

Introduzione al workshop di stand up comedy

Salve, mi chiamo Louise Peacock e sono direttrice di teatro alla DeMontfort University in Inghilterra. Nell'ambito del progetto di creatività, ho tenuto un workshop utilizzando le tecniche della stand up comedy. Lo scopo dell'utilizzo delle tecniche di stand up comedy è quello di abituare i partecipanti del laboratorio a poter esprimere le proprie opinioni in modo chiaro e interessante, incoraggiando le persone ad avere un atteggiamento reale nei confronti di ciò che vogliono dire. Le attività possono essere svolte in gruppo o da soli. Sono abbastanza semplici da realizzare e quindi si possono fare praticamente ovunque. Potreste svolgerle in un'aula o in uno studio. Si possono fare a casa, in camera da letto o in salotto, o addirittura all'aperto.

Laboratorio di stand up comedy Attività 1

Questa è la prima delle attività di stand up comedy e si chiama "rant and rave". Prendete il vostro telefono, o una penna e un pezzo di carta, e scrivete cinque argomenti dove e in cui vi sentite fortemente coinvolti. Potrebbero essere cose che vi piacciono molto, oppure cose che vi fanno arrabbiare molto, o ancora cose che non vi piacciono per niente. Non importa, basta che abbiate un atteggiamento molto forte nei loro confronti. Una volta scritte le cinque cose, se lavorate in gruppo, potete leggerle al resto del gruppo e chiedere a qualcuno di scegliere l'argomento che più desidera utilizzare per la fase successiva dell'esercizio. Se lavorate da soli, sceglietene solo uno. Oppure, se siete a casa con la famiglia o gli amici, potete chiedere loro di sceglierne uno per voi. Una volta individuato l'argomento, dovrete parlarne per due o tre minuti, spiegando esattamente come e perché vi sentite così forti al riguardo. Potete registrarvi mentre lo fate su un telefono, oppure potete farlo direttamente a un'altra persona. In ogni caso, genererete del materiale e sperimenterete come ci si sente a parlare con chiarezza di qualcosa che vi sta molto a cuore.

Se lavorate in gruppo, è una buona idea fermarsi a parlare di ciò che avete scoperto dopo aver fatto il rantolo. Come ci si sente a parlare con passione di qualcosa? Cosa si prova, come pubblico, ad ascoltare qualcuno che spiega in modo molto chiaro e forte perché prova quel determinato sentimento o cosa specifica. Questo esercizio vi aiuta a generare contenuti, ad avere cose da dire e a sviluppare un atteggiamento davvero chiaro e forte nei confronti degli argomenti di cui volete parlare.

Stand Up - Attività 2

Il secondo esercizio si chiama "Domande per sviluppare risposte rapide" ed è pensato per aiutarvi a essere più spontanei, per evitare quelle pause imbarazzanti quando qualcuno vi fa una domanda, ma anche per farvi sentire in grado di intervenire subito con qualcosa da dire. Se lavorate in gruppo, una persona dovrebbe rispondere e tutti gli altri membri del gruppo hanno la responsabilità di fare domande. Le domande possono riguardare qualsiasi cosa. Possono riguardare quello che avete mangiato per la colazione, quello che avete fatto la sera precedente, i luoghi in cui state progettando di andare, e la persona che risponde cerca di rispondere il più velocemente ma nel modo più completo possibile. Cercate quindi di evitare le risposte con una sola parola. Non limitatevi a dire sì o no, ma approfondite. Fornite più dettagli e tutto ciò vi incoraggerà a praticare l'abilità di parlare con sicurezza e libertà e vi garantirà di non rimanere a secco e di non avere nulla da dire.

Stand Up Comedy - Attività tre

L'ultima attività di un workshop di stand up consiste nel pensare all'editing del materiale. Ripercorrete il materiale che avete generato nei due esercizi precedenti. Potreste tornare all'argomento con cui avete iniziato e provare a scrivere da due a 300 parole intorno all'argomento su cui avete consegnato il materiale. Pensate a come dare forma al materiale, pensate alle parole migliori da usare, sviluppate un pezzo di scrittura di cui vi sentite orgogliosi basato sull'argomento di cui avete parlato così liberamente nelle attività precedenti. Questo vi permetterà di esercitarvi nell'editing del materiale e vi aiuterà a raccontare storie basate su cose che avete fatto o sulle quali vi sentite fortemente coinvolti, il che potrebbe esservi molto utile in un futuro colloquio, ma è anche qualcosa che potrete inserire nel vostro portfolio personale.