
La noia: motore propulsivo della fantasia

Autore: Serena Scotto d'Abusco

Fonte: Città Nuova

In estate i nostri ritmi sono più lenti. Anche i bambini hanno molto meno attività da svolgere. Come approfittare di questa pausa per renderla creativa

Le ferie estive spesso mettono ciascuno di noi dinanzi ad una importante sfida: **convivere con la noia**. Imparare a gestire momenti di solitudine, in cui le serrate attività che di solito si svolgono durante l'anno vengono meno, non è un compito facile, e può diventare ancora più arduo se la sfida riguarda ragazzi e bambini che poco sono abituati a strutturare un tempo senza attività. Alle classiche ferie che si vivono solitamente ed ai tre mesi di fermo delle scuole, quest'anno si è sommato anche il periodo di lockdown, vissuto da molti come lungo ed estenuante. **Cosa fare di tutto questo tempo libero?** C'è chi può avere delle difficoltà a capire come impiegarlo e, soprattutto, sentirsi perso dinanzi a momenti che possono configurarsi come attimi di vuoto, privi di obiettivi concreti e di attività da svolgere. Come trovare, quindi, anche in questi attimi una risorsa? Come aiutare anche bambini ed adolescenti a vederne gli aspetti positivi? **A cosa serve la noia? La noia** è connotata quasi sempre in termini negativi ed a prima vista è un qualcosa che spaventa e da cui fuggire. Essa, però, **può anche innescare degli importanti processi virtuosi altamente stimolanti e positivi**. Teresa Belton, studiosa inglese esperta di educazione e apprendimenti parla della noia definendola «**linfa vitale della creatività**». È solo attraverso la noia, infatti, che ciascuno di noi può fermarsi a riflettere, può generare nuovi pensieri, stimolare la fantasia ed inventare nuove attività. Alcuni studiosi hanno anche sottolineato l'importante correlazione tra noia e sviluppo dell'intelligenza. Sembra, infatti, che siano proprio i momenti di noia quelli che permettono agli esseri umani di **trovare nuove strategie e risposte a domande complesse**. È nel tempo libero che si può imparare a sviluppare nuove modalità di risoluzioni di problemi e nuovi schemi di azione. Ed ancora è la noia il **motore propulsivo che ci aiuta a comprendere cosa amiamo**. Se un bambino ad esempio, è sempre impegnato all'interno di un vortice di attività senza sosta, potrebbe fare difficoltà a comprendere quali sono realmente le sue preferenze. Ed anche laddove si tratti di un adulto, siamo sicuri che le attività svolte siano quelle che ancora adesso soddisfano i propri interessi e non sia solo un modo per essere risucchiati dalla routine e dalla quotidianità? **A volte potrebbe risultare utile fermarsi**, mettere in pausa il vortice di esperienze che si è abituati a vivere, per riflettere e comprendere realmente cosa ci piace, cosa fa per noi in quel determinato momento di vita e cosa è bene, invece, mettere da parte. **È la noia che aiuta a fare delle pause, a riflettere su sé stessi, a non dare la vita per scontato**, ad apprezzare maggiormente la attività che svolgiamo quotidianamente, perché è proprio quando qualcosa manca che diventa più preziosa e ne riusciamo a cogliere il reale significato. Alla luce di quanto detto, appare evidente quindi, quanto possa essere necessario sia per adulti che per bambini ed adolescenti, coltivare momenti di noia. Insegnare ed apprendere l'arte di annoiarsi, la capacità di stare soli con sé stessi senza per forza dover strutturare costantemente innumerevoli attività.