dire. Attraverso gli sketch e le improvvisazioni, i partecipanti sperimentano nuove prospettive proprio grazie al loro essere clown.

### ***Integrazione***

Ci sono due aspetti differenti del processo di integrazione; l'integrazione del materiale di ogni seduta e il processo più ampio di integrazione del nuovo personaggio clown nell'ambito del conscio. Il primo aspetto si fonda su basi in continua evoluzione e si mette in atto alla fine di ogni sessione. I partecipanti si riuniscono, solitamente in cerchio, e condividono esperienze, pensieri e sensazioni legate al materiale. Vengono incoraggiati a esplorare le loro proprie risposte e reazioni in relazione al lavoro di altri, senza giudizi o commenti

negativi. Il processo verbale di ogni sessione basa il proprio lavoro sulla consapevolezza e facilita la connessione della seduta di terapia ad altri aspetti della vita del cliente.

Il secondo aspetto dell'integrazione non può verificarsi fino a che il personaggio non è stato pienamente esplorato come una unica personalità. In termini di psicosintesi, una subpersonalità (il clown) deve essere prima identificata, poi le sue qualità possono essere purificate come un aspetto distinto della psiche. A questo punto le caratteristiche di un singolo personaggio clown sono disponibili per altre superpersonalità grazie alla volontà. In questo modo il clown si integra con l'intera personalità e le sue potenzialità creative e di guarigione sono accessibili per il Sé. (Gordon, 1980)

L'integrazione è unica per ciascun individuo. Alcuni clienti potrebbero non raggiungere mai pienamente questo stadio. Le tecniche che sono utili per la promozione dell'integrazione includono il dialogo interiore, l'immaginazione guidata, il giornalismo, le opere d'arte e il movimento. Tutti questi sono metodi attraverso cui l'individuo può riuscire a riconoscere le qualità dei propri personaggi clown, assorbendoli nel Sé. Come risultato di questo processo, i comportamenti e le qualità che provocavano disagio o che sono incongruenti con l'ego diventano ora possibilità di espressione. In questo modo, il clown può ampliare il proprio repertorio facilitando una comprensione e accettazione della propria vera natura.

## **Conclusione**

Questa relazione evidenzia i principi, gli obiettivi e gli scopi della clown terapia e la struttura di una tipica seduta. Ovviamente la clown terapia è strettamente legata ad altre terapie di arte creativa. L'introduzione di un personaggio clown nella psicoterapia offre comunque una possibilità unica sia al cliente che al terapeuta.

**Il clown con il suo potere archetipo, con la sua storia multi-culturale, la sua saggezza pazza, le sue bizzarre esilaranti e la sua natura paradossale è un personaggio fondamentale che può guidare l'individuo nel processo di guarigione.**