

Familiäre Spannungen

Meine Eltern hängen an der Vergangenheit,
während ich versuche, hier Fuß zu fassen.

Fehlende Anerkennung

Vom Arzt zum Taxifahrer:
Niemand sieht, wer ich vorher war

Loyalitätskonflikt

Egal was ich tue,
ich enttäusche immer jemanden.
Entweder meinen deutschen Mann hier
oder meine Familie im Herkunftsland.

Übergangene Trauer

Ich passe mich halt an.
Man muss eben nach vorne schauen,
es bringt nichts, zurückzuschauen

Migrationsbedingte depressive Episode

Hier ist alles so schwer geworden,
selbst Dinge, die früher leicht waren.

Ausgeschlossen- heitsgefühl

Ich werde nie ganz dazugehören,
egal wie lange ich hier lebe und
ob ich einen deutschen Pass habe oder nicht.

Kulturelle Obdachlosigkeit

Ich bin hier, aber nichts fühlt sich mehr
wie ‚mein Ort‘ an

Ambivalenzkonflikt bei Migration

Ich will hier sein – und gleichzeitig wünsche ich
mir jeden Tag zurückzugehen

Fortgehen heißt ein wenig sterben

Es ist, als würde man
dem eigenen Tod beiwohnen.
Alle sprechen über die Zukunft und machen
Pläne, in denen man nicht mehr vorkommt.

Migrationsbedingte Einsamkeit

Niemand wird mich dort kennen;
dort werde ich niemand sein.

Ohnmacht und Wut

Meine Eltern haben entschieden, daß wir am
Ende des Jahres das Land verlassen werden.
Ich bin so sauer auf Papa! Alles dreht sich nur
um ihn. Wir anderen zählen überhaupt nicht! ...
Mama ist auch traurig. Sie hat hier doch ihre
sichere Stellung ...

Anpassungsstörung

Ich funktioniere irgendwie,
aber innerlich komme ich hier nicht an

Überanpassung

Ich passe mich so stark an,
dass ich mich selbst kaum wiedererkenne

Migrationsbedingte Angststörung

Ich habe ständig das Gefühl,
etwas falsch zu machen
in diesem neuen Land

Soziale Phobie im Migrationskontext

Ich meide Begegnungen
und spreche lieber nicht,
weil mein Akzent sofort auffällt
und ich mich schäme.

Migrationsbedingte Identitätsdiffusion

Ich weiß nicht mehr genau, wer ich bin –
hier bin ich niemand richtig