

SOS Détresse

Von der Entscheidung zur Ankunft

Auswandern ist ein langer, komplexer Prozess mit drei wichtigen emotionsgeladenen Abschnitten: die Entscheidung, ihre Umsetzung und das Ankommen. Diese letzte Etappe, das Ankommen, kann sehr lange dauern und nie ein Ende nehmen: man bleibt hin- und hergerissen zwischen der Eingewöhnung in das neue Leben und der Loslösung vom alten.

Fortgehen oder nicht?

Auswandern fängt schon in der Heimat an, wenn wir den Entschluss fassen fort zu gehen, uns die Zukunft ausmalen und die Reisevorbereitungen treffen. Die mutige Entscheidung, unser Land zu verlassen, geht einher mit Zukunftsangst. Wie wird diese Lebensumstellung verlaufen? Werden wir Arbeit und eine Wohnung finden? Wir tauschen das Gewohnte gegen eine ungewisse Zukunft ein. Wir nehmen ein Risiko auf uns und wir spüren Verunsicherung. Wir fürchten die Veränderung und das Unbekannte, das Unverständnis der anderen und die Möglichkeit zu versagen. Besonders die Gegenüberstellung von Traum und Wirklichkeit wirkt beängstigend....

Der Gemütszustand hängt selbstverständlich davon ab, ob die Auswanderung vorübergehend oder definitiv, freiwillig oder erzwungen ist. Es ist etwas anderes, ob wir selbst beschlossen haben fortzugehen und die Reise vorbereitet haben oder ob wir aus einer schwierigen lebensbedrohlichen Lage flüchten müssen. Es ist auch nicht dasselbe, ob wir für eine begrenzte Zeit fortgehen oder für immer. Wie wir die Auswanderung erleben, hängt auch davon ab, ob wir von unserer Familie und unseren Freunden unterstützt werden oder nicht.

Die Ankunft und die ersten Herausforderungen

Bei der Ankunft begegnen wir einem neuen Kulturkreis. Vielleicht haben wir das Glück, von jemandem empfangen zu werden, den wir kennen oder sogar Familienmitglieder anzutreffen. Die ersten Augenblicke im neuen Land können sehr starke Eindrücke und Gefühle auslösen und lange Zeit im Gedächtnis bleiben. Sie können den Entschluss, das Heimatland verlassen zu haben, bestätigen oder in Frage stellen. Es kann sein, dass wir enttäuscht werden. Wir können aber auch neugierig und aufgeregt, sogar euphorisch reagieren beim Gedanken das Gastland zu entdecken. Alles scheint angenehm, und wir haben Lust neue Erfahrungen zu sammeln und anderen Menschen zu begegnen.

Sich in einem neuen Land niederzulassen, stellt trotzdem eine große Herausforderung dar. Man befindet sich in einer neuen Umgebung: die Wohnung, die Ernährung, das Klima, die zwischenmenschlichen Beziehungen ... alles ist ungewohnt. Je nach Land müssen wir eine neue Sprache lernen, andere Verhaltensweisen übernehmen und neue kulturelle Werte kennenlernen. Dies ist schwieriger, wenn die eigene Kultur weit entfernt ist von der, die man antrifft, wenn man aus einem Land mit einem anderen politischen System oder einer anderen Religion kommt, wenn die Menschen in einer anderen Art miteinander umgehen.

« Bisher war ich es gewohnt, dass man sich beim Vorbeigehen grüßt, auch wenn man sich nicht kennt. Hier finde ich es schwierig, mit anderen Menschen in Kontakt zu treten. »

Obwohl all diese Unterschiede unser Leben auf den Kopf stellen, müssen wir viele Alltagsdinge, innerhalb kurzer Zeit regeln, und das in einer fremden Umgebung, die wir noch nicht kennen. Auswandern bedeutet immer Stress; wir müssen uns an viel Neues gewöhnen - wir müssen eine neue Wohnung finden und umziehen, Arbeit suchen und uns an andere Gegebenheiten anpassen. Zudem gilt es, ein neues soziales Netz aufzubauen und neue Bekanntschaften zu schließen.

Das alles kostet viel Zeit und Energie, und in einer solchen Stress-Situation fühlen wir uns schnell überfordert. Das, was wir früher einfach erledigen konnten, gestaltet sich in der unbekannteren Umgebung als schwierig, besonders weil oft zusätzlich eine andere Sprache benutzt werden muss. Die neuen Lebensumstände können bewirken, dass wir uns weniger selbstständig und nicht fähig fühlen, die neue Situation zu meistern. Wir müssen Altbekanntes neu erlernen, um das Gefühl von Kontrolle über unser eigenes Leben wieder zu erlangen.