

SECONDO UNA RICERCA HANNO UNA MIGLIORE MEMORIA OPERATIVA (E SONO PIÙ FELICI)

La creatività dei bimbi distratti

Se l'intelligenza consiste nel realizzare connessioni, sarà potenziata dall'attivazione di più circuiti neuronali

Chi tra i genitori non si è mai sentito dire da un insegnante del figlio: «Va bene ma non sta attento»?

L'attenzione è così valorizzata socialmente da condannare il suo opposto, la disattenzione, come fosse una colpa o un sintomo. In realtà le due facoltà si intrecciano e si relativizzano e un buon funzionamento dell'apparato psichico deve essere in grado di utilizzare entrambe. La capacità di attenzione fa parte del patrimonio genetico di tutti gli animali: sollecitata da un segnale di pericolo (ad esempio prossimità di un predatore) o da un bisogno vitale (ad esempio ricerca del cibo), induce un atteggiamento di vigilanza che, benché necessario, tende a diminuire con la ripetizione degli stimoli.

Per quanto riguarda il funzionamento mentale, è interessante osservare che l'attenzione è il risultato di una operazione di sottrazione che si attua inibendo le percezioni ritenute irrilevanti, selezionando quelle utili e concentrandosi sullo stimolo essenziale. Nella esperienza umana, dove i casi di allarme sono piuttosto rari, l'attenzione non è tanto connessa alla sopravvivenza quanto all'acculturazione, alle dinamiche di apprendimento, soprattutto scolastiche. Minima nei più piccoli, si acquista intorno ai sette anni, quando i bambini divengono più discriminativi, meno eccitabili e dispersivi, più capaci di orientare volontariamente la coscienza. Tuttavia l'attenzione prolungata comporta un costo psichico rilevante, misurabile seguendo la curva dell'attenzione che, dopo il raggiungimento di un picco, tende a decrescere, sostituita da una forma di stanchezza, anche emotiva, come cantano i Negramaro nel brano musicale «La distrazione».

La disposizione all'attenzione fa parte del temperamento individuale ma risente del clima culturale e delle motivazioni che la sostengono. Nelle nostre istituzioni scolastiche, basate sulla sequenza insegnamento-apprendimento-valutazione, l'attenzione puntuale costituisce una esigenza fondamentale, a scapito della fantasia, sempre vagante, e degli interessi personali, non programmabili. Ma, come giustamente avverte ora una ricerca americana — realizzata dall'University del Wisconsin — enfatizzando la concentrazione mentale, qualche cosa viene perduto. Ed è la capacità di cogliere ed elaborare più stimoli contemporaneamente, di seguire due percorsi ideativi, di comprendere empaticamente le emozioni proprie e altrui. Pare che le persone più distratte abbiano una miglior memoria operativa e che i «sognatori a occhi aperti» siano più creativi. Se l'intelligenza consiste soprattutto nel realizzare connessioni, sarà potenziata dall'attivazione di più circuiti neuronali e cerebrali. Naturalmente finché sussiste un certo equilibrio tra le due facoltà ed è possibile passare dall'una all'altra; si cade altrimenti nella patologia del delirio o della depressione acuta. Credo infine che l'elogio della distrazione contenga una critica alla nostra società che, come narra Pirandello nella novella omonima, costringe in un'unica maschera o ruolo sociale, il flusso continuo della nostra vita. In questo senso la capacità di «distrarsi» assume anche il significato di sottrarsi alle prescrizioni e alle preoccupazioni quotidiane per acquisire gradi di libertà, di piacere e, talora, di felicità.