

АЛЕКСЕЙ ПАНОВ

Инструкция по иммиграции

ПОКА ВЫ ДОМА



Алексей Панов

**Инструкция по иммиграции.
Пока вы дома**

«Издательские решения»

Панов А.

Инструкция по иммиграции. Пока вы дома / А. Панов —
«Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-906701-2

Процесс иммиграции связан со множеством страхов и мифов. В своей книге психолог Алексей Панов дал конкретные советы, как справиться со стрессом подготовки к переезду в новую страну. Все, о чем пишет автор, основано на его личном и профессиональном опыте. Книга содержит упражнения и списки вопросов, отвечая на которые, вы сможете создать свой собственный, подходящий именно вам план иммиграции. Для электронной версии книги, вам понадобится блокнот, где вы сможете записывать ответы.

ISBN 978-5-44-906701-2

© Панов А.
© Издательские решения

Содержание

Предисловие	6
Глава 1. Почему люди иммигрируют	8
Глава 2. Распространенные мифы об иммиграции и что на самом деле происходит, когда переезжаешь	11
Конец ознакомительного фрагмента.	17

Инструкция по иммиграции Пока вы дома

Алексей Панов

© Алексей Панов, 2018

ISBN 978-5-4490-6701-2

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Aleksei Panov

Immigration Manual

While you are still in your home country

Алексей Панов

Инструкция по иммиграции.

Пока вы дома

Торонто, 2018 год

© 2018 Aleksei Panov. All rights reserved.

Предисловие

Цель данной – инструкции подготовить читателя к переезду в другую страну или в другой город.

Задачи, которые я ставлю перед собой в этой книге:

Создать план конкретных действий для переезда

Снять у вас тревогу перед переездом,

Сократить время адаптации,

Избавиться от различных страхов, связанных с переездом в другое место жительства.

Как пользоваться книгой:

В книге представлены как теоретические умозаключения на тему иммиграции, так и практические задания. Если вы приобретаете эту книгу в электронном виде, то для чтения вам также понадобится блокнот, в котором вам будет необходимо писать ответы на поставленные в книге вопросы. Если же вы держите в руках бумажный вариант, то вам понадобится только эта книга и карандаш. Я рекомендую использовать именно карандаш, так как его всегда можно стереть для внесения исправлений. Вы точно будете вносить исправления, так как часть вопросов требует проработки и сбора информации, и ваше мнение относительно них может меняться.

Если вы читаете эту книгу, то у вас есть интерес к теме переезда в другую страну. Может быть, пока это просто мысли, а может быть, и готовое и осознанное решение. В моей семье это решение созрело и перешло в конкретные действия в ноябре 2014 года. До этого момента мы много говорили о переезде из России, но ничего конкретного не предпринимали. Все наши мысли об иммиграции сводились к серфингу в интернете о возможных бизнесах на курортах Италии или к исследованию стоимости недвижимости на Кипре.

Один раз мы сходили на встречу с иммиграционным адвокатом. Офис располагался в старинном особняке в исторической части Санкт Петербурга. В офисе был сделан ремонт, но выглядел он как-то пустынно и необжито. Нас встретила женщина средних лет. В офисе находился ещё один человек, но он не обращал на нас внимания, а мы, соответственно, не стали обращать внимания на него.

Женщина пригласила нас в отдельный кабинет. Большой стол и три стула, пустые стены. Мы изложили суть визита:

– Понимаете, мы бы хотели переехать в другую страну. Хотим жить на западе в англоязычной стране. У нас есть маленькая дочка, и у нас частная психологическая практика в Санкт-Петербурге.

– Хорошо. В какую страну хотите?

– В Великобританию, – ответили мы.

Женщина немного подумала и ответила:

– В Великобританию напрямую сложно. Могу предложить вам оформить вид на жительство в Словакии через поиск словацких корней, мы гарантируем вам, что такие корни у вас будут. А уже с их видом на жительство вы сможете ехать в Лондон.

Мы ответили, что это как-то очень путано, и тогда она предложила схему переезда в США. По этой схеме мы едем в США по туристической визе. Для того, чтобы не отказали в визе на всю семью, мы должны были фальсифицировать справки о болезни дочки, якобы мы едем на лечение. Все справки и письма из больниц они обещали предоставить. Сразу после приезда в Штаты мы должны были подать на беженство. Также они нам гарантировали помощь в поиске работы. Работу на складе, в клининговой компании или в русском магазине. За свои услуги они просили \$25.000.

Мы послушали и ушли.

По своей натуре, я параноид. Не в клиническом смысле, конечно, а как тип личности, то есть я склонен не доверять людям и всегда ищу в чем подвох. Мне не понравился офис, хоть он и был явно очень дорогой, мне не понравилось то, что предлагала та женщина, и главное, я не хотел врать властям той страны, в которую поеду жить. Поэтому, мы тогда опять забрали идею о переезде. Важно, наверное, ещё сказать, что Канада в тот момент не предлагала подходящих нам программ.

Шло время, ситуация в стране менялась, дочка росла, и в 2014 году мы приняли решение начать процесс переезда из России в другую страну. Выбор, как это часто бывает, был между Австралией и Канадой. Канада без пауков и с подходящей нам программой профессиональной иммиграции победила.

Процесс подготовки документов и переезда занял почти два года, и в августе 2016 года мы приземлились в Канаде.

Мы прошли сложный путь, потратили массу времени и нервов, но завершили этот процесс.

Эту книгу я написал, чтобы у вас время подготовки документов, ожидания и сам переезд прошли легче, чем у нас. Спокойнее.

В данной книге я опишу основные этапы иммиграции, разберу их с точки зрения психологии и дам полезные советы по преодолению трудностей и страхов, связанных с переездом: как решиться на иммиграцию, как справиться со стрессом и страхами, как составить план иммиграции.

Я умышленно не хочу давать в книге информацию сверх меры, так как полагаю эту книгу как инструкцию или пособие по иммиграции. Точнее, даже рабочую тетрадь по иммиграции, с заданиями и вопросами. Цель этой книги – помочь вам принять собственное взвешенное решение о переезде, а также дать инструмент для создания собственного плана иммиграции, начиная с принятия решения, сбора документов и заканчивая планом иммиграции.

В книге я буду приводить примеры из собственного опыта переезда из России в Канаду, но уверен, что она будет надежным помощником и всем тем, кто переезжает из любой другой страны в любую другую, так как описываю универсальные закономерности переезда и адаптации.

В добрый путь!

Глава 1. Почему люди иммигрируют

Находясь здесь, в среде иммигрантов, ты начинаешь понимать, что история иммиграции у всех разная. Кого-то привезли родители, кто-то поехал за мужем, некоторые искали «лучшую жизнь и новые возможности», есть те, кто просто не может сидеть на одном месте, но есть и те, у кого не было выбора: либо иммиграция, либо смерть на родине – нищенство, войны, тоталитарные режимы и т. д.

После переезда вы оказываетесь в многонациональной среде, постоянно слышите десятки языков, знакомитесь с новыми для себя культурами, и если вы открытый и доброжелательный человек, то вы имеете возможность сказочно обогатить свой внутренний мир, но если вы расист и эгоист с зашоренным сознанием, то этакий «Вавилон» будет вас жутко раздражать. Важно понимать, что Канада – это не рай для лучших со всего мира. Тут встречаются и неграмотные, и откровенно глупые люди со всего мира. Нужно это понимать и быть готовым.

Нет смысла искать причины переезда других. У каждого из находящегося в Канаде иммигранта есть своя история. Часто эти истории связаны с высоким эмоциональным напряжением и большим количеством трудностей. У меня был один знакомый из Сомали, который нелегально проплыл, проехал пол мира, несколько лет жил в лагерях для беженцев, пока не нашел себе канадскую жену и смог переехать в Канаду легально. Почему он хотел сбежать из Сомали?

Другой пример: парень двадцати пяти лет из Лондона, который переехал в Виннипег, что прямо в центре Канады. Что его не устраивало в Англии?

Нет смысла искать, почему люди переезжают. У всех причины разные. Причина переезда не важна, главное, чтобы она была значимой для самих этих людей. Не важно, что вы будете говорить другим о причине вашего переезда, важно, чтобы вы лично хорошо понимали свою истинную причину и могли сами себе честно и однозначно ответить на вопрос об этом. Это нужно, чтобы в будущем не сожалеть о том, что вы поторопились, не до конца осознали и ошиблись.

Ответьте себе на вопрос:

Почему вы хотите переехать?

Подумайте серьезно. Сядьте, расслабьтесь. Закройте глаза. И начните думать почему вы хотите уехать.

Свой ответ вы можете записать тут и постарайтесь избегать общих фраз, таких как: «пора валить», все достало, ради детей и т. д.

Почему вы хотите переехать?

Что в вашей стране такого, что не дает вам остаться в ней?

Что такого в другой стране, что вы готовы все бросить и начать заново?

Напишите ответы от руки прямо тут:

В чем позитивная часть переезда? Что вы приобретете?

В чем негативная часть переезда? Что вы потеряете?

В чем позитивная часть того, что не уедете? Что вы не потеряете?

В чем негативная часть того, что не уедете? Что вы не приобретете?

Глава 2. Распространенные мифы об иммиграции и что на самом деле происходит, когда переезжаешь

В соответствии с определением из Википедии, **миф** (др.-греч. μῦθος – *речь, слово; сказание, предание*) – это повествование, передающее представления людей о мире, месте человека в нём, о происхождении всего сущего, о богах и героях.

Таким образом, миф – это толкование реальности с точки зрения собственного опыта и слухов, которые ходят о том или ином событии.

Рассмотрим самые распространенные мифы об иммигрантах которые уехали в развитые страны.

Миф 1. Ты там никому не нужен!

Этот миф возник не зря и не на пустом месте. История иммиграции началась не сегодня и не вчера. Наши соотечественники из России и Украины активно уезжали в Канаду еще в 19 веке, потом во времена Революции, потом во времена оттепели, потом в перестройку и начало девяностых, и теперь двухтысячные.

Я не берусь описывать особенности и мотивацию иммиграции в 19 и начале 20 века – пусть это делают историки, а я свидетель двух последних волн, в девяностые и двухтысячные. На самом деле, переехав сюда, я чаще всего встречаю людей, которые тут более восемнадцать лет и менее десяти, то есть тех, кто уехал в девяностые, и тех, кто уехал совсем недавно. Опять же, не буду о причинах и датах. Для меня важны психологические отличия одной волны от другой. Эти отличия и в некоторой мере объясняют, почему возник такой миф о нашей ненужности.

Дело в том, что в конце восьмидесятых и в девяностых ехали все подряд. Без языка, без профессии, без накоплений и багажа. Приехав в Америку, люди хватались за любую работу, за смешные деньги и на рабских условиях. Иммигранты выживали как могли. Вдали от родины, друзей и близких. Специалисты с докторской степенью садились за руль такси, развозили пищу и работали на стройках. Они преодолевали великие трудности и правда, чаще всего, были не нужны их дипломы и опыт. С другой стороны, были всегда и такие люди, которые боролись и достигали того, чего они хотели. Они подтверждали свои дипломы, получали новые, находили хорошую работу и удачно интегрировались в новое общество.

Как изменилась ситуация сейчас? Сейчас все упростилось. Появился интернет, масса информации и возможностей. Вы можете сделать практически все до переезда: подтвердить образование, найти работу, снять жильё, познакомиться с людьми, узнать, чего, куда и как. Всё это можно сделать в интернете и не выходя из дома в родной стране. У вас есть шанс приехать подготовленными, сократить время адаптации до минимума и не тратить время на развозку пиццы, а искать сразу квалифицированную работу, так как вы все изучили, сделали и подготовили заранее.

Возвращаясь к мифу о том, что вы никому не нужны: на самом деле ни я, ни вы тут никому не нужны, если вы сами так считаете. Вы должны создать свою стоимость сами и тогда будете нужны другим!

Итак: снова переходим к части вопросов к себе.

Важное уточнение – все эти доказательства и источники должны быть из реалий новой страны, т.е. это не потому, что я был успешен в своей стране и меня ценили на работе, а потому что моя профессия в списке востребованных в новой стране, в среднем з/п такая-то, требования к языку такие-то, найм происходит таким-то образом. Можно попробовать связаться

с кем-то из вашей профессиональной области в новой стране и узнать у них какие у вас могут быть шансы.

В своё время, ещё до отъезда, я написал в Канадскую ассоциацию психотерапии и консультирования, узнал у них все подробности работы психотерапевтом в Канаде, а когда приехал в Канаду, пошел и лично с ними познакомился. Первый клиент пришел ко мне меньше, чем через месяц после моего приезда, а первый контракт с правительственной организацией на оказание консультационных услуг я получил через три месяца после приезда.

Вопросы себе:

Какие ваши знания, умения и навыки позволят вам быть востребованным в новой стране?

Откуда вы знаете, что эти знания, умения и навыки помогут вам быть востребованным?

Какие доказательства вы можете предоставить, что эти знания умения и навыки помогут вам быть востребованным.

Приведите минимум пять различных источников информации, что эти знания, умения и навыки помогут вам быть востребованным.

Миф 2. Будешь работать много и зарабатывать копейки.

Это правда, если найдешь себе именно такую работу из-за неуверенности в себе, мнимого языкового барьера и т. д.

Каждый ваш шаг в новой стране должен быть обусловлен последующим шагом, т.е. вы должны знать, что вам даст то или иное действие в будущем. Если сегодня вы развозите пиццу, то вы должны знать, почему и как долго это будет продолжаться, от чего зависит срок вашего пребывания на этой неквалифицированной работе. Вы не можете просто сказать себе, что это временно, – так говорят неудачники. Победители говорят, как долго, и могут доказать свои слова.

Таким образом, миф, что будешь работать много, а зарабатывать копейки, придумали неудачники, которые не смогли найти свое место в новой стране. Причин их неудач может быть много, не хватит десяти лет, чтобы их все перечислить, но основная – это нежелание брать на себя ответственность, трусость и неуверенность в себе. Если вы боитесь стать таким неудачником, то вам просто нужен человек, который вас будет вдохновлять и поддерживать. Вдохновлять и поддерживать во что бы то ни стало! Это может быть член семьи, знакомый, друг, великий блогер или вы можете обратиться к лайф коучу.

Задайте себе вопрос:

Есть ли у меня план достижения успеха?

Знаю ли я что буду делать, если не добьюсь успеха сразу?

Кто мне будет помогать и поддерживать меня?

На какие жертвы я готов пойти?

На какие жертвы я не готов пойти?

Миф 3. Нормально будут жить ваши дети, а вы должны пожертвовать собой.

Да, какое-то время (первое время, пока встаете на ноги) так и будет, но вы должны поставить себе цели и получать удовольствие от жизни. Живите, а не выживайте.

Что это значит? Это значит, что жизнь у вас одна и нужно прожить её так, чтобы, когда вы станете очень старым и будете сидеть в кресле качалке на веранде собственного дома, а кто-то вас спросит:

- Довольны ли вы, как вы прожили эту жизнь?
- Смогли ли вы достигнуть, чего хотели?
- Что вы сделали для других?
- Что вы сделали для себя?
- О чем вы больше все сожалеете?

Вы бы немного подумали и ответили, что вы довольны тем, как прожили свою жизнь и многое сделали и для детей, и для себя. Вы не чувствуете себя обделенным. Вы не чувствуете того, что чего-то недодали своим детям, и ни о чем не жалеете.

Вот это, в моем понимании, смысл жизни. Вы живете и для других, и для себя. Для того, чтобы хорошо заботиться о других, вы сначала должны позаботиться о себе, потому что в противном случае вы не выживете и некому будете заботиться о ваших детях.

Это как в самолете – сначала надеваете кислородную маску на себя, а только потом на ребенка. Это правило обеспечения безопасности и сохранения жизни. Подумайте об этом. Ещё подумайте, нужна ли ваша «жертва» вашим детям на самом деле? Как они компенсируют себе детство, где родители всегда работали? Как ваши дети компенсируют себе постоянное ваше отсутствие? В жизни должен быть баланс – помните об этом.

Вопросы себе:

Какой образ жизни я бы хотел в новой стране?

Если я буду жить в новой стране как задумал, то это поможет моим детям жить хорошо в будущем?

Если я буду жить в новой стране как задумал, то это поможет моим детям жить хорошо в ближайшем будущем?

Если я буду жить в новой стране как задумал, то это поможет моим детям жить хорошо сегодня?

Если я буду жить в новой стране как задумал, то это поможет мне жить хорошо в будущем?

Если я буду жить в новой стране как задумал, то это поможет мне жить хорошо в ближайшем будущем?

Если я буду жить в новой стране как задумал, то это поможет мне жить хорошо сегодня?

Буду ли я счастлив за своих детей?

Буду ли я счастлив сам?

Если на какой-то из вопросов вы ответили «нет», ответьте ещё на один: что нужно поменять в моих действиях и планах, чтобы на все вопросы я смог ответить «да».

Миф 4. Тут каждый сам за себя.

Как я уже писал выше, в Канаде все в какой-то мере иммигранты, и как тут принято говорить – даже семья премьер министра когда-то сюда приехала из другой страны.

Конечно, ситуация немного отличается в разных городах Канады, где лучше, а где-то хуже. Если говорить о Торонто, то 70% жителей не родились в Канаде и их родной язык не английский.

При таком раскладе существует две большие группы людей, вне зависимости от места рождения: это те, кто чувствует себя тут как дома, и те, кто дома, но все же в гостях. И если вы не чувствуете себя дома на все сто процентов, то вы закрываетесь от других в своей семье. В такой ситуации люди стараются «держаться своих». Своих близких, своих соотечественников, своих коллег, своих соседей. Люди общаются маленькими или относительно маленькими общинами, и часто это общение носит весьма поверхностный характер. Одиночество, страх быть отвергнутым, я один против всех – все эти мысли становятся их постоянными спутниками.

Люди же, которые в Канаде дома на сто процентов, просто не думают об этом.

Не нужно и вам думать об этом, нужно забыть и просто строить отношения. Все люди нуждаются в общении, но боятся быть обиженными, ранеными. Так же, как и вы. Встречайтесь, знакомьтесь, общайтесь, расширяйте свой социальный круг, и вы будете нужным, востребованным и принятым в сообщество. Каждый сам за себя – миф, который создали люди, замкнутые в своей культуре и не желающие понимать другие культуры, для которых все, кто не похож на них – странные и непонятные, а соответственно, и закрытые.

Вопросы себе:

Умею ли я знакомиться на улице?

Знаю ли я, что такое small talk?

Сколько мне нужно людей вокруг, чтобы чувствовать себя хорошо?

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.