

## Il presente di un'idea antica: il clown. Riflessioni e ricerche sul *clowning* nei contesti formativi

di Daniele Zucca

1. Origine dei clown e benefici della risata; 2. Aspetti psicologici e differenze nel clown; 3. Il *clowning* nei contesti educativi; 4. Conclusioni.

### 1. Origine dei clown e benefici della risata

Definire la nascita del clown, da un punto di vista storico, rappresenta un'operazione complessa vista la poliedricità e il mistero che circonda questo particolare personaggio nel quale convergono e si mescolano forme artistiche e significati psicologici differenti. La maggior parte degli autori ritiene che le origini del clown vadano ricercate primariamente nel circo. Tale prospettiva ci porta indietro nel tempo alle corti faraoniche dell'antico Egitto dove ritroviamo le prime figure di giocolieri e trapezisti<sup>1</sup>. La loro presenza è confermata in Grecia dove, durante le Dionisie, diversi artisti si sfidavano in competizioni che attraverso la satira miravano a far ridere i partecipanti<sup>2</sup>. Durante l'impero romano il circo antico raggiunse il suo apice, confermato dalla presenza di arene, circhi e anfiteatri, nei quali artisti di ogni genere si esibivano durante i *Ludi* e intrattenevano gli spettatori attraverso le più svariate attività<sup>3</sup>. Questi antichi precursori degli attuali clown, oltre a stupire gli spettatori attraverso le loro performance fisiche di alto livello, descrivevano in maniera satirica le storie di eroi e dei che erano rappresentati di volta in volta da trapezisti, funamboli, mangiafuoco, ed altre figure già presenti nel circo antico<sup>4</sup>.

Tra i diversi periodi storici, il medioevo, con la presenza dei buffoni di corte e dei giullari nelle piazze, rappresenta il primo richiamo alla figura del clown moderno. Questi personaggi, considerati spesso come i "disagiati" di quel periodo, venivano chiamati dai signori dell'epoca al fine di allietare banchetti e serate mondane, e attraverso la satira esercitavano la possibilità di ridere e far ridere gli invitati dei loro signori. Pur ritenuto uno stupido, il giullare di corte è colui che sfruttando questa sua condizione riesce a farsi portavoce di idee rivoluzionarie attraverso gesti irriverenti, tranquillizzando il pubblico ed esprimendo nel contempo la sua forza e aggressività<sup>5</sup>. Ma il vero momento in cui il giullare assume il ruolo riconosciuto di personaggio divertente si ha solo nel Cinquecento grazie alle commedie popolari e nel Seicento con la nascita della commedia dell'arte. Proprio con la commedia nascono le maschere di Arlecchino, Balanzone, Pantalone, Colombina, che rappresentano tratti e caratteristiche psicologiche nel quale il popolo si può rispecchiare in un modo divertente, teso a esorcizzare paure e preoccupazioni<sup>6</sup>.

Tuttavia la versione moderna del circo nasce solo nel XVIII secolo, a Londra, ad opera dell'ex sottufficiale di cavalleria Philip Astley. All'inizio il suo circo era caratterizzato da numeri equestri ad alto rischio; successivamente, con l'adesione di artisti di vario genere, decise di introdurre tra un

numero e l'altro personaggi particolari che, con vestiti colorati, facce dipinte e strane camminate, facessero ridere il pubblico: nasce così la figura del clown moderno.

Per molti la figura del clown è associata al ridere e alla comicità. Attraverso le loro *gags* i clowns amplificano la realtà quotidiana trascinando gli spettatori che li osservano in un mondo creativo che li distoglie temporaneamente dalle loro preoccupazioni, alimentano in loro il buon umore ed eliminano, per il tempo dello spettacolo, emozioni negative e stress che tutti viviamo nella quotidianità<sup>7</sup>. Se è vero che la funzione del ridere è tipicamente umana (Berger 1999), il comico e la risata sono stati temi di osservazione e riflessione da parte di varie discipline che ne hanno evidenziato aspetti e caratteristiche diverse.

Agli inizi del '900 Bergson<sup>8</sup> nella sua opera, *Le rire. Essai sur la signification du comique*, tra le diverse caratteristiche che attribuisce alla comicità, evidenzia la funzione sociale del ridere descrivendo come questa avvenga nei diversi gruppi e in diversi luoghi, e rappresenti uno strumento per rinforzare e rinsaldare le relazioni sociali. Le diverse considerazioni fatte da Bergson, indicano come ridere, rappresenti uno strumento utile ad allentare tutte quelle forme di rigidità mentale che le regole e la vita sociale ci impongono di vivere. Dunque l'atto di ridere rappresenta la possibilità di riuscire a migliorare e sottolineare, in modo indiretto, tutte le forme ossessive che l'uomo vive nel contesto quotidiano.

Nell'ambito delle ricerche psicologiche, i primi studi che approfondiscono il tema della risata in termini di benessere psico-fisico partono dall'esperienza del ricercatore Norman Cousins<sup>9</sup>, che attraverso una sua personale cura, basata sull'assunzione quotidiana di 25 grammi di vitamina C al giorno e la visione di vecchie *candid camera* e di film comici, riuscì a sconfiggere la spondilite anchilosante, per la quale i medici gli avevano dato pochi mesi di vita.

Attualmente la scienza che si occupa di studiare gli effetti benefici della risata e delle emozioni positive come agenti del benessere psico-fisico è la gelotologia. Questa si basa sugli studi e le ricerche condotte nell'ambito di una nuova branca della scienza medica chiamata *Psiconeuroimmunologia*<sup>10</sup>, indicata con la sigla PNEI, nella quale convergono i contributi di diverse discipline quali: psicologia, psichiatria, endocrinologia, biologia ecc. Alcune delle prime ricerche condotte in quest'ambito<sup>11</sup> dimostrano come la presenza di agenti stressanti quotidiani producono l'abbassamento dell'immunoglobina A, utile nella prevenzione delle infezioni delle vie respiratorie, e come questa cala in percentuale più bassa nei soggetti che presentano un alto senso dello *humor*. Sempre in questo ambito i dati di un'altra ricerca<sup>12</sup>, mostrano come i soggetti che hanno riso dopo la visione di film comici mostrano livelli più alti di immunoglobina A. Un'altra ricerca<sup>13</sup> ha dimostrato come lo *humor* abbassa i livelli di cortisolo generando alcune specifiche cellule immunitarie (chiamate *natural killer*), che proteggono l'organismo attaccando cellule e virus cancerogeni. Secondo Fry<sup>14</sup> ridere produce la stimolazione ed il rilassamento di diversi apparati del nostro corpo e agisce come fattore preventivo rispetto al rischio di infarto.

Da queste ed altre ricerche è emerso come ridere rappresenta un'attività tipica degli esseri umani, che migliora lo stato psico-fisico aiutandolo a prevenire alcune malattie e mitigando lo stress<sup>15</sup>. Un'altra caratteristica interessante legata alla risata è che essa non ha un limite di età ma coinvolge tutti; infatti come sostiene Farnè: «*Saper ridere è salutare: è una forma di prevenzione che evita di mantenere*

*l'organismo in un prolungato e nocivo stato d'ansia in quanto ridere è veramente importante per tutti ed in qualsiasi momento della vita»<sup>16</sup>.*

## *2. Aspetti psicologici e differenze nel clown*

Per quanto sembrano spesso tutti uguali i clown si dividono in due tipi: il clown bianco ed il clown rosso, detto anche Augusto o Tony.

Il bianco è quello più intelligente e furbo, indossa abiti eleganti ed un cappello, utilizza un trucco bianco, palesa grandi abilità tecniche, di solito suona uno strumento, spesso è arrogante e per alcuni versi potremmo dire che è il clown superiore. Il rosso (detto anche Augusto o Tony) è quello più goffo, timido e talvolta impacciato, veste abiti multicolorati, non sembra dotato di abilità e capacità particolari, ma è quello che, utilizzando il suo intuito ed esprimendo con semplicità le sue emozioni, riesce a trovare sempre una soluzione comica che produce ilarità nel pubblico: *«attraverso il loro naso rosso - simbolo di regressione verso il mondo creativo - e tramite oggetti che diventano parte integrante del loro personaggio, vivono modalità di approccio e vita molto differenti. Entrambi sono l'uno il continuo dell'altro»<sup>17</sup>.*

Questi due personaggi manifestano realtà emotive, relazionali, comunicative e corporee diverse e complementari. In termini psicologici, è possibile sostenere che riportano stili cognitivi differenti che conferiscono ad entrambi un modo personale ed opposto di vedere e rappresentarsi il mondo che li circonda. Proprio per queste loro caratteristiche, il rosso e il bianco offrono l'opportunità a coloro che li guardano attentamente di rivedere parti di sé che rappresentano la totalità degli aspetti psicologici ed i vissuti esistenziali presenti in ogni individuo<sup>18</sup>. La loro stupidità nell'inscenare aspetti e scene della vita reale *«diventa terapeutica nel momento in cui permette delle identificazioni e proiezioni allo spettatore»<sup>19</sup>.*

Dunque la figura del clown permette di indagare in profondità molteplici dimensioni psicologiche presenti in ogni individuo che affiorano nello scontro, continuo ed esasperato, tra il bianco ed il rosso facendo emergere<sup>20</sup> *«atteggiamenti diversi e modalità relazionali ed emotive che tutti viviamo e che spesso ci rendono, per la paura di affrontarle e riconoscerle come parte di noi, schiavi dei nostri sé più nascosti»*. Da un punto di vista psicologico il clown ci permette di analizzare, secondo diverse prospettive teoriche e con chiavi di lettura differenti, i molteplici aspetti dell'individuo.

Tra i vari autori che si sono occupati di questo argomento Freud<sup>21</sup> (1905), nella sua opera *Der Witz und seine Beziehung zum Unbewussten*, è stato il primo "scienziato della psiche" ad interessarsi al fenomeno del comico collegato al piacere e alla sua teoria del moto di spirito. Per l'autore il riso ha una funzione importante in quanto permette di scaricare l'energia in eccesso e la nostra aggressività repressa. Inoltre possiamo rilevare nel modello da lui proposto che in ogni uomo esiste all'interno della sua mente un piano di scontro tra il principio del piacere e il principio di realtà. Proprio il principio di piacere si esplicita attraverso tutte quelle azioni che rompono gli schemi e le regole. In questa prospettiva, dunque, il principio di piacere evoca e porta alla luce la nostra parte infantile, che nel modello clown è rappresentato dal rosso mentre il bianco incarna il principio di realtà tipico della persona adulta.

Partendo da una prospettiva evolutiva è facile vedere come il rosso rappresenta, nelle modalità relazionali e nella sua forma di pensiero egocentrico, il bambino o l'adolescente che nella ricerca e

costruzione della sua identità si scontra con l'adulto (il bianco). Per spiegare meglio i diversi significati interni alla figura del clown possiamo ipotizzare, secondo la visione dell'analisi transazionale proposta da Berne<sup>22</sup>, come l'Augusto rappresenta la parte "B", quella del bambino, mentre il bianco la parte "G" ossia quella dell'adulto<sup>23</sup>. Tali parti, presenti insieme in ogni individuo, emergono in modo diverso a seconda dei processi personali e fanno sì che ci poniamo in contatto con l'altro più con una parte di bambino che non di genitore e viceversa.

Guardando i clown sotto un'ottica che utilizza il modello *Gestalt* di Pearls<sup>24</sup> possiamo vedere come il clown bianco potrebbe rappresentare la *figura*, intesa come quella parte di noi razionale che riesce a comprendere e portare a consapevolezza un aspetto della realtà, mentre il rosso rappresenta lo *sfondo*, ossia quell'insieme di emozioni e vissuti con i quali facciamo difficoltà ad entrare in contatto perché imbarazzanti e difficili da accettare<sup>25</sup>.

Come possiamo osservare le implicazioni psicologiche del clown sono tante e diverse se guardate alla luce dei diversi approcci teorici ai quali si può accostare. Il "potere" benefico esercitato dai clown tramite il comico e la risata mostra come questo possa interagire ed essere utilizzato oggi in molti altri contesti e con differenti obiettivi.

### 3. Il clowning nei contesti educativi: un nuova "idea" per lo sviluppo psicologico nel ciclo di vita

In questi ultimi anni il clown è riapparso nella scena sociale e viene utilizzato attraverso quella che molti conoscono con il nome di "clownterapia" o "terapia del sorriso"<sup>26</sup> (Fioravanti, Spina 1999; Catarsi, 2008). Gli studi svolti negli ultimi dieci anni in quest'ambito si sono concentrati sullo studio degli effetti positivi sull'organismo prodotti da interventi promossi dai clown all'interno dei reparti ospedalieri<sup>27</sup>.

Oltre allo studio del clown nell'ambito sanitario, un recente filone di ricerca rivolge la propria attenzione alle implicazioni psicologiche e agli effetti positivi che il *clowning* può sviluppare nei contesti educativi e formativi<sup>28</sup>. In particolare alcune ricerche preliminari hanno evidenziato come l'utilizzo del clown sembra essere un approccio utile per sviluppare nei partecipanti alcune dimensioni psicologiche fondamentali legate all'immagine di sé, incrementando lo sviluppo della creatività e la capacità di comprendere meglio lo stato emotivo degli altri<sup>29</sup>. Un'altra indagine esplorativa, svolta recentemente con insegnanti della scuola dell'infanzia, ha messo in luce gli effetti positivi che il *clowning* sembra produrre nella sfera emotiva e relazionale. Pur utilizzando un campione poco rappresentativo, costituito da appena 8 soggetti nel gruppo sperimentale e di controllo, i risultati della ricerca<sup>30</sup> mettono in luce come dopo il training formativo diminuiscono significativamente nei partecipanti i punteggi delle scale relative sia a Timidezza-Imbarazzo ( $p = .027$ ) sia a Vergogna per disconferma dell'aspettativa di approvazione e ammirazione ( $p = .039$ ). Questa esperienza mostra come il *clowning* abbia migliorato nei partecipanti la possibilità di superare la vergogna e di farsi influenzare dal giudizio degli altri sviluppando maggiore autostima e capacità di regolare le proprie emozioni.

In questa prospettiva si va delineando sempre di più un' "idea" nuova di *clowning* psico-educativo<sup>31</sup> che permette di incrementare in studenti e docenti, attraverso differenti percorsi che utilizzano varie tecniche del *clowning*, diverse abilità e competenze.

Nell'ambito di questa nuova prospettiva alcune recenti ricerche hanno voluto indagare come, partendo dall'utilizzo del metodo EDEL<sup>32</sup>, il *clowning* aiuti lo sviluppo di alcune dimensioni psicologiche utili per il benessere degli individui. I risultati evidenziano come i docenti, partecipanti al training, oltre che cambiare la loro idea rispetto all'utilizzo e alla validità del clown nella scuola, riconoscano come il percorso svolto sia uno strumento utile per promuovere la conoscenza delle emozioni e lo sviluppo relazionale. Un ulteriore studio sperimentale condotto con studenti universitari<sup>33</sup>, svolto con il metodo EDEL, mostra come l'esperienza del *clowning* abbia aumentato in loro l'autoefficacia nella gestione delle emozioni negative e le loro credenze di efficacia nella possibilità di essere più empatici.

#### 4. Conclusioni

Gli studi e le riflessioni sull'utilizzo di training formativi per verificare l'efficacia del *clowning* nei contesti scolastici e formativi sono relativamente recenti e mostrano come quest'ambito di ricerca sia nuovo e ancora da esplorare. In questo senso è importante specificare come la ricerca di un metodo e un modello rappresenta uno degli obiettivi da ricercare e da approfondire.

In generale è possibile dire che il clown rappresenta la possibilità di confrontarsi con le proprie paure e ambiguità, proponendo un'immagine positiva e un'accettazione di sé, e stimolando allo stesso tempo un lavoro di gruppo rivolto alla scoperta delle proprie caratteristiche e competenze, teso a migliorare nei partecipanti dimensioni legate alla sfera emotivo-relazionale e alla propria immagine corporea.

La possibilità di portare nell'ambito scolastico ed educativo il clown come figura "creatrice" di conoscenza e competenze esprime un contrasto critico con una visione scolastica che riflette oggi una prospettiva legata principalmente al contenuto rispetto al processo di conoscenza. In questa visione il clown esprime, oggi come nel passato, un luogo di riflessione verso l'importanza della diversità in termini di arricchimento personale ed in termini di apprendimento una fonte per lo sviluppo psicologico di dimensioni come l'autostima, l'autoefficacia, le competenze emotive, le abilità comunicative, fondamentali nel processo di sviluppo di ogni individuo.

#### Note

<sup>1</sup> A. Serena, K.H. Ziethen, *Luci della giocoleria: il virtuosismo tra circo, varietà, strada e teatro contemporaneo*. Stampa Alternativa, Viterbo, 2002.

<sup>2</sup> N. Pafundi, *I clown*. Papfo, Milano 1999.

<sup>3</sup> B. Madaudo, V. Padiglione. *Gente del circo*. Armando, Roma 1986.

<sup>4</sup> P.S. Inglott, *Circus Aesthetics*. In M. Camilleri and T. Vella (eds), *Celebratio Amicitiae*. Fondazzjoni Patrimonju Malti, Malta 2006.

<sup>5</sup> M. Grotjahn, *Saper ridere. Psicologia dell'umorismo*. Longanesi, Milano 1981.

<sup>6</sup> N. Pafundi, op.cit.

<sup>7</sup> D. Zucca, *Clowning in the classroom. A new approach to healthy psychological development*. University Press of Malta, Malta 2011.

<sup>8</sup> Henri Bergson, *Le rire. Essai sur la signification du comique*, Éditions Alcan, Paris 1900; tr. it.: *Il riso. Saggio sul significato del comico*, a cura di F. Stella, Rizzoli, Milano 1961.

- <sup>9</sup> N. Cousins, *Anatomy of an Illness as Perceived by the Patient: Reflections on Healing and Regeneration*. Norton, New York 1979.
- <sup>10</sup> F. Bottaccioli, *Psiconeuroimmunologia*. Red, Como 1996.
- <sup>11</sup> R.A. Martin, H.M., Lefcourt, *Sense of humor as a moderator of the relation between stressors and moods*, in: *Journal of Personality and Social Psychology*, 45, 1313-1324, 1983; R.A. Martin, J.P. Dobbin. *Sense of humor, hassles, and immunoglobulin A: Evidence for a stress-moderating effect of humor*, in: *International Journal of Psychiatry in Medicine*, 18, 93-105, 1988.
- <sup>12</sup> D.C. McClelland, A.D. Cheriff, *The immunoenhancing effects of humor on secretory IgA and resistance to respiratory infections*, in: *Psychology & Health*. Vol.12(3), May 1997, 329-344, 1997.
- <sup>13</sup> L.S. Berk, S.A. Tan, S.L. Nehlsen-Cannarella, B.J. Napier, ed altri, *Humor associated laughter decreases cortisol and increases spontaneous lymphocyte blastogenesis*, in: *Clinical research*, 36: 435A, 1988.
- <sup>14</sup> W.F. Fry, *The Biology of Humor*, in: *HUMOR International Journal of Humor Research* 7.2 ,111-126,1994.
- <sup>15</sup> L.S. Berk., S.A. Tan, B.J. Napier, W.C. Eby. *Eustress of mirthful laughter modifies natural killer cell activity*, in: *Clinical Research*, 37: 115A, 1989.
- <sup>16</sup> M. Farnè. *Guarir dal ridere*, Bollati Boringhieri, Torino 1995, p.50.
- <sup>17</sup> D. Zucca, *La pedagogia del Clown*, in: *Infanzia*, 7/8, 2006, p.17-21.
- <sup>18</sup> D. Zucca, op.cit.
- <sup>19</sup> A. Farneti, *La maschera più piccola del mondo. Aspetti psicologici della clownerie*, Perdisa, Firenze 2004.
- <sup>20</sup> D. Zucca, op.cit., p.16.
- <sup>21</sup> S. Freud, *Der Witz und seine Beziehung zum Unbewussten*, F. Deuticke, Leipzig/Wien 1905, tr. it.: *Il moto di spirito e la sua relazione con l'inconscio*, Bollati Boringhieri, Torino 2002.
- <sup>22</sup> E. Berne, *Analisi transazionale e psicoterapia*, Astrolabio, Roma 1971.
- <sup>23</sup> A. Farneti, op.cit.
- <sup>24</sup> F.S. Perls, *L'approccio della Gestalt*, Astrolabio, Roma 1977.
- <sup>25</sup> Cfr. D. Zucca, op.cit.
- <sup>26</sup> E. Catarsi, *Clownerie e animazione negli ospedali pediatrici*, Giunti, Firenze 2008; S. Fioravanti, L. Spina, *La terapia del ridere, Guarire con il buon umore*, Red Edizioni, Como 1999.
- <sup>27</sup> D. Francescato, M. Benedetti, *Umorismo e Salute: una sinergia possibile*, in: *Psicologia della Salute*, 1, 111-131, 2012.
- <sup>28</sup> C. Carreri, A. Farneti, A. Cadamuro, *Il clown nelle rappresentazioni dei bambini*, In: *Sintesi dei Contributi*, AIP XXII *Convegno nazionale della Sezione di psicologia dello Sviluppo*. Padova, p. 231, 2008.
- <sup>29</sup> A. Farneti, *Il clowning come strumento di formazione e di valutazione degli insegnanti e degli educatori*, in: *Sintesi dei Contributi*, AIP XXII *Convegno Nazionale della Sezione di psicologia dello Sviluppo*. Padova, 48-49, 2008; A. Farneti, F. Palloni, *Clowning: the effects on Self Image and Interpersonal Relationships in Nursery Schools*, in: *Procedia - Social and Behavioral Sciences Journal*, (5), 1527-1532, 2010.
- <sup>30</sup> A. Farneti, F. Palloni, *La clownerie come strumento di formazione nella scuola dell'infanzia: un percorso di due anni*, in: *Sintesi dei Contributi*, In *Sintesi dei Contributi XXIV Congresso nazionale AIP Sezione di psicologia dello Sviluppo*. Genova, 177-178, 2011.
- <sup>31</sup> D. Zucca. *Clowning in the classroom.*, op. cit.
- <sup>32</sup> *Ibidem*.
- <sup>33</sup> D. Zucca, G. Nuvoli, *Clowning psico-educativo e metodo EDEL: risultati preliminari di un intervento formativo con studenti universitari*. AIP XXV *Convegno nazionale Sezione di Psicologia dello Sviluppo*. Chieti (in stampa), 2012.

## Bibliografia

- Berger, P., *Homo ridens. La dimensione comica dell'esperienza umana*, Il Mulino, Bologna 1999.
- Berne, E., *Analisi transazionale e psicoterapia*, Astrolabio, Roma 1971.
- Bergson, Henri, *Le rire. Essai sur la signification du comique*, Éditions Alcan, Paris 1900, tr. it. : *Il riso. Saggio sul significato del comico*, a cura di F. Stella, Rizzoli, Milano 1961.
- Berk, L.S., Tan, S.A., Napier, B.J., Eby, W.C., *Eustress of mirthful laughter modifies natural killer cell activity*, *Clinical Research*, 37: 115A, 1989.
- Berk L.S., Tan S.A., Nehlsen-Cannarella S.L., Napier B.J., Lee J.W., Hubbard R.W., Lewis J.E., Eby W.C. Fry W.F., *Humor associated laughter decreases cortisol and increases spontaneous lymphocyte blastogenesis*, in: *Clinical research*, 36: 435A, 1988.
- Bottaccioli F., *Psiconeuroimmunologia*. Red, Como 1996.
- Carrerri, C., Farneti, A., Cadamuro, A., *Il clown nelle rappresentazioni dei bambini*. In *Sintesi dei Contributi, AIP XXII Convegno nazionale della Sezione di psicologia dello Sviluppo*, 231, Padova 2008.
- Cousins, N., *Anatomy of an Illness as Perceived by the Patient: Reflections on Healing and Regeneration*, Norton, New York 1979.
- Farnè, M., *Guarir dal ridere*, Bollati Boringhieri, Torino 1995.
- Farneti, A., *La maschera più piccola del mondo. Aspetti psicologici della clownerie*, Perdisa, Firenze 2004.
- Farneti, A., *Il clowning come strumento di formazione e di valutazione degli insegnanti e degli educatori*. In: *Sintesi dei Contributi, AIP XXII Convegno Nazionale della Sezione di psicologia dello Sviluppo*, 48-49, Padova 2008.
- Farneti, A., Palloni, F., *Clowning: the effects on Self Image and Interpersonal Relationships in Nursery Schools*, in: *Procedia - Social and Behavioral Sciences Journal*, (5), 2010, 1527-1532.
- Farneti, A., Palloni, F., *La clownerie come strumento di formazione nella scuola dell'infanzia: un percorso di due anni*, In: *Sintesi dei Contributi. XXIV Congresso nazionale AIP Sezione di psicologia dello Sviluppo*, 177-178, Genova 2011.
- Francesacato, D., Benedetti, M., *Umorismo e Salute: una sinergia possibile*, in: *Psicologia della Salute*, 1, 2012, 111-131.
- Freud, S. (1905). *Der Witz und seine Beziehung zum Unbewussten*, F. Deuticke, Leipzig/Wien 1905, tr. it.: *Il moto di spirito e la sua relazione con l'inconscio*, Bollati Boringhieri, Torino 2002.
- Fry W.F., *The Biology of Humor*, in: *HUMOR International Journal of Humor Research* 7.2 , 1994, 111-126.
- Grotjahn, M., *Saper ridere. Psicologia dell'umorismo*, Longanesi, Milano 1981.
- Inglott, P.S., *Circus Aesthetics*, In: M. Camilleri and T. Vella (eds), *Celebratio Amicitiae*, Fondazzjoni Patrimonju Malti, Malta 2006.
- Martin, R.A., Lefcourt, H.M., *Sense of humor as a moderator of the relation between stressors and moods*, in: *Journal of Personality and Social Psychology*, 45, 1983, 1313-1324.
- Martin, R.A., Dobbin, J.P., *Sense of humor, hassles, and immunoglobulin A: Evidence for a stress-moderating effect of humor*, in: *International Journal of Psychiatry in Medicine*, 18, 1988, 93-105.
- McClelland, D.C., Cheriff, A.D., *The immunoenhancing effects of humor on secretory IgA and resistance to respiratory infections*, in: *Psychology & Health*. Vol.12(3), May 1997, 329-344.

Madaudo, B., Padiglione V., *Gente del circo*. Armando, Roma 1986.

Pafundi, N., *I clown*. Papfo, Milano 1999.

Perls F.S., *L'approccio della Gestalt*, Astrolabio, Roma 1977.

Serena A., Ziethen, K.H., *Luci della giocoleria: il virtuosismo tra circo, varietà, strada e teatro contemporaneo*, Stampa Alternativa, Viterbo 2002.

Zucca, D., *La pedagogia del Clown*, in: *Infanzia*, 7/8, 2006, 17-21.

Zucca, D., *Clowning in the classroom. A new approach to healthy psychological development.*, University Press of Malta, Malta 2011.

Zucca D., Nuvoli G., *Clowning psico-educativo e metodo EDEL: risultati preliminari di un intervento formativo con studenti universitari*. AIP XXV Convegno nazionale Sezione di Psicologia dello Sviluppo. Chieti 2012 (in stampa).