



lingoda

Umgekehrter Kulturschock

LESEN

NIVEAU
Fortgeschritten

NUMMER
C1_2015R_DE

SPRACHE
Deutsch



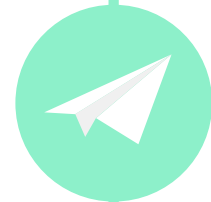


Lernziele

- Kann einen Text über umgekehrten Kulturschock verstehen und zusammenfassen
- Kann ausführlich über Erfahrungen mit fremden Ländern und Kulturen berichten



Kulturen unterscheiden sich in ihrem **Essen**, in ihren **Ritualen** und vielem mehr. Kleinigkeiten sind wichtig: **Schüttelt** man hier die **Hand** oder gibt man ein **Küsschen auf die Wange**?





Eigene Erfahrung

Was war die längste Zeit, die du
im Ausland verbracht hast?
Welche kulturellen Unterschiede
zu deiner Heimat sind dir
aufgefallen? Welche
Schwierigkeiten hattest du in
dieser Zeit?





Heimatliebe



Welche Aspekte liebst du an deiner Heimat am meisten?



**Hast du schon einmal
etwas über Kulturschock
gehört? Was versteht man
darunter?**



Zurück in die Heimat

Wenn wir ins Ausland gehen, sind wir darauf **eingestellt**, dass wir uns erst an das neue Land **gewöhnen** müssen. Jeder weiß über den Kulturschock Bescheid. Jedem ist klar, dass man im Ausland so einiges aus der Heimat vermissen wird. Für die Deutschen ist das meistens das gute deutsche Graubrot. Doch was ist mit den Menschen, die lange im Ausland gewohnt haben und dann in ihr Heimatland zurückkehren? Wie fühlt sich diese Veränderung an?



Zurück in die Heimat



Während man weg war, hat sich vieles verändert. Die Freunde sind anders, als man sie in Erinnerung hatte und der schöne kleine Tante-Emma-Laden, den man früher so gern besucht hat, wurde von einer Kette aufgekauft. Und man selbst hat sich auch **weiterentwickelt**. Die Person, die man früher war, ist zwar noch da, aber verändert. Die genauen Veränderungen sind jedoch oft schwer in Worte zu fassen. All das macht die Rückkehr manchmal schwieriger als gedacht und kann die anfängliche **Euphorie** bremsen.



Zurück in die Heimat

Allgemein spricht man von einem **umgekehrten** Kulturschock, wenn Menschen zurückkommen und sich erst einmal fremd in ihrer eigenen Heimat fühlen. Dieses Phänomen ist weniger bekannt, da jeder davon ausgeht, dass man sich in der Heimat automatisch wie zu Hause fühlt. In der Tat jedoch hat die Heimkehr nach langer Zeit ähnliche Auswirkungen wie der Kulturschock in einem fremden Land. Wir haben uns an die **Bräuche**, Routinen und die Art der Kommunikation im neuen Land gewöhnt und sie sind zu unserer zweiten Natur geworden.





Was bedeuten diese Wörter?

sich an etwas
gewöhnen

sich auf etwas
einstellen

weiterentwickeln

Euphorie

umgekehrt

Brauch



Auf geht's!

Stell dir vor, du wirst bald für längere Zeit in ein anderes Land gehen.

- Welche Gründe hast du? Warum ziehst du weg?
- Wie sehen deine Vorbereitungen aus? (Kultur kennenlernen, Arbeit, Freunde...)





Umgekehrter Kulturschock

Hast du dich schon einmal wie ein Fremder in deinem eigenen Land gefühlt? Wann und warum?

“

Allgemein spricht man von einem umgekehrten Kulturschock, wenn Menschen zurückkommen und sich erst einmal fremd in ihrer eigenen Heimat fühlen.

”



Die U-Kurve

Wie dem Kulturschock folgt auch dem umgekehrten Kulturschock meistens eine **U-Kurve**. Die ersten Tage oder auch Wochen zu Hause fühlen sich toll an: Man ist aufgeregt und trifft alte Bekannte wieder. Es ist schön, endlich wieder nah bei der Familie und den guten alten Freunden zu sein. Dann kommen die ersten befremdlichen Begegnungen und man fällt in ein kleines Loch. Wie lange dieses **Tief** dauert, ist sehr abhängig von der jeweiligen Person. Es kann Wochen oder auch Monate dauern, bis man seine Stabilität wiedergefunden hat. Manche leiden in dieser Zeit unter starken **Stimmungsschwankungen**.



Die U-Kurve



Eine der Schwierigkeiten beim Zurückkommen ist es, dass die Leute nicht auf ewig etwas über deine Auslandserfahrungen hören wollen. Gleichzeitig könnten dir ihre Geschichten von zu Hause langweilig erscheinen. Man sieht die eigene Heimat nun mit anderen Augen. Vorher hat man im Ausland immer an die Sachen gedacht, die zu Hause besser sind. Jetzt sieht man jedoch die **Mängel** des eigenen Landes, da man sein eigenes Land vor einem anderen kulturellen Hintergrund sieht. Man weiß nun, dass der eigene kulturelle Weg nicht der einzig richtige ist.



Was bedeuten diese Wörter? Wann tauchen sie bei einem umgekehrten Kulturschock auf?

U-Kurve

Tief

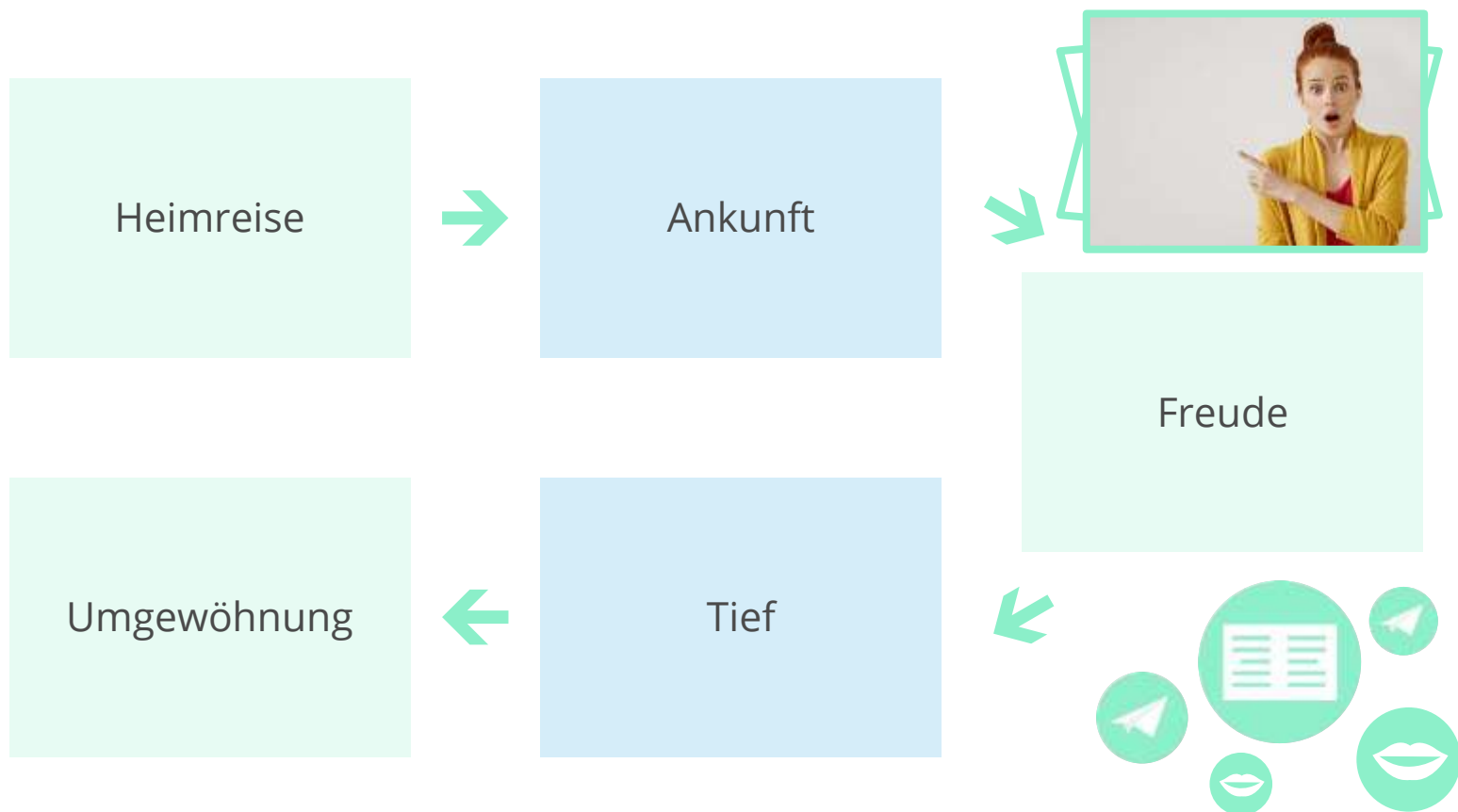
Stimmungs-
schwankungen

Mangel



Prozess des umgekehrten Kulturschocks

Beschreibe den Prozess des umgekehrten Kulturschocks!





Bildinterpretation

Beschreibe, was du auf dem Bild siehst! Inwiefern passt das Bild zum Kulturschock oder umgekehrten Kulturschock?





Stimmungsschwankungen

Bei Stimmungsschwankungen empfindet man die verschiedensten Gefühle schnell hintereinander und ist sehr sensibel. Welche anderen Gründe gibt es für Stimmungsschwankungen neben dem umgekehrten Kulturschock?





Folgen

Die Folgen des umgekehrten Kulturschocks sind vielzählig. Zum einen **neigt** man dazu, die heimatliche Kultur mehr zu kritisieren. **Frustrationen** können sich auch darin zeigen, dass man etwas ungeduldiger ist als sonst. Dass man sich neu anpassen muss, kann einen außerdem sehr ermüden und **überanstrengen**. Einige Menschen sind so unzufrieden, dass sie für einige Zeit depressiv sind und den Kontakt mit heimischen Einwohnern versuchen zu **vermeiden**. Die Wiederaanpassung an die Heimat kann also sehr stressig sein.



Entfremdung



Das Gefühl einer **Entfremdung** von der eigenen Heimat und den eigenen Freunden und der Familie kann einen an sich selbst zweifeln lassen. Wichtig ist, dass du dich nicht unter Druck setzt. Man muss sich erst einmal wieder einleben. Es kann helfen, den Kontakt mit Freunden im Ausland zu halten, um einen Teil der Auslandserfahrung **aufrechtzuerhalten**. Außerdem kann man seine Gefühle offen mit Freunden besprechen. Einige, die selbst Auslandserfahrungen gemacht haben, werden höchstwahrscheinlich genau wissen, wovon du sprichst.



Was bedeuten diese Wörter?

neigen

Frustration

überanstrengen

vermeiden

Entfremdung

aufrechterhalten



Entfremdung und Frustration

Wie hängen diese beiden Zustände zusammen?





Wiedereingewöhnung

Was kann bei der Wiedereingewöhnung in der alten Heimat helfen? Sammle Tipps mit deinem Lehrer oder Mitschüler!



die Heimat neu
entdecken

?

?

?

?

eine
Beschäftigung
suchen

Fokus auf die
eigenen Ziele

?

?



Wie geht's?

Schreib eine E-Mail an deine Freundin und frag nach, wie es ihr geht!

- Deine Freundin ist gerade nach einem Studienjahr in den USA zurück nach Hause gekommen. Obwohl sie meistens glücklich scheint, kannst du sehen, dass sie manchmal sehr nachdenklich aussieht.

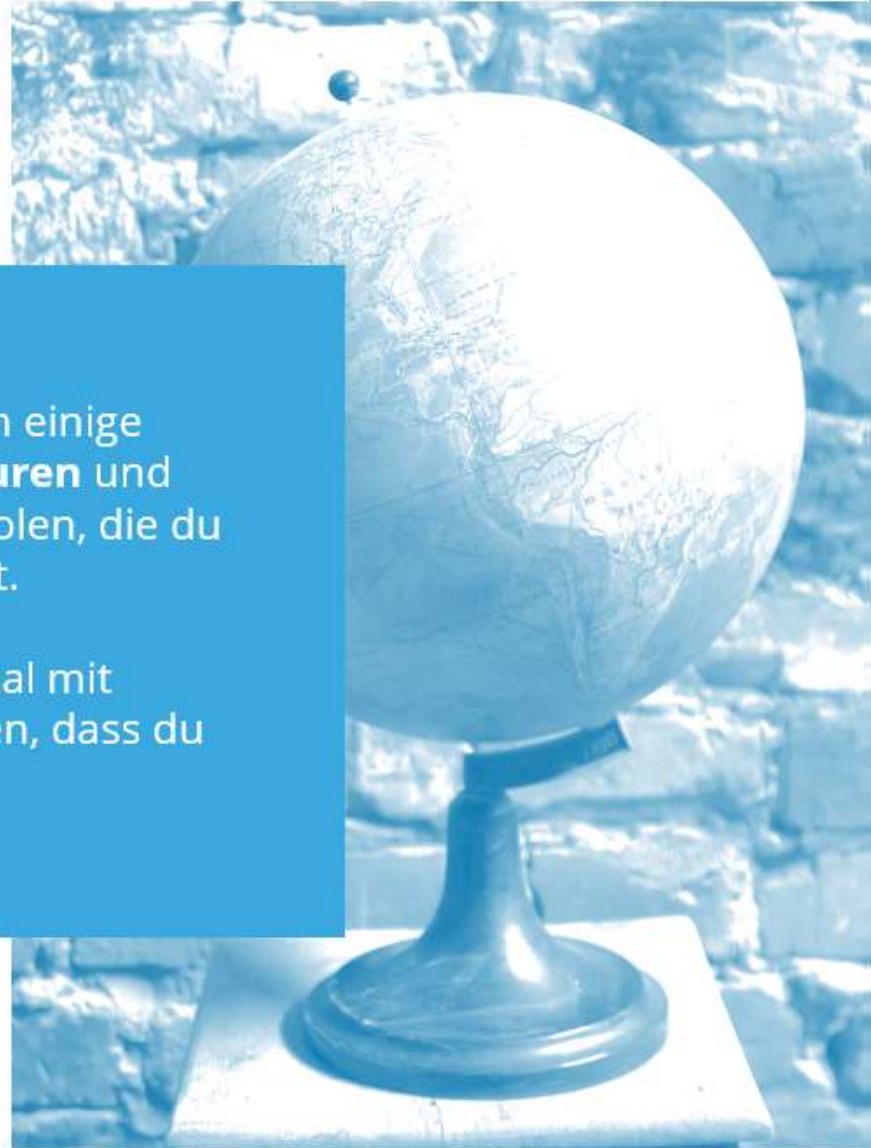




Über diese Lektion nachdenken

Nimm dir einen Moment Zeit, um einige **Vokabeln, Sätze, Sprachstrukturen** und **Grammatikthemen** zu wiederholen, die du in dieser Stunde neu gelernt hast.

Überprüfe diese auch noch einmal mit deinem Lehrer, um sicherzugehen, dass du sie nicht vergisst!







E-Mail

Du hast viel über den umgekehrten Kulturschock gelernt und möchtest dein Wissen teilen. Schreib einem Freund in einer E-Mail, was man unter einen umgekehrten Kulturschock versteht.

-

□

×

An: Tom

Betreff: Umgekehrter Kulturschock

Hi Tom!

Ich habe in meiner letzten Deutschstunde viel über den sogenannten umgekehrten Kulturschock gelernt.

...



Blog-Eintrag

Schreib in deinem Blog darüber, was man in deinem Heimatland beachten sollte.

Tipp 1:

Tipp 2:

Tipp 3:

Gib Einwanderern und Urlaubern Tipps, wie man sich in deiner Heimat verhält und was man nicht tun sollte!



Über dieses Material

Mehr entdecken:
www.lingoda.com



Dieses Lehrmaterial wurde von

lingoda

erstellt.

lingoda Wer sind wir?



Warum Deutsch online lernen?



Was für Deutschkurse bieten wir an?



Wer sind unsere Deutschlehrer?



Wie kann man ein Deutsch-Zertifikat erhalten?



Wir haben auch ein Sprachen-Blog!