

## IMPULSI PEDAGOGICI

# per un'avventura chiamata famiglia



## 19\_I bambini si devono annoiare

Quali genitori non conoscono questa frase dei loro figli: "Mi annoio da morire!". Non di rado, questa situazione crea stress ai genitori. Il brontolio dei bambini quando si annoiano non è facile da sopportare, molti genitori si impegnano a fondo e propongono soluzioni che i figli di solito rifiutano. Molto spesso invece cedono a TV, cellulare o computer poiché di solito funziona. Ma ha senso?

### **Molti bambini e ragazzi di oggi sono sovrastimolati.**

Sono impegnati ovunque: all'asilo, a scuola e in vari corsi. Vengono spinti da un'offerta all'altra e non appena sono di nuovo a casa, i genitori vogliono tenerli occupati. Ma questa costante stimolazione dall'esterno impedisce loro di accedere ai propri desideri e alle proprie idee. Manca il silenzio e il contatto con la propria interiorità per scoprire cosa si vuole veramente, cosa piace e cosa fa bene. L'intrattenimento permanente rende i bambini dipendenti, chiude il contatto con il proprio io e la propria creatività. I bambini che "lavorano attraverso" un'offerta dopo l'altra sono diventati consumatori, dipendenti da altri che dicono loro cosa possono fare.

### **La prossima volta che il vostro bambino si annoierà, avrete la coscienza pulita.**

Non dovete fare nulla, potete guardare tranquillamente vostro figlio negli occhi e dirgli in modo amichevole: "Ah, ti annoi? Allora non vedo l'ora di vedere cosa ti verrà in mente di fare nei prossimi 20 minuti".

Un bambino annoiato, diventa irrequieto ma dopo un po' diventerà creativo e magari costruirà un aeroplano con le sedie e volerà intorno al mondo oppure diventerà un gatto e parlerà ai gatti del vicinato dei cani fastidiosi. Attraverso la noia troviamo la nostra creatività, scopriamo autonomamente come vogliamo occuparci. La creatività e l'indipendenza vengono così rafforzate e di conseguenza si rafforza la personalità del bambino. Entrambe sono qualità che lo aiuteranno per tutta la vita.

### **Ha anche a che fare con la consapevolezza.**

Quando cominciamo ad ascoltare noi stessi, a esplorare ciò che vogliamo e ciò che ci fa bene, allora impariamo ad ascoltare la nostra voce interiore e a percepire i nostri impulsi. È una qualità di cui abbiamo bisogno anche da adulti se vogliamo prenderci cura di noi stessi.

La psicologa Vanessa Lapointe lo dice in modo eccellente: "I bambini hanno bisogno di sprofondare nella loro stessa noia in modo che il mondo intorno a loro diventi così silenzioso da permettere loro di ascoltare se stessi". Questa conoscenza rilassa anche i genitori che sapendo quanto sia importante questa esperienza, potranno continuare a leggere il giornale in pace anche se il bambino sospira di noia.

Così scrive Lapointe in un blog su Internet: "Quando mio marito era piccolo, la sua famiglia viveva in una zona rurale con molto spazio a disposizione e mi racconta spesso di come passava ogni ora libera a scavare buchi, nascondere tesori e armeggiare con piccole invenzioni. Lo immagino esattamente, completamente assorto in questo lavoro, perso nel mondo della sua immaginazione ma soprattutto, nel SUO mondo. Sapendo questo di mio marito, è una sorpresa che ora sia un ingegnere meccanico? Sta ancora costruendo, armeggiando e inventando. Questo è ciò che è l'essenza di ciò che lo guida. La noia della sua infanzia, lo spazio lasciategli per essere e basta, vive oggi in lui e ha una grande influenza sulla sua personalità".

Astrid Lindgren, la creatrice della leggendaria Pippi Calzelunghe, riconosceva che i nuovi pensieri o incontri spesso nascono in momenti senza un piano e ha commentato: "E poi bisogna avere il tempo di sedersi e guardare davanti a sé".

Jesper Juul accoglie anche la noia in una coppia: "Sarebbe ancora meglio se vi annoiaste insieme, noterete che all'improvviso parlate e vi raccontate di cose che si presentano solo quando la "modalità intrattenimento" è spenta e avete superato l'inquietudine interiore. Questo è il punto in cui diventa possibile una vera vicinanza. Potete provare anche con il vostro partner".

Testo Elisabeth Kußtatscher, Traduzione Martina Daviddi  
[www.familie.it](http://www.familie.it)