

MILTÄ MAAHANMUUTTO TUNTUU?



- **Suuri elämänmuutos**
- **Matka, jossa on erilaisia vaiheita**
- **Ei voi harjoitella etukäteen**
- **Ulkoisista elämänmuutoksista tulee myös sisäisiä muutoksia**
- **Hämmennys ja pelko omia reaktioita kohtaan**
- **Matka, jossa koetaan erilaisia tunteita - esim. vieraudentunne, juurettomuus, yksinäisyys, kaipaaminen, epäluulo. Nämä ovat normaaleja sopeutumiseen liittyviä tunteita.**