

3 LA CRESCITA DEL MIO CLOWN

CORSO AVANZATO PER CLOWN DI CORSIA



Proposta Formativa 2022 Clown Carciofo

“La Crescita del mio Clown” è consigliato per clown con almeno un anno di esperienza. Prima di essere Clown nel Sociale è importante capire come essere Clown: iniziare a vedere dentro di sé la propria verità, i propri difetti, le proprie vulnerabilità, i propri imbarazzi, che sono i veri punti di forza del clown. Imparare a lavorarci, a svilupparli, a trasformarli.

Il Clown nel Sociale non deve necessariamente essere un Clown come tutti intendiamo: non è necessario imparare a fare spettacoli o diventare giocolieri o animatori per feste.

Il Clown nel Sociale utilizza le abilità tipicamente clown, finalizzate ai propri obiettivi, a cui aggiungere altre abilità: psicologiche, emotive, empatiche, di igiene nel contatto con i pazienti, e molto altro.

In questo Corso ci metteremo in gioco da soli e in coppia, nell'ambiente protetto e accogliente dei nostri compagni di viaggio, andando a esplorare le nostre magnifiche possibilità e potenzialità di persone prima che di clown.

Proveremo a imparare un pochino a ESSERE. Semplicemente essere noi stessi...

Sembra facile?

Sembra impossibile?

Forse scopriremo che non è così difficile. E che ci piacerà la strada che scopriremo man mano, perchè quella strada siamo noi.

Perchè il clown è autenticità. Non fare finta, non recitare, ESSERE.

Ricordiamolo sempre.

OBIETTIVI

Crescere nel proprio clown, imparare, allenare, affinare nuove tecniche e modalità tipiche del clown. Acquisire maggiore consapevolezza del proprio personaggio clown e ripulirlo il più possibile da inutili gag e dai gesti non necessari (che spesso usiamo per nasconderci..); trovare maggiore spontaneità e naturalezza con il naso rosso, lavorare su di sé e nella coppia.

Approfondire e sviluppare i temi più importanti del Clown nel Sociale:

Accoglienza

Consapevolezza di sé

Consapevolezza degli altri

Ascolto oltre l'udito

Empatia – accoglienza della sofferenza

Gruppo

Improvvisazione

Accettazione del rifiuto

Umiltà e “piedi per terra”

Evitare di dare spazio al proprio narcisismo: non mettersi in primo piano, ma dare spazio e importanza ai nostri compagni, a chi incontriamo.



IL CORSO

Lavoreremo sui bisogni, sulle meraviglie, sull'importanza del gruppo, sulla pulizia dei gesti, sull'importanza del compagno, sul saper stare da soli davanti agli altri, sul ruolo del leader e quando assumerlo, sulla forza degli occhi, sul saperci perdere per ritrovarci negli occhi dei compagni, sul prenderci in giro, sul sentirci buffi e ridicoli, seri e motivati.

Lavoreremo con il naso rosso, da soli e in coppia, nel nostro ambiente protetto e senza giudizio, davanti ai nostri compagni.

Sperimenteremo come “andare oltre” le nostre capacità, come è bello ed efficace quando riusciamo a “pulirci” da tutti i gesti inutili, come è fantastico mostrarci così come siamo, con le nostre debolezze, imbarazzi, paure, dubbi.

Lavoreremo con il corpo, con gli sguardi, con le emozioni più vere.

Approfondiremo la ricerca del nostro personaggio clown. Lavoreremo sulla nostra espressività attraverso il viso, gli occhi, ogni parte del nostro corpo.

E sempre meno parole.

Daremo evidenza ai nostri punti deboli, la vera forza del clown: vulnerabilità, imbarazzo, timidezza, l'essere veri oltre ogni difesa e corazza.

Alterneremo momenti di profondo coinvolgimento ad altri di puro divertimento e spensieratezza.

Scopriremo aspetti inaspettati di noi stessi e delle altre persone.

Vivremo il gruppo nel senso più pieno e coinvolgente.

DURATA E MODALITA'

Sabato dalle 09,30 alle 18,30 – Domenica dalle 09,00 alle 18,00: possibili variazioni in base agli orari dei trasporti per il mio rientro. Pausa pranzo di un'ora e due pause di 15' per ogni giornata di corso.

Numero massimo di partecipanti: 30. Numero ideale 20/24.

NOTA IMPORTANTE: Tutte le attività sono progettate in assoluto rispetto delle procedure di

sicurezza contro la diffusione del Covid-19. L'utilizzo della mascherina, fra l'altro, può essere uno straordinario strumento di comunicazione, un moltiplicatore di emozioni attraverso gli occhi e l'uso del proprio corpo.