



Das Leben nach dem Umzug

Neue Stadt - neue Heimat?

VDI nachrichten, Düsseldorf, 1. 10. 04 -

Flexibel sein: Heute eine Stelle in Hamburg, nächstes Jahr in München und übernächstes vielleicht in London. Doch der Mensch ist mehr als ein „arbeitendes Wesen“: Jeder Umzug bedeutet, ein soziales Netz zu verlassen und ein neues zu knüpfen. Und das will gelernt sein.

Margarete Hucht ist vor einigen Jahren für einen neuen Job von Köln nach Berlin gegangen. Die Journalistin hatte den Vorteil, dort schon Leute zu kennen. „Ganz allein nach Buxtehude, das hätte ich sicher nicht gemacht“, gesteht sie. Heute fühlt sie sich in der Hauptstadt zu Hause, hat einen neuen Freundeskreis, Lieblingsorte und alles, was dazu gehört.

Gerade in Zeiten hoher Arbeitslosigkeit und Firmenfusionen ist nicht jeder Wechsel in eine andere Stadt Teil der eigenen Lebensplanung. „Oft hilft es, sich klar zu machen, was das schlimmere Übel ist – also sich zu fragen, was aus mir und

meiner Familie geworden wäre, wenn 'zu Hause' alles so weitergelaufen wäre wie bisher“, meint Wirtschaftspsychologin Christine Backhaus aus Heidelberg. Ein Neuanfang bietet häufig auch Chancen.

Wichtig: Ziehen Partner oder Familie mit, so ist das Ganze ein „Gemeinschaftsprojekt“. „Ist ein Familienmitglied unzufrieden, so wirkt sich das auf die ganze Familie aus“, weiß Hannelore Wolf-Stutz von Wolf Relocation Services in Baierbrunn. Die Diplom-Kauffrau, die insbesondere Expatriates im Raum München begleitet, hat die Erfahrung gemacht, dass vor allem mitziehende Partner, die nicht berufstätig sind, nach „drei Monaten ins Tourismusloch fallen“. „Sind alle Museen und Sehenswürdigkeiten abgeklappert, kehrt Frust ein.“

Neue Wurzeln schlagen zu können, hat immer auch etwas mit Loslassen zu tun. Doch: Eine neue Lebensqualität, die mit der alten mithalten kann, muss erst einmal wachsen. „Langjährige, vertrauensvolle Familien- und Freundschaftsbande müssen weiter gehegt werden“, so Christine Backhaus. Die Diplom-Psychologin sieht darin eine Energiequelle und einen sicheren Ort, „wo man das Visier seiner oft überlebensnotwendig gewordenen 'Ritterrüstung' mal hochklappen und sich fallen lassen kann“.

Ihr Rat: Gemeinsam mit den Daheimgebliebenen die neue Heimat entdecken! Die Stadt zeigen. Cafés erkunden, die das Zeug zum neuen Stammcafé haben. Das bringt auch Bestätigung für das, was man sich neu aufgebaut hat. Streicheleinheiten fürs Selbstwertgefühl eben. „Für manche Menschen ist es frustrierend, wenn die schöne neue Wohnung oder eine tolle Küche von anderen nicht bemerkt wird.“ Es ist wichtig, dass registriert wird, was man wieder geschafft hat.

Willkommen

Das Wohl-Gefühl

VDI nachrichten, Düsseldorf, 1. 10. 04 -

Wer sich als Gast in der eigenen Wohnung, sich als Urlauber am neuen Wohnort fühlt, kann sich nicht gut einleben. Daher ist es wichtig, die Stadt so schnell wie möglich – vielleicht sogar schon in einem Urlaub vor Stellenantritt – zu erobern. Wo sind Kinos, wo könnte ich zum Friseur gehen, welche Restaurants gibt es, wo sind schöne Bücherläden, wie fahren die öffentlichen Verkehrsmittel... Und: Während der Probezeit könnte es vielleicht Sinn machen, bei der Mitwohnzentrale unterzuschlüpfen. Später, wenn klar ist, dass man erst einmal bleiben wird, sollte man die Hotelsituation schnell abändern und sich eine eigene Wohnung einrichten. Zwischen Umzugskartons wird niemand heimisch ...

ab

„Hallo, ja, es ist alles gut gelaufen. Ich bin jetzt hier ... und du so weit weg ...“ Schluss mit dem Katzenjammer! Mit ein paar Kniffen ist das neue Home bald ein Castle. Foto: Mauritius

Auslandseinsätze werden seitens der Unternehmen zumeist mit Programmen zum Einleben begleitet; in großen Städten gibt's ebenfalls viele Veranstaltungen für „Newcomer“ aus anderen Ländern. Auch die „Relocation Services“ kümmern sich nicht nur um die formalen Angelegenheiten eines Orts- oder gar Länderwechsels, sondern organisieren soziale Foren: „Ich biete meinen Kunden einen Internationalen Stammtisch an“, so Hannelore Wolf-Stutz. Doch: Jeder Neustart erfordert Eigeninitiative – und das gilt nicht zuletzt für Neuankömmlinge, die innerhalb von Deutschland umziehen. Ein Geheimrezept hat auch die Relocaterin nicht – aber: „Offen und aktiv zu sein und Mut haben, Fragen zu stellen“, das ist das A und O.

„Man sollte versuchen, durch Freizeitaktivitäten in möglichst verschiedene Kreise zu kommen. Wenn man Glück hat, wird man dort wieder weitergereicht und ist nicht so auf eine Gruppe fixiert“, sagt Margarete Hucht. Möglichkeiten gibt es viele: Chor, Sport, Sprachkurse, Theater, Literaturkreise, ehrenamtliche Engagements ... Ein anderer Weg: eine Kontaktanzeige im Stadtmagazin, um z. B. andere „Neulinge“ aufzutun. Das schafft auch den nötigen Ausgleich zur Arbeit – die bringt zwar einerseits auch Sozialkontakte, doch um wirklich abschalten zu können, braucht es neben möglichen Aktivitäten mit Kollegen ein Umfeld außerhalb des Jobs.

Doch: Christine Backhaus beobachtet eine „Kontakt verhin dernde Gedankenmaschine“. Das heißt: Nur wenige gehen einem spontanen Impuls nach, einen neuen Bekannten anzurufen und ihn auf eine Tasse Kaffee einzuladen oder einen Kinobesuch vorzuschlagen. Angst vor Zurückweisung spielt da eine Rolle – aber auch vorweggenommene Antworten auf noch nicht gestellte Fragen, nach dem Motto: „Der will bestimmt ein ruhiges Wochenende machen.“ Oder „Die wohnt ja schon so lange hier und hat bestimmt keine Lust auf neue Freunde.“

Obwohl es aus vielfältigen Gründen auch mal ein „Nein“ geben kann, lohnt es sich, den ersten Schritt zu gehen. Margarete Hucht Tipp: an Leute anzuknüpfen, die man durch andere trifft. „Hilfreich ist es, schon vor dem Umzug bei Bekannten fragen, ob sie jemanden kennen, der jemanden kennt...“ Ihre Erfahrung: „Meistens freuen sich die Leute sogar, wenn man auf sie zukommt.“

ANDREA BEHNKE

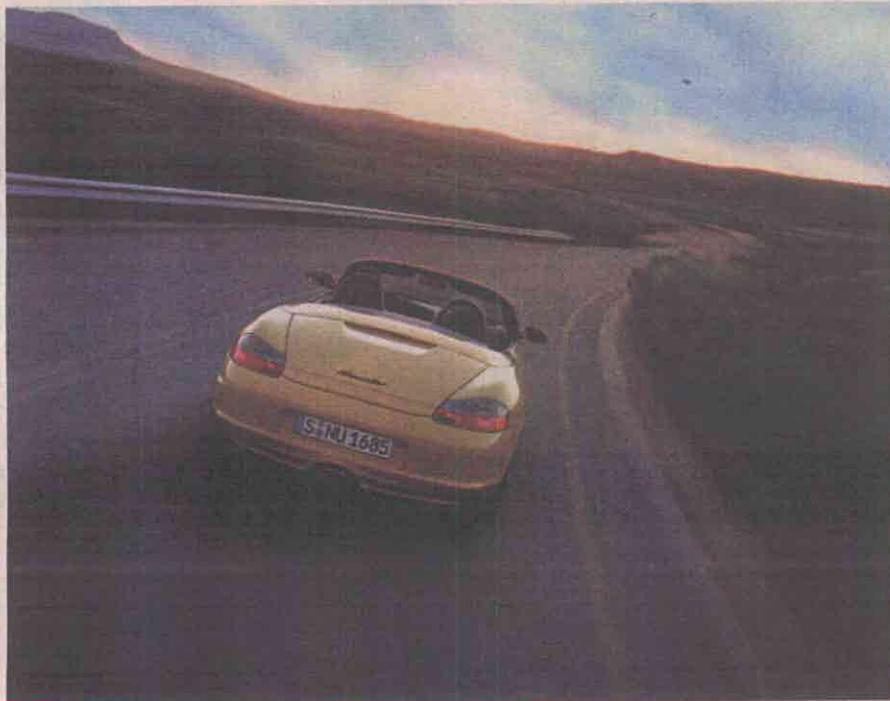
Relocation-Services Hilfe vom Profi

Manchmal – vor allem bei Wech s eln ins Ausland – spendieren die Unternehmen einen „Relocation Service“ (man kann diese Dienstleistung natürlich auch privat buchen). Wohnungs- oder Haussuche sowie sämtliche Behördengänge werden von den Relocatern, die sich als „Service-Allrounder“ verstehen, abgenommen. Aber auch Orientierungstouren, länderspezifische Info-Pakete und interkulturelle Trainings sowie Familienservice inklusive Kindergarten- und Schulsuche sind inbegriffen –

ab

Ein Netzwerk europäischer Agenturen:

www.relocation-professionals.net



Wo sonst kann man schon von dem Porsche unter den Praktikumsplätzen sprechen?

Informationen unter www.porsche.de/personal oder 0711 911-7911.



PORSCHE