



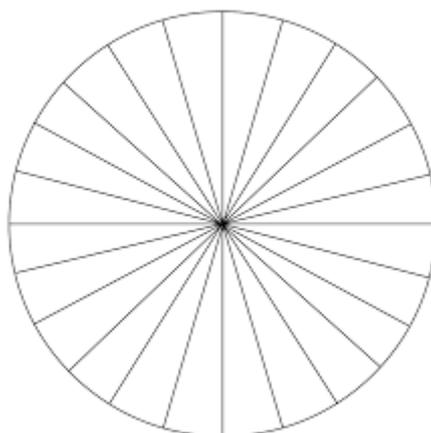
SPAZIO LIBERO

Dalla noia al genio

ATTIVITÀ - UNO SPAZIO DA GUSTARE

Per aiutare a capire come utilizziamo il nostro tempo e viviamo gli spazi, fai disegnare una “torta del tempo” che rappresenti una giornata-tipo ferial e una festiva.

Si può considerare il grafico come una torta da colorare in base alle attività quotidiane oppure come un orologio (ogni spicchio rappresenta un’ora della giornata) e scrivere all’interno le attività svolte. Sta a te e in base al gruppo che ti trovi ad accompagnare la scelta di usare l’una o l’altro.



La torta ci fa vedere la somma di tutto il tempo libero della giornata mentre l’orologio può darci il vantaggio di vedere i nostri tempi liberi tra un impegno e l’altro. ***Sono spazi liberi in cui potersi rigenerare?***

Dopo aver compilato la torta (o l’orologio) il gruppo si prende uno spazio in cui condividere. Ti suggeriamo alcune domande che potrebbero esserti utili per approfondire:

- Quali spazi sono occupati e quali rimangono “liberi”? Se e come questi ultimi vengono riempiti?
- Verifica la “qualità” dello spazio libero: rigenera, annoia o spaventa?
- Le tue giornate sono tutte uguali o cambiano giorno per giorno? Sei un tipo abitudinario o sperimenti ogni giorno cose nuove?

Questa attività ti permette di collegarti in maniera agevole ad un'altra che trovi nel luogo "LAVORO/STUDIO" - (Stra)ordinario, per poter completare il discorso anche parlando di quei tempi quotidiani che vengono impiegati nello studio o nel lavoro.

Inoltre, puoi trovare un interessante **approfondimento sul silenzio vissuto nel tempo libero** in "Scegli il mezzo - Il silenzio: lasciarsi guidare da Dio per amare" (p. 53).