



## Jugendaustausch als Prozess

*Wer sich entscheidet einen Austausch zu machen, sei es in Form eines Schulaustausches, eines Freiwilligeneinsatzes oder eines Auslandpraktikums, durchläuft immer drei Phasen: Die Vorbereitung, der Austausch und die Rückkehr. Im nachfolgenden Beitrag werden die drei Phasen genauer erläutert.*

### Vorbereitung

Am Anfang jedes Austausches steht die Vorbereitung. In dieser Phase geht es in erster Linie darum sich mit grundlegenden Fragen auseinanderzusetzen: *Wo will ich hin? Welche Sprache möchte ich lernen? Wie lange soll der Aufenthalt sein? Welche finanziellen Möglichkeiten stehen mir zur Verfügung? Was ist genau mein Ziel?* Sind diese Grundfragen mehr oder weniger geklärt, geht es in einem weiteren Schritt darum, sich über die verschiedenen Organisationen und Austauschmöglichkeiten zu informieren und sich für ein geeignetes Programm zu entscheiden. Bei diesem Auswahlprozess spielt die persönliche Zielsetzung eine zentrale Rolle. Darüber hinaus sollten in dieser Anfangsphase Abklärungen für ein Stipendium vorgenommen werden, falls die finanziellen Möglichkeiten einem Austausch im Wege stehen.

Mit der Anmeldung für ein bestimmtes Programm, sind die ersten Grundsteine gesetzt und es folgt die eigentliche Vorbereitung. Diese zieht sich meist über einige Monate hinweg und nimmt etwas Geduld in Anspruch. Nach einer Anmeldung klärt die Austauschorganisation ab, ob man für das gewählte Programm überhaupt geeignet ist. Diese Abklärungen finden vorwiegend in Form von persönlichen Gesprächen oder Workshops statt, an denen interessierte Schülerinnen und Schüler anhand verschiedener Aktivitäten spielerisch auf ihren Austausch vorbereitet werden. Nebst diesen Abklärungen gehören Aspekte wie eine ärztliche Untersuchung oder eine Passerneuerung zur Vorbereitung. Je nach Land und gewähltem Programm, empfiehlt es sich ausserdem bereits vor der Abreise einen Sprachkurs zu absolvieren und sich über das spezifische Land, die Kultur, Religion und Politik zu informieren.

## **Austausch**

Der Austausch kann als die zweite Phase des gesamten Austauschprozesses verstanden werden. Dieser besteht aus zwei Komponenten: Dem emotionalen Befinden und den erworbenen Kompetenzen. Ein Jugendaustausch geht immer mit einer anfänglichen Euphorie einher. Zu Beginn sind Schüler voller Erwartungen und freuen sich auf das Neue. Diese Euphorie hält jedoch in den meisten Fällen nicht lange an. Was folgt, ist ein sogenannter Kulturschock, der als ein Verarbeitungsprozess neuer Gegebenheiten und Lebensstilen verstanden werden kann. Nach diesem emotionalen Tief kommt es wieder zu einer Normalisierung und Anpassung an die neue Lebenssituation.

Nebst dem emotionalen Befinden, das sich über den Austausch hinweg verändert, ist der Erwerb von persönlichen Kompetenzen ein wichtiger Bestandteil des Austausches. Wer an einem Austausch teilnimmt, lernt nicht nur eine neue Sprache, sondern eignet sich auch kulturelle Kompetenzen an. In einem Austausch wird das Selbstvertrauen, die Eigenverantwortung und die Fähigkeit fremde Sichtweisen differenziert zu betrachten gestärkt.

Die Auseinandersetzung mit dem Anderen, als auch der erfolgreiche Erwerb von Kompetenzen hängen von der Betreuung während dem Austausch ab. Je nach Organisation und gewähltem Austauschprogramm ist die Betreuung unterschiedlich. Während bei einem kürzeren Austausch die Begleitung in einer Gruppe mit anderen internationalen Austauschschülerinnen und Austauschschüler stattfindet, ist die Unterstützung bei einem längeren Austausch meist in Form einer persönlichen Begleitung. In diesem Fall wird den Schülerinnen eine Person zugeteilt, die als Ansprechperson, als Coach während dem Austausch und zudem als Vermittler in schwierigen Situationen dient.

## **Rückkehr**

Die Rückkehr, als dritte Phase, ist ein wesentlicher Teil des Jugendaustauschprozesses der oft unterschätzt wird. Wie in der zweiten Phase, erleben Schüler nach ihrer Rückkehr einen umgekehrten Kulturschock. Vielen fällt es schwer sich wieder an ihre Heimat zu gewöhnen und das Erlebte mit ihren Bekannten und Verwandten zu teilen. Daher ist eine adäquate Betreuung nach der Rückkehr ebenso wichtig. Zahlreiche Organisationen führen sogenannte Camps durch, um den Zurückgekehrten die Möglichkeit zu geben, ihre Erfahrungen und Emotionen mit anderen Austauschschülern zu teilen und darüber zu reflektieren. Oftmals arbeiten Zurückgekehrte als Freiwillige, was ihnen ebenfalls hilft ihre eignen Eindrücke zu verarbeiten. Sie begleiten Jugendliche, die in der Schweiz ein Austauschjahr machen, helfen an Informationsveranstaltungen mit und informieren Schüler, die an einem Austausch interessiert sind.