

PSYCHOLOGIE HEUTE



Jetzt Newsletter abonnieren

und Dossier mit dem Thema „Zwischen 15 und 25“ gratis erhalten



GESELLSCHAFT

Neues Land, altes Ich

Auswandern wird oft romantisch dargestellt. Doch auf die Euphorie folgt Frust. Warum auch schwierige Phasen wichtig sind: eine Selbsterfahrung.

VON ANNIKA BROHM



07. JAN 2022

Was Freiheit für mich bedeutet, fand ich mit neun Jahren heraus. Ich stand auf der Ladefläche eines Geländewagens, meine Tante lenkte einen alten „Bakkie“ über die Schotterwege einer Farm in Namibia. Einige Jahre zuvor war sie in den Südwesten Afrikas ausgewandert. Vor mir lagen fünf Wochen Sommerferien und 16000 Hektar Farmland mit hunderten Pferden, Rindern und Antilopen, hinter mir lag der Schulalltag in Deutschland. Ich fühlte mich ein bisschen wie Pippi Langstrumpf auf Safari. Alles war ein großes Abenteuer für mich.

Zurück in Deutschland jagte ich diesem Gefühl der Freiheit und puren Zufriedenheit immerzu hinterher. Doch egal was ich auch tat oder wo ich gerade lebte: Ich fand es nicht mehr. Nur bei meinen regelmäßigen Reisen nach Namibia. Als Jugendliche nagten Essstörungen und Depressionen an mir. Und obwohl immer irgendwie alles weiterlief, mit

den gewöhnlichen Höhen und Tiefen, wurde ich einen Gedanken nicht los: Wie würde mein Leben wohl aussehen, wenn ich nach Namibia auswandern würde?

Die Probleme ziehen mit um

Zwanzig Jahre nach meinen ersten Ferien auf der Farm kündigte ich meinen festen Job und meine Wohnung in Frankfurt. Ich packte all meine Sachen und wanderte aus, so wie meine Tante Ende der Neunziger, die ihrer Liebe zum Land und einem namibischen Farmer gefolgt war. Meine Eltern und Geschwister waren nicht überrascht. „Darauf habe ich schon lange gewartet“, hat meine Mutter gesagt. „Ich hatte schon immer das Gefühl, dass du dort glücklicher bist“, erzählte mir eine gute Freundin. Es war eine ehemalige Professorin, die mir einen Satz schrieb, an den ich seither immer wieder denken musste: „Sie können auswandern, aber Ihre Probleme werden Ihnen folgen.“

Den kompletten Artikel können Sie bei uns kaufen oder freischalten.

DIE REDAKTION EMPFIEHLT

LEBEN

Ruhe im Kopf

Sorgenschleifen können sich verselbstständigen und großen Einfluss auf unser Leben haben.

BEZIEHUNG

Und wann ist das nur doch nicht Liebe?

Und wenn ich ihn nun doch nicht liebe?

Zweifel an der eigenen Beziehung sind eine große Belastung – für den Partner und insbesondere den Betroffenen.

LEBEN

Narzissmus

Die Persönlichkeitsstörung ist in aller Munde – überall lauern scheinbar selbstverliebte Ego manen. ► Doch wie tickt ein Narzisst wirklich?

MEISTGELESEN

1 GESELLSCHAFT

Passiv-aggressiv?

Psychologie nach Zahlen: Fünf Erkenntnisse über passiv-aggressives Verhalten – und wie man ihm begegnen kann.

2 BEZIEHUNG

Herr Haggerty, wie geraten Paare in Isolation?

Sozialpsychologe Ben Haggerty erklärt, welche Bedingungen zur Isolation von Paaren führen und was sie dagegen tun können.

3 LEBEN

Narzissmus

Die Persönlichkeitsstörung ist in aller Munde – überall lauern scheinbar selbstverliebte Ego manen. ► Doch wie tickt ein Narzisst wirklich?