



Kulturelle Anpassungsmodelle

...für
AFSer

MATERIAL FÜR EHREN- UND HAUPTAMTLICHE

Modelle zur Erklärung von kulturellen Anpassungsprozessen zu nutzen hat unschätzbare Vorteile, weil sie zeigen, dass viele der Herausforderungen, die während einer interkulturellen Erfahrung gemeistert werden müssen, normal und zu erwarten sind. Sie helfen Austauschschülern auch dabei, sich auf solche Herausforderungen vorzubereiten, indem Strategien für einen konstruktiven Umgang bereits im Vorfeld entwickelt werden.

Um den Anpassungsprozess zu erklären oder zu analysieren, ist es notwendig, sich mehrere Modelle anzuschauen, da die Herausforderungen, die in den einzelnen Modellen präsentiert werden, nicht unbedingt für jede Person oder jede Situation zutreffen; ebenso zeigt keines der Modelle alle Aspekte kultureller Anpassungsprozesse auf.

DAS ABC INTERKULTURELLER BEGEGNUNGEN

Colleen Ward, eine Expertin zum Thema kulturelle Anpassung, hat drei Anpassungssysteme definiert: 1) Stress und Stressbewältigung, 2) kulturelles Lernen und 3) soziale Identifikation. Diese werden oft als **das ABC interkultureller Begegnungen bezeichnet, weil sie jeweils einen Schwerpunkt auf affektive (Gefühle), verhaltensbezogene (Handlungen/Behaviour) und kognitive Aspekte (Wissen/Cognition) bei kulturellen Anpassungsprozessen** legen. Nach dieser Struktur aufgeteilt finden sich unten Beschreibungen einiger bekannter und international anerkannter Modelle.

STRESS UND BEWÄLTIGUNG: AFFEKTIVE ENTWICKLUNG

Der „Stress und Bewältigung“-Modell legt seinen Schwerpunkt auf die affektiven Komponenten des Anpassungsprozesses. Inhalte aus diesem Modell beinhalten Bewältigungsmechanismen für kulturellen Anpassungsstress sowie Kulturschock.

U- UND W-KURVENMODELLE DER INTERKULTURELLEN ANPASSUNG (OBERG; GULLAHORN & GULLAHORN)

Das U-Kurvenmodell, das 1960 von Kalvero Olberg entwickelt wurde, nutzt die Form des Buchstaben „U“, um die emotionalen Hoch- und Tiefpunkte zu beschreiben, die während eines Auslandsaufenthalts durchschritten werden. Es betrifft die Zeit während des Aufenthalts und geht davon aus, dass die interkulturelle Auslandserfahrung mit einem emotionalen Hoch beginnt. Bald nach dem als „Honeymoon“ bezeichneten Beginn mündet sie aber in ein emotionales Tief; später erlangt man eine positive Perspektive wieder, indem man sich in der Gastkultur zunehmend wohler fühlt.



Das W-Kurvenmodell, von Gullahorn & Gullahorn 1963 entwickelt, fügt einfach ein zweites „U“ zur U-Kurve hinzu. Dieses zweite U zeigt die Erfahrungen nach der Heimkehr. Die Annahme ist hier, dass man nach der Rückkehr während des Reintegrationsprozesses erneut ein emotionales Tal durchschreitet, aber wiederum im Lauf der Zeit eine positivere Sicht der Dinge zu dominieren beginnt. **Die U- und W-Kurvenmodelle sind sehr anschaulich, um generelle emotionale Hoch- und Tiefpunkte während eines Auslandsaufenthalts darzustellen; sie lassen sich jedoch nicht auf jede Auslandserfahrung beziehen.**

PSYCHOLOGISCHE UND SOZIOKULTURELLE ANPASSUNGSMODELLE (C. WARD)

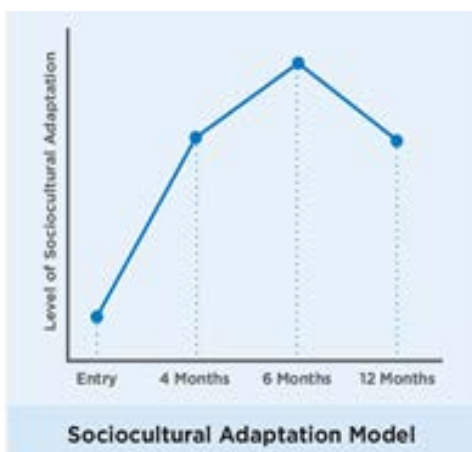
Gemeinsam mit anderen Theoretikern kritisierte Coleen Ward die U- und W-Kurvenmodelle, weil sie beobachtet hatte, dass kulturelle Anpassung nicht immer eine „Honeymoon“-Phase enthält und dass der Stress (bzw. ein Kulturschock) häufig zu Beginn eines Auslandsaufenthalts am größten ist. Anstatt dessen präsentierte Ward 2011 folgende Modelle, welche gleichzeitig vorkommen:

PSYCHOLOGISCHE ANPASSUNG

Zu Beginn eines Auslandsaufenthalts muss eine Person viele persönliche Anpassungen vornehmen: Sie muss sich an die neue Umgebung gewöhnen, neue Eindrücke verarbeiten, Beziehungen aufbauen und lernen, neue Aufgaben in der Schule oder der Arbeit zu erfüllen. Diese psychologischen Anpassungen können Stress, und für viele ein hohes Ausmaß an Ängstlichkeit hervorrufen. Die Kurve der psychologischen Anpassung zeigt das Komfortniveau einer Person in ihrer neuen Umgebung im Laufe der Zeit. Nach Wards Untersuchungen erleben die meisten das geringste Wohlbefinden zu Beginn des Auslandsaufenthalts. Die Anpassung steigt kontinuierlich in den ersten vier Monaten an, wonach sie sich mit nur kleinen Schwankungen über die restliche Zeit stabilisiert. **Dies impliziert, dass die Betreuung durch ehren- und hauptamtliche AFS-Mitarbeiter besonders am Anfang einer interkulturellen Austausch Erfahrung von Gast Schülern und Gastfamilien wichtig und notwendig ist.**



SOZIOKULTURELLE ANPASSUNG



Im Gegensatz zur psychologischen Anpassung beschreibt die soziokulturelle Anpassung die zunehmenden Fähigkeiten zur wirksamen Interaktion mit Mitgliedern der Gastkultur. Das beinhaltet das Erlernen kulturspezifischer Kommunikations- und Interaktionsfähigkeiten genauso wie die Sprache der Zielkultur zu sprechen, falls diese anders ist. Es ist ebenso Teil der soziokulturellen Anpassung, Wissen über Normen und Werte der Gastgesellschaft zu erwerben.

Je länger man in einem Gastland bleibt, desto stärker wird die soziokulturelle Anpassung; jedoch geht Wards Analyse davon aus, dass nach sechs Monaten keine bedeutsamen neuen Lernfortschritte gemacht werden. Aus diesem Grund geht die Kurve nach dieser Zeit wieder nach unten. Ebenso wie das psychologische Anpassungsmodell zeigt dieses Modell die **Wichtigkeit umfassender Betreuung für Gast Schüler und deren Gastgeber während der ersten sechs**

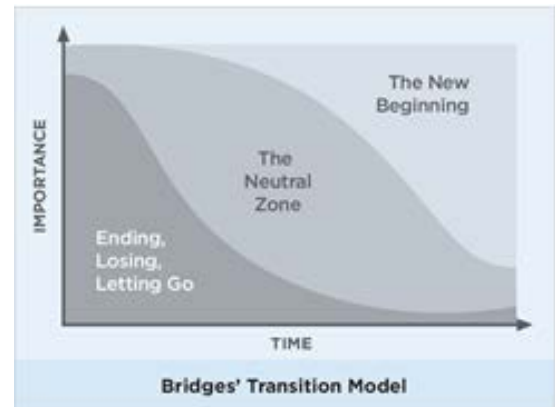
Monate der interkulturellen Erfahrung.

ÜBERGANGSMODELL (W. BRIDGES)

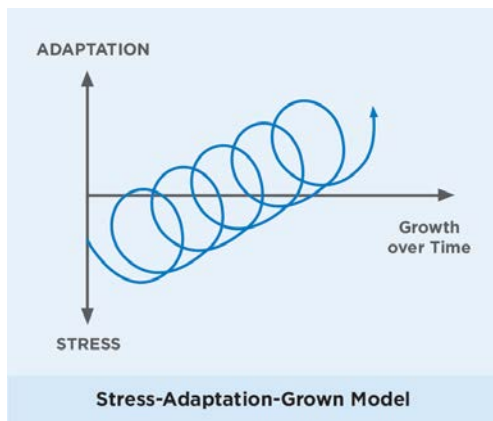
Das Übergangsmodell von William Bridges (1933) stellt alle Übergänge (in unserem Fall kulturelle Anpassungen) so dar, als dass sie drei Phasen haben, die mit 1) einer Beendigungsphase beginnen, in der man sich von Vertrautem verabschiedet und die mit Traurigkeit assoziiert wird. Die nächste Phase ist 2) die Neutrale Zone, in der man sich

emotional von der Vergangenheit löst. Jemand in dieser Phase ist weder traurig noch aufgeregt, sondern man fühlt oft eine Mischung aus Beunruhigung, Neugier und Skepsis. Mit der Zeit gelangt man zu einem 3) Neubeginn, in dem man emotional in der Lage ist, Veränderungen zu akzeptieren und Willkommen zu heißen. Im Fall der kulturellen Anpassung kann das bedeuten, dass die neue Kultur angenommen wird. Obwohl immer nur eine der drei Phasen im Vordergrund steht, vertritt Bridges die Auffassung, dass während des gesamten Anpassungsprozesses alle drei Phasen gleichzeitig vorhanden sind.

Es gibt drei Dinge, die Bridges für jeden Betreuer (bzw. freiwilligen oder hauptamtlichen Mitarbeiter) empfiehlt, der jemanden im Übergangsprozess unterstützt: 1) Interesse für die Gefühle und Gedanken der betreffenden Person zu zeigen; 2) sehr klar zu kommunizieren, was passieren und wohin der Übergang führen wird; 3) mit der betreffenden Person eine Verbindung aufzubauen, etwa durch die beispielhafte Erzählung einer ähnlichen Situation in der eigenen Vergangenheit und wie damit umgegangen wurde.



STRESS-ANPASSUNG-WACHSTUMSMODELL (Y. Y. KIM)



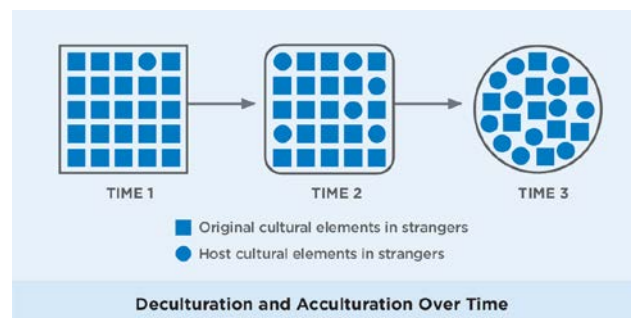
Das Stress-Anpassung-Wachstumsmodell von Young Yun Kim (2001) geht davon aus, dass kulturelle Anpassung und persönliches Wachstum schrittweise passieren, in einem spiralähnlichen Prozess. Während eines Auslandsaufenthalts wechselt man zwischen Stresssituationen und der allmählichen Anpassung und Entwicklung, die sich aus diesen Herausforderungen ergibt. Durch jede weitere Stresssituation gelangt man in ein höheres Anpassungsniveau. Das Modell besagt, dass **die Herausforderungen, die man während eines Auslandsaufenthalts zu bewältigen hat, für die persönliche Entwicklung wichtig sind, und dass wir durch das Erfahren von Schwierigkeiten lernen und uns anpassen** – in anderen Worten: uns weiterentwickeln. Mit der Zeit fällt die Anpassung leichter, und je weiter die Spirale geht, desto weniger Stress wird erfahren und desto höher wird die Anpassung.

KULTURELLES LERNEN: VERHALTENSBEZOGENE ENTWICKLUNG

Kulturelles Lernen, der verhaltensbezogene Bezugsrahmen, bezieht sich darauf, sich notwendiges soziales Wissen und soziale Fähigkeiten anzueignen, um sich in einer neuen Kultur voll entfalten zu können. Diese beinhalten Sprachgewandtheit, angemessenes nonverbales Verhalten, Sozialverhalten („Etikette“) und Faktenwissen.

MODELL VON DEKULTURATION UND AKKULTURATION ÜBER ZEIT (Y. Y. KIM)

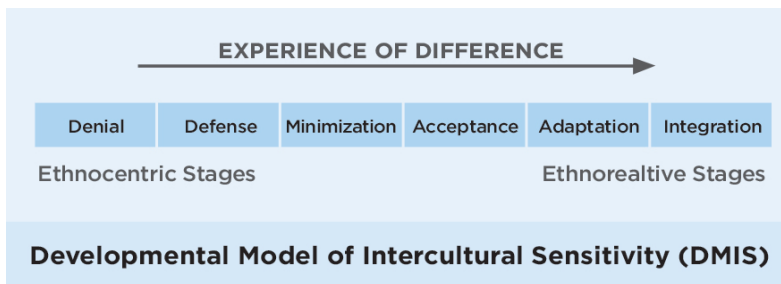
Das Modell von Dekulturation und Akkulturation über die Zeit von Young Yun Kim (2001) zeigt, wie mehr und mehr Aspekte der Gastkultur in die eigenen Überzeugungen, Verhaltensweisen und Werte integriert werden, je mehr Zeit in der neuen Kultur verbracht wird. Auf diese Art und Weise verändert sich die eigene Weltsicht derart, dass sowohl alte als auch neue Werte, Normen und



Verhaltensweisen darin Platz finden, wodurch ein neues Konstrukt entsteht. Um jedoch Zeit 3 zu erreichen, bedarf es einer langjährigen und intensiven Auseinandersetzung mit einer neuen Kultur. Für die AFS Betreuung ist es daher wichtig im Hinterkopf zu behalten, **dass AFS den meisten Teilnehmern dabei hilft, von Zeit 1 zu Zeit 2 zu kommen und dass man nicht erwarten kann, dass vollständige Akkulturation alleine durch den AFS Auslandsaufenthalt stattfinden kann.**

ENTWICKLUNGSMODELL INTERKULTURELLER SENSIBILITÄT (M. BENNETT)

Das Entwicklungsmodell interkultureller Sensibilität (DMIS) von Milton Bennett (1993) zeigt kulturelle Anpassung in Bezug auf Einstellungen und Verhaltensweisen gegenüber kulturellen Unterschieden. Die Skala geht von ethnozentrischen Denkansätzen zu kulturellen Unterschieden (die extremste Phase ist die Verleugnung kultureller Unterschiede bzw. unterschiedlicher Kulturen) zu ethnorelativen Denkansätzen (bei denen man in der Lage ist, zwischen kulturellen Unterschieden zu differenzieren, sich damit wohl zu fühlen und sich ihnen sogar anzupassen). Studien haben gezeigt, dass **die Mehrheit der AFS Austauschschüler ihre Erfahrung in Minimierung beginnen.** Siehe das Dokument *DMIS Entwicklungsaufgaben (2012)* für mehr Informationen, wie **adäquate Betreuung und Aktivitäten für Menschen in dieser Phase des DMIS entwickelt** werden können.

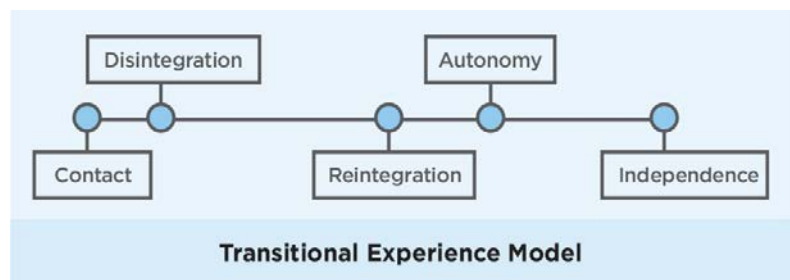


SOZIALE IDENTIFIKATION: KOGNITIVE ENTWICKLUNG

Zu guter Letzt wird beim kognitiven Bezugsrahmen angeschaut, wie Individuen oder Gruppen sich selbst wahrnehmen und welche Auswirkungen von Stereotypisierungen und Diskriminierungen auf ihre Identität haben. Dabei ist die Veränderung von individuellen, kulturellen und sozialen Identitäten von Interesse, ein Prozess, der unausweichlich bei jeder interkulturellen Erfahrung passiert.

ÜBERGANGSERFAHRUNGSMODELL (P. S. ADLER)

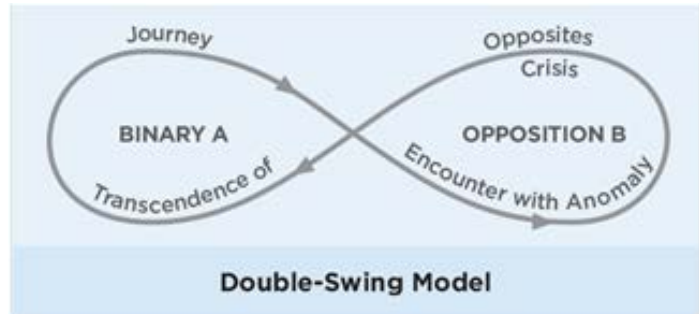
Das Übergangserfahrungsmodell von Peter S. Adler (1957) konzentriert sich auf die Veränderungen, die mit der Identität während kultureller Anpassung passieren. Dieser Prozess beginnt mit dem Erstkontakt mit der neuen Kultur. Die Neuhaftigkeit führt zu einem Abschnitt der Desintegration, während der man Verwirrung und Orientierungslosigkeit empfindet. Es werden die Unterschiede



zwischen Meinungen, Verhaltensweisen und Werten zwischen der Heimat- und der Gastkultur sehr deutlich wahrgenommen, was zur Reintegration oder Ablehnung der Gastkultur führen kann. Sobald man Fähigkeiten entwickelt, die die neue Situation zu bewältigen, und sich die Sprachkenntnisse verbessern, fühlt man sich auch in der Gastkultur wohler und man erreicht ein Stadium der Autonomie. Die letzte Phase, Unabhängigkeit, ist gekennzeichnet von Akzeptanz von und Sensibilität für kulturelle Unterschiede und Ähnlichkeiten. Dieses Modell ist **nützlich für die AFS Betreuung, weil es hervorhebt, wie bessere Bewältigungsfähigkeiten und Sprachkenntnisse den Austauschschülern helfen, von Reintegration zu Autonomie zu gelangen.**

DOPPELSCHWUNGMODELL (M. YOSHIKAWA)

Das Doppelschwungmodell von Muneo Yoshikawa (1987) ist auch unter dem Namen *Möbius Integrationsphilosophie* bekannt und benutzt die ersten vier Phasen von Adlers Modell (siehe oben). Hier jedoch bewegt sich eine Person nicht weiter zu Unabhängigkeit, nachdem sie Autonomie erreicht hat, sondern kommt in den „Doppelschwung“, wie er hier links dargestellt ist. Austauschschüler in dieser letzten Phase sind sehr feinfühlig, offen und sprechen auf kulturelle Unterschiede an; gleichzeitig aber verursachen Interaktionen mit diesen kulturellen Unterschieden nach wie vor emotionale Krisen. Man bewegt sich zwischen interkultureller Akzeptanz und Krise, wodurch beständige Entwicklung erzeugt wird. Es handelt sich hier um ein dynamisches Modell, das zeigt, dass man nie „am Ende“ kultureller Anpassung angelangt sein kann. Es dient sehr gut als **Erinnerung für alle im AFS Aktiven, dass, obwohl unsere Austauschschüler von unserer Betreuung gerade zu Beginn der Erfahrung sicherlich profitieren, sie immer wieder und während des ganzen Aufenthalts Krisen und Stresssituationen durchleben werden.**



FAZIT

Dies sind nur einige der Modelle, die dazu verwendet werden können, um den kulturellen Anpassungsprozess zu erklären. Es gibt kein perfektes Modell für einen so komplexen Prozess, und jedes einzelne der hier vorgestellten hilft dabei, einen anderen Aspekt kultureller Anpassung zu erklären, von einer affektiven, verhaltensbezogenen oder kognitiven Perspektive aus. Für ehren- und hauptamtliche Mitarbeiter bei AFS ist es nützlich, mehrere dieser Modelle zu kennen, um so das passendste auf den jeweiligen Kontext anwenden zu können.

Kulturelle Anpassungsmodelle...

- ☑ sind unterschiedlich in ihrer Präsentation kultureller Anpassungsprozesse: Es gibt nicht nur ein perfektes Modell..
- ☑ machen das Abstrakte konkret, häufig anhand graphischer Darstellungen für ein Verständnis kultureller Anpassungsprozesse.
- ☑ decken affektive, verhaltensbezogene und kognitive Elemente kultureller Anpassung ab.
- ☑ helfen den ehren- und hauptamtlichen Mitarbeiter in AFS dabei, Austauschschüler im spezifischen Kontext so zu unterstützen, dass für die jeweilige Person angemessen ist, da auf mehrere Modelle zurückgegriffen werden kann.

Weitere Information:

C. Ward, (2004). *The Psychology of Culture Shock*

Y. Y. Kim, (2001). *Becoming intercultural: An integrative theory of communication and cross-cultural adaptation.*

W. Bridges, (2004). *Transitions: Making sense of life's changes, 2nd ed.*