

# Jetlag der

Sie sind die willkommenen Immigranten, gut ausgebildet, gut verdienend. Doch viele werden in der Schweiz nicht glücklich. Die Psychologie hat für das neue Globalisierungsleiden auch schon einen Ausdruck: der Expat-Blues. **Von Joel Bedetti**

# Seele

**A**n einem Herbsttag 2008 stand Ana Jures auf dem Balkon ihrer Attikawohnung und rümpfte die Nase. Ein unbekannter, süsslicher Geruch stach ihr in die Nase. Jures, eine zierliche, blonde Kroatin, suchte ihr Blickfeld nach einer Quelle des Geruchs ab, nach einer Mülltonne oder einer Fabrik, aber da war nichts, nur die Mehrfamilienhäuser von Bassersdorf, einer Agglosiedlung nahe dem Flughafen Zürich. Dann merkte Ana Jures, dass der Geruch aus der Wiese unter ihrem Haus aufstieg. Später fragte sie ihre Schweizer Nachbarin. Ana Jures hatte das erste Mal in ihrem Leben Gülle gerochen. Doch die Gülle war ihr geringstes Problem. Es ging ihr nicht gut, und es wurde mit jedem Tag schlimmer.

Jures, 26 Jahre alt, war vor einigen Monaten mit ihrem Mann und ihrer einjährigen Tochter Emma hergezogen. Zuvor lebten sie in der Heimat ihres Mannes, Ecuador, wo dieser im Investmentbereich einer Schweizer Grossbank arbeitete. Sie lebten in einem grossen Haus mit der Familie ihres Mannes und den Bediensteten. Doch Ana Jures vermisste Europa. Und sie wollte ihre neugeborene Tochter in eine gute Schule schicken. Also bat ihr Mann um Versetzung.

Sie kamen an einem bedeckten Apriltag in Zürich Kloten an. Im ersten Monat wohnten sie in einer Altbauwohnung im Zürcher Zentrum, welche die Bank zur Verfügung stellte. Dann zogen sie nach Bassersdorf, in die erste Wohnung, die Ana Jures gefunden hatte.

## Alles grau

Hier, in der Zürcher Agglomeration, schien alles grau, der Himmel, die Häuser, sogar die Menschen. Ana Jures vermisste das volle Haus in Ecuador. Aber vor allem vermisste sie ihre Heimat Kroatien, wo sie einen Steinwurf vom Meer entfernt aufgewachsen war. Sie vermisste das Salz in der Luft, das Zischen der Brandung.

Ana Jures war einsam, wie sie es sich nie hätte vorstellen können. Sie kannte niemanden in der Schweiz. Die Nachbarn waren freundlich, aber distanziert. Ihr Mann arbeitete am Paradeplatz am Lateinamerika-Desk. Er ging vor acht Uhr und kam nach acht heim, wenn er nicht noch Abendessen mit Kunden hatte.

Ana Jures musste die Wohnung einrichten, einen Telefonanschluss besorgen. Sie sprach kein Deutsch, und in Bassersdorf sprachen nicht alle englisch. Abends kam ihr Mann müde von der Arbeit heim und sagte: «Wir brauchen Möbel und Vorhänge.» Ana Jures sagte: «Wo kann man denn hier Möbel kaufen?» Er sagte: «Ich weiss nicht, finde es heraus.»

Sie übersetzte Briefe von den Behörden mit Google-Translator. Als sie es geschafft hatte, einen Telefonanschluss einzurichten, nahm sie das

Telefon nicht ab, weil sie diese komische Sprache, die aus dem Hörer tönte, nicht verstand. Einmal nahm sie doch ab und kaufte aus Versehen ein neues Telefonabonnement.

Wenn ihr Mann auf Geschäftsreise ging, und das tat er oft, weil er im Job alles richtig machen wollte, stieg auch Ana Jures ins Flugzeug und reiste mit Emma zu ihrer Mutter nach Kroatien. Wenn sie nach drei Wochen wieder zum Flughafen fuhr und an die Ankunft in Bassersdorf dachte, weinte sie. Dann war sie im *Swiss Mood*. Einmal blieb Ana Jures zu Hause, als ihr Mann verreiste. Sie verliess die Wohnung nur, um einzukaufen. Sie redete nur mit Emma, dieser kleinen Person, die immer nur etwas wollte. Jeden Tag sagte sich Ana Jures: Steh diesen Tag durch.

## Gummiboot auf dem Meer

Nachts träumte Ana Jures. Manchmal fielen ihr im Traum die Zähne aus. Einmal war sie mit ihrem Mann und Emma am Strand in Kroatien. Sie musste ihre Grossmutter irgendwohin bringen, und als sie zurückkehrte, stürmte es. Emma trieb auf einem Gummiboot aufs offene Meer hinaus. Ihr Mann stand auf einem Felsen und streckte den Arm aus, bekam das Boot aber nicht mehr zu fassen. Manchmal schlafwandelte Ana Jures. Sie ging zu Bett und wachte auf der Couch auf. Seit vier Jahren lebten sie nun in der Schweiz, und Ana Jures hatte das Gefühl, ihr Leben ziehe an ihr vorbei.

Ihr Mann gehörte zu den Top-Performern seiner Bank. Einmal durften diese mit ihren Ehepartnern ans Jazzfestival Montreux. Im Jahr darauf ging es nach Panama, aber diesmal ohne Ehefrauen. Ana Jures fragte ihren Mann: «What the Fuck, die haben nicht einmal Geld, um die Ehefrauen auch einzuladen?» Er sagte: «Wirtschaftskrise.» Wenn sie ihn dringend brauchte, hatte er ein Meeting. Einmal fuhr Ana Jures mit Medikamenten vollgepumpt in den Kindergarten, um Emma zu holen, und kollidierte beinahe mit einem anderen Auto.

Dann war ihr Mann eines Tages zu Hause und versuchte im Bad, Emma einen Rossschwanz zu machen. Die Kleine schrie, er rief um Hilfe. Ana Jures, inzwischen 30, dachte: «Wo bin ich in dieser Geschichte?» Sie googelte nach Hilfe und fand die Website von Martina Famos, einer Psychologin, die auf «Counseling for Expatriation, Integration and Acculturation» spezialisiert ist.

«Wir brauchen Möbel.» «Wo kann man denn hier Möbel kaufen?» «Ich weiss nicht, finde es heraus.»





Zu den Kunden von Martina Famos, 48, gehören immer häufiger hochqualifizierte Einwanderer, manchmal nennt man sie auch «Expats», die sich in der boomenden Schweiz niederlassen. Oft leiden sie am «Expat-Blues», einer Migrationsdepression. «Es gibt für die Migrationsforschung einen Zyklus», sagt Martina Famos. «Zuerst erlebt man die Honeymoon-Phase: Alles ist neu und aufregend, wie in den Ferien.» Dann müsse man das Leben organisieren und realisieren, wie fremd man hier sei. Dass die Post anders funktioniert, auch wenn der Starbucks-Kaffee derselbe sei.

Dieser Ernüchterung, erzählt Famos, folge eine Trauerphase, die gerade bei den *Trailing Spouses* lange dauern könne. Denn die mitreisenden Ehepartner, meist Frauen, lassen Freunde, Familie und Arbeit in der Heimat zurück und stehen in der Fremde vor dem Nichts. An ihnen bleibt auch die Integration hängen. «Die Männer bleiben in der Subkultur ihrer globalen Firmen, die überall auf der Welt gleich funktioniert», sagt Martina Famos.

Doch auch die Männer haben es nicht leicht, betont die Therapeutin. Oft hätten sie das Gefühl, dem Arbeitgeber, der den Umzug bezahlt hat, etwas schuldig zu sein. «Sie mucken nicht auf, auch aus Angst um die Karriere», sagt Famos. Einige Firmen würden das ausnutzen. Martina Famos erzählt von Männern, die nach Feierabend von ihren Vorgesetzten, die selbst kaum ein Privatleben haben, zu langen Essen und Barbesuchen genötigt werden. Dass es ihren Frauen schlecht gehe, würden die Männer unter diesem Druck oft nicht erkennen.

### Es dauert

Martina Famos empfiehlt ihren Klientinnen, die am Expat-Blues leiden, Veranstaltungen und Vereine zu besuchen und Deutsch zu lernen. Vor allem aber macht sie ihnen klar: Es dauert, bis man heimisch wird.

Ana Jures serviert Kaffee auf dem Balkon ihrer Attikawohnung in Basersdorf. Jures schaut in die Maisonne. Die Aussicht: Wohnhäuser, Wald. Um die Ecke stehen die Migros und ein Guggeli-Stand. Unten rufen sich Kinder «Arschloch» zu und spielen mit ferngesteuerten Autos. «Es ist schön hier, ein schöner Ausblick auf das Grüne», sagt Jures.

Das erste Erfolgserlebnis von Ana Jures war in einer Apotheke. «Sie mussten mir zuhören, bis sie verstanden, was für Schmerzen ich hatte.» Seit einem Jahr arbeitet Jures im Luxushotel Dolder als Masseurin. Ihr Diplom als Physiotherapeutin erkennt die Schweiz nicht an, sie müsste ein Praktikum und eine Prüfung ablegen. Es gefalle ihr aber im Dolder, sagt Jures, die Kolleginnen kommen aus ganz Europa, manchmal geht sie mit ihnen nach der Arbeit etwas trinken.

Im Kindergarten hat Ana Jures andere Eltern kennengelernt, darun-

ter eine Bosnierin, mit der sie manchmal Kaffee trinkt und die Emma hütet, wenn Jures etwas erledigen muss. Manchmal lädt ihr Mann Arbeitskollegen und deren Frauen zum Nachtessen ein. Vor kurzem hatte er dann die Idee, nach Panama zu ziehen, weil er dort näher bei den Kunden wäre. Doch Ana Jures will nicht. «Nicht jetzt. Er versteht nicht, was ich alles durchgemacht habe, um auch nur dieses bisschen Glück zu erreichen.»

Der Expat-Blues ist die Nebenwirkung eines internationalen Arbeitsmarktes, der durch Billigflüge, Skype und Businessenglisch zusammenwächst. In der Schweiz ist er zudem das Phänomen einer neuen Einwanderung. Bis in die neunziger Jahre «unterschichtete» die Migration die heimische Bevölkerung: Italiener, Portugiesen, Tamilen und Kosovaren waren schlechter gebildet und verdienten weniger als die Schweizer. Und sie kamen, weil in ihrer Heimat Krieg oder Armut herrschte.

Die neue Einwanderung, die seit dem Jahrtausendwechsel und verstärkt seit der Personenfreizügigkeit 2002 registriert wird, «überschichtet» die Schweizer, wie eine Studie des Zürcher Amtes für Wirtschaft von 2012 schreibt. Die hochqualifizierten Einwanderer aus Westeuropa, den USA, Indien haben in der Regel einen Hochschulabschluss und verdienen mehrheitlich über 100 000 Franken im Jahr. Und sie kommen nicht, weil sie in ihrer Heimat keine Zukunft sehen, sondern weil sie als Spezialisten gerufen werden oder weil sie ihr Glück in einer prosperierenden Wirtschaft versuchen wollen.

Diese hochqualifizierten Migranten, die typischerweise zwischen 25 und 39 Jahre alt sind und als Paar anreisen, nennt man in der Regel «Expats», obwohl damit Fachkräfte gemeint sind, die per Vertrag nur für wenige Jahre ins Ausland gehen. 53 Prozent der gut gebildeten Einwanderer, sagt die Studie, kommen aber mit der Absicht, sich auf Dauer niederzulassen. Zwei Drittel bekunden jedoch Mühe mit der Integration.

Am Telefon erzählen *Trailing Spouses*, die in ihrer Heimat als Marketingleiterinnen oder Juristinnen gearbeitet haben, wie sie stundenlang im Supermarkt stehen und jedes Produkt anschauen, um die Zeit totzuschlagen. Oder sie berichten von ihren Schokolade-Fressattacken. Aus dritter Hand erfährt man auch von Frauen, die so depressiv wurden, dass sie stationär behandelt werden mussten. Die Behandlung des Expat-Blues ist zu einem Gewerbe von Coaches und Therapeuten geworden, die sich häufig ihrerseits aus der Gemeinschaft der hochqualifizierten Zuwanderer rekrutieren.

In den vergangenen Jahren hat sich gerade in Zürich ein Angebot entwickelt, dank dem man problemlos seine Tage durchbringen kann, ohne je ein Wort Deutsch zu sprechen.

## Schweiz auf Rang sieben

Weltweit gibt es schätzungsweise 40 Millionen Expats, Tendenz stark steigend. Expat-Hochburgen sind die USA und Europa, wobei Asien diesen Kontinenten langsam den Rang ablauft. Laut einer Studie der britischen Bank HSBC bleiben Expats in Europa jedoch länger oder lassen sich gar nieder, während der mittlere und ferne Osten wegen der finanziellen Anreize besonders attraktiv ist. Die Schweiz belegt auf der Skala der beliebtesten Expat-Destinationen den siebten Rang.

Neben unzähligen Facebook- und Meetup-Gruppen gibt es für die jüngeren Arbeitstätigen die Partys und Bar-Abende der weltweiten Organisation «Internations», die zugleich eine informelle Job- und Partnerbörse ist.

Für die *Trailing Spouses* gibt es Frauenvereine wie den American Womens Club mit 350 Mitgliedern, der allen Angelsächsinen offensteht. Nimmt man mit ihnen Kontakt auf, geben sie sich nicht gerade die grösste Mühe, den Eindruck einer Parallelsellschaft zu zerstreuen. Erin, die Sekretärin des Americans Women Club, sagt am Telefon, dass man eine private Gesellschaft sei und Journalistenbesuch eher nicht vorgesehen seien. Eine E-Mail an den Vorstand mit der Bitte, einmal ein Treffen besuchen zu können, hat eine freundliche Ablehnung zur Folge. Man verweist an den Frauenverein Ziwa, die Zürich international Women Association.

### Kein Interesse

Aber auch Ziwa-Präsidentin Dawn Powling, Engländerin, scheint an engerem Kontakt kein grosses Interesse zu haben. Sie antwortet freundlich auf ein paar Fragen, die Anfrage, ob man bei einem Treffen vorbeischauen könne, versendet aber. Das Angebot der Organisation, die laut Dawn Powling 750 Mitglieder und über 70 *Activity Groups* zählt, ist riesig. Man trifft sich zum Plaudern im Starbucks, zum Kürbiskauf auf Bauernhöfen, zum Bridge-Spielen, zum Yoga und in Bücherklubs.

Gerade die *Trailing Spouses* mit ihren komfortablen Zeitbudgets bilden eine eng vernetzte Gemeinschaft. «Don't fuck it up», sagte mir eine Freundin, bevor ich mich dort vorstellte», erzählt eine *Trailing Spouse*. Nicht allen aber behagt dieses Leben. «Ich ging ein paarmal an solche Veranstaltungen», sagt eine Amerikanerin, «aber ich fühlte mich nicht wohl. Die Leute dort versuchten so zu leben wie zu Hause, aber sie waren nicht zu Hause. Es war, als lebten sie in einer Blase.»

Manche *Trailing Spouse* erfindet sich in der Fremde neu, zum Beispiel mit einem eigenen Geschäft. An den Expat-Messen, die jedes Jahr in den grösseren Städten stattfinden, sieht man Stände für Lebensberatung, englische Bildungsangebote in der Schweiz, Nanny-Vermittlungen oder auch einen Expat-Shop, an dem sich Briten und Amerikaner mit Marmelade, Schokolade und Keksen aus der Heimat eindecken können.

Für Human-Resources-Abteilungen sind Heimweh und Einsamkeit nicht nur persönliche Schmerzen, sondern es sind auch Transaktionskosten im Personalmarkt, die es zu vermeiden gilt. Wenn die *Trailing Spouses* unglücklich sind, arbeiten ihre Partner schlechter, oder sie ziehen gleich in die Heimat zurück. Das passiert regelmässig.

Deshalb nehmen sich die Unternehmen des Expat-Blues an. In der

Schweiz wenden sie sich in der Regel an das «Spouse Career Center», das mit 25 Angestellten in Zürich, Basel und Lausanne das einzige grössere Unternehmen dieser Art ist. «Bei uns kann man zwei Packages buchen», erklärt Sabine Binelli, «Business Manager and Consultant, das Jobsuche-Paket, und das Settling-Paket.» Das erste enthält die Suche nach einer Arbeitsstelle für den Partner, das zweite hilft im Umgang mit Behörden und bei der Wohnungssuche.

«Viele Männer haben ein Schuldbewusstsein, weil die Frau nur wegen ihnen mitgekommen ist», sagt Sabine Binelli. Sie erzählt von einer Bauberaterin aus Portugal, die weder gut englisch noch deutsch sprach und schon beim ersten Gespräch fast ununterbrochen weinte. «Ihr Mann übte extremen Druck auf uns aus», sagt Binelli. Die Jobsuche war schwierig, nach ein paar Monaten trennte sich die Frau von ihrem Mann und kehrte nach Portugal zurück.

Die Hälfte ihrer Kunden hätten nach vier Monaten einen Job, betont Binelli. Doch gerade bei Personen von ausserhalb des EU-Raums könne die Stellensuche schnell ein Jahr dauern, weil die Schweiz Diplome erst nach aufwendigen Nachweisen anerkenne, wenn überhaupt. In der Zwischenzeit weisen Sabine Binelli und ihre Kolleginnen die Kunden an, Deutsch zu lernen - und nicht zu oft in die Heimat zurückzukehren. «Das macht alles nur noch schlimmer», sagt Binelli.

### Es ist anders gekommen

Joanne kam vor zwölf Jahren in die Schweiz. Ihr Plan war, einige Jahre zu bleiben und dann wieder in die Heimat, die USA, zu reisen. «Aber es ist anders gekommen», sagt sie. Joanne, klein und mit nussbraunem Haar, sitzt im Restaurant Bärengasse, das im Atrium des CS-Hauptsitzes am Paradeplatz untergebracht ist. Das Licht ist gedimmt, die Kellner huschen in weiss-schwarzen Uniformen umher und servieren 60-Franken-Hauptgänge. Joanne, die eigentlich anders heisst, bestellt mit Akzent einen Weisswein. Und erzählt, wie sie in der Schweiz doch noch heimisch wurde.

Nach fünf Jahren in Zürich orderte die Firma Joanne zurück in die USA. Doch ihr gefiel es hier, sie wollte nicht gehen. Sie kündigte und fand einen Job in einer anderen Bank; sie heiratete, liess sich aber wieder scheiden. Doch dann verlor sie im Sog der Finanzkrise den Job. «Ich fühlte mich als Versagerin; nichts klappte, wie ich es geplant hatte», erzählt sie. «Ich lag in der Nacht wach und fragte mich, was ich hier verloren hatte.» Nach der Arbeit brach Joanne zusammen, weinte, ass Schokolade. Sie ging zu Psychologen und nahm Antidepressiva. Doch sie hielt durch und blieb.

«Früher fragte ich mich immer: «Will ich hier bleiben oder will ich nach Hause?»», sagt Joanne, «aber nach einer Weile verschwimmt der

Begriff. Man weiss nicht mehr, wo zu Hause ist.» Nach Amerika fliegt sie nur noch an Weihnachten. Das Leben in beiden Ländern gehe weiter, sagt Joanne. «Würde ich zurückkehren, bekäme ich wohl einen massiven Kulturschock.» Sie erzählt von Bekannten, die nach der Rückkehr in die USA wieder in die Schweiz kamen. «Man hat so vieles hier: gute Dienstleistungen, Kultur, gutes Essen, Sicherheit, den Zoo.» Joanne will nun den Schweizer Pass beantragen. Sie wird sich bald Staatskundebücher kaufen.

Im Zürcher Stadthaus sind 50 Personen am Informationsabend «Living and Working» der Stadt Zürich versammelt. Sie kommen unter anderem aus den USA, aus Frankreich, Indien, Grossbritannien, und sie sind in den vergangenen Monaten in Zürich angekommen, wegen eines Jobs, eines Partners, um einen Job zu finden.

Danijela Erden und Rosanna Raths-Cappai von der Integrationsförderung der Stadt Zürich spielen zu Beginn einen Film der Standortförderung ab. Zu Bildern vom Zürichsee, vom Nachtleben und von Businessmeetings pumpt ein Beat, und eine britische Stimme verspricht: «Zurich is a small, cosmopolitan Metropolis in the Heart of Europe. It's easy to live a good life in Switzerland.»

Danijela Erden fragt die Anwesenden, die in den vergangenen Monaten in Zürich angekommen sind: «Wer kennt einen Schweizer?» Ein paar Hände gehen in die Höhe. Erden lacht. «Wer findet, dass es einfach ist, Schweizer kennenzulernen?» Nur wenige Hände gehen in die Höhe. Erden rät den Zürchern, in Vereine und regelmässige Veranstaltungen zu gehen.

Dann informieren Erden und Raths-Cappai das Publikum über Abfalltrennung, Waschküchenplan, Halbtax, AHV und die hierzulande üblichen drei Begrüssungsküsschen. Zum Schluss schwärmt eine Amerikanerin, die schon lange in der Schweiz lebt, vom Leben in Zürich. Sie rät, sich am örtlichen Leben zu beteiligen. «Die Schweizer schätzen es, wenn man ein paar Sätze auf Deutsch weiss.»

Auch die Behörden haben mittlerweile die gut gebildeten Einwanderer entdeckt. Ihr Potenzial liege brach, meinten die Autoren einer neuen Studie des Zürcher Amtes für Migration zur Einwanderung der letzten zehn Jahre. Die Forscher schlagen ein kantonales «Dual Career Center» vor, um das ökonomische Potenzial der gut

«Manche Leute schaffen es nicht, hier glücklich zu sein. Aber ich glaube, dass ich es schaffen kann.»

gebildeten *Trailing Spouses* aususchöpfen. Und wenn diese arbeiten können, darf man vermuten, werden sie auch glücklicher.

Es geht aber auch um Potenzial für Freiwilligenarbeit. Gerade bei Zuwanderern aus dem angelsächsischen Raum sei die Bereitschaft dazu gross, das Angebot für Englischsprachige aber noch zu klein. Zudem, meinen die Forscher, sollten sich Kantone und Gemeinde um eine «Willkommenskultur» bemühen und Sportplätze und Gemeinschaftsräume zur Verfügung stellen.

Ende September sitzt Ana Jures nach der Arbeit im Dolder-Hotel im «Pain Quotidien» am Zürcher Römerhof. Sie hält die Arme nahe am Körper, als friere sie, und fragt die Kellnerin auf Deutsch: «Haben Sie Erdbeerlimonade?» Die Kellnerin nickt. Wieder ein kleiner Sieg für Ana Jures. Im Hotel darf Ana Jures inzwischen auch Fitness unterrichten. «Ich habe das Gefühl, ich werde hier gebraucht», sagt sie.

### Wieder in ein Loch

Doch es gab einen Rückschlag. Nach den Sommerferien mit der Familie in Kroatien drohte Ana Jures wieder in ein Loch zu fallen. Nichts machte ihr mehr Freude, sie sah wieder ihr Leben vorbeiziehen. Schnell ging sie zu Martina Famos, der Therapeutin. «Ich wusste, wohin das führen konnte, und dorthin wollte ich nicht zurück», sagt Jures. Wenn sie sich heute dabei ertappe, dass sie einfach aus dem Fenster starre, trinke sie einen Kaffee und zwingen sich, die Aussicht zu geniessen.

Ihr Leben ist nicht spektakulär. Ana Jures bringt ihre Tochter Emma zum Violinunterricht und zum Karate. Wenn sie nicht arbeitet, surft sie viel im Internet, schaut sich Videos über Make-up an. Ihr alter Traum, an Filmsets zu schminken, ist noch nicht begraben.

Im Sommer machte Jures einen Weiterbildungskurs in London, und in den Ferien in Kroatien tat sich die Option auf, am Set der HBO-Erfolgsreihe «Game of Thrones» zu schminken. Doch Ana Jures brachte die Energie nicht auf dranzubleiben. «Ich bin zu wenig selbstsicher, wenn ich englisch reden muss», sagt sie.

Weil sie vor allem an den Wochenenden arbeitet, sieht Jures ihren Mann kaum mehr. Kürzlich hatte er wieder einmal ein Dinner am Jazzfestival Montreux. Ihr Mann fragte, ob sie mitkommen wolle. Sie fragte, ob sie überhaupt eingeladen sei. Er sagte, er wisse es nicht. Sie sagte, dann komme sie sicher nicht.

Ana Jures glaubt, dass es klappt. Dass sie sich hier irgendwann zu Hause fühlen wird. Dass sie zufrieden sein wird. «Manche Leute schaffen es nicht, hier glücklich zu werden», sagt Ana Jures. «Mein Mann erzählt immer wieder von Kollegen, die mit ihrer Frau wegziehen. Aber ich glaube, dass ich es schaffen kann.»