

Teil I Interkulturelle Psychotherapie

1 Ein Modell der kulturellen Unterschiede, kulturellen Anpassung und Persönlichkeitsentwicklung in der Migration

Yesim Erim

1.1 Einleitung

1.1.1 Aktuelle Daten zur Migration

Die Einwanderung der ersten großen Migrantengruppe setzte im ausgehenden 19. Jahrhundert aus Polen nach Deutschland ein. Dabei wurden Arbeitsmigranten in die Industrialisierungsgebiete, in das mitteldeutsche Braunkohlerevier und an die Ruhr rekrutiert. Zu Beginn des Ersten Weltkriegs lebten vier Millionen polnisch sprechende Einwohner im deutschen Staatsgebiet. Ende der 1950er-Jahre herrschte in Deutschland ein Mangel an Arbeitskräften. Aus Italien, Griechenland, Spanien, Portugal, der Türkei, Jugoslawien und Marokko wurden »Gastarbeiter« geworben und somit die Zuwanderung nach Deutschland initiiert. Als der Arbeitsmarkt »gesättigt« war, wurde 1973 der »Anwerbestopp« beschlossen. Die Migration setzte sich jedoch fort, durch Flüchtlingswellen, aber auch durch die Zuwanderung von Familienangehörigen, Kindern und Ehepartnern der Migranten.³

Nachdem in den 1970er-Jahren entsprechend der politischen Vorstellung einer vorübergehenden Entlastung des Arbeitsmarktes und zur Beendigung dieser passageren Lösung wirtschaftliche Anreize in Form von »Rückkehrprämien« geschaffen wurden, um die Arbeitsmigranten zur Rückkehr in ihr Heimatland zu motivieren, ist ein ausländerfreies Deutschland heute auch aus volkswirtschaftlicher Sicht nicht mehr vorstellbar, da Migranten nicht nur als Arbeitskräfte, sondern auch als Konsumenten fehlen würden. Auf der Seite der Migranten, die oft mit dem kurzfristigen Ziel des wirtschaftlichen Erfolges nach Deutschland kamen, stellten viele im Laufe ihres jahrelangen Aufenthaltes und meistens im Zusammenhang mit der Lebensplanung ihrer hier geborenen Kinder fest, dass sie inzwischen mehr ins Aufnahmeland gehören als in ihre Heimat.

Die Migration stellt neben den klimatischen Veränderungen weltweit eine der wichtigsten soziopolitischen Entwicklungen dar. Im Hinblick auf die letzten 35 Jahre hat sich die Anzahl der Migrant:innen im internationalen Maßstab verdoppelt (World Migration Report 2020). Der Welt-Migrations-Bericht von 2020 konstatierte für 2019 272 Mio. internationale Migrant:innen, was 3,5% der Gesamtbevölkerung der Welt entspricht, bei ca. zwei Dritteln davon handelte es sich

3 Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird in diesem sowie allen weiteren Kapiteln von mir im Folgenden *überwiegend* die männliche Form verwendet, auch wenn beide Geschlechter gemeint sind.

um Arbeitsmigrant:innen. Die Zahl der Geflüchteten betrug im Jahre 2019 25,9 Mio. (52 % unter 18 Jahren) (International Organization for Migration 2020). Mit 13,1 Mio. nimmt Deutschland hinter den USA (50,7 Mio.) und vor Saudi-Arabien und der Russischen Föderation weltweit den zweiten Platz der Staaten mit den höchsten Migrant:innenzahlen ein.

In Deutschland ist die interkulturelle Öffnung der Institutionen seit 2012 erklärtes Ziel der Bundespolitik (Nationaler Integrationsplan § 5.2.2, Themenfeld 4, Themenschwerpunkt 3: Gesundheit, www.bundesregierung.de/resource). Interkulturelle Öffnung wird definiert als eine gezielte Optimierung der Angebote einer Institution, damit Migrant:innen der gleiche Zugang zu den Dienstleistungen ermöglicht wird wie Einheimischen.

1.1.2 Wie wird eine Person mit Migrationshintergrund und wie wird ein Flüchtling definiert?

Das 2005 mit dem Mikrozensus eingeführte erweiterte Konzept der »Bevölkerung mit Migrationshintergrund« umfasst »alle nach 1949 auf das heutige Gebiet der Bundesrepublik Deutschland Zugewanderten, sowie alle in Deutschland geborenen Ausländer und alle in Deutschland als Deutsche Geborenen mit zumindest einem zugewanderten oder als Ausländer in Deutschland geborenen Elternteil« (Statistisches Bundesamt 2011). Diese Definition ist in erster Linie für wissenschaftliche Studien von Bedeutung und umfasst die Generation der Zuwanderer sowie die zweite Generation nach ihnen, d. h. deren direkte Nachkommen. Trotz der Klarheit, die diese neue Definition vor allem für den wissenschaftlichen Kontext schafft, stellt die Population der Menschen mit Migrationshintergrund eine sehr heterogene Gruppe hinsichtlich der ethnischen Zugehörigkeit, der Religion und Kultur, des sozialen und rechtlichen Status, des Einwanderungsmotivs, der Aufenthaltsdauer etc. dar. Die meisten in Deutschland lebenden Personen mit Migrationshintergrund (im Jahre 2019 waren es 21,2 Mio., was 26 % der Bevölkerung in Deutschland ausmacht) stammen aus der Türkei (13 % = 2,8 Mio.), Polen (11 % = 2,2 Mio.) sowie der Russischen Föderation (7 % = 1,4 Mio.) (Statistisches Bundesamt 2020). Die Zahl der Geflüchteten steigerte sich besonders durch die Kriege in Syrien und der Ukraine erheblich. Ab dem Jahr 2015 gelangten etwa eine Million Syrer:innen nach Europa, wovon der Großteil, mit 818.000 Personen, in Deutschland Zuflucht fand (Statistisches Bundesamt 2021). Außerdem wurden alleine zwischen dem Beginn des russischen Angriffskrieges Ende Februar und dem 16. Juli 2022 909.740 Personen aus der Ukraine im deutschen Ausländerzentralregister (AZR) registriert.

Die Definition für eine geflüchtete Person wurde in dem Abkommen der Vereinten Nationen über die Rechtsstellung der Flüchtlinge von 1951 festgelegt. Ein Flüchtling ist eine Person, die »aus der begründeten Furcht vor Verfolgung wegen ihrer Rasse, Religion, Nationalität, Zugehörigkeit zu einer bestimmten sozialen Gruppe oder wegen ihrer politischen Überzeugung sich außerhalb des Landes befindet, dessen Staatsangehörigkeit sie besitzt, und den Schutz dieses Landes nicht in Anspruch nehmen kann oder wegen dieser Befürchtungen nicht in Anspruch nehmen will; oder der, da er keine Staatsangehörigkeit besitzt und sich aufgrund

solcher Ereignisse außerhalb des Landes befindet, in dem er zuvor seinen gewöhnlichen Aufenthalt hatte, nicht dorthin zurückkehren kann oder aufgrund dieser Befürchtungen nicht dorthin zurückkehren will«. Ein Asylbewerber ist eine Person, die um internationalen Schutz nachsucht und deren Antrag noch nicht vom Hohen Kommissar der Vereinten Nationen für Flüchtlinge (UNHCR) oder den Behörden des Landes, in dem die Flüchtlingseigenschaft beantragt wird, entschieden wurde (UNHCR Statistical Yearbook 1967). Im Folgenden wird der Begriff Migrant:in oder Person mit Migrationshintergrund als ein Oberbegriff benutzt, der neben Arbeitsmigrant:innen auch die Kategorie »Geflüchtete« umfasst.

1.1.3 Wie ist Kultur im Kontext der Psychotherapie zu definieren?

Das Thema dieses Werkes ist die Psychotherapie für Menschen aus unterschiedlichen Kulturen, für Migrant:innen und Geflüchtete. Wie ist Kultur in diesem Kontext zu definieren? Es gibt viele Beschreibungen von Kultur. Auch im Kontext von Psychotherapie sind viele unterschiedliche Definitionen möglich, doch möchten wir uns mit denen beschäftigen, die zur Optimierung der interkulturellen Psychotherapie beitragen. Die Familientherapeutin Mc Goldrick (1982), Autorin des US-amerikanischen Standardwerks »Ethnicity and Family Therapy« geht davon aus, dass die Kultur aus Prozessen und Wertvorstellungen besteht, die das Bedürfnis des Individuums nach Identität und historischer Kontinuität erfüllen. D. h., im Kontext der interkulturellen Therapie ist die Kultur einerseits die ethnische Kultur und Identität in Abgrenzung zu anderen Kulturen, für Migranten zur Kultur der Majorität. Nach Mc Goldrick werden Kultur und ethnische Identität in der Familie vermittelt und prägen das Familienleben (wie groß ist die Familie, wer gehört dazu?), die Partnerfindung (wie finden junge Menschen zusammen?), Familiengründung (was bedeutet Elternschaft?), Lebenszyklus (wann ist man jung, wann alt?) und das Krankheitserleben, (z. B. die Intensität von Schmerz Wahrnehmung, Erwartungen gegenüber Ärzt:innen und Psychotherapeut:innen und die Kommunikation von Krankheit). Die Kultur bestimmt unter anderem die Beziehung der Generationen (wie gehen Junge und Alte Menschen miteinander um) und die Beziehung der Geschlechter (wie gehen Männer mit Frauen um). Schließlich werden durch diese Definition nicht nur einzelne Kulturen charakterisiert, sondern auch unterschiedliche – ethnische – Gruppen voneinander abgegrenzt.

Wir möchten Kultur definieren als alle Formen von Wertvorstellungen, Wahrnehmung und Verhalten, die durch eine gemeinsame ethnische Zugehörigkeit und durch die Sprache vermittelt werden. Eine ethnische Gruppe ist oft durch eine gemeinsame Sprache verbunden. Viele Wertvorstellungen werden über die Sprache vermittelt. Nehmen wir das Wort »Gurbet« im Türkischen, das »von der Heimat getrennt und entfernt sein, in einem fremden Land sein« bedeutet. In der Türkei werden die ausgewanderten, früheren Gastarbeiter als »Gurbetci«, die in Gurbet leben, bezeichnet, damit ist ein Verlust und ein Leiden konnotiert, vielleicht dem Deutschen Heimweh entsprechend. Zudem wird das Wort mit der Endung »ci« gebildet, mit der Berufsbezeichnungen erzeugt werden. Ein Simitci ist jemand, der

Simit (türkische Sesamkringel) verkauft. Ein Muslukcu ist jemand, der Wasserhähne repariert, ein Installateur. Mit dem Wort wird also Gurbet, die Fremde auch mit Arbeiten verknüpft. Gurbetci sind sozusagen diejenigen, die in der Fremde arbeiten und leiden. Wenn man davon spricht, dass man in »Gurbet« lebt, wird auch der Inhalt transportiert, dass es sich nicht um einen zufriedenstellenden Zustand handelt, wenn man im »Ausland« lebt. Nehme man das Wort »Diaspora«, würden wiederum andere Bedeutungen mitschwingen, die in erster Linie mit der jüdischen Gruppe assoziiert sind und den historischen Zusammenhang der Vertreibung der Juden und ihrer Verteilung über die Welt umfassen würden. Beide Wörter machen deutlich, dass es sich beim Leben außerhalb der ursprünglichen Heimat nicht um einen angestrebten Endzustand, sondern einen Übergangszustand handelt, den es zu bewältigen gilt. Also geben Wörter und Sprachen vor, wie eine Situation beurteilt wird. Vor allen Dingen transportiert und bestimmt die Sprache verschiedene Bedeutungen des Krankheitserlebens, was einige Autoren im psychotherapeutischen Kontext für die türkische Sprache untersucht haben (Gün 2018).

Seit Mitte des 19. Jahrhunderts werden in der Soziologie *soziale Milieus* beschrieben. Hierbei handelt es sich um gesellschaftliche Gruppen mit ähnlichen Wertvorstellungen und Prinzipien des Lebensstils. Bildung, Beruf und Einkommen, Wertorientierungen, Lebensziele, Arbeitseinstellungen, Freizeitmotive, Lebensstil und alltagsästhetische Präferenzen können bei der Zuordnung von Individuen und Gruppen zu einem Milieu maßgeblich sein. Die Lebensstilforschung geht davon aus, dass durch die Zunahme der Diversität in Gesellschaften und Ausdifferenzierung der Lebensstile die enge Verknüpfung zwischen sozialer Lage und Milieus aufgelöst wird (Bundeszentrale für politische Bildung 2006). Milieus haben Einfluss auf die psychische Entwicklung und die psychosozialen Präferenzen des Individuums.

Schließlich sind in den letzten Jahrzehnten immer mehr Subkulturen definiert worden, innerhalb eines Kulturbereichs, einer Gesellschaft bestehende, von einer bestimmten gesellschaftlichen, ethnischen Gruppe getragene Kulturen mit eigenen Normen und Werten. Aus psychotherapeutischer Sicht ist zu konstatieren, dass viele junge Menschen die ethnisch-kulturelle Identität immer häufiger als die Zugehörigkeit zu einer Subkultur, zu einem Milieu wahrnehmen. Die Milieus und Subkulturen sind über ihre Emanzipationsansprüche miteinander verbunden. Betroffene Menschen möchten mit einem Diversitätsmerkmal anerkannt, nicht ausgeschlossen und nicht diskriminiert werden. Das heißt, sie kämpfen um die Anerkennung ihrer Andersartigkeit und um gleiche Rechte wie die Gruppe der Majorität. Hier ist die türkische Herkunft eine Diversität ähnlich wie eine homosexuelle Präferenz oder die Zugehörigkeit zu einer Gruppe schwarzer Menschen. Aus der Diskriminierungsforschung wissen wir, dass die gesellschaftliche Akzeptanz einer diversen Gruppe in der Majorität der Anerkennung anderer Subgruppen zugeht. Die Solidarität unter den Subkulturen ist also gerechtfertigt.

In der Zusammenfassung bezieht sich Kultur, wie wir sie in diesem Werk verstehen, auf die historisch und durch eine Sprache geprägten Wertvorstellungen und Beschreibungen einer Gruppe, die die Wahrnehmungen und Verhalten ihrer Mitglieder bestimmen. Diese ethnische Kultur impliziert eine Abgrenzung von den Wertvorstellungen der Majorität, hier der »einheimisch-deutschen«, die solchen

diversen Einflüssen nicht unterliegen. Bei einem hohen Anteil von Menschen mit Migrationshintergrund von inzwischen 27%, weiter ansteigend, in Deutschland ist das Merkmal »einheimisch deutsch« eine Idealvorstellung. Die meisten Menschen haben verschiedene Kontakte und Verknüpfungen zu Personen mit Migrationshintergrund und anderen diversen Gruppen und sind nicht »unberührt einheimisch«. Auf der anderen Seite nehmen junge Menschen mit Migrationshintergrund ihre kulturelle Identität immer mehr als eine Zugehörigkeit zu einer diversen Subkultur wahr und nicht zu einer ethnischen oder nationalen Gruppe.

Verschiedene Kapitel in diesem Werk beschreiben kulturelle Gruppen und ihre biografischen Besonderheiten und besonderen Bedarfe in der Psychotherapie. Diese Kapitel wurden in der ersten und in der aktuellen Auflage durch Zugehörige der jeweiligen ethnischen Gruppen verfasst und haben nicht den Anspruch auf Vollständigkeit, was das historische, politische oder psychosoziale Wissen über diese Gruppen betrifft. Diese Kapitel haben das Ziel, den einheimischen Psychotherapeut:innen die Arbeit mit Menschen aus diesen Kulturkreisen zu erleichtern, die Vertiefung der psychotherapeutischen Beziehung zu beschleunigen. Empathie, ein zentrales Instrument in der Psychotherapie, entsteht nicht nur dadurch, dass wir emotional angesprochen werden, sondern auch durch kognitive Aspekte des Einfühlens. Die therapeutische Annäherung kann leichter und produktiver sein, wenn man über die Wertvorstellungen voneinander informiert ist. Die Unterstreichung dieser Wertvorstellungen durchzieht alle Kapitel des Buches.

Nun möchten wir uns dem Versuch widmen, ein Modell der kulturellen Anpassung in der Migration zu entwickeln. Diese Überlegungen werden vereinfacht, indem von einer idealtypischen ethnisch geprägten Migrantengruppe und einer idealtypischen einheitlich geprägten Gruppe der aufnehmenden einheimischen Gesellschaft ausgegangen wird.

1.1.4 Warum ist Kultur ein wichtiger Faktor in der Psychotherapie?

Kultur und kulturelle Anpassung sind wichtige Aspekte in der Psychotherapie, weil die Auseinandersetzung mit dem Selbst ein zentrales Ziel im psychotherapeutischen Gespräch ist. Wie das Selbst wahrgenommen und beschrieben wird, wird wesentlich durch die Kultur bestimmt. Jede Psychotherapiemethode beruht auf Modellen des Selbst, die ihrerseits aus kulturellen Konzepten des Individuums hervorgehen (Kirmayer 2007). Diese Konzepte definieren das Selbst in seiner Beziehung zur Familie und zur sozialen Welt, zur natürlichen Umgebung und zum Kosmos.

Das kulturelle Konzept der Person, das die westlichen Psychotherapiemethoden benutzen, entsteht aus den westlichen Wertvorstellungen des Individualismus. Wir (westliche Psychotherapeut:innen) handeln ausgehend von individualistischen und individuumszentrierten, nach manchen Autoren, z. B. Kirmayer, »egozentrischen« Konzepten der Person. Es sind aber auch soziozentrische, ökozentrische und kosmozentrische Konzepte des Selbst möglich. In der interkulturellen psychotherapeutischen Beziehung sollte der Therapeut eine Bewusstheit über die Unterschiede der kulturellen Wertvorstellungen und der Selbstbilder besitzen.

1.2 Modelle psychischer Entwicklung in der Migration

In der Psychotherapie-Literatur wurden migrationspezifische und interkulturelle Aspekte erst spät untersucht, obwohl viele Psychoanalytiker selbst Migrationschicksale erlebten. Zu den ersten Werken, die sich mit den Auswirkungen der Migration befassen, gehört die Monografie des Ehepaares Grinberg (1984, deutsche Übersetzung 1990). Hier wird die Migration als ein Trauma oder eine Lebenskrise verstanden. Die Grinbergs beziehen sich auf das Modell von Garza-Guerrero (1974), das die psychische Entwicklung in der Migration in drei Phasen beschreibt. In der ersten Phase würden die Unterschiede zwischen den neuen Objekten und der psychischen Repräsentanz der verlassenen Kultur deutlich, in der zweiten Phase würde das Individuum durch Trauerarbeit für die Besetzung der neuen Objekte frei und entwickle schließlich in der dritten Phase ein neues Selbstkonzept.

Zur Bewältigung des kulturellen Wandels in der Migration wird ein breites Spektrum von Mechanismen beschrieben, die von einer Überbetonung und Idealisierung der ethnischen Wertvorstellungen des Herkunftslandes bis hin zu einer völligen Aufgabe dergleichen reichen und zur unkritischen zwanghaften Annahme neuer kultureller Normen. So stellte z. B. Güc (1991) die »traditionell verstrickte«, die »überangepasste«, die »gespaltene« und die »vom Zerfall bedrohte« Familie als typische Konstellationen in der missglückten Problembewältigung von Migrantenfamilien dar. Kürsat-Ahlers (1995) beschrieb ein Phasenmodell der Migration, an dessen Ende idealtypisch eine Bereicherung der Identität stehe, aufgrund der guten Synthese- und Kritikfähigkeit nach der Bewältigung der Migration und Integration der zwei Kulturen.

Bhugra (2004) kommt nach einer Disputation der vorliegenden Literatur zu dem Schluss, dass die Migration einen intensiven Stress auslösen kann, jedoch nicht alle Migranten den gleichen Prozess durchlaufen. Ein wichtiger Aspekt, der den Erfolg einer Migration bestimmt, ist nach seiner Ansicht die Phase der Prämigration. Darunter versteht der Autor die sozialen Kompetenzen, das Selbstbild und die psychische Stabilität des Migranten vor der Migration. Nach Bhugra spielt der Aspekt der selbst gewählten gegenüber einer unfreiwilligen Migration eine entscheidende Rolle. Eine unfreiwillige Migration, z. B. im Sinne einer Flucht, wird als wesentlich belastender angesehen als eine geplante und gewollte Umsiedlung. Auch die geografische Distanz vom Ursprungsland sei bedeutsam. Eine Migration in ein Land mit einer völlig unterschiedlichen Kultur und Mentalität als die des Heimatlandes ist belastender und schwerer zu verarbeiten.

In der Postmigrationsphase bestimmt das Zusammenspiel von positiven und negativen Erfahrungen im neuen Land den Erfolg der Migration. Zu den negativen Erfahrungen zählen unter anderem Diskriminierungen, Arbeitslosigkeit, Verlust sozialer Kontakte, Armut etc. Häufig müssen bei einer erzwungenen Migration gut ausgebildete und qualifizierte Fachkräfte eine Berufstätigkeit unter ihren Fähigkeiten akzeptieren. Es liegt eine große Diskrepanz zwischen dem Erreichten und dem vorgenommenen Migrationsziel vor. Personen, die alleine, ohne andere Fa-

milienangehörige in ein fremdes Land migrieren, haben es schwieriger in dem neuen Land zurechtzukommen, da ihnen der emotionale Rückhalt und Schutz der eigenen Familie fehlt. Zusätzlich kommt häufig hinzu, dass sie dem Druck ausgesetzt sind, die Erwartungen der Familienmitglieder im Heimatland zu erfüllen, z. B. schnell eine Arbeit zu finden. Weiterhin wird der Grad der nötigen kulturellen Anpassung, der Akkulturation durch die Unterschiedlichkeit bzw. Ähnlichkeit der Kulturen zwischen Herkunftsland und Gastland bestimmt. Je ähnlicher sich beide Kulturen sind, desto geringer ist der Aufwand bei der soziokulturellen Adaptation.

Bhugra (2005) behauptet, dass persistierende Probleme der kulturellen Adaptation mit einem höheren Risiko für Probleme der psychischen Gesundheit assoziiert seien. Er unterscheidet zwischen individualistischen und kollektivistischen Kulturen. Bhugra weist auf Studien hin, die zeigen konnten, dass Menschen aus kollektivistischen Kulturen in individualistischen Ländern hohe Raten an Angststörungen, Depressionen und Alkoholabhängigkeit entwickeln. Vor allem Migranten aus kollektivistischen Ländern, die sich diskriminiert und isoliert fühlen, seien für psychische Erkrankungen vulnerabel. Bhugra behauptet schließlich, dass Personen aus individualistischen Kulturkreisen größere Fähigkeiten haben, neue soziale Gruppen zu betreten und neue soziale Kontakte zu knüpfen.

Die Identitätsentwicklung in der Migration beschreibt Akhtar (1995, 2007) als eine dritte Individuation nach den Phasen der Separation-Individuation (Mahler et al. 1975) und dem zweiten Individuationsprozess während der Adoleszenz (Blos 1967). Er verdeutlicht, dass es hier nur um eine phänomenologische Ähnlichkeit beider Prozesse geht und die Migranten natürlich wesentliche Schritte ihrer psychischen Entwicklung abgeschlossen haben, wenn sie ins Aufnahmeland kommen. Der Terminus »dritte Individuation« beziehe sich auf eine Reorganisation der Identität im Erwachsenenalter. Er beschreibt, dass der Migrant, der in eine kulturell unterschiedliche Umgebung kommt, verschiedenen psychischen Belastungen in den neuen Objektbeziehungen ausgesetzt sein wird. Ein Migrant aus einer individualistischen Heimatkultur könne sich z. B. in einer Umgebung wie Japan, in der die Gruppenzugehörigkeit eine Gratifikation erfährt, unter Druck gesetzt fühlen. Migranten aus einer »sexuell repressiven« Kultur, z. B. aus einem arabischen Land, könnten in einem westlichen Land im Kontakt zu zugewandte freundlichen Frauen unter »unangenehmen« Triebdruck geraten. Eine Frau mit einer ähnlichen Migrationsgeschichte könne westliche Frauen als aggressive ödipale Rivalinnen erleben. Alle beschriebenen Situationen würden die psychische Stabilität oder die Ich-Stärke der Migranten auf den Prüfstand stellen. Akhtar beschreibt, dass in diesem Zustand der Destabilisierung nach der Begegnung mit der neuen Kultur eine Auseinandersetzung mit der Heimat- und der Aufnahmekultur, mit alten wie neuen Objekten beginnt, wobei auf diese Objekte Elternimages übertragen werden. In dieser Phase werde das mütterliche und das väterliche Objekt, d. h. das Heimat- und das Aufnahmeland abwechselnd idealisiert, bis schließlich die Idealisierung zurückgenommen und eine realistische, in diesem Sinne ambivalente Haltung gegenüber beiden Objekten entwickelt wird. Gleichzeitig habe der Migrant auch seine Nähe und Distanz zu der alten und der neuen Kultur zu regulieren.

Schließlich gehe es um die Wahrnehmung von Verlust und um Trauerarbeit. Migranten, die die Veränderungen und Verluste in ihrer neuen Umgebung nicht

wahrnehmen wollten, entwickelten die Fantasie des »verlorenen Paradieses«, wobei die alte Heimat idealisiert werde. Zur weiteren Integration in die neue Kultur gehöre neben deren Erlernen und Beherrschen auch die Übernahme neuer Über-Ich-Gebote. Wie in der Adoleszenz käme es durch eine Überflutung des Ich durch neue Impulse zu einer Destabilisierung, mit der Annahme neuer Regeln, hier der Regeln der neuen Kultur, zu einer Stabilisierung. Auch wenn in einem Migranten die neue, permissivere Kultur zuerst Angst auslöse, könne in einer prozesshaften Entwicklung, die mit einer »Besänftigung« des eigenen Über-Ich einhergeht, ein neues Gleichgewicht erreicht werden.

Akhtar beschreibt auch die Relevanz des Erwerbs neuer sprachlicher Fähigkeiten. Durch Verbindungen zu frühen Mutterrepräsentanzen bleibe die Muttersprache zuerst idealisiert, in der Wahrnehmung des Migranten der neuen Sprache »überlegen«. Die neue Sprache werde als schwach und unverständlich entwertet. Eine echte Bilingualität, bei der beide Sprachen gleichberechtigt benutzt werden können, entstehe erst spät, könne aber ein Indiz für eine weit gediehene Identitätsentwicklung in der Migration angesehen werden. Akhtar verweist hier auch darauf, dass unterschiedliche Repräsentationen des Selbst an den Gebrauch unterschiedlicher Sprachen gekoppelt sein können. In Anlehnung an Amati-Ehler (1993) wird verdeutlicht, dass die Bilingualität eine Bereicherung sein, eine neue Sprache neue Möglichkeiten der »inneren Welt des Selbst« eröffnen kann. Die Zweisprachigkeit eröffne aber auch Möglichkeiten des Widerstands in der Therapie und der Spaltungen der Selbstrepräsentanzen (► Kap. 15).

Auch Machleidt (2004) sieht die psychischen Anpassungsprozesse in der Migration als eine besondere Form der psychosexuellen Entwicklung und Reifung an. Er beschreibt die Parallelität zwischen der Persönlichkeitsentwicklung während der Pubertät und in der Migration dahingehend, dass es durch die neuen Impulse in der Pubertät oder die neuen Objekte und Reize in der kulturfremden Umgebung zu einer Reizüberflutung und einer Krise kommt. Das Neustrukturieren und Sortieren von Beziehungen während dieser Krise bietet nach Machleidt die Möglichkeit, neue Normen und Verhaltensgewohnheiten zu akzeptieren, was zu einer Bereicherung der Persönlichkeit des Migranten führe.

1.2.1 Intergenerationale Transmission von Werten

Die bisher zusammengefassten Modelle beschreiben die Kultur dahingehend, als würde sie sich in einem stabilen Zustand ohne Wandel befinden. Das trifft aber nicht zu. Einerseits befindet sich »die Kultur« in einem stetigen Veränderungsprozess, andererseits kommt es auch in einer Familie über Generationen hinweg zur Annahme von neuen Werten. Einige Wertvorstellungen werden unverändert weitergegeben, andere werden »überarbeitet, verwandelt« oder aufgegeben, in der Sozialpsychologie und Soziologie nennt man diesen Prozess die »intergenerationale Transmission von Werten« (Uslucan 2017). Je nachdem, welche soziokulturellen und Bildungsvoraussetzungen und Bereitschaften eine Familie aufweist, werden Veränderungen neben dem gesellschaftlichen auch in dem innerfamiliären Kontext angenommen oder abgelehnt. Wenn wir uns mit dem kulturellen Selbst des Pati-

enten beschäftigen, kann es von Vorteil sein, uns ein Bild darüber zu machen, wo die Migranten gemeinsam mit ihrer Familie stehen. Z. B. kann es zuerst um die Frage gehen, ob eine Kultur im Allgemeinen die Scheidung als eine Lösung für eheliche Probleme akzeptiert. Für türkischstämmige Familien in Deutschland ist die Scheidung immer mehr eine akzeptable Lösung geworden. Als die Autorin in den 1995er-Jahren psychotherapeutisch mit Migrantinnen aus der Türkei arbeitete, war diese Lösung noch nicht dermaßen akzeptiert. Frauen mit Partnerschaftsproblemen litten darunter, dass sie sich eine Scheidung und Trennung nicht vorstellen konnten. Sie konnten sich ihr Selbst als geschiedene und alleinerziehende Frau nicht vorstellen. Nach der allgemeinen kulturellen Akzeptanz der Scheidung ist diese Lösung von Patientinnen häufiger umgesetzt worden. Dieses Beispiel verdeutlicht, dass neben den spezifischen situativen Bedingungen der jeweiligen Familie des Patienten das soziale und kulturelle Milieu unsere Aufmerksamkeit verdienen.

1.2.2 Kulturelle Adaptation: Wie bewältigen Individuen und Gruppen die Anforderungen nach Anpassung, wenn sie in einer neuen kulturellen Umgebung ankommen?

Die notwendigen Veränderungen für die kulturelle Anpassung bezeichnet Berry als »Akkulturation«. Akkulturation umfasst die kulturellen und psychologischen Veränderungsprozesse, wenn Personen sich in ein neues Land bzw. in eine neue Kultur begeben, und bezieht sich auf Verhalten und Einstellungen von Personen und Gruppen. Berry definiert zwei Achsen der kulturellen Orientierung nach der Umsiedlung in ein neues Land. Die Migranten können sich entweder an der alten »Heimats-« oder der neuen »Aufnahme-Kultur« orientieren. Danach entstehen vier unterschiedliche Akkulturationsstile, nämlich Integration, Assimilation, Separation und Marginalisation. Bei der Integration sind beide Orientierungen stark, bei der Marginalisation beide schwach ausgeprägt. Bei der Assimilation überwiegt die Orientierung an der Kultur des Aufnahmelandes und bei der Separation die des Herkunftslandes (Berry 2010).

Patienten, die psychisch belastet sind, erbringen geringere Adaptationsleistungen, sie sind weder mit der eigenen kulturellen Gruppe (Peers, Community) noch mit der Aufnahmekultur (Schule, behördliche Hilfsangebote, Familienhilfe, Sozialpädagogik) gut vernetzt, sie befinden sich nach dem Modell von Berry oft in der Gruppe der Marginalisierten. In einer eigenen Studie konnten wir den Zusammenhang zwischen Depressivität und Integration bei türkischstämmigen Migranten untersuchen (► Abb. 1.1). Die Migranten, deren Akkulturationsleistung als Integration oder Assimilation einzuordnen war, die sich also stark an der Aufnahmekultur orientierten, wiesen niedrigere Depressionsscores auf (Morawa et al. 2014). Die höchsten Depressionsscores wurden in der Gruppe der Marginalisierten gemessen. Dieser Zusammenhang wurde nur querschnittlich belegt. Sicher spielen in diesem Bedingungsgefüge weitere Einflussfaktoren eine wichtige Rolle. Wir gehen jedoch davon aus, dass Menschen mit einer hohen Resilienz die Kraft haben, die sozio-kulturelle Anpassung gut zu bewältigen; andererseits wird aus dem Gefühl von Zugehörigkeit in der neuen Kultur, wenn diese durch Integrationsbemühungen