

CARO NON PROFIT È L'ORA DI SORRIDERE

«**U**na risata salverà il mondo». È molto più che una teoria per **Alberto Terzi**, sociologo, formatore e presidente del Centro studi Prospettive di Como, che dell'arte del ridere e del far ridere ha fatto uno stile di insegnamento ma anche di impegno nel sociale. L'ha notato per la prima volta a Capo Verde seguendo un progetto di cooperazione internazionale della onlus Stringhe colorate di cui è presidente: la comicità è uno straordinario strumento di comunicazione, l'esperanto che permette di entrare in sintonia con popoli lontani. E lo riscontra ogni giorno nella sua opera di formatore. Da queste esperienze e da quelle di **Valentina Broggi**, collega di Terzi e psicoterapeuta nelle scuole primarie e secondarie, è nato *Siamo seri! Proposte per educare al ridere*, un manuale che insegna a ridere e far ridere gli insegnanti.

Il dolore non è uno stile di vita. Ma, Terzi ne è convinto, ridere un po' farebbe bene anche al terzo settore: «Dovrebbe fare un bel bagno di Lourdes nella comicità», spiega. «Meglio togliersi di dosso quella patina di pietismo che da troppo tempo lo caratterizza. Ok, possiamo occuparci di sofferenza e dolore ma come progetto, non come stile di vita». Ridere è democratico, aiuta a mettersi in discussione e il terzo settore, spiega il sociologo, ne avrebbe tanto bisogno: «Sarebbe indispensabile per passare da una concezione assistenzialistica del welfare ad un protagonismo che fa crescere».

E poi, semplicemente, «ridere cambia il clima di lavoro»: aiuta a non prendersi troppo sul serio, «a non sentirsi i salvatori del mondo», sintetizza l'autore. Ma *Siamo seri!* non è solo un elogio del ridere: piuttosto un vero e proprio corso di ironia rivolto prima di tutto ai giovani, «che sono leader riconosciuti o hanno ruoli di conduttori di gruppo», e poi a volontari, insegnanti ed educatori. L'obiettivo non è mettere il naso da pagliaccio agli insegnanti ma «smitizzare i maestri troppo seri e quelli farfalloni», dice Terzi. Non distrarre ma insegnare una nuova forma di concentrazione che aiuta a risolvere in modo creativo anche complicati problemi di ragionamento. Altro che tabelline! «L'ironia può essere un formidabile supporto all'apprendimento», conferma **Valentina Broggi**, «insegna a relativizzare e ad astrarre e, al contempo, crea interesse e coinvolgimento emotivo. Può essere utilissima a patto che si rida insieme, ragazzi ed insegnanti». Ridere per far ridere: è uno dei principi base della comicoterapia di Terzi e Broggi. Le tecniche sono tante, spiega nel libro: l'uso del paradosso, lo scherzo e il doppio senso.

E c'è persino chi riesce a scompisciarsi solo con il respiro. Si chiama «yoga della risata», il più potente, secondo Terzi. Come funziona? «Ci si riempie di ossige-

«Possiamo occuparci di sofferenza e dolore ma come progetto, non come stile di vita». Per il presidente del Centro studi Prospettive di Como, i terapeuti antistress sfonderanno anche in Italia: «In Usa è già boom» di **Daniela Verlicchi**



IN CORSIA. Membri dell'associazione Clown Dottori volontari che lavora a Milano

no con una particolare forma di respirazione, e poi basta una miccia motoria o mentale (un pensiero o un movimento) a far scoppiare la risata».

Far ridere è una tecnica, dunque, ma può essere anche una professione: quella del clown sociale. Contrariamente al profilo che ha assunto la professione da **Patch Adams**, l'assistenza alla risata non si deve limitare all'aspetto terapeutico ma puntare al benessere sociale dell'individuo. Per lui, la risata professionale dev'essere al servizio di molti: anziani, bambini, disabili. Ma per far questo serve una formazione seria e innovativa. L'offerta, in realtà, è piuttosto variegata,

spiega il professore. E non sempre di alto livello. Come scegliere? «Prima di tutto, occorre affidarsi a strutture che abbiano un forte legame con le istituzioni, come le università. Poi, bisogna tenere conto dell'associazione che li propone e verificare che dia un'adeguata preparazione sul versante psicologico. È l'aspetto più importante».

Non solo divertimento

Le tecniche (gli scherzi, le battute, i giochi di parole) si imparano in fretta, spiega, più difficile è sviluppare la capacità di relazione e di ascolto, fondamentali per i clown sociali. A questo scopo, la forma-

CHI È

VIVAI COOP SOCIALE

50 anni «vissuti creativamente» e 17 di esperienza nella cooperazione sociale.

Alberto Terzi è presidente del Centro studi Prospettive di Como, cooperativa sociale specializzata nella ricerca e nella formazione per

giovani, genitori e educatori aderente a Cgm. Dal 1999 si occupa di gelotologia, lo studio del ridere, e l'anno scorso ha fondato l'associazione Stringhe colorate. Cofondatore della federazione nazionale delle onlus che si occupano di clownterapia (Vivere per ridere!), insegna gelotologia allo Iard di Milano e alla Cattolica.



zione (e anche quella di volontariato) dev'essere un'esperienza di gruppo, nella quale è possibile elaborare insieme un approccio relazionale.

Ma master e corsi di alta formazione sono utili anche da un altro punto di vista: «Il tirocinio permette di entrare in realtà piuttosto chiuse dal punto di vista lavorativo», racconta Terzi. Prospettive di lavoro? «Per ora non è una professione riconosciuta, ma in futuro si potrebbero aprire vere e proprie cliniche anti stress che «curano» questa malattia attraverso la risata». «In America», assicura, «ci sono già e hanno un'utenza di oltre 20mila persone».