



آیا بی‌کاری خوب است؟

احساس بی‌حوصلگی و تنبلی ممکن است آن‌قدرها هم که فکر می‌کنی بد نباشد.

بیشتر مردم از کسالت و بی‌حالی متنفرند. عوامل زیادی برای دوری از آن بی‌حوصلگی وجود دارد: بازی‌ها، تلویزیون و موسیقی و ... همه به این معناست که انسان‌ها می‌توانند هر لحظه را با سرگرمی پر کنند. بی‌کار بودن می‌تواند کسل‌کننده باشد. به طور کلی، مردم یک فعالیت را به دست روی دست گذاشتن و بی‌کار نشستن ترجیح می‌دهند و کسانی که بی‌کار می‌نشینند اغلب به تنبلی متهم می‌شوند.

محققان دریافته‌اند که وقتی افراد به جای خیره شدن به صفحه نمایش، به خود اجازه می‌دهند احساس کسالت کنند، ذهن آنها خلاقانه‌تر فکر می‌کند. آنها فکر می‌کنند که جامعه مدرن زمان کافی برای بی‌کاری نمی‌گذارد. دنیا پر از عمل مشغولیت‌زا است که بر خلاقیت افراد تأثیر می‌گذارد. ایده‌ها فقط زمانی شکل می‌گیرند که شما وقت داشته باشید بی‌کار باشید، به تنهایی فکر کنید و خسته شوید. مطالعات نشان داده است که ذهن برای خلاقیت به آرامش، سکوت و کسالت نیاز دارد. گفته می‌شود که افراد ۸ تا ۱۱ ساله به طور متوسط ۴ ساعت و نیم در روز را جلوی صفحه نمایش (تلویزیون و تبلت و ...) می‌گذرانند. شما چه فکر می‌کنی؟ بی‌کار ماندن خوب است یا نه؟