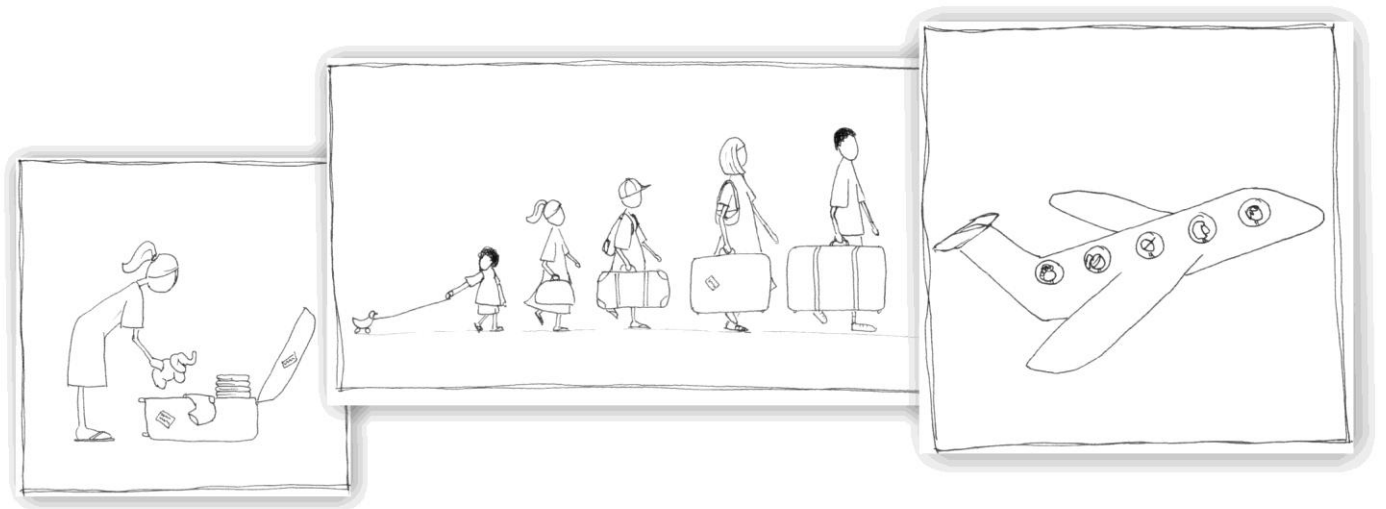


DAS NÄCHSTE KAPITEL



Für Eltern, die ihre Kinder begleiten
bei der Rückkehr

© 2010, AEM-TCK-Care Schweiz

Titelseite: Miriam und Günter Kunz

Bilder aus Originalfassung; mit freundlicher Erlaubnis des Herausgebers, Steve Bryant

Liebe Eltern

Diese Broschüre richtet sich an Eltern von Kindern, die als Third Culture Kids (TCKs) von einem längeren Auslandsaufenthalt in die Schweiz zurückkehren. Sie möchte Ihnen als Eltern bewusst machen, was in Ihrem Kind in dieser Übergangsphase vorgeht und Ihnen erklären, wie Sie ihm dabei behilflich sein können, diese Phase bestmöglich zu erleben.

Parallel dazu gibt es ein gleichnamiges Arbeitsheft für Kinder (zwischen 5 und 12 Jahren), das zu Überlegungen anregt, die ihnen helfen, den Übergang gut zu meistern.

Ich habe im Folgenden auf die Höflichkeitsform verzichtet und die familiärere Form „Du – ihr“ gewählt. Ich dachte mir dabei, dass es vertrauter wirkt. Da wir ja alle „im gleichen Boot sitzen“ bringt uns dies gegenseitig näher.

Für das äusserst interessante Abenteuer sowie die neue Etappe wünsche ich allen alles Gute.

Käthi Schmid

Themen bei der Rückkehr

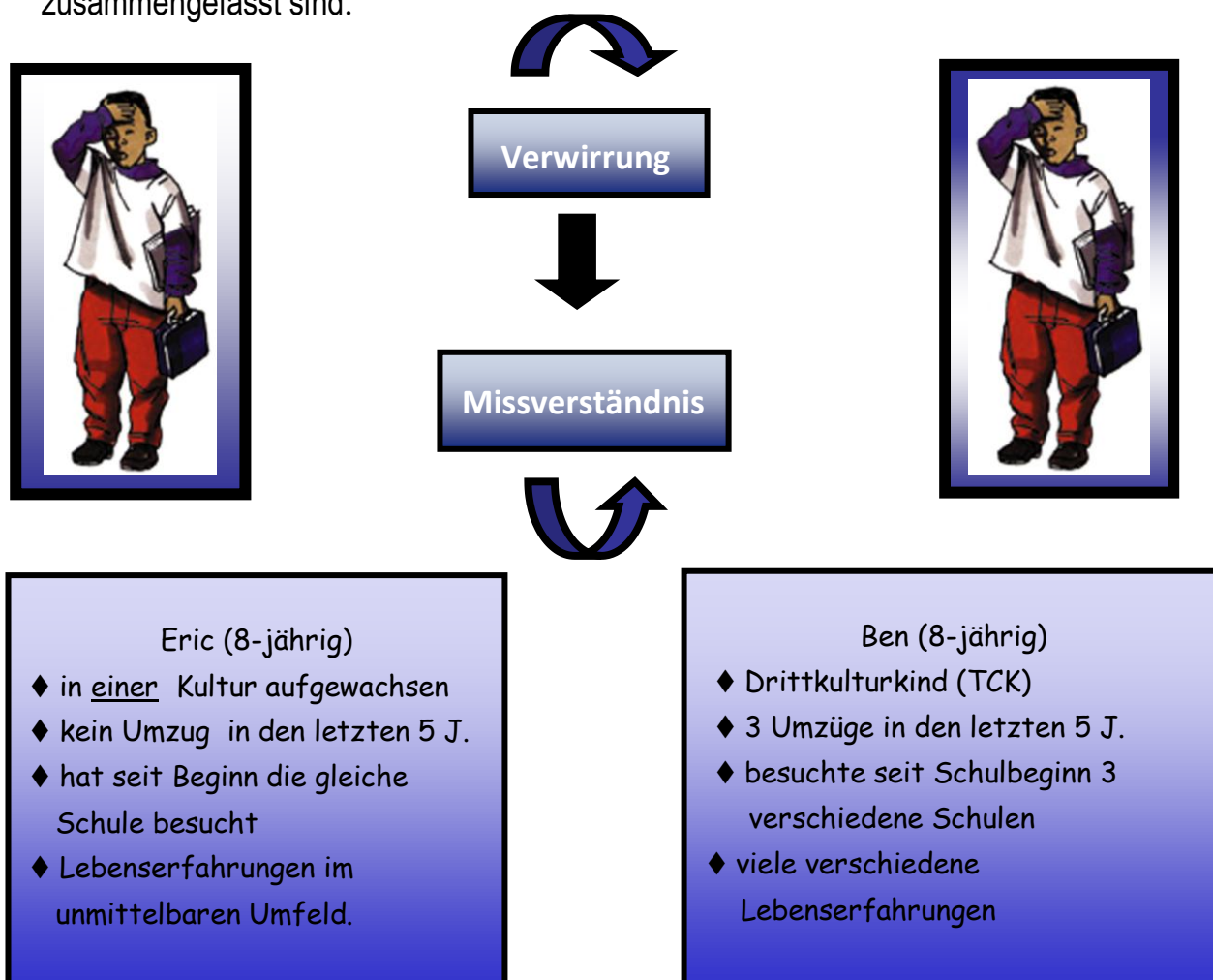
Die Reaktion eures Kindes wird verständlicherweise von sehr unterschiedlichen Faktoren abhängen: Alter, Anzahl der Jahre, die es im Ausland verbracht hat, Persönlichkeit, Beziehungen zum Gast- und zum Heimatland, Gründe des Umzugs, Erwartungen und viele andere Faktoren. Dennoch haben Nachforschungen gezeigt, dass die folgenden Schlüsselthemen bei der Rückkehr auftauchen und unbedingt Beachtung verdienen.



- ◆ **TRAUER:** Im Zusammenhang mit der Rückkehr werden die Kinder mit unzähligen Verlusten konfrontiert: Freunde, Lehrer und andere Bezugspersonen, Besitz, Haustiere, besondere Plätze und vieles mehr. Dies kann eine tiefe Wirkung auf sie haben und verstärkt werden durch die Tatsache, dass sie das „Heimatland“ kaum kennen. Was für euch Eltern Heimat sein mag, erscheint dem Kind eher als fremd. Es ist wichtig, dass wir den Kindern erlauben, traurig zu sein. Ungelöste (verdrängte) Trauer kann schlimme psychologische Probleme hervorrufen.
- ◆ **SCHULD:** Eure Kinder mögen sich schuldig fühlen für zahlreiche Tatsachen wie zum Beispiel, dass sie zurückgehen, in einem wohlhabenden Land wohnen werden. Wir müssen ihnen zu verstehen geben, dass es absolut normal ist, so zu reagieren. Es ist auch absolut normal, dass sie sich freuen über den nächsten Schritt, sich dabei jedoch illoyal fühlen ihrem Gastland und ihren gewohnten Freunden gegenüber. Ermutigt eure Kinder, Elemente aus beiden Kulturen (Gast- und Heimatland) zu genießen.
- ◆ **VERLUST VON STRUKTUREN:** Die Familienroutine ist bei der Rückkehr unterbrochen und das Familienleben, so wie es das Kind kannte, existiert nicht mehr. Dies macht Kinder enorm verwundbar und das Ergebnis ist Unsicherheit.
- ◆ **CHAOS:** Als Familie geht ihr alle zur selben Zeit durch den Übergangsprozess, doch jedes Mitglied der Familie reagiert – je nach Reife - anders auf die Herausforderungen. Vielleicht seid ihr mehrere Male in kurzer Zeit umgezogen und erlebet es als frustrierend, aus dem Koffer leben zu müssen. Alles um euch herum scheint chaotisch zu sein. Jedes

Familienmitglied muss sich den neuen Zeitplänen anpassen, neue Leute kennenlernen und neue Verantwortungen übernehmen. Gleichzeitig geht es darum zu lernen, wie dies alles funktioniert. Probleme können in dieser Zeit übertrieben gross wirken und die Folge kann ein Verlust des Selbstvertrauens sowohl bei den Kindern als auch bei den Erwachsenen sein. Mitten in diesem Chaos ist das wichtigste Element für eine erfolgreiche Rückkehr ein enger Familienzusammenhalt.

- ◆ **EMOTIONALE INSTABILITÄT:** Kinder werden wechselnde Gefühle haben: von freudiger Aufregung ob allem Neuen und darüber, wieder in der Schweiz zu sein bis zu einem tiefen Verlustgefühl und dem Bewusstsein, was sie alles zurückgelassen haben.
- ◆ **FURCHT UND ÄNGSTLICHKEIT:** Eure Kinder werden zweifellos Furcht und Ängstlichkeit empfinden bezüglich einer Vielfalt von Dingen: In eine neue Schule gehen, neue Leute treffen, neue Freunde kennenlernen, usw. Vielleicht meinen sie auch, dass sich neu anzupassen und sich einzuleben Untreue dem Gastland gegenüber bedeutet.
- ◆ **FALSCHER ERWARTUNGEN:** Fast alle TCKs kehren als „versteckte Immigranten“ in ihr Land zurück. Äusserlich sehen sie ihren Altersgenossen ähnlich, doch bedingt durch ihre andern Lebenserfahrungen denken sie anders. Dies kann feindliche Gefühle auslösen – auf beiden Seiten. Die beiden Jungen in der untenstehenden Illustration sehen gleich aus, doch dies ist auch ihre einzige Gemeinsamkeit. Wenn sie versuchen, sich gegenseitig zu verstehen, gibt es unweigerlich Missverständnisse und Verwirrung. Dies ist eine Folge ihrer unterschiedlichen Lebenserfahrungen, die in den untenstehenden Feldern zusammengefasst sind.



Reaktionen bei der Rückkehr

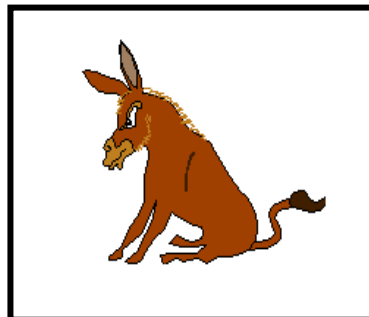
Untersuchungen haben ergeben, dass Kinder auf den Stress bei der Rückkehr auf ganz verschiedene Arten reagieren. Gewisse dieser Reaktionsweisen können wie folgt illustriert werden.

Das äusserliche Chamäleon



Dieses Kind versucht zu verleugnen, wer es wirklich ist und vermischt sich mit seinem neuen Umfeld. Um hineinzupassen lehnt es ab, irgendetwas von seinem früheren Leben mitzuteilen. Genauso wie ein Chamäleon passt es sich seiner Umgebung an – in diesem Fall durch Beobachten, Lernen und dann Nachahmen, was es sieht. Es ist verlegen, wenn es vom Lehrer gebeten wird, von seinen Erfahrungen im Ausland zu erzählen.

Wut – das dickköpfige Maultier



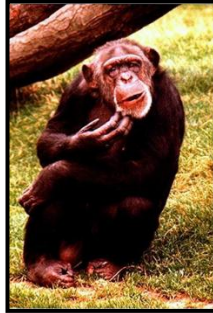
Dieses Kind, anders als das Chamäleon, wird alles versuchen, um zu beweisen, dass es in nichts seinen Altersgenossen im Heimatland gleich ist und dass es absolut nicht willens ist, sich dieser Kultur anzupassen. Es kann überheblich wirken und ist gegenüber allem und jedem kritisch. Das Kind ist wütend, weil es die ihm vertraute und so geliebte Umgebung verlassen musste. Es drückt offen aus, wie viel besser die vorherige Kultur seiner Meinung nach gewesen ist und verärgert daher alle.

Rückzug – der zusammengerollte Igel



Dieses Kind ist so überwältigt von den Herausforderungen des Wiedereintritts, dass es beschliesst, sich zurückzuziehen. Es vermeidet Situationen, in denen es mit Andern in Kontakt sein muss. Es mag sich hinter den Schularbeiten verbergen, stundenlang fernsehen, Computerspiele spielen, im Internet surfen, lesen – alles, um den Schmerz des Wiedereintritts zu dämpfen.

Ungewissheit – der verwirrte Schimpanse



Diese Reaktion beinhaltet Verwirrung und äussert sich dadurch, dass man für Insider ganz offensichtliche Fehler macht – oft wegen fehlender Kenntnis der Kultur. Unentschlossenheit bei einfachsten Entscheidungen kann auch ein Problem sein (der Hase oder das Wild im Scheinwerferlicht wäre ein anderes hilfreiches Bild). Dies kann das Gefühl, ein Aussenseiter zu sein, noch verstärken; es kann aber auch dazu führen, die richtigen Fragen zu stellen. Die richtigen Informanten zu finden, seien dies Erwachsene oder Kinder, ist sehr wichtig, und die Begleitung durch gleichaltrige Freunde kann eine enorme Hilfe sein.

Regression – die kleine Welpe



Das Kind kann in seiner Entwicklung Rückschritte machen – Spielsachen für jüngere Kinder können wieder an Bedeutung gewinnen. Es sucht Beachtung durch unreife Handlungen, kehrt zu grösserer Abhängigkeit von den Eltern und andern Vertrauenspersonen sowie von Geschwistern zurück und vieles mehr. Die wichtigste Ursache dafür ist die Unsicherheit, die durch das Chaos und den Stress des Umzugs und des sich Anpassens hervorgerufen wurde.

Apathie – das Faultier



Dies ist verbunden mit Rückzug, jedoch mit schwerwiegenderen Folgen. Das Kind findet alles erdrückend und zieht sich von allen Arten von Aktivitäten zurück, vermeidet alles. Es zieht vor, zu schlafen oder das Minimum zu tun, um den Tag durchzuhalten.

Nicht alle von diesen Reaktionen sind falsch. Es ist gut, ein gesundes Gleichgewicht zu behalten: sich anzugleichen, ohne uns wichtige Prinzipien zu verletzen, dem zu widerstehen, was falsch ist im neuen Umfeld mit seinen Versuchungen, indem man weiss, wo man Hilfe holen kann, und sich zeitweilig zurückzuziehen, wenn Sicherheit benötigt wird. Als Eltern müssen wir die Kinder vorbereiten, vernetzen und erkennen, wenn professionelle Hilfe benötigt wird. Wir müssen unsern Kindern viel Zeit, Unterstützung und Geduld gewähren, damit sie sich gut einleben können.

Natürlich sind diese Reaktionen öfters bei älteren Kindern anzutreffen. Doch es ist ratsam, Zeichen wie untypisches Verhalten (z.B. Wut, Rückzug) auch bei Primarschulkindern im Auge zu behalten. In den ersten Monaten des Wiedereintritts ist es für Kinder normal, ein grösseres Interesse für Fernsehen, DVDs, Computerspiele oder Surfen im Internet zu zeigen. Möglicherweise gab es im Gastland weniger Gelegenheit dazu. Aber sobald das Leben wieder in den gewohnten Bahnen verläuft, sollte ein Gleichgewicht gefunden werden.

Wohin geht ihr?

Es wäre gut, Dinge über das Land zu wissen, in das man geht. Ihr könnt es auf einer Karte einzeichnen und auch die Stadt (oder die nächstgelegene), wo ihr leben werdet. Ihr könnt auch die anderen Länder anmalen, aus denen eure Freunde kommen. Untenstehend eine Check-Liste hilfreicher Informationen.

Weisst du...?

1. ... gerade Bundespräsident(in) der Schweiz ist?
2. Kennst du die Namen der anderen Bundesräte?
3. Welches sind z.Zt. die grossen Stars in der Welt der Musik und des Sports?
4. Kennst du die Namen der grossen Sport-Mannschaften? Gibt es Sportarten, die in deinem Gastland nicht gespielt werden, aber in deinem Heimatland?
5. Welche Musikgruppen sind z.Zt. „in“ und wer hört sie sich an?
Hören junge Menschen noch klassische Musik?
6. Welches sind die bekanntesten Fernsehsendungen und welches sind die wichtigsten Schauspieler?
7. Welche anderen Leute sind wichtig/bekannt im öffentlichen Leben?
8. Wo ist das Wohlstandsniveau der Schweiz im Vergleich zu eurer Familie und wie ist das jetzt im Gastland?
9. Ist Geld und Besitz wichtig oder ist man dort eher beziehungsorientiert?
10. Wie ist die Schule, in die du gehen wirst, in Bezug auf Disziplin, Verhalten und Erwartungen in Bezug auf Arbeitshaltung? Denkst du, auf der Höhe zu sein oder wirst du einiges aufzuholen haben?
11. Wo werdet ihr wohnen? Werdet ihr mehr oder weniger Platz zur Verfügung haben?
12. Wie gross ist die Kirche/Gemeinde, welcher ihr angehören werdet? Wer sind die Gemeindeleiter und wie ist die Jugendarbeit organisiert? Kennst du bereits einige Jugendliche von dort?
13. Welches sind die wesentlichen sozialen Probleme dort? Gibt es Probleme mit Drogen, Vandalismus, fehlendem Respekt, Kriminalität, Unmoral, Armut, Aids, Korruption, mit der Gesundheitsversorgung usw.? (wichtig: Nicht Angst machen. Auch wenn es z. B. Vandalismus im Land gibt, heisst das nicht, dass überall alles kaputt gemacht wird)
14. Positiv ausgedrückt: Was denkst du über die vorteilhaften Aspekte in deinem Land? Gibt es gute Schulen mit Disziplin? Kümmert man sich um Schwächere? Gibt es ein gutes Gesundheitswesen, ein grosses Freizeitangebot, gefahrlose Strassen, Ehrlichkeit, eine starke Gemeinde/Kirche?
15. Welches sind die gängigen Freizeitbeschäftigungen für junge Leute?

Falls du die Antworten nicht weisst, finde sie heraus!

Jüngere Kinder in der Familie

Es wurde mehrmals beobachtet, dass es das jüngste Kind am schwierigsten hat beim Wiedereintritt, besonders wenn es im Schulalter ist. Warum ist dies so?

1. Die älteren Kinder haben oft für alle ersichtlich das Ende ihrer Schullaufbahn im Ausland erreicht. Sie haben ihre Matur oder ein entsprechendes Examen gemacht, während das jüngere Kind noch mitten in der Schullaufbahn drin ist.



2. Das ältere Kind ist möglicherweise dem Vergnügen des überseeischen Lebensstils entwachsen und fühlt sich eingeschränkt in der Freiheit - insbesondere in kultureller Hinsicht (v.a. ältere Mädchen). Das jüngere Kind ist immer noch in der sicheren und kinderfreundlichen Umgebung.
3. Gewisse Schulen legen das Augenmerk mehr auf die Bedürfnisse der älteren Schüler. Sie denken an die Examen und an die anschließende Rückkehr. Diese Anlässe werden auch gebührend gefeiert durch Zeremonien und Abschiedsball. Dies sind die wesentlichen Schlussereignisse. Doch für das jüngere Kind gibt es keine solchen Feste.



4. Jüngere Kinder, die eine weniger formale Schule besucht haben, sind auch häufig den einheimischen Kindern näher, haben also einheimische Freunde, besonders in Dörfern oder kleinen Städten. Die älteren Geschwister sind schon ein wenig autonomer geworden, indem sie in andere höhere Schulen gingen.
5. Die älteren Kinder gehen oft in eine geschlosseneren Schule wie ein College oder die Universität - genauso wie sie dies im Heimatland getan hätten. Das jüngere Kind ist konfrontiert mit einem Wechsel in eine grössere, vielleicht

Angst einflössende Klasse. Dazu kommt, dass viele internationale Schulen einen höheren Standard haben und das Benehmen besser ist. Das jüngere Kind kann somit bei der Rückkehr mit Wiederholungsarbeiten und schlechter Atmosphäre wegen der Undiszipliniertheit der Klasse konfrontiert sein.

6. All die erwähnten Gründe können zusammengefasst werden in einem Gefühl des Grolls. „Wir kamen zurück wegen dir“, denkt es gegenüber den älteren Geschwistern und vielleicht sagt es dies auch.

Was können wir tun?

Wir müssen für unsere Kinder beten und uns die speziellen Überlegungen unserer Jüngsten in Erinnerung rufen. Wenn wir ihre Gedanken, Gefühle und Ängste verstehen und ihnen zuhören, können wir ihnen helfen, den Übergang besser zu erleben. In positiver Art können wir sie dazu ermutigen, die guten Dinge ihrer neuen Situation zu sehen. Viel Zeit mit ihnen zu verbringen und sie so die positive Seite ihrer Zukunft erleben lassen, wird helfen. Wir können ihnen sagen, dass wir die Bedürfnisse ihrer älteren Geschwister nicht als wichtiger betrachten als die ihren. Es ist auch wichtig, die Situation den neuen Lehrern zu erklären. Vielleicht wurden sie von ihrer Schulleitung nicht darüber informiert, wer diese neuen Schüler sind.



Stellt sicher, dass die älteren Geschwister die jüngeren verstehen. Sie können sie leicht verletzen durch unbedachte Bemerkungen wie, dass sie genug gehabt hätten vom Gastland und der Schule dort. Vielleicht sind sie auch darüber erstaunt, dass ihre jüngeren Geschwister Mühe haben, sich einzuleben.

Falls die Schule kein Abschlussfest macht für das Kind, das wegzieht, dann macht sie darauf aufmerksam. Man soll gebührend Abschied feiern, selbst wenn es keine Matur zu feiern gibt. Und falls die Schule nichts zum Abschied organisiert, dann macht es doch als Familie.

Vorbereitung der Rückkehr



VORWÄRTS SCHAUEN !

Den Weggang vorbereiten

Ein Floss bauen

Obwohl es keinen sicheren Weg gibt, eine schmerzfreie Rückkehr zu gewährleisten, kann es den Wiedereintritt schon erleichtern, wenn man gewisse grundsätzliche Prinzipien beachtet. Dies kann zudem den Kindern ermöglichen, besser mit den Herausforderungen, denen sie unweigerlich begegnen werden, umzugehen. Der Übergangsprozess wurde mit dem Bauen eines Flosses verglichen. Indem wir vier grundlegende ‚Holzbalken‘ zusammenfügen, werden die TCKs und ihre Familien fähig sein, das Floss übers Wasser zu bringen und sicher ans andere Ufer zu gelangen.



Der erste Balken: Versöhnung

Ermutigt eure Kinder, alle zwischenmenschlichen Konflikte zu lösen – sei dies mit Mitschülern, Lehrern oder Mitgliedern der Gemeinschaft, in der sie leben. Wie für jede andere Person auch ist es für Kinder ungesund, mit dem ‚Übergewicht‘ belasteter Beziehungen wegzugehen. Dies betrifft natürlich vor allem ältere Kinder.



Der zweite Balken: Verbundenheit bestätigen

Ermutigt eure Kinder, über all die positiven Seiten, die ihnen die Zeit im Ausland gebracht hat, nachzudenken und denen zu danken, die in bedeutsamer Weise mit dazu beigetragen haben, dass die Zeit hier unvergesslich bleibt. Dies könnte

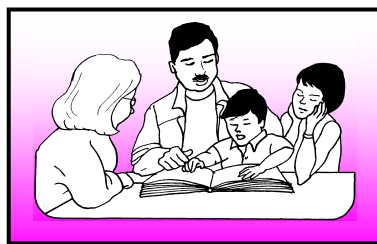
bedeuten, Dankesbriefe oder -karten zu schreiben, oder Geschenke zu kaufen oder zu basteln für Lehrer, Helfer und enge Freunde. Kinder können auch ermutigt werden, gewisse Spielsachen, die sie nicht mitnehmen können, zu verschenken.



Der dritte Balken: Abschied nehmen

Abschied nehmen ist unerlässlich, wenn Kinder einen guten Abschluss erleben sollen. Vielleicht plant ihr eine Abschiedsparty für euer Primarschulkind und ermutigt es, seine Freunde/Freundinnen sowie ihm bedeutende Erwachsene einzuladen. (Oft sind die Lehrer auch bereit, eine solche Party in der Schule durchzuführen.)

Die Kinder sollen auch Gelegenheit haben, sich von geliebten Orten, Habseligkeiten und Haustieren zu verabschieden. Dies kann bedeuten, noch eine kurze Reise zu einem beliebten Ferienort zu machen, damit es bedeutsame Stätten nochmals besuchen oder auch nur bei der Nachbarsfamilie vorbeigehen kann.



Der vierte Balken: Vorwärts schauen

3-6 Monate vor der Rückkehr ist es ratsam, über den Umzug nachzudenken. Das Arbeitsblatt im Kinderarbeitsheft mit dem Titel „Wie wird’s wohl sein?“ (kann erweitert und über den Esstisch gehängt werden) ist eine lohnenswerte Familienaktivität, die die ganze Familie dazu auffordert, vorwärts zu schauen. Es hilft auch, realistische Erwartungen für die Rückkehr zu bilden, die sowohl auf Kenntnissen des Gast- als auch des Heimatlandes basieren. Es ist gut, wenn jedes Familienmitglied sich darüber äussern kann, was ihm vom Gastland fehlen wird und worüber es im Blick aufs Heimatland gemischte Gefühle hat. Es ist auch hilfreich für die Kinder zu sehen, dass auch ihr als Eltern euer Päckchen Befürchtungen und Ängste habt in Bezug aufs Heimgehen.

Die vier Balken können auch mit den Worten: **„Umziehen – Vergeben – Abschied nehmen - Danke sagen“** beschriftet werden. Dies sind die gleichen Prinzipien, doch die Begriffe sind für die Kinder vielleicht verständlicher.

Die entsprechenden Seiten im Arbeitsheft sind:

Vorbereitungen für den Wegzug : S. 10

Wie wird's wohl sein? : S. 5

Spiel: Achtung – fertig – los! : S. 13ff

Bald ist es so weit

Vorausdenken

Einige Monate bevor ihr das Gastland verlasst, ist es ratsam zu beginnen, mit den Kindern über den bevorstehenden Umzug zu sprechen. Sie werden zweifellos viele Fragen haben. Es ist wichtig, dass man sich Zeit nimmt, so gut wie möglich darauf zu antworten. Vielleicht spricht ihr zuerst darüber, was alles anders sein wird im „Heimatland“ und beginnt, eure Kinder damit vertraut zu machen, bevor der Umzug stattfindet. Untenstehend ein paar Themen, worüber ihr reden könntet.



WÄHRUNG: Sind eure Kinder vertraut mit der Schweizer Währung? Versucht, ein paar Noten und Geldstücke aufzutreiben und sprecht mit euren Kindern über dieses Thema. So vermeidet ihr Probleme zu einem späteren Zeitpunkt, wenn die Kinder in der Schule mit Geld rechnen werden und helft ihnen, mit der Währung klarzukommen, wenn ihr in der Schweiz ankommt.



NAHRUNG: Sprecht über die Art der Nahrung, die ihr vermutlich im Heimatland essen werdet und darüber, was ihr nicht mehr haben werdet. Gibt es etwas, das ihr mitnehmen möchtet, damit ihr ein paar der Lieblingessen der Kinder auch in der Heimat zubereiten könnt (z.B. ein Paket Kräuter oder Gewürze)?



EINKAUFEN: Einkaufen kann eine erdrückende Erfahrung sein. Dies gilt für die meisten entwickelten Länder. Wenn eure Kinder noch nie lange im Heimatland gelebt haben, ist es ratsam, mit ihnen über das immense Angebot sowie die Grösse und das Ausmass gewisser Läden zu reden.



VERKEHRSMITTEL: Wie reist ihr im Moment als Familie umher? Wird dies anders sein, wenn ihr zu Hause ankommt? Sprecht mit euren Kindern über diese Veränderungen. Wenn ihr es gewohnt seid, überall hin mit den günstigen öffentlichen Verkehrsmitteln zu fahren, wird es wohl ein wenig dauern, bis sich die Kinder an die Idee gewöhnen können, überallhin im Auto zu fahren. Andererseits, falls ihr in eine grosse Stadt zieht, wo es eher eine Last ist, ein Auto zu besitzen, wird es nötig sein zu lernen, Trams oder Busse zu benutzen.

LEBENSKOSTEN: Häufig sind die Lebenskosten in Übersee sehr tief. Dies könnte im Heimatland anders sein. Einige der Vergünstigungen, die ihr jetzt genießt, werden aufhören. Dies kann schwierig sein für Kinder, die nicht einsehen, weshalb sie nicht mehr jede Woche in ihr geliebtes Restaurant gehen oder aufregende Ferien an den verschiedensten Orten machen können. Jetzt schon mit den Kindern darüber zu sprechen, kann späteren Enttäuschungen vorbeugen.



WOHNEN: Wo werdet ihr wohnen, wenn ihr heimkehrt? Werdet ihr an einen Ort zurückkehren, den die Kinder bereits kennen? Wenn nicht - ist es möglich, dass euch jemand Fotos schickt von eurem zukünftigen Zuhause? Gewisse Familien wohnen während ein paar Monaten bei den Grosseltern oder bei Verwandten. Ist dies für euch der Fall? Oder werdet ihr euer eigenes Haus kaufen, wenn ihr im Heimatland seid? Werdet ihr ein Haustier haben, das dasjenige, das ihr zurücklassen müsst, ersetzen wird? All diese Fragen sind es wert, im Voraus besprochen zu werden. So werden sich die Kinder im Umzug sicherer fühlen.

SCHULE: Dies ist oft die grösste Umstellung für Kinder, und ein erfolgreicher Übergang ist ein wichtiger Faktor beim Einleben. Wo werden die Kinder in die Schule gehen? Wie viele Kinder werden in ihrer Klasse sein? Wie werden sie zur Schule gehen? Dies sind einige der vielen Fragen, die euch die Kinder stellen werden. Es ist hilfreich, mit Freunden zu Hause im Kontakt zu stehen, die Kinder im gleichen Alter haben. Vergewissert euch, dass ihr nicht nur von einer einzigen Informationsquelle abhängt, damit ihr ein objektives Bild habt. Wir werden im nächsten Kapitel noch genauer darauf eingehen.

Alles einpacken!



Das Auflösen ihres Heims und das Einpacken all ihrer Habe ist oft für die ganze Familie eine sehr stressige Angelegenheit. Natürlich ist da auch ein physischer Aspekt dabei, besonders für diejenigen, die den Hauptteil des Aussortierens, Ausrangierens und Packens übernehmen. Es gibt jedoch auch einen emotionalen Preis zu bezahlen – und da muss die ganze Familie durch. Der emotionale Prozess des Packens sollte mehrere Monate vor Ihrer Abreise beginnen und eure Kinder so stark als möglich einbeziehen. Selbst wenn es verlockend ist, die Sachen der Kinder zu sortieren, wenn sie in der Schule oder beim Spielen mit Freunden sind, ist dies nicht ratsam.

WIE EINPACKEN GELINGT

Im Folgenden findet ihr ein paar Ideen, wie ihr die Kinder mit einbeziehen könnt in den Prozess des Einpackens:

Ermutigt die Kinder, ihre Kleider, Spielsachen und anderes in verschiedene Kategorien einzuteilen:

- ◆ Dinge, die sie unbedingt mitnehmen wollen
- ◆ Dinge, die sie mitnehmen möchten, aber auch dort lassen könnten, wenn nötig
- ◆ Dinge, die man fortwerfen muss
- ◆ Dinge, die sie Schulfreunden geben möchten
- ◆ Dinge, die sie einheimischen Freunden geben möchten
- ◆ Dinge, die sie verkaufen möchten (z.B. grosse Gegenstände wie Velos, Baukasten, etc.)

Sicher möchtet ihr einige dieser Entscheidungen mitbestimmen, doch erlaubt euren Kindern so weitgehend wie möglich, ihre Entscheidungen selbst zu fällen. (Vergleicht die gleichnamigen Arbeitsblätter der Kinder, S. 6)

Selbst wenn es nicht im direkten Zusammenhang steht mit dem Einpacken, muss die Familie jetzt darüber nachdenken, was mit ihren Haustieren geschehen wird.

- ◆ Sprecht mit euren Kindern darüber, ob es möglich ist oder nicht, die Haustiere mitzunehmen.
- ◆ Falls ihr sie dort lasst, bezieht die Kinder mit ein, um ein neues Zuhause für die Tiere zu finden.
- ◆ Erklärt euren Kindern, weshalb ihr die Haustiere nicht mitnehmen könnt (z.B. Quarantäne-Bestimmungen, zu weite Reise, belastend für die Tiere...)
- ◆ Falls es angemessen ist, tröstet eure Kinder, indem ihr ihnen ein neues Haustier verspricht, sobald ihr eingerichtet seid.

Ermutigt eure Kinder, über ihr Handgepäck nachzudenken, das sie auf die lange Reise nach Hause mitnehmen wollen. Ein Arbeitsblatt ist dem Thema gewidmet (S. 4).

Vorausplanen

Ein wichtiger Faktor für eine gut gelungene Rückkehr ist die Planung und die Vorbereitung. Wenn die Eltern selbst bis kurz vor der Reise unsicher sind in Bezug auf ihre Pläne, wird es schwierig. In gewissen Fällen ist Unsicherheit unumgebar, doch wo es vermieden werden kann, vermeidet es – wie die Pest!

Sobald ihr wisst, wo ihr leben werdet, nehmt mit der Schule, in welche die Kinder gehen werden, Kontakt auf. Je schneller die Schule über die Ankunft eurer Kinder informiert ist, umso besser. Manche Familien haben sich in einem vorherigen Heimataufenthalt Zeit genommen, zusammen mit den Kindern die Schulen anzusehen. Dies ist hilfreich, denn die Lehrpersonen und die Administration wissen dann schon, mit wem sie es zu tun haben. Sie könnten auch schon genau sagen, welche Informationen die Eltern und die Schule im Ausland liefern sollten. Selbst wenn kleinere Kinder von der Grösse der Schule im Heimatland eingeschüchtert sind – sie sind wenigstens auf das, was kommen wird, vorbereitet.



Während dem Jahr oder den Monaten vor der Rückkehr solltet ihr Verbindung mit der Schule aufnehmen. Leitet wichtige Information weiter wie z.B. Prüfungsergebnisse, Schulberichte u.a., sobald ihr diese erhaltet. Dadurch hat die Schule mehr Einblick und kann, wenn nötig, Fragen stellen, um die Kinder besser zu verstehen. Je mehr die Schule weiss und versteht, desto sanfter wird der Übergang für eure Kinder sein.



Wenn Besuche und frühe Kontaktaufnahme unmöglich sind, ist es wichtig, dass ihr die Schule kontaktiert, sobald ihr könnt. Schiebt es nicht auf, bis ihr zu Hause seid, um euch erst dann darum zu kümmern. Es gibt Kinder, deren Familien es so gemacht haben und bei denen es zu schwerwiegenden Problemen geführt hat. Man hat zu spät bemerkt, dass es zwischen dem Schulsystem im Ausland und im Heimatland grosse Unterschiede gab. Mit früherer Kommunikation hätten gewisse Schwierigkeiten vermieden und der Weg eines einfacheren Einlebens vorbereitet werden können.

Planung und plötzliche Rückkehr

Es kann jedoch vorkommen, dass eine plötzliche Rückkehr notwendig wird, z.B. bei Evakuierung wegen politischen Krisen oder medizinischer Notfälle. In diesen Fällen ist es meist nicht mehr möglich, die Rückkehr vorher gut zu planen. Dann muss die Familie mit ihrer Sendeorganisation zusammen das Bestmögliche daraus machen.



→ Je überstürzter die Abreise, desto wichtiger ist es, den Abschiedsprozess „nachzuholen“, indem man z. B. in der Familie nochmals über das Erlebte und verschiedene Erinnerungen spricht und bewusst Abschied nimmt. Wenn möglich, kann eine spätere Reise sehr wertvoll sein um abzuschliessen.

Rückkehr möglichst nicht zu plötzlich

Manchmal jedoch setzt die sendende Organisation ihre Mitarbeiter unter Druck, eine „unbedingt lebensnotwendige“ Lücke zu füllen. In solchen Fällen wäre es weise für die Eltern, einen Aufschub zu erbitten, damit eine angemessene Planung und Vorbereitung der Rückkehr ermöglicht wird. Dies umfasst sowohl die praktische Organisation, wie z.B. Haus und Schule zu finden, als auch die mentale und emotionale Vorbereitung.

Beispiel:

Ein Knabe wurde kurzfristig von seiner kleinen internationalen Schule weg in eine grosse Schule in seinem Heimatland weit im Osten versetzt. Dieser Umzug wurde wegen den Anforderungen des Arbeitsgebers seines Vaters gemacht. Die Zeit zur Vorbereitung und dem Wiedereinleben war viel zu kurz. Nach ein paar Monaten, in welchen sich der Junge abgerackert hatte, musste er an eine englischsprachige Schule im Westen verlegt werden. Die klar strukturierte und disziplinierte Atmosphäre der im Osten gelegenen Schule wurde ersetzt durch eine freie und leichte im Westen. Die Anpassung gelang schliesslich, war aber nicht einfach.



Umzüge in kritischen Lebensphasen vermeiden

Es ist auch gut, Umzüge in kritischen Lebensphasen zu vermeiden – wie zum Beispiel kurz vor dem Abschluss der Sekundarschule oder kurz vor der Internationalen Matur.

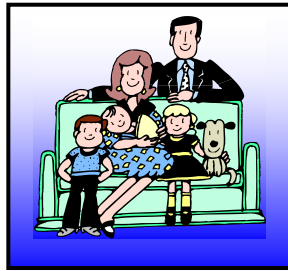
Beispiel:

Ein Mädchen wurde aus einer kleinen Klosterschule eines Mittelmeerlandes mitten im Schuljahr herausgenommen und in eine grosse öffentliche Schule versetzt. Ohne jegliche Erklärung über das Funktionieren der Schule war sie im System völlig verloren und verbrachte den Rest des Schuljahres damit, zu überleben und zu lernen, was man in dieser ungewohnten Situation tun muss. Wenn man den Umzug nur um wenige Monate verschoben hätte, wäre die Situation völlig anders gewesen. Sie hätte an der neuen Schule ein neues Schuljahr beginnen können und man hätte sie auf den Wechsel vorbereiten können.

Möglichst keine wiederholten Umzüge nach der Rückkehr

Ein letzter Punkt: Plant die Umzüge so, dass ihr nicht wiederholt umziehen müsst nach der Rückkehr. Vielleicht ist es nötig, fürs Erste bei Familienangehörigen zu wohnen, bevor man sein eigenes Heim hat. Doch plant so, dass ihr in den ersten paar Jahren wenn möglich keine grösseren Wechsel mehr habt.

Wichtige Verbindungen



Die erweiterte Familie und Freunde sind lebensnotwendige Kontakte, um euren Kindern das Einleben zu vereinfachen. Hoffentlich habt ihr die Verbindungen durch Mails, Briefe, Geburtstagsgrüsse etc. aufrecht erhalten während eures Auslandsaufenthaltes. Eure Kinder sollten vertraut sein mit den Schlüsselpersonen.

Vor der Abreise:

- ◆ Sprecht häufig von den Leuten, die im Leben eurer Kinder wichtig sein werden: Onkel, Tanten, Cousinen und Cousins.
- ◆ Sendet aktuelle Fotos, Videos, etc. an eure Familie und Freunde zu Hause. Ihr vermeidet so Überraschungen, wie gross eure Kinder in der Zwischenzeit geworden sind.
- ◆ Bittet eure Angehörigen ebenfalls, euch aktuelle Fotos zu schicken. Dies ist heutzutage ja einfach mit Digitalkameras und E-Mail.
- ◆ Druckt Fotos aus und macht eure Kinder mit den Bildern vertraut. Je nach Alter eurer Kinder - versucht euch zu erinnern, wer vor der Ausreise für sie wichtig war.
- ◆ Erinnert eure Kinder an besondere Erlebnisse mit den genannten Personen.
- ◆ Stellt ein Fotoalbum zusammen von eurer Zeit in Übersee. Vielleicht ermutigt ihr eure Kinder sogar, ein eigenes Fotoalbum zu erstellen. So können sie ihren Freunden gleich nach der Ankunft von eurem Gastland erzählen.



Angekommen!



**Helft euren Kindern im
Integrationsprozess**

Die Eingewöhnungsphase



Insbesondere während der ersten Zeit ist es enorm wichtig, dass die häusliche Umgebung ein sicherer Ort für eure Kinder ist – sozusagen ein sicherer Hafen und Schutz vor dem Druck der Anpassung. Das Zuhause soll ein Ort sein, wo sich die Kinder wohlfühlen und wo sie ihre Überlegungen bezüglich Vor- und Nachteilen des Heimatlandes frei äussern können - ohne Kritik fürchten zu müssen.

Macht euer Zuhause zu einem sicheren Hafen für eure Kinder

- ☼ Ermutigt eure Kinder, ihre Meinung über das „Heimatland“ zu äussern - sei sie positiv oder negativ. Es ist besser, dass sie ihren Gefühlen zu Hause Luft machen als in der Schule oder anderswo. Wenn sie ihre Gefühle nicht äussern dürfen, kann dies Langzeit-Groll, Ärger, Depressionen oder andere Probleme auslösen.
- ☼ Ermutigt eure Kinder, Fragen zu stellen. Dies ist der beste Weg, das Unbekannte verstehen zu lernen. Zeitweilig mag euch die ständige Fragerei ermüden, doch seid euch bewusst, dass es für eure Kinder wichtig ist, befriedigende Antworten zu erhalten, währendem sie beginnen, sich anzupassen.
- ☼ Vermeidet es, eigene Unsicherheiten und Anpassungsschwierigkeiten auf eure Kinder zu übertragen. Erspart ihnen unnötige Details. Sie haben schon genug Anpassungen vorzunehmen in ihrem eigenen Leben.
- ☼ Verbietet den Kindern nicht, dies oder jenes zu sagen. Natürlich gibt es Ausdrücke, die man vermeiden sollte, doch es gibt positivere Arten, die Kinder sorgsam und feinfühlig darauf aufmerksam zu machen als blosse Verbote.
- ☼ Seid feinfühlig für die Bedürfnisse eurer Kinder. Diese werden in den ersten Monaten sehr verschiedenartig sein. Erlaubt ihnen, ihre Emotionen zu äussern und versichert ihnen, dass es völlig normal ist, Trauer zu empfinden.
- ☼ Versteht, dass eure Kinder anders empfinden, selbst wenn ihr in eine für euch

bekannte Umgebung zurückgekommen seid.

- ☼ Behaltet eine gewisse Routine bei. Dies hilft in all den zahlreichen Umbrüchen in eurem Leben.
- ☼ Jetzt ist ein guter Moment, die Arbeitsblätter „Wie wird es wohl sein?“ (S. 5) und „Vorbereitungen für den Wegzug“ (S. 10) wieder hervor zu nehmen und über die Antworten der Kinder zu sprechen. Gibt es Dinge, die sie vermissen, wie sie es bereits geahnt haben. Wie fühlen sie sich im „Heimatland“? Haben sich ihre Erwartungen erfüllt?

Eine neue Schule

Erklärt den Kindern die grössten Unterschiede zwischen der Schule, die sie besucht haben und derjenigen, die sie besuchen werden. Vielleicht geht ihr schon mal zum Schulhaus, damit sie den Schulweg kennen.

Falls es möglich ist, bereits vorher den Lehrer oder den Direktor zu treffen, tut dies und erklärt ihnen, wo eure Kinder vorher zur Schule gegangen sind.

Bittet den Lehrer, euch über die Entwicklung der Resultate eures Kindes auf dem Laufenden zu halten.

Unternehmt noch ein paar der folgenden Dinge, bevor die Schule beginnt

- ◆ Seht euch im Kino einen aktuellen Film an, damit eure Kinder in der Schule mitreden können
- ◆ Besucht historische Stätten in der Umgebung oder andere interessante Orte
- ◆ Geht ins Schwimmbad in der Nähe, in den Supermarkt, auf den Sportplatz
- ◆ Schafft Gelegenheiten, bei denen eure Kinder die Nachbarskinder kennenlernen und bereits Freundschaften knüpfen können, bevor die Schule beginnt. Sie werden von ihnen bereits ein paar gängige Ausdrücke lernen.
- ◆ Lass sie gute Comics und Zeitschriften lesen



Eine positive, optimistische Grundhaltung eurerseits färbt ab und hilft den Kindern im Anpassungsprozess am meisten.

Anhang:

Auflösung des Flughafenrätsels (S. 24 im Arbeitsheft der Kinder)

