

# « Du bisch doch die Neui, gell? »

Eine Migration von Deutschland in die Schweiz als  
Jugendliche

Maturitätsarbeit an der  
Kantonsschule Zürich Nord  
Dezember 2019

Joana Hassemer, N6h  
Betreut von Olga Cias

# Inhaltsverzeichnis

<b>VORWORT</b> .....	<b>II</b>
<b>1. EINLEITUNG</b> .....	<b>1</b>
<b>2. METHODIK</b> .....	<b>2</b>
2.1 HERANGEHENSWEISE .....	2
2.2 AUFBAU DER ARBEIT .....	2
<b>3. VERGLEICH LITERARISCHER TEIL IM ZUSATZHEFT: «'DU BISCH DOCH DIE NEUI, GELL?' – KURZE GESCHICHTEN ZU MEINER MIGRATION»</b> .....	<b>3</b>
<b>4. DIE MIGRATION</b> .....	<b>4</b>
4.1 ALLGEMEINES .....	4
4.2 MIGRATION VON DEUTSCHLAND IN DIE SCHWEIZ.....	4
4.3 MIGRATION IN DER ADOLESCENZ.....	5
<b>5. PHASEN DER MIGRATION – VERÄNDERUNG DER BEZIEHUNG ZUM MIGRATIONSLAND SCHWEIZ</b> .....	<b>7</b>
5.2 DIE EUPHORIE.....	7
5.3 DIE KRISE.....	8
5.4 DIE ERHOLUNG .....	10
5.5 DIE ANPASSUNG .....	11
5.6 KRITIK AN OBERGS PHASEN-MODELL UND ALTERNATIVE MODELLE .....	12
<b>6. KONKRETE HERAUSFORDERUNGEN IN DER MIGRATION</b> .....	<b>14</b>
6.1 HERAUSFORDERUNGEN IN DER MIGRATION .....	14
6.1.1 <i>Die Identitätskrise</i> .....	14
6.2.1 <i>Der Verlust der Freunde</i> .....	17
6.1.3 <i>Die Schule</i> .....	18
6.1.4 <i>Die neue Sprache</i> .....	19
6.1.5 <i>Eine neue Beziehung zur Familie</i> .....	20
6.1.6 <i>Ablehnung einiger Einheimischen gegenüber dem Migranten</i> .....	21
6.2 DIE BEWÄLTIGUNG DER HERAUSFORDERUNGEN .....	24
<b>7. ZUSAMMENFASSUNG</b> .....	<b>25</b>
<b>8. REFLEXION</b> .....	<b>26</b>
<b>9. BIBLIOGRAPHIE</b> .....	<b>27</b>
9.1 BÜCHER UND ARBEITEN .....	27
9.2 ZEITUNGEN UND ZEITSCHRIFTEN .....	29
9.3 WEBSITES.....	30
9.4 FILME.....	30
<b>10. ABBILDUNGSVERZEICHNIS</b> .....	<b>31</b>

## Vorwort

Grosse Schwierigkeiten begleiteten mich bei der Themenfindung: Ich hatte viele Ideen, keine davon war allerdings konkret genug, umsetzbar oder überzeugte mich restlos.

Kurz vor den Sportferien ging ich nach der Schule in einen Buchladen. Dort traf ich eine Vereinbarung mit mir selber: Das nächste Buch, auf das ich blind tippen würde, würde mein Thema bestimmen. Mein Finger landete auf der Autobiographie von Michelle Obama. Damals fragte ich mich, was ich damit anstellen sollte und erklärte den Versuch für gescheitert. Obwohl mich meine Migration damals sehr prägte und beschäftigte, hätte ich mir niemals zugetraut, über meine eigene Geschichte, in dem Sinne «autobiographisch», zu schreiben.

Mehr als ein halbes Jahr später sitze ich jetzt vor meiner Maturitätsarbeit, die aus kurzen Geschichten über meine Migration besteht. Trotz einiger grossen Herausforderungen beim Arbeitsprozess kann ich heute sagen: «Yes, I can.»

Dass ich hier sitzen und sagen kann, dass ich stolz auf mich und diese Arbeit bin, habe ich jedoch nur einer Vielzahl an Personen zu verdanken. Somit wäre es eher ein «Yes, we can.» Als erstes möchte ich insbesondere meiner, von mir sehr geschätzten Betreuerin, Frau Olga Cias, danken. Diese nahm sich stets Zeit für mich, gab für mich konstruktive Kritik, überlegte mit mir gemeinsam, wie man meine Arbeit verbessern könnte und glaubte an mich.

Einen ganz besonderen Dank möchte ich an meine Mutter aussprechen. Sie hat sich, wie ich, seit über einem Jahr mit dieser Arbeit befasst. Sie hat meine unzähligen Nervenzusammenbrüche, meine wütenden und traurigen Phasen miterlebt und mich jedes Mal wiederaufgebaut und mir neuen Mut gegeben, an mich zu glauben. Ausserdem haben die unzähligen Gespräche mit ihr einen unschätzbaren Anteil dazu beigetragen, eine Struktur für diese Arbeit zu finden. Auch meiner Familie, die sich meine vielen Klagen anhören musste und mir immer wieder neue Denkanstösse gab, möchte ich danken.

Auch möchte ich noch einige meiner Freunde erwähnen, insbesondere Lorena Pellegrini, Gwendolyn Wiesner und Sandrine Britschgi. Lorena schenkte mir kontinuierlich neue Motivation und half mir sehr mit der Korrektur der Sprache. Gwendolyn gab mir immer wieder neue Anstösse und hatte stets ein offenes Ohr für mich parat. Sie war häufig eine meiner ersten Ansprechpartner. Sandrine gab mir viel Inspiration. Sie erzählte mir von ihrer eigenen Migration und half mir, meine besser zu verstehen. Ausserdem gab sie mir viele literarische Anstösse. Sie war es, die mich ermunterte, die Natur miteinzubeziehen. Weitere Freunde, denen ich danken möchte, sind: Meine deutschen Freunde, Marlene und Rabea, die in dieser stressigen Zeit viel zu kurz kamen, sich doch aber immer wieder um mich bemühten; Florina, die am letzten Tag noch grosszügig meine Arbeit durchlas; Nikita, Tenzin und Lorena, die mir halfen, in der Schweiz Fuss zu fassen und mir stets treue Freunde bleiben; und auch Victoria und Tiffany, die mir immer wieder ein Lächeln aufs Gesicht zaubern und mein Selbstwertgefühl konstant aufwerten.

# 1. Einleitung

Migration ist im heutigen Zeitalter der Globalisierung für viele ein wichtiges Thema geworden. Auch in der Schweiz gibt es viele Immigranten. Insbesondere die deutsche Immigration spielt hier eine grosse Rolle. Die Schweiz ist das beliebteste Auswanderungsland der Deutschen. Zwischen 2004 und 2013 wanderten über 200'000 Deutsche in die Schweiz aus.<sup>1</sup>

Aufgrund der geographischen und kulturellen Nähe von Deutschland zu der Schweiz könnte man meinen, dass dieser Migrationsprozess recht einfach sei. Insgesamt kann er auch nicht mit einer Flüchtlingsmigration oder einer Migration in kulturell stark verschiedene Länder verglichen werden. Die Migration von Deutschland in die Schweiz beinhaltet jedoch ihre eigenen Schwierigkeiten. Ahktar erwähnt: «Selbst unter den günstigsten Umständen ist die Migration ein traumatisches Ereignis». <sup>2</sup>

Auch für mich war die Migration ein belastender Prozess. Als ich dreizehn Jahre alt war, entschlossen sich meine Eltern, aus beruflichen Gründen in die Schweiz, nach Zürich, zu immigrieren. Meine Kindheit verbrachte ich bis dahin in Norddeutschland, nahe Lübeck.

Aus diesem persönlichen Hintergrund heraus werde ich mich mit dieser Thematik befassen und in einem künstlerischen Teil meine eigenen Erlebnisse bezüglich dieser Migration darstellen. In Form von kurzen Geschichten werden verschiedene Phasen des Auszugs aus Deutschland, der Einwanderung und des Eingliederns in die Schweiz beschrieben.

Diese kurzen Geschichten sind subjektiv und beschreiben meinen individuellen Migrationsprozess und meine Herausforderungen. Somit beanspruchen sie nicht, in ihrer Vollständigkeit allgemein gültig zu sein. Dennoch wird es Erfahrungen, Erlebnisse und Konflikte geben, die bei vielen Migranten beobachtet werden können. Inwiefern diese zutreffen, werde ich in einem theoretischen Teil kommentieren.

In dem theoretischen Teil möchte ich *die Migration von Deutschland in die Schweiz als Jugendlischer* auch *in Bezug auf meine Geschichten* betrachten. Dabei sollen die Schwierigkeiten und Herausforderungen dieses Prozesses im engeren Fokus stehen. Ausserdem wird untersucht, wie sich die Wahrnehmung der neuen Heimat im Rahmen dieses Prozesses verändern kann.

Wichtig ist noch zu bemerken, dass sich meine Arbeit nur auf die Deutschschweiz bezieht, die ich jedoch häufig mit dem allgemeineren Begriff «Schweiz» bezeichne. Ausserdem wird der Einfachheit halber bei den meisten Oberbegriffen, wie «der Migrant», die männliche Form verwendet. Damit werden allerdings immer männliche und weibliche Personen gemeint.

Mit dieser Arbeit erhoffe ich mir zu zeigen, dass auch eine Migration in kulturell recht ähnliche Länder einen grossen Effekt auf den Migranten haben kann. In der Arbeit soll herausgefunden werden, was in dem Migranten während der Migration und der Eingliederung in die neue Gesellschaft vorgeht und damit ein besseres Verständnis für ihn und seine Lage, in der er sich befindet, geben.

Ausserdem möchte ich mit dieser Arbeit einen wichtigen Teil meines Lebens verarbeiten und besser verstehen.

---

<sup>1</sup> Vgl. Engler (2015), S. 12.

<sup>2</sup> Vgl. Ahktar (2014), S. 11.

## 2. Methodik

### 2.1 Herangehensweise

Der künstlerische Teil der Arbeit basiert auf meinen eigenen Erfahrungen und Erlebnissen. Diese wurden durch Tagebucheinträge, meine Erinnerungen und Gespräche mit meiner Familie rekonstruiert. Insgesamt sind es aber nicht ausschliesslich Erlebnisberichte. Nicht alle Details in den Geschichten sind genauso, wie ich sie erlebt habe. Dies wurde entschieden, damit ich die Möglichkeit habe, die Geschichten literarisch auszubauen. Das Literarische soll helfen, gerade die Schwierigkeiten und Gefühle zu betonen, indem es sich symbolischer Zeichen bedienen darf.

Zudem wurde an wenigen Stellen die Chronologie der Geschehnisse geändert, um die Geschichten verständlicher, kompakter und spannender zu machen. Diese Veränderungen haben allerdings keine Auswirkungen auf die beschriebenen Gefühle und Herausforderungen.

In einem theoretischen Teil der Arbeit wird dem Migrationsprozess eines deutschen Jugendlichen in die Schweiz wissenschaftlich nachgegangen. Dazu wurden verschiedenste Bücher, Masterarbeiten und Internetseiten aufgesucht und gelesen. Da nur wenig Literatur auf die psychosozialen Aspekte der deutschschweizerischen Migration eingeht, wurden Dokumentationen über «Deutsche in der Schweiz» angeschaut und eigene Erlebnisse und Informationen aus dem Bekanntenkreis miteinbezogen.

Ich ziehe in dieser Arbeit auch selber Schlüsse über Zusammenhänge von Themengebieten. Diese werden als solche deklariert sein.

### 2.2 Aufbau der Arbeit

Diese Arbeit besteht aus einem künstlerischen und einem theoretischen Teil. Sie beginnt mit dem künstlerischen Teil, welcher aus elf kurzen Geschichten besteht.

Der theoretische Teil geht kurz allgemein auf die Migration, die deutsche Migrationsgruppe in der Schweiz und die Adoleszenz ein und erklärt dann mit diesem Hintergrundwissen die Prozesse, die bei der Migration ablaufen können. Dabei wird zuerst generell auf die Migration und Adoleszenz eingegangen, so selektiert, dass es auf die deutsche Migration in die Schweiz zutrifft. Falls nötig wird noch genauer auf diese deutsche Migration in die Schweiz eingegangen. Zwischendurch werde ich immer wieder Bezug zu meinen Geschichten nehmen. Dabei wird die psychosoziale Ebene betrachtet und analysiert.

Auf kulturelle Differenzen wird dabei nur wenig eingegangen, da diese nicht im Mittelpunkt meiner Arbeit stehen.

### 3. Vergleich Literarischer Teil im Zusatzheft: «'Du bisch doch die Neui, gell?' – Kurze Geschichten zu meiner Migration»

Wind zog auf.....	4
Wie immer.....	7
Goldenes Licht wie Bullerbü.....	10
Wasser entrann meinen Fingern.....	13
«Du bisch doch die Neui, gell?» .....	15
Der verlorene Schulranzen.....	20
Flammen züngelten.....	24
Doch Freunde? .....	26
Ein Cervelat.....	28
«Und Deutsche sind arrogant» .....	30
Ein Regenbogen.....	33

## 4. Die Migration

### 4.1 Allgemeines

Die Migration ist ein komplexer psychologischer Prozess. Die Umgebung wechselt von einer «durchschnittlich vorhersehbaren» zu einer «seltsamen und unvorhersehbaren». <sup>3</sup>

Das Bekannte wird hinter sich gelassen. Der Migrant muss sich von einem Ort loslösen und zu einem neuen übergehen. Unter Ort wird hier nicht nur der physische Ort gemeint, sondern auch die mit ihm zusammenhängenden Erfahrungen, Bedeutungen und die kulturellen und emotionalen Faktoren. <sup>4</sup> Der Migrant verliert sein soziales Umfeld, wie Freunde, Nachbarn und Autoritätspersonen. Somit muss er mit tiefgreifenden Verlusten klarkommen.

In dieser Arbeit wird davon ausgegangen, dass der Jugendliche mit seiner Familie migriert. Dementsprechend ist die Familie das Einzige, was bleibt.

In der neuen Heimat, in diesem Falle die Schweiz, ist zunächst vieles fremd. Die physische, aber auch die soziale Umgebung und mit ihr die gesellschaftlichen Normen und Verhaltensweisen, die neu erlernt werden müssen, sind anders. <sup>5</sup>

Die neue Heimat besitzt andere Traditionen und Eigenheiten und eine eigene Geschichte, in der sich der Migrierende nicht verwurzelt fühlt. Die Folge ist eine Orientierungslosigkeit, grundlegende Verunsicherung und Furcht, die sich im Laufe der verändernden äusseren und auch inneren Realität bilden. Gepaart mit der schmerzlichen Empfindung über die Verluste kann dies einen Trauerprozess auslösen.

Neben diesen schmerzlichen Prozessen gibt die Migration aber auch viele neue Gelegenheiten, geistig zu wachsen, sich zu verändern und sich in seiner Identität weiter zu entwickeln. <sup>6</sup>

### 4.2 Migration von Deutschland in die Schweiz

Die Deutschen bilden eine sehr spezielle Migrationsgruppe in der Schweiz: Im Vergleich zu anderen Migrationsgruppen besitzen sie bestimmte Voraussetzungen, die die Migration erleichtern, sie aber auch vor neue Herausforderungen stellen können.

Deutschland und die Schweiz sind sich kulturell, politisch und wirtschaftlich ähnlich. Beides sind westliche, kapitalistische, demokratische und von christlichen Werten geprägte Länder. Auch die offizielle Unterrichtssprache in den Schulen, das Hochdeutsch, ist dieselbe.

Im Gegensatz zu anderen Migrationsgruppen sind die deutschen Einwanderer überdurchschnittlich hoch gebildet. <sup>7</sup> Einige migrieren aufgrund eines Jobangebotes in die Schweiz und haben damit meist eine gute und gesicherte Zukunftsperspektive in der Schweiz. Andere haben aufgrund ihrer guten Bildung, im Gegensatz zu anderen Migrationsgruppen,

---

<sup>3</sup> Vgl. Ahktar. (2014), S. 27.

<sup>4</sup> Vgl. Bründl. (2005), S. 17.

<sup>5</sup> Vgl. Bösch (2018), S. 23.

<sup>6</sup> Vgl. Ahktar (2014), S. 27.

<sup>7</sup> Vgl. Helbling (2011), S. 1.

weniger Mühe, eine gut bezahlte Arbeit zu finden. So arbeiten deutsche Einwanderer oft in akademischen Berufen und haben ein eher höheres Einkommen.<sup>8</sup>

All diese Faktoren bestimmen mit, vor welchen Herausforderungen der Migrant steht.

So erleichtert zum Beispiel der meist höhere Bildungsstand der Eltern und die gemeinsame offizielle Sprache die Eingliederung in Schulen. Auch die gesicherte finanzielle Lage erleichtert die Migration, da der Stress, für eine gesicherte Lebensexistenz zu sorgen, meist wegfällt.<sup>9</sup> Die geographische Nähe der beiden Länder ermöglicht es, Freunde und Verwandte öfter zu besuchen.<sup>10</sup>

Allerdings kann die kulturelle, politische und wirtschaftliche Nähe auch eine falsche Erwartungshaltung hervorrufen: Die Herausforderungen einer Migration können unterschätzt werden. So ist einem Deutschen, wenn er nach Italien, Schweden oder Spanien auswandert, klar, dass dies ein anderes Land ist und er sich auf eine neue Kultur und neue Sprache einlassen muss. Ihm ist bewusst, dass es Zeit brauchen wird, bis er sich integriert hat und dass er sich am Anfang fremd fühlen kann.

Migriert er jedoch in die Schweiz, so werden mit dieser Migration meist ganz andere Erwartungen verbunden. Es wird angenommen, dass alle die gleiche Sprache sprechen und man sich kulturell nicht gross unterscheidet. Deutschland und die Schweiz sind allerdings verschiedener, als es auf den ersten Blick ersichtlich ist, und das Schweizerdeutsch stellt besonders für die Norddeutschen, wie ich eine bin, eine grosse Hürde dar. Die anfänglichen Erwartungen können somit leicht enttäuscht werden.<sup>11</sup>

Zusätzlich spielen all diese Faktoren eine Rolle in der Wahrnehmung von Deutschen aus der Perspektive der Schweizer. Aufgrund der deutlichen Zunahme von Deutschen in den akademischen Berufen, wurde die deutsche Migration in den Schweizer Medien vielfach kritisch diskutiert.<sup>12</sup> Dies kann einen zusätzlichen Einfluss darauf haben, wie sich der deutsche Migrant in der Schweiz wahrgenommen fühlt und somit seinen Eingliederungsprozess beeinflussen.

### 4.3 Migration in der Adoleszenz

Diese Arbeit beschäftigt sich speziell mit der Migration von deutschen Jugendlichen in die Schweiz. Die Migration im Jugendalter, beziehungsweise in der Adoleszenz, ist eine ganz spezielle und unterscheidet sich wesentlich von einer im Erwachsenen- oder Kindesalter. Sie läuft anders ab und zieht andere Konsequenzen nach sich, da die Adoleszenz-Phase an sich bereits viele Veränderungen und Herausforderungen birgt.<sup>13</sup>

In die Schweiz sind von 2011 bis 2018, also in der Zeitspanne von knapp einem Jahrzehnt, 8'811 Deutsche im Alter von zehn bis neunzehn Jahren<sup>14</sup> immigriert – 2283 davon in den Kanton Zürich.<sup>15</sup> Mit genau dieser Migration möchte sich diese Arbeit befassen – und

---

<sup>8</sup> Vgl. Fischer (2014), S.19

<sup>9</sup> Vgl. Furnham. (2005), S. 96.

<sup>10</sup> Vgl. Ahktar. (2014), S.32.

<sup>11</sup> Vgl. Frei Berthoud. (2009).

<sup>12</sup> Vgl. Helbling (2011), S. 10.

<sup>13</sup> Vgl. Furnham (2005), S. 95.

<sup>14</sup> Die Zahlen für die Zeitspanne von zwölf bis achtzehn Jahre (so wird die Zeitspanne der Adoleszenz definiert), konnten nicht herausgefunden werden.

<sup>15</sup> Vgl. Bundesamt für Statistik: Migration und Integration.



untersuchen, was diese knapp 9'000 Jugendlichen in ihrem Migrationsprozess erlebt haben könnten. Um zu verstehen, warum diese Migration im Jugendalter so problematisch und schwierig ist, wird im Folgenden kurz auf die Adoleszenz eingegangen.

Zwischen dem zwölften und achtzehnten Lebensjahr befindet sich der Jugendliche in der Adoleszenz.<sup>16</sup> Ich bin mit dreizehn Jahren in die Schweiz immigriert. Heute bin ich achtzehn Jahre alt. Somit findet mein Migrationsprozess genau in der Adoleszenz-Phase statt.

Die Adoleszenz ist eine Entwicklungsphase, die ein Mensch im Jugendalter durchläuft. Sie beschreibt den Übergang vom Kind zum Erwachsenen und wird deswegen als eine Transformationsphase beschrieben.<sup>17</sup> Die Adoleszenz ist dafür verantwortlich, ein reifes, autonomes Individuum hervorzubringen, das sich in die Gesellschaft integriert und sich als ein einzigartiges Individuum begreift.<sup>18</sup> Dieser heranreifende Erwachsene besitzt neue Verantwortungen und Pflichten, denen er nachgehen muss.<sup>19</sup>

Um solch eine selbständige, reife Person zu werden, muss sich in dem Kind jedoch viel ändern. Diese Veränderungen kennzeichnen den Prozess der Adoleszenz: Neue Denkstrukturen werden ausgebildet, die es ermöglichen, Dinge zu reflektieren und zu beobachten.<sup>20</sup> Der Jugendliche beschäftigt sich eingehend mit seiner eigenen Identität<sup>21</sup> und seine Beziehungen zu der gesellschaftlichen Umwelt verändern sich.<sup>22</sup> Diese vielen Veränderungen verlangen dem Jugendlichen grosse Transformations- und Integrationsprozesse ab, weshalb es in der Adoleszenz meist zu grossen Unsicherheiten und Konflikten kommt.<sup>23</sup>

*Ahktar* bezeichnet die Migration im Jugendalter als problematischer als im Kindesalter.<sup>24</sup>

Dies ist darauf begründet, dass sich die Migration und die Adoleszenz sehr ähneln. Dadurch haben sie einen potenzierenden Faktor und können um ein Vielfaches problematischer sein. So stellte *Machleidt* die These auf, dass die Migration als eine kulturelle Adoleszenz angesehen werden könne, da beide Prozesse schwierige Anforderungen an die Person stellen und es bei beiden um eine Transformation gehe.

In der Adoleszenz stellt die Transformation den Wandel vom Kind zum Erwachsenen dar, in der Migration den sozialen und kulturellen Wandel, infolgedessen sich die Person auch transformieren muss. Somit spricht *King* von einer verdoppelten

Transformationsanforderung, die der jugendliche Migrant bewältigen muss.<sup>25</sup>

Die Migration und die Adoleszenz sind beides Zwischenphasen. Der adoleszente Mensch befindet sich zwischen der Welt der Kindheit und des Erwachsenseins, der Migrant zwischen seinem Heimat- und Aufnahmeland. Beide Welten sind weder vollständig verschwunden noch akzeptiert.<sup>26</sup>

Die Person trennt sich in beiden Prozessen von Sachen mit emotionalem Wert: Die adoleszente Person von den Räumen ihrer Kindheit mitsamt den Eltern, und der Migrant von seiner Heimatsgesellschaft. Diese Trennungen können Ängste und Schmerzen auslösen.

---

<sup>16</sup> Vgl. Fend. (2005), S. 91f.

<sup>17</sup> Vgl. Zölch. (2017), S. 2.

<sup>18</sup> Vgl. Zölch. (2017), S. 41.

<sup>19</sup> Vgl. Langeegger. (2007), S. 5.

<sup>20</sup> Vgl. Lohaus. (2018), S.51.

<sup>21</sup> Vgl. Ahktar. (2014), S. 75.

<sup>22</sup> Vgl. Böttger. (2006), S. 17.

<sup>23</sup> Vgl. Langeegger. (2007), S. 7.

<sup>24</sup> Vgl. Ahktar. (2014), S. 34.

<sup>25</sup> Vgl. King. (2005), S. 31.

<sup>26</sup> Vgl. Zölch. (2017), S. 82.

## 5. Phasen der Migration – Veränderung der Beziehung zum Migrationsland Schweiz

### 5.1 Allgemeines

Die Zeit ist einer der Hauptfaktoren meiner Geschichten, da sie in meiner eigenen Migration eine grosse Rolle spielte. So veränderte sich meine Sichtweise der beiden Länder, Aufnahme- und Heimatland, je nachdem, was passiert war und wie viel Zeit vergangen war.

Im Folgenden möchte ich ein Modell von *Oberg* präsentieren, welches eine idealtypische Migration beschreibt: das **U-Modell**, auch **Phasen-Modell** genannt. Dieses wird beschrieben, da es besonders in den beiden Anfangsphasen gut auf meine eigenen Erfahrungen zutrifft und sich viele Aspekte dieses Modells in meinen Geschichten wiederfinden lassen. Unten ist dieses Modell in einem Graphen mit der Zeit auf der x-Achse und den Erwartungen und Gefühlen auf der y-Achse dargestellt. Es ist in vier verschiedene Phasen unterteilt – *die Euphorie, die Krise, die Erholung und die Anpassung*. Anfangs sind die Gefühle sehr positiv, fallen dann sehr schnell ins Negative, bis sie langsam wieder ansteigen. Infolgedessen sieht der Graph wie ein U aus.<sup>27</sup>

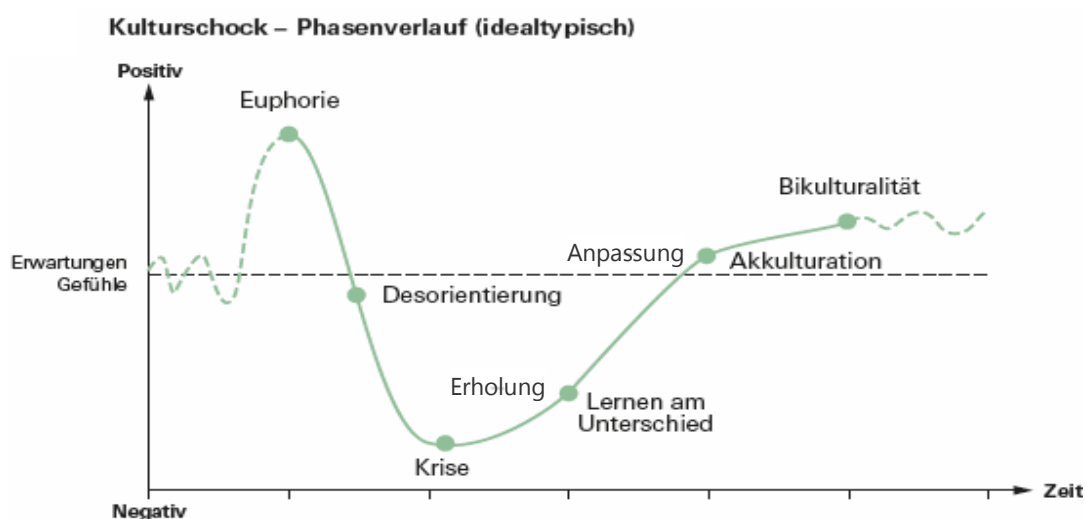


Abbildung 1: Das Phasenmodell von Oberg

### 5.2 Die Euphorie

Die erste Phase, die *Oberg* beschreibt, wird Euphorie-Phase oder im Englischen «honeymoon-stage» genannt, da in der Phase ähnliche Gefühle wie bei einem «honeymoon» (Flitterwochen) ausgelöst werden. Der Migrant begegnet dem Aufnahmeland mit Enthusiasmus. Er ist voller Neugier, findet alles spannend, aufregend und ist fasziniert von seinem neuen Umfeld. Er gibt sich Mühe, aufgeschlossen und freundlich zu sein, und versucht, mit den Einheimischen Kontakt zu schliessen.

Meistens ist der Migrant in dieser Phase noch mit dem Umzug beschäftigt, dem Einrichten des neuen Zuhauses, dem Regeln der Formalitäten und dem Kennenlernen der neuen Umgebung. Diese Phase kann je nach den Umständen Tage, Wochen oder Monate andauern.<sup>28</sup>

<sup>27</sup> Vgl. Geiger. (2015).

<sup>28</sup> Vgl. Glückstein. (1997), S. 2.

Was *Oberg* nicht erwähnt, mir jedoch eine Voraussetzung dafür erscheint, dass diese Phase eintritt, sind die mitgebrachte Neugier auf das neue Land und die Freude, die mit dem Umzug verbunden wird. Häufig kann der Migrant die Routine des Alltags leid sein und er möchte sich neuen Herausforderungen stellen.<sup>29</sup>

### *Bezug zu meinen Geschichten*

Auch in meiner Migration war diese Phase klar vorhanden. Mit der Ankündigung des Umzugs in die Schweiz begann sie bei mir. Bereits da schwelgte ich in Träumen von der Schweiz, romantiserte den Umzug, dachte nicht über mögliche Probleme nach, sondern lebte nur in den Geschichten meiner Bücher. Dies zeige ich in «Wind zog auf».

Mit der Geschichte «Wie immer» spiegle ich mein damaliges Leben in Deutschland wider – eintönig und langweilig. Meine Monotonie drückt sich in der Routine des Alltags aus. Als Beispiel dafür dienen die Schultoiletten – ich weiss, welche Toilette stinkt und in welchem das Toilettenpapier fehlt, ohne vorher reingeschaut zu haben.

Ich sehne mich nach Spannung und Abenteuern, vergesse aber, dass dieser Umzug auch Probleme mit sich bringen kann und realisiere nicht, dass ich alles hinter mir lassen muss. In der Geschichte «Goldenes Licht wie Bullerbü» bin ich endlich in der neuen Welt, der Schweiz, angekommen, nehme alles Neue begeistert auf und vergleiche die Schweiz mit dem Buch und Film «Bullerbü» von Astrid Lindgren. Diese Erzählung setzte ich als Kind immer mit einer Art Paradies gleich.

Diese Phase der Euphorie dauerte bei mir Monate. Sie fing schon in Deutschland mit der Vorfreude auf die Migration an, und endete mit dem Schulanfang in der neuen Schule, als ich gerade zwei Wochen in der Schweiz war. In meinen Geschichten endet diese Euphorie-Phase mit dem Anfang von «'Du bisch doch die Neui, gell?'».

## 5.3 Die Krise

In der nächsten Phase kehren sich die Gefühle des Migranten und seine Sichtweise auf das neue Land um hundertachtzig Grad. Wurde zuvor noch alles als positiv empfunden und stimulierten die neuen Begebenheiten den Migranten, so merkt dieser jetzt, dass nicht alles so ist wie erwartet. Er beginnt, eine feindliche, aggressive Einstellung gegenüber dem Aufnahmeland zu entwickeln.<sup>30</sup>

Diese Einstellung wird meist dadurch verursacht, dass der Migrant merkt, dass viele Probleme bestehen, die ihm vorher nicht bewusst waren oder ihn nicht gestört haben. In der Schule oder bei der Arbeit, erst einige Wochen nach der Einreise, wird er erst mit alltäglichen Situationen konfrontiert. Dort können neue und ungewohnte Probleme auftauchen: Verschiedene Kommunikationsstile und Arbeitshaltungen, die aufeinandertreffen. Ging der Migrant früher pünktlich nach Hause, so kann dies nun kritisiert werden: Er soll bleiben, bis die Arbeit erledigt ist. Oder aber der Migrant war früher einen raueren, direkteren Ton bei der Arbeit gewöhnt: Nun kann der direkte Ton in der neuen Umgebung als befremdlich und unhöflich wahrgenommen werden.

---

<sup>29</sup> Vgl. Glückstein. (1997), S. 2.

<sup>30</sup> Vgl. Marx. (2001), S. 8.

In der Schule könnten zum Beispiel einige Fächer einen anderen Stellenwert einnehmen: Besass zum Beispiel Französisch vorher einen eher tiefen Stellenwert, so wird in dem neuen Land der Fokus gerade auf dieses Fach gelegt.

Ein Beispiel für ein Problem, das den Migranten erst nach einer gewissen Zeit stört, ist die Sprache: So kann sie anfangs als eine witzige, spannende Herausforderung gesehen werden. Nach einiger Zeit empfindet der Migrant es als eher mühsam, dass er sich nicht richtig ausdrücken kann und die Anderen nicht versteht. Oder aber die Einheimischen sind anfangs sehr nett, zuvorkommend und höflich und erst nach einiger Zeit merkt der Migrant, dass er keine tiefergehenden Gespräche mit ihnen führen kann.

Der Migrant merkt, dass das Aufnahmeland eine eigene Kultur besitzt, die sich von der Herkunftskultur unterscheidet. Er fühlt sich fremd und nicht verstanden. Sachen, die früher als selbstverständlich erschienen, wie sein Benehmen, kleine Gesten und Werte, können in dem Aufnahmeland ganz anders wahrgenommen werden.<sup>31</sup>

Er leidet unter starkem Heimweh und sucht Sicherheit. Er ärgert sich über die unbedeutenden Probleme des Alltages und leidet an einem fehlenden Selbstvertrauen.<sup>32</sup> Die Phase wird charakterisiert von Gefühlen der Frustration, Angst, Wut, Orientierungslosigkeit und Hilflosigkeit.<sup>33</sup>

Durch diese Gefühle entsteht meist eine Wut auf die Einheimischen, beziehungsweise auf das Aufnahmeland. Dies wird heftig kritisiert und für die eigenen Probleme verantwortlich gemacht. Selbst wenn die Einheimischen dem Migranten offen und verständnisvoll begegnen und versuchen, ihn zu integrieren, so verstehen sie seine Probleme nicht, die mit dem Migrationsprozess einhergehen, und Einheimische können daher von dem Migranten als unsensibel wahrgenommen werden. So werden die Frustrationen und Schwierigkeiten dem Aufnahmeland statt dem Migrationsprozess in die Schuhe geschoben.<sup>34</sup>

Die Kritik des Migranten am Aufnahmeland und seinen Bewohnern ist nicht objektiv oder rational, sondern sehr subjektiv und wird durch die eigenen Emotionen hervorgerufen.<sup>35</sup>

Viele deutsche Migranten scheinen diese Erfahrung auch gemacht zu haben. Aufgrund der hohen Erwartungshaltung waren für Viele die Unterschiede zwischen den Ländern ein grosser Schock, mit dem sie nicht gut klarkamen. Manche überwandene diese Krise nicht und gingen unter anderem deswegen zurück nach Deutschland.<sup>36</sup>

### *Bezug zu meinen Geschichten*

Auch ich habe diese Phase persönlich erlebt. Sie kam für mich sehr plötzlich, folgte direkt auf die Euphorie-Phase. Das einschneidende Erlebnis, das für mich diesen Phasenwechsel beschrieb, war der erste Schultag in der neuen Schule. Dort kam ich zum ersten Mal stärker mit Schweizerdeutsch, einer mir unbekanntem Sprache, und Gleichaltrigen in Kontakt. Ich realisierte, dass vieles anders war, als ich es mir vorgestellt hatte: dass ich fremd war und mich

---

<sup>31</sup> Vgl. Glückstein. (1997), S.2f.

<sup>32</sup> Vgl. Schmalenstroer. (2010), (I).

<sup>33</sup> Vgl. Furnham. (2005), S. 81.

<sup>34</sup> Vgl. Simon Fraser University.

<sup>35</sup> Vgl. Glückstein. (1997), S. 3.

<sup>36</sup> Vgl. Wanner (2016).

von meinen Mitschülern unterschied. In der kurzen Geschichte «'Du bisch doch die Neui, gell?」 wird nacherzählt, wie innerhalb von wenigen Minuten dieser Phasenwechsel stattfindet.

In den darauffolgenden Geschichten vermisse ich mein altes Zuhause stark. Dies soll durch den verlorenen Schulranzen symbolisiert werden. Der Verlust dessen ruft bei mir starke Emotionen hervor. Ich sehne mich nach Sicherheit und Orientierung, finde diese aber nicht.

In «Flammen züngeln» wird meine Wut und meine Frustration zum Ausdruck gebracht. Diese ist blind, zum Teil kann ich nicht mehr rational denken. Meine Schwierigkeiten, mich einzugliedern und die «Neue» zu sein, übertrage ich auf die Schweiz, ihre Sprache und die Leute. «Flammen züngelten» ist wie ein Fragment. Die Geschichte passt nicht ganz zu den anderen Geschichten, denn sie gibt nur einen kleinen Einblick in wirre, teils zusammenhangslose Gedanken, was wieder die Irrationalität dieser Situation widerspiegeln soll.

## 5.4 Die Erholung

Die dritte Phase, die *Oberg* beschreibt, bezeichnet eine langsame Erholung, einen Aufschwung – es geht bergauf. Dies passiert laut ihm durch eine steigende Kenntnis und ein zunehmendes Verständnis der Kultur des Aufnahmelandes. Auch neue Sprachfertigkeiten und eine selbstständigere Alltagsbewältigung tragen einen grossen Teil dazu bei.<sup>37</sup> Zuletzt sind auch neue Freunde ein wichtiger Punkt, da der Migrierende deren Ansichten besser kennen und verstehen lernt. Dadurch entwickelt er eine bessere Einstellung gegenüber seinem Aufnahmeland und den Einheimischen und sieht diese nicht mehr als Grund für seine Schwierigkeiten an.<sup>38</sup>

Der Migrant wird in dieser Phase rationaler. Er entwickelt eine neue Bereitschaft, sich mit der fremden Umgebung auseinanderzusetzen. Die Umgebung ist ihm vertrauter geworden und er fühlt sich weniger fremd.<sup>39</sup> Diese Phase ist meistens auch durch Humor gekennzeichnet. Der Migrant beginnt, Witze über seine eigenen Schwierigkeiten und seine Situation zu machen. Ein Zeichen dafür, dass die vorangehende Wut über alles langsam verschwindet.<sup>40</sup> Dieser Prozess geht schleichend voran.

### *Bezug zu meinen Geschichten*

Bei mir gestaltete sich diese Phase ein wenig anders. Die Phase der Erholung war definitiv in meinem Migrationsprozess vertreten, jedoch beschreibt sie *Oberg* als sehr linear. Es scheint für ihn einen klaren Schnitt zwischen der Krise und der Erholung zu geben. Er schildert den Prozess zwar als langsam, benennt aber keine «Rückfälle», Situationen, die wieder an die Krise erinnern.

Obwohl die Phase der Erholung bei mir deutlich eintrat und sogar im Gegensatz zu *Obergs* schleichendem Prozess ein sehr konkretes Ereignis, der Eintritt in die zweite neue Klasse bei mir für den Anfang dieser Phase sorgte, ist in der Geschichte «'Deutsche sind arrogant」 deutlich zu erkennen, dass mich das Anders-Sein, Fremd-Sein und Deutsch-Sein vier Jahre

---

<sup>37</sup> Vgl. Ertl, (2003), S.6.

<sup>38</sup> Ebenda.

<sup>39</sup> Ebenda.

<sup>40</sup> Vgl. Giambuzzi. (2015).

nach dem Umzug immer noch stark beschäftigt, auch wenn ich stark versuche, es zu verdrängen. So spiegelt sich in dieser Geschichte meine noch vorhandene Unsicherheit und zum Teil noch vorhandene Wut, für die ich mich sehr schäme, wider. Bei mir gab es auch in der Erholungs-Phase noch Rückschläge, die mich in dem Migrationsprozess auch wieder zurückwerfen konnten und nicht den linearen Aufstieg, wie von *Oberg* beschrieben, widerspiegeln.

In den Geschichten «Doch Freunde?» und «Ein Cervelat» ist die Erholung wieder gut zu erkennen. Diese liess sich bei mir deutlich auf meine neugefundenen Freunde zurückführen. Diese nahmen sich meiner an, kümmerten sich um mich und vermittelten mir ein Gefühl der Zugehörigkeit. Beide Geschichten sind wesentlich ruhiger, auch in der Sprache. Langsam beginne ich die Eigenarten der Schweiz mit einer offeneren Einstellung zu erkunden. Mir ist dennoch wichtig, mit den beiden letzten Geschichten aufzuzeigen, dass diese Erholung bei mir ein komplexer Prozess mit Höhen und Tiefen war.

## 5.5 Die Anpassung

In der letzten Phase hat sich der Migrant im Aufnahmeland und auch in der neuen Kultur eingelebt. Er fühlt sich wohler und hat eine stabile, konstante Gefühlslage im Hinblick auf seine Beziehung zum Aufnahmeland entwickelt. Das neue Land wird nun nicht mehr verherrlicht oder heftig kritisiert, sondern wird rationaler angesehen und verstanden.

Der Migrant übernimmt häufig unbewusst Verhaltensweisen der neuen Kultur und des neuen Landes. Er scheint seinen Platz in der neuen Gesellschaft gefunden zu haben, versteht oder spricht sogar die neue Sprache und kann sich besser verständigen. Er versteht die Menschen, deren Verhaltensweisen und Kultur besser.<sup>41</sup> Er hat nicht nur das Fremde angenommen, sondern freut sich sogar daran.<sup>42</sup>

### *Bezug zu meinen Geschichten*

Die Anpassung bildet die letzte Phase des Modells von *Oberg*. Deswegen möchte ich die Geschichten, in denen ich schon etwas älter bin, mit ihr vergleichen. In «'Und Deutsche sind arrogant'» bin ich siebzehn und in «Ein Regenbogen» achtzehn Jahre alt.

«'Und Deutsche sind arrogant'» zeigt eine Situation, in der ich merke, dass ich manchmal noch nicht ganz dazugehöre, was *Obergs* obenstehender Aussage widerspricht. So beschreibe ich, dass ich mich gelegentlich als «die Deutsche» fühle, was impliziert, dass ich mich als «anders» sehe. Aufgrund einer, von mir als verletzend empfundenen, Aussage einer Schulkameradin gegenüber Deutschen reagiere ich zunächst defensiv und greife sie gedanklich an. Meine Gefühlslage ist alles andere als stabil – in einem schnellen Tempo wechselt sie von erschrocken zu wütend und dann zu schuldig über. Ich habe nicht den von *Oberg* beschriebenen Zustand erreicht: Ich fühle mich nicht wohl, sondern ausgegrenzt. Hierbei muss aber berücksichtigt werden, dass dies eine extreme Situation ist, die nicht oft im Alltag vorkommt. Dennoch mache ich deutlich, dass solche Gedanken sein können als gedacht, da ich an verschiedene Beispiele denke, die auch in der Schule passiert sind.

---

<sup>41</sup> Vgl. Schmalenstroer. (2010), (II).

<sup>42</sup> Vgl. Bertz. (2012), S. 17.

In der Geschichte «Ein Regenbogen» beschreibe ich meine aktuelle, allgemeine Situation und Gefühlslage. fünf Jahre nach der Migration. Inzwischen bin ich achtzehn Jahre alt.

Meine spontane Reaktion, im Schlafanzug rauszugehen, während der Wind bläst, der mich an Deutschland erinnert, zeigt, wie sehr mein Herz noch an meiner Heimat hängt. Ich empfinde ein starkes Heimweh, wenn ich an Deutschland denke.

Darauf geht *Oberg* kaum ein. Er scheint davon auszugehen, dass sich die Gedanken an das Heimatland neutralisiert haben, da er den Migranten als glücklich in dem neuen Land beschreibt.

In meiner Geschichte «der Regenbogen» reicht *der Wind*, oder das «*Deutsche*», jedoch nun auch nicht mehr für mich. Ich habe mir in der Schweiz ein neues Leben aufgebaut, tiefe Freundschaften geschlossen und bin mit der Umgebung vertraut geworden. Die Schweiz, die unter anderem durch die Sonne dargestellt wird, brauche ich nun auch. So habe ich inzwischen auch bestimmte Ausdrücke übernommen, auch solche, welchen ich früher negativ gegenüber eingestellt war. Trotzdem wundere ich mich noch kurz darüber – meine normale Alltagssprache ist Deutsch geblieben, da sie die Sprache ist, mit der ich aufgewachsen bin und ich mich immer noch mit ihr identifiziere. Trotzdem ist zu erkennen, dass ich mich in gewissen Teilen immer noch anders fühle. Etwas, das *Oberg* nicht in seinem Modell beschreibt. Dennoch erwäge ich es, den Schweizer Pass zu beantragen. Die Schweiz ist auch ein Teil von mir geworden.

Die Anpassung wird somit von mir sehr ambivalent erlebt: Teile der Merkmale treffen zu, andere weniger. Vielleicht bin ich persönlich noch nicht ganz in der Anpassungs-Phase angekommen oder schein mich noch weiter mit ihr zu beschäftigen.

## 5.6 Kritik an Obergs Phasen-Modell und alternative Modelle

*Obergs* U-Modell gilt seit Jahren als das bekannteste Modell zum Thema «die Veränderung der Beziehung zum Aufnahmeland als Migrant». Dennoch wird es sehr kritisch betrachtet, da es hauptsächlich aus Spekulationen, Verknüpfungen und Erfahrungen entwickelt wurde und nicht auf wissenschaftlichen Untersuchungen basiert.<sup>43</sup> Zudem beschreibt *Oberg* primär die Phasen, ergründet sie, allerdings nicht differenziert genug, allen voran die Phase der Erholung. Ausserdem gibt er nur vage Zeitangaben. Er geht davon aus, dass eine Phase unbeschränkt lange dauern kann. Bezogen auf die Erholung kann es somit sehr lange dauern, bis diese eintritt.<sup>44</sup>

Als Vergleichsmodell für meine Migration war das Modell sehr hilfreich und meist zutreffend. Für die Migration eines sonst typischen Jugendlichen scheint dies allerdings nicht zu stimmen, ich unterscheide mich in dieser Hinsicht vom typischen Jugendlichen.

Üblicherweise dürfen Jugendliche bei der Entscheidung zu migrieren nicht mitreden. Sie werden somit zur Migration «gezwungen». Daher können sie als erste Phase meist Wut auf das neue Land empfinden, da dieses nun den Verlust der alten Freunde und von Vertrautem repräsentiert. Besonders in der Adoleszenz, in der sich der Jugendliche von seinen Eltern

---

<sup>43</sup> Vgl. Furnham. (2005), S. 83.

<sup>44</sup> Vgl. Bertz (2012), S.18f.

ablöst und seine Freunde viel wichtiger werden, kann sich diese Missgunst in Bezug auf die Migration verstärken.<sup>45</sup>

Dies ist bei meinem damals fünfzehnjährigen Bruder passiert: Anfangs war er nicht begeistert von der Entscheidung auszuwandern und hat sich dagegen gewehrt, wie in der ersten Geschichte «Wind zog auf» zu sehen ist. Später hat er sich allerdings, zumindest aus meiner Perspektive, schnell eingelebt.

*Oberg* geht von einem sehr linearen Prozess, einem stetig steigenden Graphen nach der Krise, und einem positiven Ende aus. Dies ist jedoch, wie bei mir, nicht immer der Fall.

*Berry* kristallisiert für den Ausgang des Migrationsprozesses anstelle der Schlussbeziehungweise Anpassungs-Phase vier andere Möglichkeiten heraus.

Die Integration, in der eine Balance zwischen den beiden Kulturen gefunden wird, beschreibt wohl am besten die «Anpassung» und meine Lage.

Es gibt allerdings auch drei andere Möglichkeiten. In einer davon schottet sich der Migrant von dem Aufnahmeland und dessen Kultur ab und sieht das Heimatland als das einzig Wahre an. Eine weitere beschreibt die Möglichkeit, zusätzlich seiner Heimatkultur ablehnend gegenüber zu stehen.

In der letzten Möglichkeit orientiert und identifiziert sich der Migrant weder an der Heimat noch an der Aufnahmekultur, er steht beiden losgelöst gegenüber.<sup>46</sup>

Somit wird es viele deutsche jugendliche Migranten in der Schweiz geben, die nicht sagen würden, dass sie die Anpassungs-Phase erreicht haben. Möglicherweise würden sie sich der Schweiz gegenüber sehr negativ positionieren oder weder zu Deutschland noch der Schweiz eine Beziehung haben.

---

<sup>45</sup> Vgl. Grinberg. (1990), S. 125.

<sup>46</sup> Vgl. Berry. (2011), S. 20.



## 6. Konkrete Herausforderungen in der Migration

### 6.1 Herausforderungen in der Migration

In diesem Abschnitt werden ausschliesslich die Herausforderungen behandelt, mit denen ich in meiner Migration zu kämpfen hatte und die auf die deutsch-schweizer Migration im Jugendalter zutreffen. Aus diesem Grund korrespondieren die hier beschriebenen Herausforderungen oft mit denen, die ich in meinen Geschichten beschreibe.

#### 6.1.1 Die Identitätskrise

Mit der eigenen Identität beschäftigt sich der Mensch ein Leben lang. Gerade aber in den zwei Prozessen, die in dieser Arbeit angesprochen werden, der Adoleszenz und der Migration, rückt die Frage «Wer bin ich?» stark in den Vordergrund.<sup>47</sup> Dies ist darauf begründet, dass beide Prozesse schwierige neue Anforderungen an die Person stellen, die Transformationen erfordern.<sup>48</sup> Aufgrund dieser schmerzhaften, neuen und verwirrenden Transformationen kommen beim adoleszenten Migranten viele Fragen auf, wie: «Wer bin ich? Woher komme ich? Wer will ich sein?».<sup>49</sup> Oder in Bezug auf die Gesellschaft: «Inwiefern will ich die Erwartungen meiner sozialen Umgebung erfüllen? Will ich die- oder derjenige sein, die oder den andere in mir zu sehen wünschen?»<sup>50</sup>

Die Identitätssuche, die gerade durch solche Fragen gekennzeichnet wird, ist durch das sich reflektierende Auseinandersetzen mit der eigenen Person und den bisher selbstverständlich geglaubten Lebensverhältnissen in der Adoleszenz und Migration stark vertreten.

Gerade die Adoleszenz wird von *Erikson* auch als die Phase beschrieben, in der die Identitätsbildung stattfindet: Seiner Ansicht nach werden dann die Rollen der Persönlichkeit und Identifizierungen zu einem Ganzen zusammengeschweisst, nämlich zu der eigenen Identität.<sup>51</sup> Er bezeichnet die Identität dabei als ein Sich-Selbst-Gleichsein über die Zeit.<sup>52</sup> *Bösch* erläutert dies damit, dass «das Individuum seine eigene Person im Handeln und Fühlen über verschiedene gesellschaftliche Situationen als kontinuierlich und stabil empfindet.»<sup>53</sup> Hat sich die Identität ausgebildet, so sollte die Person erkannt haben, wer sie ist und damit eine Art «Selbstkonzept» von sich selber ausgebildet haben.

Dieses Selbstkonzept wird besonders in der Adoleszenz stark von anderen Personen mitgeprägt. Es entsteht aus Erfahrungen und Situationen, dem Reflektieren der eigenen Person und aus Vergleichen mit Gleichaltrigen. Durch neue Denkstrukturen werden alte Selbstdefinitionen oft in Frage gestellt und es wird sich an anderen orientiert.<sup>54</sup>

Auch in der Migration beschäftigt sich die Person stark mit der eigenen Identität. Das Selbstkonzept des Migranten, das vorher durch die soziale Umwelt mitgebildet und geprägt

---

<sup>47</sup> Vgl. Zölch (2017), S. 47.

<sup>48</sup> Vgl. Machleidt. (2018), S. 57f.

<sup>49</sup> Zölch. (2017), S. 49.

<sup>50</sup> Zölch. (2017), S. 49.

<sup>51</sup> Vgl. Reinders. (2001), S. 53f.

<sup>52</sup> Vgl. Bösch. (2018), S. 8.

<sup>53</sup> Bösch. (2018), S.8

<sup>54</sup> Vgl. Lohaus. (2018), S. 93.

wurde, gerät ins Wanken und kann eine Identitätskrise auslösen.<sup>55</sup> So ist der Migrant nun fremd in der neuen Gesellschaft und sieht auch andere Personen und Verhaltensweisen als fremd an. Mit «fremd» kann dabei alles bezeichnet werden, was vom Vertrauten abweicht. In dem Sinne der Migration bedeutet es auch «die Nichtzugehörigkeit zu einem Wir.»<sup>56</sup>

Zur Hilfe des Verständnisses, warum die Umwelt in der Identitätsfindung eine solch grosse Rolle spielt, möchte ich den Begriff des «Selbstwertgefühls» einführen. Dieser beschreibt, wie das eigene Selbstkonzept bewertet wird und entscheidet dementsprechend, ob die eigene Person als gut oder als schlecht empfunden wird. Erfahren bestimmte Verhaltensweisen oder Persönlichkeitsmerkmale Anerkennung oder Bestätigung, so werden diese meist auch von der eigenen Person als positiv bewertet. Ist diese Anerkennung vom sozialen Umfeld jedoch nicht da, so wirkt sich das negativ auf die eigene Selbstbewertung aus.<sup>57</sup> Diese Selbstbewertungen besitzen für die jugendliche Person, die auf der Suche nach sich selber und seiner Rolle in der Gesellschaft ist, einen grossen Wert. In einem gleichbleibenden und konstanten Umfeld, durch das der jugendliche Mensch Anerkennung und Bestätigung erfährt, kann er ein gesundes Selbstwertgefühl ausbilden.<sup>58</sup>

Bei der Migration verändert sich dieses Umfeld aber. Der Jugendliche, der nach Anerkennung, Bestätigung und seiner eigenen Identität sucht, erfährt eine starke Krise. Seine Identitätssuche hat sich verschlimmert: Fand sie vorher in einem bekannten Rahmen statt, der ihn gebildet und geprägt hat, so ist dieser nun weggefallen und bietet keinen Schutz und keine Bestätigung der eigenen Identität mehr.<sup>59</sup>

Zur Illustration dessen möchte ich ein Beispiel anfügen: Einer Jugendlichen aus Deutschland wird von ihren Freunden immer gesagt, was für eine hilfsbereite Freundin sie ist, und, dass sie sich toll ausdrücken kann. Werden ihr diese Dinge immer und immer wieder gesagt, definiert sie sich mit der Zeit durch diese Aussagen und sieht diese Qualitäten als ein Teil ihrer Identität an.

Zieht sie jetzt in die Schweiz, wird es erstmal dauern, bis sie Anschluss findet. Selbst wenn sie Anschluss findet, wird es dauern, bis ihre neuen Freunde diese Qualitäten an ihr bemerken und ihr diese vermitteln. Möglicherweise empfinden die neuen Freunde oder Kollegen aber in dem Punkt ganz anders. Vielleicht sind in ihrer neuen Umgebung alle sehr hilfsbereit, sodass ihre Qualität gar nicht auffällt. Oder selbst wenn sie so empfinden, kommunizieren die Freunde ihr, dass sie ihre Hilfsbereitschaft zu schätzen wissen, auf eine Art, die weniger überschwänglich ist als die ihrer vorherigen Freunde. Ihre Fähigkeit, sich gut auszudrücken, wird von den anderen vielleicht als merkwürdig empfunden, da sie zahlreiche hochgestochene hochdeutsche Wörter benutzt, die viele Schweizer nicht benutzen. Durch all diese Faktoren hat sie das Gefühl, dass Eigenschaften, die sie früher definiert haben, nicht mehr zu ihr gehören, oder dass sie sich ins Negative gewandelt haben. Jetzt stellt sie sich die Frage: «Wer bin ich denn dann?»

---

<sup>55</sup> Vgl. Kizilhan. (2007), S. 56.

<sup>56</sup> Vgl. Zölch. (2017), S. 63.

<sup>57</sup> Vgl. Bösch. (2018), S. 12.

<sup>58</sup> Vgl. Lohaus. (2018), S. 99-101.

<sup>59</sup> Vgl. Wohlfahrt. (2007), S. 123f.

Der adoleszente Migrant fühlt sich unsicher und kann die eigene Identität als verschwommen oder nicht greifbar empfinden. Zudem kann er ein negatives Selbstwertgefühl ausbilden. Er kann sich selber als unzureichend oder abstossend empfinden.<sup>60</sup>

Dies kann sich wiederum auch auf sein Handeln auswirken: Würde er seine Kompetenzen als positiv bewerten, so würde er selbstsicherer handeln und Situationen offener und flexibler angehen. Meistens fehlt allerdings die Bestätigung des Selbstkonzeptes, also was die eigene Identität ist, da der Rahmen fehlt, in der sich diese gebildet hat, und auch ein positives Selbstwertgefühl, da der Migrant anfangs alleine und isoliert ist. Bis auf seiner Familie gehört er noch keiner Gruppe an, die ihm Bestätigung oder Anerkennung schenken könnte. Auf längere Zeit kann somit sein Vertrauen, in bestimmte Situationen eingreifen oder Aufgaben bewältigen zu können, zugrunde gehen.<sup>61</sup>

### *Bezug zu meinen Geschichten*

Diese Identitätskrise ist auch ein prominentes Thema in meinen kurzen Geschichten. Bereits in den ersten Geschichten, die sich noch in Deutschland abspielen, beschäftige ich mich als adoleszenter Mensch mit einer eigenen Identität. Ich befinde mich auf der Suche nach mir selber und bin in dem Prozess sehr unruhig und unsicher geworden. In der Geschichte «Wind zog auf» sitze ich beispielsweise unruhig am Tisch, meine Augen bewegen sich hin- und her, und ich zerpflücke mein Brot in kleine Stückchen.

Kurz darauf beschreibe ich, dass ich nicht weiss, ob mir die Haare meines Bruders gefallen. Ich bin somit auf der Suche nach meinem persönlichen Selbstkonzept, nach meinen Vorlieben und Meinungen.

Meine unruhige und unsichere Stimmung, die zumeist durch unruhiges «Händeknobeln» und offene Haare, die vor mein Gesicht fallen und mich vor der Aussenwelt abschirmen, dargestellt wird, zieht sich durch die ganzen Geschichten. So bin ich zwar in Gegenwart meiner Familie unruhig, jedoch sind meine Hände ruhig, wenn ich mit meinen deutschen Freunden im Bus unterwegs bin und meine Haare zu, ich trage einen Pferdeschwanz. Obwohl ich in der Suche nach meiner Identität unruhig bin, fühle ich mich bei meinen Freunden bestätigt.

Mit der Migration in die Schweiz und dem Erleben des Fremdseins und des Aussenseiterseins, gerät mein Selbstwertgefühl ins Wanken. In der Geschichte «'Du bisch doch die Neui, gell?」 ist dieser Kontrast zwischen der Kenntnis meiner Identität vor und nach dem Eintritt in die neue Klasse stark zu sehen. Bevor ich diese «Fremdheitserfahrung» mache, sehe ich mich im Spiegel an. Dieser ist zwar etwas verschwommen, mein Spiegelbild kann ich trotzdem noch klar erkennen – ich habe eine Ahnung meines Aussehens, ganzheitlich gesehen für mein Selbstkonzept. Meine Haare sind noch zu.

Am Ende des Tages sehe ich nur flüchtig mein Abbild im Zugfenster – «mein Gesicht verlor sich in den schwachen Spiegelungen». Ich weiss nicht mehr, wer ich bin.

Auch in der Geschichte «Wasser entrann meinen Fingern» soll dieser Prozess des Identitätsverlusts dargestellt werden. Ich kann das Wasser nicht einfangen und es verschwindet im Abfluss.

---

<sup>60</sup> Vgl. Grinberg. (1990), S.147- 152.

<sup>61</sup> Vgl. Bösch. (2018), S. 12.

In «Flammen züngeln» stelle ich verzweifelt Fragen, ein typisches Merkmal für die Identitätssuche, die an diesem Punkt kritisch geworden ist.

Diese Identitätssuche beginnt sich nach dieser Geschichte, mit dem Eintritt in die zweite neue Klasse, zu wandeln. Ich beschreibe meine neue Klassenkameradin mit ihren schwarzen, dominanten Augenbrauen als ähnlich zu mir, da ich mich durch ihre einladende, willkommene Art weniger fremd fühle. Als Resultat dessen beginnt sich das Wasser diesmal in meinen Handflächen zu sammeln, anstatt mir zu entrinnen.

In «Regenbogen» ist zu sehen, dass meine Identität ein Gemisch, ein Regenbogen, aus Deutschland, dem Wind und Regen, und der Schweiz, der Sonne, geworden ist. Sie hat eine gewisse Beständigkeit entwickelt. Dennoch ist meine Identitätssuche noch nicht fertig als adoleszenter Mensch. So ist der Regenbogen erst im Begriff zu Entstehen und mein Blick gleitet suchend über den Himmel.

### 6.2.1 Der Verlust der Freunde

Freunde spielen in jedem Lebensalter eine grosse Rolle. Verliert man während einer Migration die direkte physische Nähe zu seinen Freunden kann das zu Verlustempfindungen und Einsamkeitsgefühlen führen.

In der Adoleszenz spielen die Freunde eine noch wichtigere Rolle, weswegen ihr Verlust noch gravierendere Auswirkungen haben kann. Da der Heranwachsende die eigene Identität sucht und sich von seinen Eltern löst, werden andere Sozialisationsinstanzen und deren Anerkennung wichtig für den Jugendlichen.<sup>62</sup> Der Jugendliche versucht herauszuarbeiten, wie er in die Gesellschaft passt, wo sein Platz ist.

Gleichaltrige, die sogenannten «Peers» nehmen dabei einen wichtigen Platz ein. Der Heranwachsende versucht sich neu zu identifizieren und sucht Zugehörigkeit. Da er sich in einer Phase der Orientierungslosigkeit befindet, verunsichert durch den Loslösungsprozess der Eltern und der Frage nach der eigenen Identität, werden Freundschaftsgruppen und Freunde immer wichtiger.<sup>63</sup> Sie bieten einen emotionalen Rückhalt bei der schmerzhaften Loslösung der Eltern und der Welt der Kindheit. An ihnen wird sich neu orientiert und auch Werte und Verhaltensweisen übernommen.<sup>64</sup>

Freunde spielen eine sehr wichtige Rolle in der Entstehung des adoleszenten Selbst. Sie sollen dem Jugendlichen durch Anerkennung, Akzeptanz und Zugehörigkeit ein positives Selbstwertgefühl geben und ihm damit helfen, ein bestätigtes Selbstgefühl auszuarbeiten. Erfährt der Jugendliche Ablehnung, fühlt er sich keiner Gruppe zugehörig, so kann dies massive Auswirkungen auf sein Selbstwertgefühl und seine Identitätsausbildung haben, da er keine Orientierung und keine neuen Identifikationsmöglichkeiten hat und seine Vorstellungen von sich selber negativ bewertet.<sup>65</sup>

Verliert der Migrant seine Freunde aus seinem Heimatland, so besitzt er vorerst keine Orientierungs- und Identifizierungsmöglichkeiten und kein Zugehörigkeitsgefühl, was in der

---

<sup>62</sup> Vgl. Zölch. (2017), S. 58.

<sup>63</sup> Vgl. Langegger. (2007), S. 2.

<sup>64</sup> Vgl. Böttger. (2006), S. 16.

<sup>65</sup> Vgl. Böttger. (2006), S. 56.

Phase der Adoleszenz sehr wichtig ist. Dies kann zu starken Einsamkeitsgefühlen, Verunsicherungen in der Identität und negativen Selbstwertgefühlen führen.<sup>66</sup>

### *Bezug zu meinen Geschichten*

In den ersten Geschichten, die sich in Deutschland abspielen, ist zu sehen, dass die Meinung meiner Freunde und meine Zugehörigkeit zu ihnen eine wichtige Rolle spielt. In ihrer Nähe fühle ich mich wohl und bin ruhig. Zudem bilden sie mein Selbstkonzept und Selbstwertgefühl aus. Ein Beispiel dafür ist meine Freundin, die meine Augenbrauen schön findet. Folglich finde auch ich sie schön.

Auch in den darauffolgenden Geschichten spielen meine Freunde eine wichtige Rolle. Erst durch meine Realisierung, dass ich in der Schweiz noch keine habe und mich nicht zugehörig fühle, beginnt meine Krise und Identitätsverwirrung.

### 6.1.3 Die Schule

Die Schule stellte bei meiner Migration eine grosse Herausforderung dar, da sich die hohen Anforderungen des schweizerischen Gymnasiums wesentlich von denen meiner alten Schule unterschieden. Aus diesem Grund möchte ich hier noch näher auf die Schule eingehen.

Mit der Migration kann, zumindest vorerst, eine schulische Zurückstufung einhergehen. Deutsche Migranten haben beim Schulstoff zwar keine sprachlichen Probleme, jedoch ist vieles neu oder anders, wie zum Beispiel das Schulsystem, der Schulstoff oder die Lehrer. Der jugendliche Migrant muss sich erst einmal zurechtfinden und sich eingliedern.

Eine solche Zurückstufung kann der jugendliche Migrant als eine soziale Degradierung empfinden, die ihm sein Vertrauen in eine autonome Lebensplanung nehmen kann.<sup>67</sup>

Für viele normale Jugendliche ist die Schule der höchste Stressfaktor und die häufigste Alltagsbelastung.<sup>68</sup> Besonders aber in der Schweiz zeigte eine Studie letztes, dass Jugendliche unter äusserst starkem Leistungsdruck und Stress leiden.<sup>69</sup> Zusätzlich zu dem Migrationsstress und Eingliederungsstress in den Schulen kann somit eine allgemein höhere Schulbelastung als in Deutschland auftreten.

### *Bezug zu meinen Geschichten*

In meinen Geschichten liegt der Hauptfokus nicht auf dem Schulstress. Dieser lässt sich aber in vielen Ansätzen finden. So beschreibe ich in «Der verlorene Schulranzen», dass ich noch nie Latein hatte, deswegen sehr viel aufholen muss und meine Mutter mir viel Unterstützung bietet – alleine würde ich es nicht schaffen. Auch in «Flammen züngelten» erwähne ich kurz den Druck, den mir die Lateinvokabeln aufbürden.

Selbst in «Ein Regenbogen», fünf Jahre nach meiner Migration, ist zu erkennen, dass mich die schulischen Anforderungen immer noch belasten. So berichte ich von meiner Maturitätsarbeit, die mich fast in den Wahnsinn treibt und von der Anspannung der letzten Tage. Da ich kurz darauf erwähne, dass ich in der letzten Zeit an der Maturitätsarbeit

---

<sup>66</sup> Vgl. Titzmann. (2017), S. 4.

<sup>67</sup> Vgl. Zölch, (2017), S. 71.

<sup>68</sup> Vgl. Lopacz. (2013), S. 16.

<sup>69</sup> Vgl. Güntzer. (2017).

gearbeitet habe, kann man diese Anspannung wieder auf diese zurückführen. Es ist allerdings anzumerken, dass diese Probleme mit der Abschlussarbeit auch speziell mit der Frage «Wer bin ich?» verbunden sind, es ist also nicht nur der schulische Stress.

#### 6.1.4 Die neue Sprache

Die Konfrontation mit einer neuen Sprache ist ein nicht zu unterschätzender Faktor in der Migration. Die Sprache klassifiziert den Menschen als Zugehöriger zu einer bestimmten Gruppe.<sup>70</sup> Meistens ist dem Individuum nicht bewusst, was für eine Rolle die Sprache spielt, wie sehr sie ein Individuum prägt und ihm ein Zugehörigkeitsgefühl vermittelt, bis man in Kontakt mit anderen Sprachgruppen tritt.

Die Sprache ist etwas Gemeinschaftliches, etwas, das verbindet und soziale Sicherheit vermittelt. Sie ist das Medium, die eigene Welt zu erklären und mit anderen Menschen zu kommunizieren und zu interagieren. Repräsentanten der eigenen Sprache verstehen dabei leichter, was kommuniziert werden soll.<sup>71</sup>

Die Sprache umfasst die eigene Identität, die eigene Kultur und das eigene Bewusstsein. Eine ganze Welt. Ist der Migrant nicht mehr von ihr umgeben und wird nicht mehr in der Masse verstanden wie früher, so gerät diese Welt ins Wanken.<sup>72</sup> Dem Migranten geht ein Teil seiner Identität verloren.

Oft wird vom deutschen Migranten Schweizerdeutsch oder die Wichtigkeit der eigenen Sprache unterschätzt. Da in der Schweiz die Schrift- und Schulsprache Hochdeutsch ist, wird anfangs geglaubt, dass der Umzug in die Schweiz sprachlich gesehen kein Problem darstellen sollte. Dass dies allerdings oft nicht der Fall ist, kann ich aus meinen persönlichen Erfahrungen, aus den Erlebnissen vieler anderer deutscher Migranten, mit denen ich persönlich gesprochen habe, und auch aus filmischen Dokumentationen bestätigen.

In Norddeutschland wird kein anderer Dialekt unter Freunden gesprochen, weswegen eine Abänderung des Hochdeutschen für Norddeutsche sehr befremdlich und neu ist. Viele erzählten, dass sie anfangs grosse Schwierigkeiten hatten, Schweizerdeutsch zu verstehen und es lange gedauert hat, bis sie ohne grosse Anstrengungen den grössten Teil des Gesagten begreifen konnten. Aber auch für Deutsche, die aus Süddeutschland stammen, ist Schweizerdeutsch schwierig. Für den Deutschen, besonders den Norddeutschen, ist es wie eine neue Sprache. «Schweizerdeutsch» wird, abgesehen vom Schulunterricht und beim Schreiben, in allen Bereichen des Alltags, unter Freunden und Mitschülern gesprochen.<sup>73</sup>

Da der Deutsche in seinem Hochdeutsch natürlich verstanden wird, gibt es für ihn auch keinen direkten Zwang, Schweizerdeutsch zu lernen. Das Lernen einer neuen Sprache ist auch immer vermischt mit der Angst, ausgelacht, ausgestossen und nicht ernstgenommen zu werden. Dies kann zu Verlusten des Selbstwertgefühls führen, die das Lernen der Sprache noch weiter verhindern.<sup>74</sup> Zudem ist das Lernen von Schweizerdeutsch oft eine grössere Hürde für den

---

<sup>70</sup> Vgl. Grinberg. (1990), S.113f.

<sup>71</sup> Vgl. Viitanen. (2004), S. 36.

<sup>72</sup> Vgl. Grinberg. (1990), S. 124.

<sup>73</sup> Vgl. Frei Berthoud. (2009) und Vgl. Aschwanden. (2014).

<sup>74</sup> Vgl. Grinberg. (1990), S. 126.

Deutschen, da es keine allgemeingültigen Regeln gibt und es für ihn sehr befremdlich klingen kann. So benutzt der Deutsche auch nach Jahren oft kein Schweizerdeutsch.<sup>75</sup>

Zuerst muss das Schweizerdeutsch verstanden werden. Als nächster Schritt erfolgt die Anpassung an ein neues kommunikatives Verhalten. Was vorher als eindeutig empfunden wurde, kann in der Schweiz eine andere Konnotation erhalten.<sup>76</sup>

Das Erlernen der Sprache und die Reaktionen auf sie bestimmen den Migrationsprozess mit. So kann der Migrant intensive Widerstände hegen, die neue Sprache zu lernen, da er seine eigene Sprache als die einzig wahre und authentische Sprache empfindet. Nur sie kann seiner Meinung nach seine Identität und Lebenserfahrungen widerspiegeln. Dieser Reaktion kann einerseits die negative Haltung gegenüber dem neuen Land, aber auch das Schuldgefühl, den Eltern und ihrer gesprochenen Sprache die Treue nicht mehr zu halten, zugrunde liegen.<sup>77</sup> Ausserdem stellt die Muttersprache für den Migranten letztendlich immer eine Verbindung zu seiner Herkunft und damit auch zu seiner Identität dar.

### *Bezug zu meinen Geschichten*

In meinen Geschichten lässt sich ein kommunikatives Missverständnis beobachten. In meiner kurzen Geschichte «'Du bisch doch die Neui, gell?」 begrüsse ich den Lehrer, eine Autoritätsperson mit einem «Hallo», was für die Deutschen als normal gilt. In der Schweiz redet man Erwachsene, die Respektpersonen darstellen, allerdings meist mit «Grüezi» an. «Hallo» kann als sehr direkt oder unhöflich empfunden werden.

Auch das vorher angesprochene Schuldgefühl ist bei mir in der Geschichte «Flammen züngelten» zu erkennen. So empfand ich Wut, wollte nicht das Zürich-deutsche Wort «Etui» für «Federtasche» benutzen. Im weiteren Verlauf der Geschichte wird klar, dass meine Mutter nicht begeistert wäre, wenn ich «Thek» anstatt «Schulranzen» sage, was dazu beigetragen hat, dass ich mich so an die hochdeutschen Wörter geklammert habe.

### 6.1.5 Eine neue Beziehung zur Familie

Eine der wichtigsten Entwicklungsaufgaben eines Jugendlichen ist die Loslösung von den Eltern, um praktische und emotionale Unabhängigkeit von ihnen zu erlangen.<sup>78</sup> In der Kindheit wurde der Jugendliche besonders von seinen Eltern sozialisiert und hat typische Verhaltensmuster und Einstellungen übernommen. In der Phase der Adoleszenz verändert sich dies nun. Er versucht neue Wert- und Lebensvorstellungen auszuarbeiten, die unabhängig von denen seiner Eltern sind.<sup>79</sup> Die Eltern verlieren ihre Autorität und ihre Funktion als Vorbilder.<sup>80</sup> Gleichzeitig kommt es in diesem Prozess der Umgestaltung zu Konflikten und Unstimmigkeiten mit den Eltern – die Zustimmung oder das Verständnis der Eltern kann dem Heranwachsenden zeitweilig verweigert werden.<sup>81</sup> Wenn die adoleszente Person beginnt auf Partys zu gehen, Alkohol trinkt und erst spät nach Hause kommt, kann dies oft im Streit mit den Eltern enden, da diese dieses neue Verhalten nicht gutheissen.

---

<sup>75</sup> Vgl. (Produzent unbekannt). (2018), «Schweizerdeutsch: Warum es vielen Deutschen Mühe bereitet».

<sup>76</sup> Vgl. Lacour. (2013), S. 54f.

<sup>77</sup> Vgl. Grinberg. (1990), S. 126.

<sup>78</sup> Vgl. Lohaus. (2018), S. 114.

<sup>79</sup> Vgl. Zölch, (2017), S. 56.

<sup>80</sup> Vgl. Böttger. (2006), S. 16.

<sup>81</sup> Vgl. Zölch. (2017), S. 57.

Diese zwar schwierige, aber sehr wichtige Erlangung von Autonomie kann in der Migration unterbrochen werden. Der adoleszente Migrant hat seine Freunde verloren, befindet sich noch in einer «Aussenseiterrolle» in der Schule, unter Gleichaltrigen und in der Öffentlichkeit. Ihm fehlt somit das Gefühl, aufgehoben und sicher zu sein. In dieser unsicheren Phase, so Zölch, sei «kaum ein Bestreben nach Autonomie zu erwarten sei» und sich die adoleszente Person klammere sich eher an die Familie, anstatt sich von ihr loszulösen.<sup>82</sup>

Es gibt auch Quellen, die annehmen, dass die Migration die Autonomie des Jugendlichen vorantreibt. Der Heranwachsende kommt durch die Schule in stärkeren Kontakt mit der neuen Kultur und den Einheimischen und kann somit eine bessere soziokulturelle Kompetenz als seine Eltern entwickeln. Daraus folgend übernimmt er neue Aufgaben, wie die neue Sprache für die Familie zu übersetzen, und kann somit eine neue Wichtigkeit und Funktion seiner Person entdecken.<sup>83</sup>

### *Bezug zu meinen Geschichten*

In meinen ersten Geschichten ist der anfangs beschriebene Loslösungsprozess in kleinen Schritten zu erkennen. Als ich merke, dass mein Vater eine Meinung zu der Frisur meines Bruders hat, entscheide ich mich dagegen, diese zu teilen. Ausserdem gehe ich in der allerersten Geschichte kaum auf meine Eltern ein und interagiere wenig mit ihnen. Dieser Prozess ist jedoch noch stärker bei meinem Bruder zu sehen, der sich stark gegen die Zuneigung unserer Eltern wehrt.

In «Wie immer» ist allerdings zu erkennen, dass ich immer noch sehr an meinen Eltern hänge. So freue ich mich über die tägliche Nachricht meiner Mutter.

Nach der Migration ist zu sehen, dass hauptsächlich die Aussage von Zölch auf mich zutrifft: Ich brauche meine Mutter, die mich hält und mir sagt, dass alles gut wird. Bei meinem Bruder ist eher die zweite, beschriebene Variante zu erkennen: Er hat sich gut integriert und hat Freunde gefunden.

### 6.1.6 Ablehnung einiger Einheimischen gegenüber dem Migranten

Eine letzte Herausforderung für den Migranten, die ich kurz erläutern möchte, ist der Umgang mit der Reaktion der Einheimischen auf ihn selber, beziehungsweise auf seine Migrationsgruppe.

Diese Reaktion kann sehr vielfältig und komplex sein und wird von mehreren Faktoren beeinflusst. Da diese Arbeit aber in ihrem Umfang beschränkt ist, werde ich mich hier ausschliesslich mit den negativen Reaktionen befassen: Warum diese entstehen und wie der Migrant damit umgehen kann.

Dabei ist es wichtig, im Hinterkopf zu behalten, dass die Menge und Intensivität dieser Reaktionen sehr variieren können und der Migrant selbstverständlich auch viele positive Reaktionen und Hilfe und Unterstützung von den Einheimischen bekommen kann.

Zuvor fokussierte sich diese Arbeit besonders auf den Migranten selber, allerdings kann auch die einheimische Bevölkerung eine Art „Schock“ erleiden. Eine grosse Anzahl an Migranten verändert, destabilisiert und zerreisst möglicherweise die gesellschaftliche Struktur des Aufnahmelandes. Einheimische können sich in ihrer kulturellen Identität bedroht fühlen.<sup>84</sup>

---

<sup>82</sup> Vgl. Zölch. (2017), S. 85.

<sup>83</sup> Vgl. Titzmann. (2019), S.7.

<sup>84</sup> Vgl. Grinberg. (1990), S. 91.



Aus diesen Gründen können sie die Migrationsgruppe als eine Bedrohung empfinden und mit Feindseligkeit auf sie reagieren. Besitzt der Migrant in seiner Position oder Arbeit viel Macht, so sind auch Rivalität und Eifersucht eine häufige Ursache für Ablehnung.<sup>85</sup>

Es kann zu negativen Vorurteilen gegenüber der Migrantengruppe kommen. Diese entstehen laut *Sieben* primär, um die Zugehörigkeit zu der eigenen Gruppe zu festigen. Indem die Anderen abgewertet werden, entwickelt sich eine positivere Bewertung der eigenen Identität und der der Gruppe, der man zugehörig ist.<sup>86</sup>

Einige solcher Aussagen finden sich in den folgenden Medienberichten wieder:

«Im Tram zucken Fahrgäste zusammen, wenn die Leitstelle in lupenreinem Hochdeutsch die Umleitungen bekannt gibt», Aussage eines Artikels des «Tages-Anzeiger» mit der Überschrift: «Die vielen Deutschen und wir.»<sup>87</sup>

Schweizer fühlen sich unter Deutschen nicht wohl und sehen sie nicht als zugehörig an.

«Hochdeutsch sprechen, damit sie in Zürich ein Bier bestellen können?  
Auf den Strassen meist nur schwarz-rot goldene Fahnen nach einem Fussball-Match?  
Wenn sie davon die Schnauze voll haben, sind sie hier am richtigen Ort», aus einem Artikel der Boulevard Zeitung.<sup>88</sup>

Der Untertitel lautet: «die Invasion aus dem grossen Kanton im Norden – billige Arbeitskräfte, arrogante Sprüche, unangenehmes Selbstbewusstsein.»<sup>89</sup>

Auch die oftmals höhere Arbeitsstellung der Deutschen wurde vielfach behandelt und kritisiert. So liess der Präsident des Studienrates der Universität Zürich im Jahr 2007 verlauten, dass mit so vielen deutschen Professoren «die Grenze des Erträglichen» erreicht sei.<sup>90</sup>

Auch eine SVP-Kampagne von 2010 behandelte dieses Thema: «Deutscher Filz macht sich breit: Denn Deutsche stellen vor allem Deutschen an – an der Uni und an den Spitälern.»  
Hier muss allerdings gesagt werden, dass die beiden letzten genannten Themen auf empörte Gegenreaktionen stiessen – die Deutschen wurden in Folge der Erscheinung dieser Aussagen von sehr vielen Zeitungen stark verteidigt.<sup>91</sup>

Diese Ausschnitte aus den Zeitungen zeigen, dass die Deutschen stellenweise von den Verfassern der Artikel sehr schlecht wahrgenommen und dargestellt werden.

Der Migrant selber kann auf diese Feindseligkeiten und Vorurteile auf verschiedene Weise reagieren. Er kann auf Distanz gehen und sich abschotten oder, besonders, wenn diese gehäuft auftreten, ein aggressives Verhalten gegenüber der Einheimischen Gruppe entwickeln.<sup>92</sup>

Es ist jedoch wichtig zu beachten, dass diese nur einige ausgewählte Artikel sind, die schon älter sind. Heutzutage ist die deutsche Migrationsgruppe in den Schweizer Printmedien zwar

---

<sup>85</sup> Vgl. Grinberg. (1990), S. 95.

<sup>86</sup> Vgl. Sieben. (2011), S.69.

<sup>87</sup> Edgar. (2008), S.15.

<sup>88</sup> Rüttimann. (2012).

<sup>89</sup> Rüttimann. (2012).

<sup>90</sup> Schneebeli. (2007), S.11.

<sup>91</sup> Vgl. Pauli. (2015), S. 17-19.

<sup>92</sup> Vgl. Cohen. (2005), S. 26.

auch häufig Thema, allerdings gibt es auch genügend Beispiele, in denen die deutsche Migrationsgruppe positiv dargestellt wird.<sup>93</sup>

Ich habe hier speziell einige der extremsten Artikel ausgewählt, um zu zeigen, dass diese Artikel vorhanden sind und ein Problem darstellen.

All dies kann den deutschen Migranten verunsichern, traurig oder wütend machen.

Mich persönlich haben diese Artikel sehr verletzt und es hat dazu beigetragen, dass ich mich oft als fremd, nicht akzeptiert und nicht angenommen in der Schweiz gefühlt habe.

Dabei habe ich glücklicherweise noch nie einen direkten, stark feindseligen Angriff auf mich als «Deutsche» erlebt. Subtil habe ich seltener Abneigungen gegenüber meinem deutschen Hintergrund und meiner Sprache erlebt.

### *Bezug zu meinen Geschichten*

Mit dieser Herausforderung beschäftigt sich ausschliesslich meine Geschichte «'Und Deutsche sind arrogant'». Die vorherigen Geschichten beschäftigten sich hauptsächlich mit der Zeit kurz nach der Migration. Erst später nach Monaten oder sogar Jahren, habe ich mich expliziter mit dem Thema «Deutsche und die Schweiz», hier in der Geschichte «'Und Deutsche sind arrogant'», auseinandergesetzt. In dieser Geschichte liste ich mehrere Beispiele auf, die mich, obwohl ich es vorerst verneine, da ich die aufkommenden Gefühle als falsch und ungerechtfertigt empfinde, sehr beschäftigen. Ich hinterfrage mich hierbei, reagiere verletzt und aggressiv, weise das Vorurteil von mir. Zuerst bin ich sehr defensiv, gehe dann aber in die Offensive und klage die vorher mich anklagende Person an.

Die Vorurteile und andere Situationen, in denen ich mich für meine Identität als Deutsche schämte und die mich hinderten zu meiner Herkunft in einem neuen Land stehen zu können, gehen mir nach.

---

<sup>93</sup> Vgl. Pauli. (2015), S. 20f.

## 6.2 Die Bewältigung der Herausforderungen

Anhand der vorherigen Unterkapitel ist zu sehen, dass der Migrant mit einigen schwierigen Herausforderungen und Gefühlen zu kämpfen hat. Nun stellt sich die Frage, wie diese bewältigt werden können. Dabei werde ich vor allem auf die Ressourcen eingehen, die mir persönlich geholfen haben.

Die *Familie* dient bei der Migration als wichtiger Bezugspunkt. Sie ist das einzig Beständige, was dem jugendlichen Migranten geblieben ist. Bei der Konfrontation mit all den schwierigen Herausforderungen braucht er bekannte Personen, denen er sich anvertrauen kann und die ihm helfen und ihn unterstützen können. Die Familie dient als Rückzugsort.<sup>94</sup>

Einer der wichtigsten Faktoren dafür, dass sich der Migrant beginnt, sich im neuen Land heimisch zu fühlen, ist das Gefühl der Zugehörigkeit. «*Freunde*» ist hier das Schlagwort: Wenn der Jugendliche, Freundschaften zu schliessen, fühlt er sich wieder einer Gruppe zugehörig. Er hat weniger das Gefühl, auf sich allein gestellt und fremd zu sein. Dies kann seiner Orientierungslosigkeit in der Migration sehr helfen.<sup>95</sup> Meiner Ansicht nach sind Freunde der Schlüsselpunkt für eine gelungene Migration. Dies ist auch in meinen Geschichten erkennbar. Mit dem Eintritt in die zweite neue Klasse und dem Kennenlernen von Personen, die mir sofort ein Gefühl der Zugehörigkeit gaben, begann der schlimmste Teil meiner Migration zu enden.

Auch das Erlernen und Verstehen der neuen Sprache dient dazu, sich integrierter und eingebundener in die neue Heimat zu fühlen. Dafür braucht der Migrant Zeit. Je mehr er die neue Sprache hört, desto besser versteht er sie und fängt an, sie selber zu sprechen. Mit dem Verstehen der Sprache, fühlt sich der Migrant weniger fremd.

Schweizerdeutsch spreche ich aus in einem vorherigen Unterkapitel genannten Gründen zwar nicht<sup>96</sup>, habe aber viele Zürich-deutsche Wörter und Satzkonstruktionen in meine Alltagssprache übernommen. Besonders in der Geschichte «Regenbogen» wird deutlich, dass ich immer mehr dieser Wörter verwende, sich meine Sprache somit verändert hat, stark beeinflusst wurde durch die Schweiz und diese Sprache immer mehr ein Teil von mir selber wird, ein Teil meiner eigenen Identität.

Zuletzt möchte ich betonen, dass die Migration, die Konfrontation und die Bewältigung der Herausforderungen auch sehr positive Effekte auf den jugendlichen Migranten haben können.<sup>97</sup> Diese waren nicht der Schwerpunkt meiner Arbeit und werden in den Geschichten auch nur gestreift. Daher werden sie auch hier nur am Rande erwähnt.

So kann der Migrant soziale Kompetenzen entwickeln, weltoffener und sensibler für andere Kulturen werden. Zusätzlich können die Herausforderungen, denen er ausgesetzt war, positive Effekte auf die moralische Entwicklung haben.<sup>98</sup> *Titzmann* geht davon aus, dass der jugendliche Migrant auf längere Zeit gesehen eine stärkere Überzeugung aus eigener Kraft, schwierige Situationen angehen und bewältigen zu können, entwickelt.<sup>99</sup>

---

<sup>94</sup> Vgl. Kizilhan. (2007), S. 57f.

<sup>95</sup> Vgl. Zölch, (2017), S. 83.

<sup>96</sup> Vgl. Kapitel 7.1.4

<sup>97</sup> Vgl. Borde. (2007), S. 195

<sup>98</sup> Vgl. Titzmann. (2018), S. 9.

<sup>99</sup> Vgl. Titzmann. (2017), S. 18.

## 7. Zusammenfassung

Mithilfe dieser Arbeit habe ich versucht aufzuzeigen, dass eine Migration aus Deutschland in die Schweiz als Jugendliche schwieriger sein kann als gedacht.

Diese Migration wird meist durch eine falsche Erwartungshaltung charakterisiert, die die eigentlichen Herausforderungen dieser Migration verschlimmern kann. So kann der Migrationsprozess nach *Oberg* in vier Phasen unterteilt werden:

- Die Euphorie-Phase
- Die Krisen-Phase
- Die Erholungs-Phase
- Die Anpassungs-Phase

Diese können von Person zu Person variieren. Viele Deutsche Erwachsene berichten jedoch von einem ähnlichen Prozess. Es war mir leider nicht möglich herauszufinden, wie deutsche Jugendliche diesen Prozess wahrnehmen, war mir leider nicht möglich, herauszufinden.

Die dominierenden Gefühle bei einer solchen Migration können Gefühle der Fremdheit, der Orientierungslosigkeit, der Hilflosigkeit, der Nicht-Zugehörigkeit, aber auch der Wut sein.

Diese werden durch die Konfrontation mit einem neuen sozialen Umfeld und einer verdoppelten Transformationsanforderung durch die beiden gleichzeitig stattfindenden Prozesse, der Adoleszenz und Migration, ausgelöst.

Konkrete Herausforderungen, durch die diese Gefühle entstehen sind:

- Die Identitätskrise
- Der Verlust der Freunde
- Die Schule
- Die neue Sprache
- Eine neue Beziehung zur Familie
- Negative Reaktionen mancher Einheimischen

Unterstützungen zur Bewältigung dieser Herausforderungen können sein:

- Die *Familie* als Unterstützung und Rückzugsort
- Neue *Freunde* für das Zugehörigkeitsgefühl
- Das Erlernen und Verstehen der neuen Sprache und Kultur

Die Migration übt einen grossen Einfluss auf die Person und ihr Leben aus. Langfristig betrachtet kann sie auch positive Effekte haben, wie eine Entwicklung der sozialen Kompetenzen, eine Sensibilisierung auf andere Kulturen und eine Stärkung im Umgang mit schwierigen Situationen.

## 8. Reflexion

Der Prozess, der zu diesem Endprodukt führte, war selten einfach für mich. Dies erwähne ich auch in der letzten Geschichte am Rande, da diese Maturitätsarbeit und ihre Schwierigkeiten auch viel zu meinem Migrationsprozess beigetragen haben: Ich musste mich nochmal ganz neu mit ihm auseinandersetzen.

Der theoretische Teil brachte mich oft an meine Grenzen. Es war anfangs hart für mich eine Verbindung zwischen dem theoretischen und dem künstlerischen Teil zu schaffen. Auch fand ich vorerst keine geeigneten Quellen, insbesondere zu der Verknüpfung meiner drei Unterthemen - der Adoleszenz, der Migration und der deutsch-schweizer Migration, und ich konnte, wenn ich welche fand, diese oft nicht sinnvoll einsetzen. So fokussierte ich mich auf einzelne Themen wie die Identität, verlor allerdings das Grosse aus den Augen. Mit der Zeit häufte sich das Material allerdings und ich lernte, mit diesem umzugehen.

Den künstlerischen Teil zu schreiben war für mich ein grosser Kampf. Meine ersten Geschichten wurden von meiner Betreuerin berechtigterweise viel kritisiert. Da es sich dabei allerdings um meine persönliche Geschichte handelte, traf mich diese Kritik sehr. Darauf zweifelte ich die ganzen Sommerferien lang, ob ich fähig sein würde das, was von mir verlangt wurde, fertig zu stellen. Dieses Motiv zieht sich durch meinen ganzen Arbeitsprozess und ist auch der Grund für meine starken Gefühle in Bezug auf diese Arbeit. Da sie sehr persönlich ist, verbinde ich viel mit ihr, nehme aber auch alle Kommentare oft ungewollt oft persönlich auf. Infolgedessen wollte ich mein gesamtes Konzept verwerfen. Glücklicherweise überzeugte mich meine Betreuerin nichtsdestotrotz, mein altes Thema beizubehalten.

Ein weiterer Grund, der mich beim Schreiben verunsichert hat, war die Tatsache, dass diese Geschichten gelesen und bewertet werden würden. Damit machte ich mich als Person sehr verletzlich. Auch werde ich die Geschichten, insofern ich es kontrollieren kann, wahrscheinlich nur ausgewählten Personen zum Lesen geben.

Die zwei Geschichten, die mich am meisten herausforderten, waren «Ein Regenbogen» und «'Und Deutsche sind arrogant'». Für «Ein Regenbogen» musste ich herausfinden, wer ich momentan war. Hier musste ich keine konkrete Szene, sondern meinen momentanen Zustand beschreiben. Dieser hat sich jedoch sehr oft gewandelt, weswegen ich diese Geschichte sehr oft verändern musste, damit sie auf meinen allgemeinen Zustand zutraf.

«'Und Deutsche sind arrogant'» habe ich erst in den letzten Wochen vor der Abgabe geschrieben. Viele Gefühle, die ich hier beschreibe, verdränge ich oft oder schäme mich ihrer. Ausserdem wollte ich niemandem verletzen. Das Schreiben dieser Geschichte erforderte somit noch einmal speziell, dass ich ehrlich zu mir selber war.

Obwohl mich diese Arbeit oft an den Rand der Verzweiflung gebracht hat, bin ich im Endeffekt sehr zufrieden. Zum einen durch das Gefühl, nach langer, schwieriger Arbeit ein fertiges Produkt in den Händen zu halten, zum anderen, weil ich durch diesen Prozess unglaublich viel gelernt habe, über mich und wie ich mit Herausforderungen umgehe. Auch, dass man einfach dranbleiben muss und kein perfektes Resultat von heute auf morgen erwarten kann war mir eine Lektion. Allem voran habe ich in vielen Hinsichten auch herausgefunden, wer ich bin. Deswegen wird diese Arbeit immer einen sehr speziellen Platz in meinem Herzen einnehmen.

## 9. Bibliographie

### 9.1 Bücher und Arbeiten

Ahktar, Salman (2014): *Identität und Immigration*. Giessen: Psychosozial-Verlag.

Bösch, Jael (2018): *Identitätsentwicklung bei Kindern mit Migrationshintergrund - Gestaltung eines Bilderbuches mit weiterführenden Anregungen für die psychomotorische Arbeit*. Zürich: Bachelorarbeit an der Interkantonalen Hochschule für Heilpädagogik Zürich.

Böttger Aylin und Königshofen, Marlis (2006): *"Mein Selbst und ich - darf ich vorstellen?" Identitätsentwicklung im Jugendalter*. Hildesheim: Universitätsverlag Hildesheim.

Berry, John W. (2011): *Cross-Cultural Psychology Research and Applications*. Dritte Auflage, New York: Cambridge University Press.

Bertz, Katharina (2012): *Akkulturationsmodelle in der aktuellen Forschung: Metaanalyse neuester wissenschaftlicher Studien über Akkulturation*. Stuttgart: ibidem-Verlag.

Borde, Theda (2007): *Psychosoziale Potentiale und Belastungen der Migration – globale, institutionelle und individuelle Perspektiven*. In: Borde, Theda und David, Matthias (Hrsg.): *Migration und Psychische Gesundheit - Belastungen und Potentiale*. Frankfurt am Main: Mabuse-Verlag.

Bründl, Peter und Ilany, Kogan (2005): *Kindheit jenseits von Trauma und Fremdheit. - Psychoanalytische Erkundungen von Migrationsschicksalen im Kindes- und Jugendalter*. Band 9 von *Schriften zur Psychotherapie und Psychoanalyse von Kindern und Jugendlichen*, Frankfurt am Main: Brandes & Aspel Verlag GmbH.

Cohen, Yecheskiel (2005): *Frühe Entwicklung und Migrationsprozesse*. In: Bründl, Peter (Hrsg.): *Kindheit jenseits von Trauma und Fremdheit - Psychoanalytische Erkundungen von Migrationsschicksalen im Kindes- und Jugendalter*. Frankfurt am Main: Brandes & Aspel Verlag GmbH.

Engler, Marcus (2015): *International Mobil - Motive, Rahmenbedingungen und Folgen der Aus- und Rückwanderung deutscher Staatsbürger*. Universität Duisburg: Sachverständigenrat deutscher Stiftungen für Integration und Migration.

Ertl, Hubert (2003): *Culture shock und Qualifizierungsprozesse - Überlegungen zum Umgang mit dem Phänomen Kulturschock*. Universität Paderborn: Wirtschaftspädagogische Beiträge, Heft 7.

Fend, Helmut (2005): *Entwicklungspsychologie des Jugendalters*. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.

Furnham, Adrian, Bochner, Stephen und Ward, Colleen (2005): *The psychology of culture shock*. Second edition, Taylor& Francis e-Library.

Glückstein, Alexandra (1997): *Kulturschock und das Problem der Anpassung and die neue kulturelle Umwelt*. München: GRIN Verlag.

Grinberg, León und Grinberg, Rebeca (1990): *Psychoanalyse der Migration und des Exils*. München und Wien: Internationale Psychoanalyse.

Helbling, Marc (2011): *Why Swiss-Germans dislike Germans. Opposition to Culturally Similiar and Highly skilled Immigrants, European Societies*. Taylor & Francis Online.

Jugert, Phillip und Titzmann, Peter (2019): *Developmental tasks and immigrant adolescent's adaptation*. Erscheint in: Derya Güngör (Hrsg.): *Contextualizing immigrant and refugee resilience: Cultural and acculturation perspectives*. Springer VS.

King, Vera (2005): *Adoleszenz und Migration - eine verdoppelte Transformationsanforderung*. In: Bründl, Peter und Ilany, Kogan (Hrsg.): *Kindheits jenseits von Trauma und Fremdheit - Psychoanalytische Erkundungen von Migrationsschicksalen im Kindes- und Jugendalter*. Frankfurt am Main : Brandes & Aspel Verlag GmbH.

Kizilhan, Jan Ilhan (2007): *Potentiale und Belastungen psychosozialer Netzwerke in der Migration*. In: Borde, Theda und David, Matthias (Hrsg.): *Migration und psychische Gesundheit*. Frankfurt am Main: Mabuse-Verlag.

Lacour, Jörn (2013): *Deutsche in der Schweiz - Vom Leben und Arbeiten im Nachbarland*. Paderborn: Lektora GmbH.

Langegger, Bettina (2007): *Identitätsentwicklung in der Adoleszenz unter besonderer Berücksichtigung sozialer Einflüsse*. Wien: GRIN- Verlag.

Lohaus, Arnold (2018): *Entwicklungspsychologie des Jugendalters*. Berlin: Springer VS.

Lopacz, Janka (2013): *Der Einfluss von "Migration" auf Belastungen und Bewältigungsstrategien von Kindern und Jugendlichen*. Stendal: Bachelorarbeit an der Hochschule Magdeburg Stendal.

Machleidt, Wielant (2018): *Integration als kulturelle Adoleszenz! Eine neue Perspektive auf Integration*. In: Marks, Erich (Hrsg.): *Prävention und Integration*. Mönchengladbach: Godesberg GmbH.

Marx, Elisabeth (2001): *Breaking through culture shock: What you need to succeed in international business*. London: Nicolas Brealey Publishing.

Pauli, Yves Lucien (2015): *Deutsche Einwanderer - Wahrnehmung und Akzeptanz in der Schweiz*. Oerlikon: Maturitätsarbeit an der Kantonsschule Zürich Nord.

Reinders, Heinz (2001): *Identitätsentwicklung im Jugendalter*. In: Reinders, Heinz (Hrsg.) *Politische Sozialisation Jugendlicher in der Nachwendezeit*. Wiesbaden: Springer VS.

Sieben, Anna und Straub, Jürgen (2011): *Stereotype, Vorurteile und Diskriminierung in der interkulturellen Psychiatrie und Psychotherapie*. In: Machleidt, Wielant und Heinz, Andreas (Hrsg.): *Praxis der interkulturellen Psychiatrie und Psychotherapie: Migration und psychische Gesundheit*. München: Urban & Fisher.

Viitanen, Katja (2004): *Identität in der Fremde - Dargestellt am Beispiel der deutschen Migrantenliteratur*. Tampere: Pro Gradu-Arbeit an der Universität Tampere.

Wohlfahrt, Ernestine (2007): *Mögliche psychische Folgen von Wanderung und Migration bei Kindern und jungen Erwachsenen*. In: Borde, Theda und David, Matthias (Hrsg.): *Migration und psychische Gesundheit - Belastungen und Potentiale*. Frankfurt am Main. Mabuse-Verlag.

Zölch, Janina (2017): *Migration in der Adoleszenz. Eine biographische Studie zu jungen Männern aus Spätaussiedlerfamilien*. Wiesbaden: Springer VS.

## 9.2 Zeitungen und Zeitschriften

Fischer, Peter (2014, 10.7.). *Die Deutschen sind die Besten*. Neue Zürcher Zeitung, S.19.

Güntzer, Alexandra (2017, 23.2). *Jugendliche in der Schweiz leiden unter Leistungsdruck und Stress, Fast die Hälfte der jungen Menschen fühlten sich gestresst - das zeigt die vierte Juvenir Studie*. Schweizerische Zeitschrift für Heilpädagogik, 2, S. 38-44.  
Website: [www.szh.ch/bausteine.net/f/50990/Guentzer\\_170238.pdf](http://www.szh.ch/bausteine.net/f/50990/Guentzer_170238.pdf), abgerufen am 20.10.2019

Rüttimann, Lukas (2012, 3.1.). *Wie viele Deutsche verträgt die Schweiz*. Blick online.

Schneebeli, Daniel (2007, 20.12.). *Studenten: „Wir erreichen die Grenze des Erträglichen“*. Tages- Anzeiger Zürich, S. 11.

Schuler, Edgar (2008, 29.11.). *Die vielen Deutschen und wir*. Tages- Anzeiger Zürich, S.15

Titzmann, Peter und Phillip, Jugert (2017, 11.11.). *Transition to a new country: Acculturative and Developmental Predictors for changes in self-efficacy among adolescent immigrants*. Journal of Youth and Adolescence, 46, S. 2143-2156.

Titzmann, Peter und Lee, Richard (2018, 1.1.). *Adaptation of Young Immigrants: A Developmental Perspective on Acculturation Research*. European Psychologist, 23, S. 72 – 82.

Wanner, Aline und Jäggi, Sarah (2016, 21.11.). *Und Tschüss! Warum immer mehr Deutsche die Schweiz verlassen*. Zeit online. Website: [www.zeit.de/2016/48/migration-schweiz-deutschland-job-heimat-fremdsein](http://www.zeit.de/2016/48/migration-schweiz-deutschland-job-heimat-fremdsein), abgerufen am 18.1.2019.

Autor unbekannt (2012, 3.1.). Inserat der Schweizerischen Volkspartei. *Immer mehr ausländische Arroganz!* Neue Zürcher Zeitung.



## 9.3 Websites

Geiger, Ingrid Katharina (2015). *Die 6 Phasen eines Kulturschocks*. [www.kalaidos-fh.ch/de-CH/Blogs/Posts/2015/05/die-6-phasen-eines-kulturschocks](http://www.kalaidos-fh.ch/de-CH/Blogs/Posts/2015/05/die-6-phasen-eines-kulturschocks), abgerufen am 20.11.2019.

Giambuzzi, Edoardo (2015). *The four phases of culture shock*. [www.expathealth.org/health-advice/the-four-phases-of-culture-shock/](http://www.expathealth.org/health-advice/the-four-phases-of-culture-shock/), abgerufen am 30.10.2019.

Schmalenstroer, Sarah (2010) (I). *Kulturschock Definition und Beispiele*. [www.ikud-seminare.de/veroeffentlichungen/kulturschock.html](http://www.ikud-seminare.de/veroeffentlichungen/kulturschock.html), abgerufen am 14.10.2019.

Schmalenstroer, Sarah (2010) (II). *Kulturschock: Phasen bei der Begegnung mit anderen Kulturen*. [www.ikud.de/glossar/kulturschock.html](http://www.ikud.de/glossar/kulturschock.html), abgerufen am 12.10.19.

Autor unbekannt (Jahr unbekannt). *International Student Advising and Programs - Stages and Symptoms of culture shock*. Simon Fraser university, [www.sfu.ca/students/isap/explore/culture/stages-symptoms-culture-shock.html](http://www.sfu.ca/students/isap/explore/culture/stages-symptoms-culture-shock.html), abgerufen am 14.10.2019.

Autor unbekannt (Jahr unbekannt). *Bundesamt für Statistik – Migration und Integration - interaktive Tabellen*. [www.bfs.admin.ch/bfs/de/home/statistiken/bevoelkerung/migration-integration.html](http://www.bfs.admin.ch/bfs/de/home/statistiken/bevoelkerung/migration-integration.html) und [www.pxweb.bfs.admin.ch/pxweb/de/px-x-0103020200\\_103/px-x-0103020200\\_103/px-x-0103020200\\_103.px/?rxid=ad24ee01-4a24-43cf-931b-5c16daecd8c3](http://www.pxweb.bfs.admin.ch/pxweb/de/px-x-0103020200_103/px-x-0103020200_103/px-x-0103020200_103.px/?rxid=ad24ee01-4a24-43cf-931b-5c16daecd8c3), abgerufen am 28.8.2019.

## 9.4 Filme

*Tschüss Schweiz – Warum Deutsche der Schweiz den Rücken kehren*, Pino Aschwanden, CH 2014 (Aufzeichnung: SRF, 9.2.2014).

*Die Auswanderer: Deutsche in der Schweiz*. Anette Frei Berthoud, CH 2009 (Aufzeichnung: Neue Zürcher Zeitung, 31.8.2009).

Schweizerdeutsch: Warum es vielen Deutschen Mühe bereitet, (Neue Zürcher Zeitung, 2018), [www.youtube.com/watch?v=x0cql0HJQsI](http://www.youtube.com/watch?v=x0cql0HJQsI), abgerufen am 20.10.19.

## 10. Abbildungsverzeichnis

Titelbild: eigene Fotografie, Volketswil, 2. November 2019.

Abbildung 1 (Seite 7): Das Phasenmodell von Oberg.

Geiger, Ingrid Katharina (2015). *Die 6 Phasen eines Kulturschocks*. [www.kalaidos-fh.ch/de-CH/Blogs/Posts/2015/05/die-6-phasen-eines-kulturschocks](http://www.kalaidos-fh.ch/de-CH/Blogs/Posts/2015/05/die-6-phasen-eines-kulturschocks), 20.11.2019. Mit eigenen Ergänzungen.