

## Kulturschock

Das Konzept des Kulturschocks bezieht sich auf ein massives Schockerlebnis, das bei vielen Menschen einige Wochen oder Monate nach dem Erstkontakt mit einer anderen Kultur auftritt und zu einer Distanzierung von dieser Kultur führen kann. Alle Modelle, die den Akkulturationsprozess beschreiben (z.B. Oberg, 1960), gehen von einem U-förmigen Verlauf des Anpassungsprozesses aus (s. Abbildung), d.h. nach einer Phase der anfänglichen Euphorie kommt es zu einem Tief (Schock), das in verschiedene Grade der Akkulturation und Stabilität übergeht. Der Anpassungsvorgang an eine andere Kultur wird zunehmend als Wachstums- und Lernprozess begriffen, der Chancen für die eigene Entwicklung birgt (Pedersen, 1995).

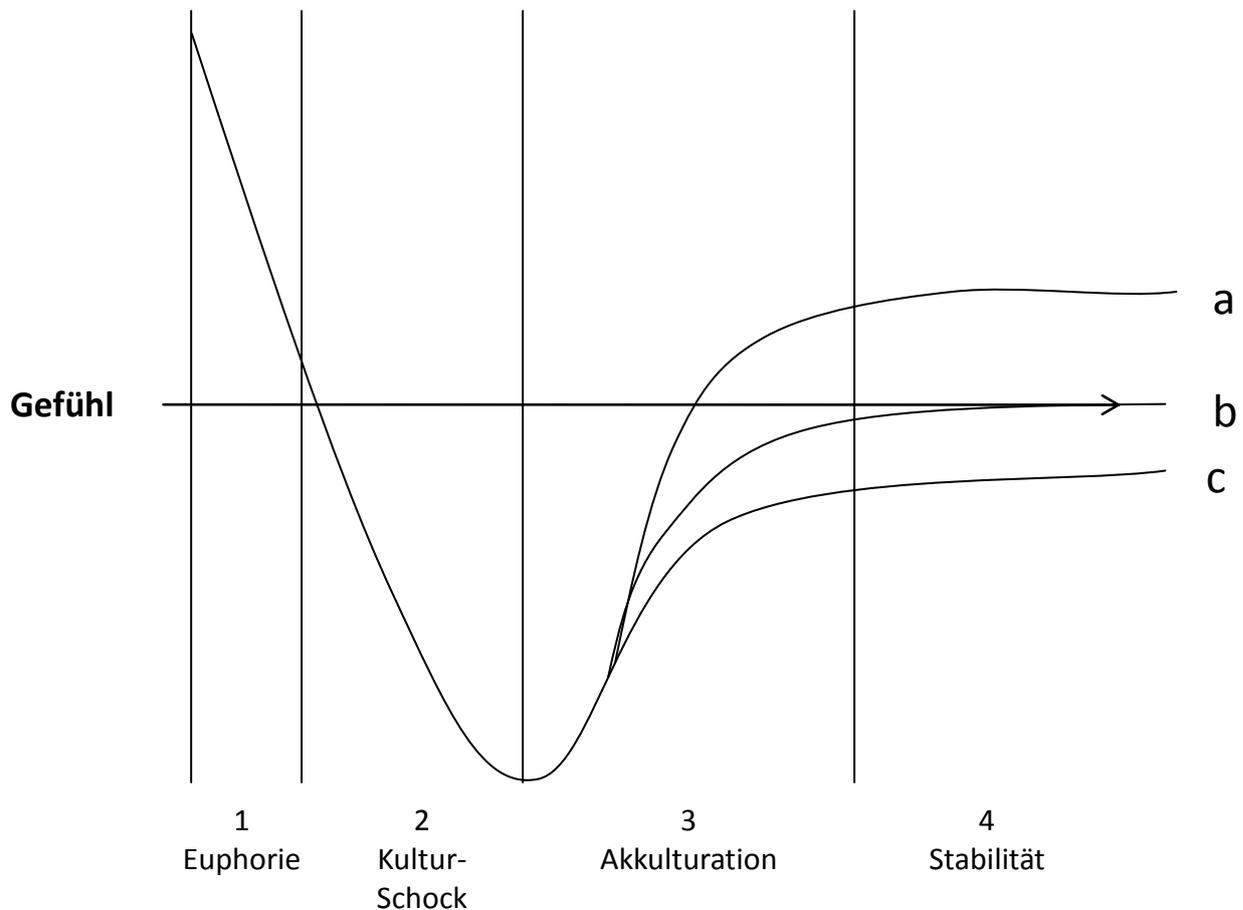


Abbildung: Phasen des Kulturschocks nach Oberg (1960)

Nach Oberg (1960) beinhaltet der Akkulturationsprozesse folgende Phasen:

- Euphorie (Honeymoon Stage): Die Einstiegsphase ist durch Hochgefühle charakterisiert. Man freut sich auf neue Erfahrungen und nimmt nur das positiv Erwartete wahr.
- Missverständnisse und Irritation (Kulturschock): Alltagsprobleme, welche durch Unterschiede in der Sprache, den Werten und den Verhaltens- und Denkweisen ausgelöst werden, summieren sich auf und führen zu übermäßig wahrgenommenen Missverständnissen und Einschränkungen. Die Krise wird durch Herausstellen der Unterschiede sowie Rückzug auf den Umgang mit Landesleuten verschärft und kann zu unüberwindbaren Konflikten führen. Frustrationen und Stress sind die Folge.
- graduelle Angleichung/Akkulturation: Die dritte Phase tritt als schleichender Prozess ein und etabliert sich über Anpassung an die fremde Kultur. Verständnis und wahrgenommene

---

Beherrschbarkeit der Situation nehmen zu. Bestenfalls wird die fremde Kultur nicht lediglich geduldet, sondern in das Selbstbild integriert und somit als nicht ersetzbarer Teil des Lebens angesehen.

- Stabilität: Der Kulturschock kann seinen Ausklang in einer vollständigen oder zumindest teilweise vollzogenen Anpassung und wiederhergestellten Funktionalität finden. In diesem Fall hat der Entsandte positive (a) oder neutrale Gefühle (b) gegenüber der neuen Umgebung. Falls sich in der letzten Phase eine negative Gefühlslage (c) einpendelt, wird die neue Umgebung als negativ wahrgenommen, und es kann z.B. zu einem Abbruch der Auslandsentsendung kommen.

### Literatur

Oberg, K. (1960). Cultural Shock – Adjustment to new Cultural Environments. *Practical Anthropology* 7, 177-182.

Pedersen, P. B. (1995). *The Five Stages of Culture Shock. Critical Incidents Around the World*. New York: Greenwood.