

■ COLUMNA

Tge è en noss mauns e tge betg?

DA MARIA CADRUVI

Cun zappar sun jau ma fermada ina saira suenter las diesch tar il Kölner Treff sin WDR. La politichera tudestga Renate Schmidt, anteriura Bundesfamilienministerin, 70 onns, era gist vi da raquintar en ina runda da discussiun a la televisiun ch'ella haja, suenter sia pensiun, stuì cumbatter a chasa per dastgar cuschinar. Ses um saja in fitg bun cuschinier. Ma era ella cuschinia bain. L'emprim temp hajan els cuschinà tenor il ritmus: In di in e l'auter di tschel. Ma quai na saja betg stà cuntentaivel per els. In dad els aveva adina l'impressiun ch'el stoppia duvrar quai che l'auter aveva cumprà il di avant e deponì en la frestgera. Uss hajan els il sistem da cuschinar in'emna in e l'autra emna tschel.

Cura ch'jau hai raquintà quai a mes um è el immediat stà fieu e flomma per quest sistem. Quai savessan nus era far, ha el manegjà. Enfin uss cuschinavan nus il bler ensem. El fa fitg buns raviolis frestgs e schuppas da legums. Jau sun pli talentada per far differentas bellas salatas. «Sche in cuschina sulet in'emna entira lura è quai per l'auter sco vacanzas.» – «Gea, schizunt sco sch'el fiss en in hotel!» – «E quel ch'ha vacan-



zas n'ha lura da far nagut! N'er betg dad ir a far cummissiuns.» – «Na, e n'er betg da lavar giu.» Quai fiss in bel propiest per l'onno, avain nus manegjà, in propiest senza scumonds.

Propiests cumbinads cun scumonds han per ordinar ina curta vita. Perquai èsi impurtant da tschertgar il giavisch ubain la brama che sa zuppa davos in scumond. Cun in giavisch u ina brama en vista èsi pli simpel da sa metter sin via e cuntanscher insatge. «E tge fiss uss il giavisch u la brama davos il sistem da cuschinar in'emna in e l'autra emna tschel?», ans dumandain nus. «Avair dapli vacanzas!» Nus guardain in si per l'auter e dain ina risada. Quai è il bel problem dals pensiunads. Els tschertgan da s'orientar tranter «adina avoir vacanzas» e «mai pli avoir vacanzas».

Oz vegn discuri bler da «Selbstwirksamkeit», auto-efficacità: Vessair e sentir ch'ins vegn sez dad effectuar insatge cun success. La premissa è ch'ins sappia valitar las atgnas cumpetenzas e ch'ins interprendia lura era propi insatge. In carstgaun che crai en sia auto-efficacità ha para dapli motivaziun ed era dapli perseveranza e na perda betg uschè spert il curaschi. Grazia a l'experientscha da la auto-efficacità – e grazia a nosa libertad e responsabladad – savain nus variar u modifitgar tschertas chaussas che nus avain da far. Nus essan era libers da far ellas tut auter, perfin il cuntrari e perfin in cuschina. Quai dat dapli color e savur a la vita.

Naturalmain che l'auto-efficacità ha ses cunfins. Ina dumonda resta numnadain actuala: Tge è en noss mauns e tge betg? Perquai giavisch jau a nus tuts per il cumenzament da l'onno la buna abilitad da savair differenziar adina puspè danovamain tranter l'in e l'auter tar questa dumonda essenziala. E mo per dir: Mintgatant chatt'ins respostas latiers perfin cun zappar en la televisiun.

maria.cadruvi@spin.ch