

# LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

## La noia? Non sempre è negativa, anzi stimola la creatività di adulti e bambini

Redazione · Wednesday, October 6th, 2021

Nella definizione di A. Clancier (1977), **la noia è caratterizzata da un'attesa vaga di qualche cosa**, da una scarsa tolleranza verso questa attesa con un senso generale di insoddisfazione e d'infelicità e una sensazione di difficoltà ad identificare dei desideri da poter realizzare. Vi è un apatia di fondo.

Ma Psicologia.

Uno studio dell'University of Central Lancashire, nel Regno Unito ha rilevato che quando ci stiamo annoiando ci vengono in mente le idee migliori.

La noia è il segreto della creatività.

Molti pediatri e psicologi infantili sottolineano l' importanza di **non avere l' ossessione di occupare con continui impegni** ed attività extrascolastiche il tempo libero dei figli ma di lasciare che nella loro giornata ci siano anche buchi di tempo. Spazi vuoti nei quali abbiano appunto la possibilità di annoiarsi. Non diventeranno tristi per questo, semmai il momento della noia segnerà un salto evolutivo nella crescita dei bambini, ma non solo anche negli adulti..

In sostanza **il tempo “vuoto”** , una volta superata la frustrazione del non sapere cosa fare, diventerà lo stimolo che sollecita creatività pensiero e immaginazione e la nostra vita si arricchirebbe.

Soprattutto in questo periodo storico dove ogni momento “morto” viene occupato con compulsivamente dall'uso del cellulare o tecnologia, rende bene l' idea del significato di quello che stiamo dicendo sottolineando l' importanza di vivere dei momenti di “noia produttiva”

A tal proposito ricordiamo l' episodio relativo ad Albert Einstein, il quale **sviluppò la teoria della relatività, mentre era in uno stato d'animo particolarmente annoiato** e stava sognando ad occhi aperti.

Questo significa che molte persone intelligenti, ma tendenti alla noia, possono in questi momenti trovare la soluzione ai problemi, stimolando la loro creatività cercando soluzioni nuove e originali.

**Dott. Francesco Fisichella**  
**Psicologo Psicoterapeuta**  
[www.francescofisichella.com](http://www.francescofisichella.com)

*In copertina una immagine ripresa dalla copertina del libro “La noia” di Alberto Moravia, ed.*

*Bompiani*

This entry was posted on Wednesday, October 6th, 2021 at 3:44 pm and is filed under [Legnano](#), [Psicologia](#), [Rubriche](#)

You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.