



SPRACHWELTEN

In tachel en l'univers

Tuts discurran dal stress – e per mintgin signifitgescha quest chavazzin insatge auter! Stress è in pled da moda. El vegn duvrà per in displaschair betg privlus, per ina hectica transitorica, per ina sfida narra, dentant era per in squitsch malsaun. Il pled è en tutta cas negativ.

U ch'in segapastget disturba u ch'in mustgin mulesta – igl è in stress. La tensiun permanenta sa manifestescha cun sintoms corporals sco gritta, anguscha, frust e hectica. Era la mancanza da sien, mal il magun e mal il chau èn segns da stress. Per blers emprendists e students è era il stress d'examens ina gronda chargia. Scadina examinaziun è cumpigliada cun ina tscherta gnervusità e tremblitga. Questa tensiun procura che reservas fisicas e spiertas vegnan producidas. Qua tras s'augmenta la prontadad da s'occupar da la materia da scola e da sa preparar a moda adequata per l'examen. Problematic vegni, sch'il stress surpasa ina tscherta barriera, pia sch'el n'è betg positiv e chaschuna ina bloccada da pensar durant in examen. Per talas situaziuns na datti nagut auter che da tschertgar agid. Stress u nagin stress, quai è la dumonda. Po esser ch'i nizzegia gia da ventilar ina giada il tscharvè e da midar l'optica. Sa chatt'ins sisum il vitg u la citad, a Cuira pia tar il gaud «Fürstenwald», daventa il pli grond stress tuttenina uschè pitschen – in tachel en l'entir univers. Il stress cumenza e chala en sasez, sch'ins chatta l'origin, la funtauna da quest pled da moda. Stress n'è betg adina stress, mabain ina dumonda da la definiziun.

Sibylle Pfiffner