

Une fois à l'étranger,
qui serez-vous pour les autres?

???





Le luxe?



La gastronomie?





Est-ce vous?



Avant de venir en France, qu'est-ce qu'elle était pour moi? Quelle importance avait-elle?



Saint Exupéry, Camus



Qu'est-ce que je représentais aux français?



Pourquoi parler de ce que nous représentons
aux autres?

Pourquoi parler de comment nous imposons
certaines conceptions d'autres cultures?

Quatre à six mois à l'étranger! Super!



Choc de culture....

Les causes du choc culturel



Climat



Nourriture



Langue



Coutume



Valeur



Règle de vie

Vous êtes tous ouverts, tous cools, aucun souci, mais...



Le Syndrome de Stendhal Florence, Italie

“J'étais arrivé à ce point d'émotion où se rencontrent les sensations célestes données par les Beaux Arts et les sentiments passionnés. En sortant de *Santa Croce*, j'avais un battement de cœur, la vie était épuisée chez moi, je marchais avec la crainte de tomber.”



Le Syndrome de Jérusalem, le syndrome de L'Inde

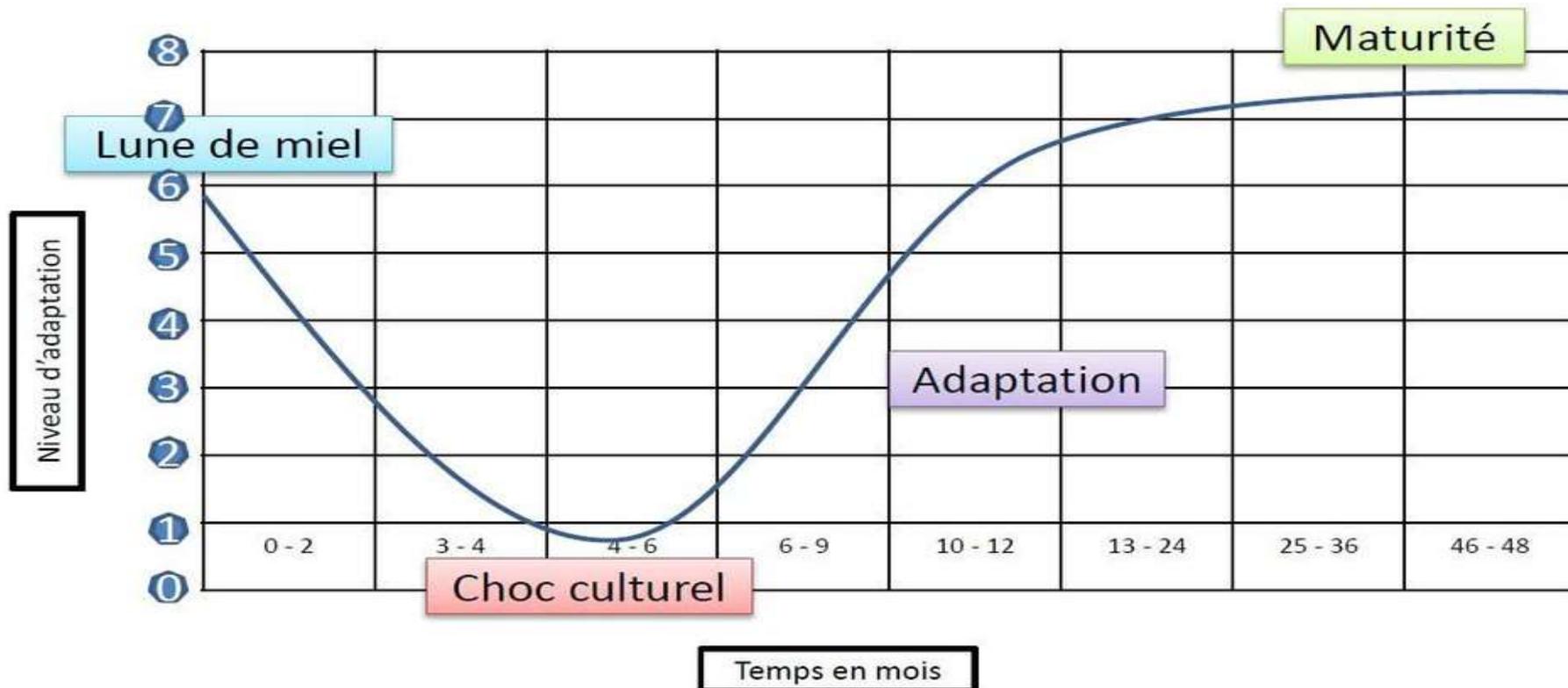


Le Syndrome de Paris パリ症候群

- Regards glacials des Parisiens
- Manque de politesse
- Manque d'hygiène
- Rapport 'corps à corps'
- Conflit entre l'idéalisation
et la réalité



Le choc culturel



Etape 1: La lune de miel



La lune de miel se caractérise par un sentiment d'euphorie et de curiosité qui est provoqué par la découverte de nouvelles choses.

Cette phase qui survient à l'arrivée dans un nouvel environnement peut durer de quelques jours à quelques semaines. On est en complète extase, vous avez envie de tout voir, de tout goûter. Tout semble au mieux. Cette période est caractérisée par la pensée du tout est «merveilleux».

Etape 2 : La crise

- La deuxième phase. Elle commence au moment où l'on réalise que certains aspects que l'on aimait au départ, s'opposent à nos valeurs, à notre culture. La différence de langue et d'idéologie font partie de ces confrontations qui nous entourent. À ce moment, la lune de miel est définitivement terminée, l'euphorie se transforme en rejet face à la culture d'accueil. La personne qui vit cette étape devient irritable et vit un sentiment d'exil. À ce moment, un choix s'impose: poursuivre ou abandonner. La pensée caractéristique de cette période est le «j'en ai marre!».
- symptômes de cette étape: la tristesse, le sentiment de solitude (on s'ennuie de ses amis et familles), l'anxiété, la frustration, les maux de tête, les troubles de concentration, de dormir.



Etape 3: La période d'adaptation



- Si l'on réussit à vaincre la tentation de tout quitter, de tout lâcher, il y a de fortes chances que l'on atteigne la phase trois du choc culturel. La période d'adaptation est synonyme du retour à l'humeur normale. Elle est accompagnée d'un changement de comportement face à la culture à laquelle nous sommes confrontées. De plus en plus, on apprécie les différences entre notre culture d'origine et celle d'accueil. Ceci nous redonnera confiance!

Etape 4: L'aisance biculturelle

Il s'agit de la dernière étape du processus. L'équilibre dans notre vie est maintenant de retour.

Nous retrouvons pleinement confiance et nous apprécions à nouveau les autres cultures rencontrés.



Le choc culturel inversé (1/2) (lorsque vous revenez)

- La double absence?
- La solitude de ne pas être compris(e)

Il faut retenir que de manière générale, la mobilité, surtout à l'international, amplifie tout.

Qu'il s'agisse de problèmes liés à la gestion des émotions, à l'histoire familiale, au couple, à la parentalité, à la relation à l'autre, à soi, à l'estime de soi, à la confiance, à la peur... On n'a pas ces problèmes parce qu'on est parti (bien que l'expatriation puisse générer ces propres vécus), on ressent plus fort toutes ces choses parce qu'on est soumis à un stress important du fait du changement d'environnement culturel.

Le choc culturel inversé (2/2)

Les **angoisses profondes** et réelles liées au retour se justifient alors par un **décalage** plus ou moins important entre **cette personne que nous sommes devenue** et la **personne que l'entourage s'attend à retrouver**



Que faire?

- Nous contacter à l'EBS
- Parlez-en à votre administration sur place
- Parlez-en à votre entourage, mais préparez-vous à ne pas être compris(e)
- Reconnaissez ces maux comme une transition naturelle
- Essayez de ne pas tout balayer et rejeter (et revenir en France avec des préjugés qui par la suite déterminent votre avenir avec la culture en question. Buster – la Suisse?)

L'Angleterre

- Le sens de la circulation
- Les robinets
- La cuisine
- L'alcool
- L'absence de jugement portée sur tout le monde (vestimentaire, Coiffure, etc. vidéo à voir)

The internet is loving this American man's hilariously random description of life in the UK



Alison Lynch for Metro.co.uk Tuesday 6 Oct 2015 2:27 pm



An American man has sought to define the differences between Americans and Brits in one epic list (Picture: Metro/mylo)

Les youtubers, etc. Renseignez-vous!

- L'Angleterre: https://www.youtube.com/watch?v=1izxK_b1i_s
- L'Espagne: <https://www.youtube.com/watch?v=2r8Cc7gPeVc>
- Les Etats-Unis: <https://www.youtube.com/watch?v=slkSpbJKyMs>
- La Chine: <https://www.youtube.com/watch?v=8Eg5yMVJP88>
- La Korée: <https://www.youtube.com/watch?v=kkQrDLuwqTE>

